Управление образования администрации Копейского городского округа
Муниципальное учреждение дополнительного образования
«Дворец творчества детей и молодежи»
Копейского городского округа

РАССМОТРЕНО
на заседании Методического совета
МУДО ДТДиМ Копейского
городского округа
Протокол № 1 от 23.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНО:
приказом директора МУДО ДТДиМ
Копейского городского округа
Т.В.Сапожниковой
№ 310 от 23.08.2024 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСИ

Сертификат: 60 CB D3 33 57 73 50 71 DC 7C 82 66 71 BF 7B FE
Владелец: Сапожникова Татьяна Викторовна
Действителен: с 20.12.2024 по 15.03.2026

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«АКАДЕМИЯ ТАНЦА»

Художественная направленность
Срок реализации программы – 4 года
Возрастная категория: 7-18 лет

Составитель:
Баландина Галина Александровна,
педагог дополнительного образования
Махова Ксения Александровна,
педагог дополнительного образования

г.Копейск , 2024

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Разработка дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы осуществлялась в соответствии с нормативно-правовыми документами:

Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 31.07.2020);

Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 N 678-р);

Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);

Паспорт федерального проекта "Успех каждого ребенка" (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту "Образование" 07 декабря 2018 г., протокол № 3);

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (вступил в силу 01.03.2023);

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых";

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;

Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242);

Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая

детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей. (Письмо Министерства образования и науки РФ № ВК-641/09 от 26.03.2016);

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.368521 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

Устав Муниципального учреждения дополнительного образования «Дворец творчества детей и молодежи» Копейского городского округа (Постановление администрации Копейского городского округа Челябинской области от 07.04.2020 №699-п);

Положение о порядке разработки и утверждения дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программам в Муниципальном учреждении дополнительного образования «Дворец творчества детей и молодежи» Копейского городского округа (утв. приказом директора МУДО ДТДиМ от 06.04.2023 №185).

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа имеет художественную направленность.

Хореография – это начало, база, толчок для будущей физической формы человека, для будущего стиля и ритма его жизни.

Хореографическое искусство – массовое искусство, доступное людям всех возрастов. Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию обучающиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства.

Приобщение к искусству хореографии включает ознакомление воспитанников с классическими балетами, современной музыкой и постановками крупных балетмейстеров; с источниками танцевальной культуры, самобытностью национальных танцев, связанных с жизненным укладом народов; с их красочными костюмами, образами народной поэзии, музыкально-ритмическим складом мелодий.

Танец – это совокупность выразительных и организованных движений, подчиненных общему ритму, воплощенному в завершенную художественную форму. Каждое хореографическое произведение требует от ребенка эмоциональности, творческой активности, мобилизации всех его физических и духовных сил. Педагог-хореограф должен научить своих воспитанников основам танцевального искусства, дать им необходимые знания, навыки, танцевальную технику, принимая во внимание возрастные особенности детей;

он постоянно должен помнить, что выполнение задач, поставленных перед современной хореографией, непосредственно зависит от содержания и методики учебного процесса.

Актуальность программы

Снижение интереса к искусству, привело к огромному дефициту духовной культуры. Часто приходится слышать рассуждение о духовной инертности подрастающего поколения, его эмоциональной тупости, отсутствие милосердия исторической памяти, творческой инициативы, утилитарном отношении ко всему в жизни, эстетической инфантильности.

Это, несомненно, следствие дефицита внутренней, духовной культуры, рецидив технократического сознания индустриальной эпохи.

Выработать эти ценности в хореографическом искусстве - сложная проблема. Решить ее можно только на путях интеграции различных наук: культурологии, психологии, педагогики, музыкального искусства.

По нашему глубокому убеждению, ведущая роль принадлежит педагогике и искусству, ибо они является непосредственными творцами человеческих душ, вольно или не вольно воспроизводя в субъектах образовательного процесса тот или иной тип позиции человека в мире. Художественно - эстетическое воспитание - это способ проникнуть в богатейший и загадочный внутренний мир ребенка - его виртуальную реальность, способ понять и расширить пределы этого мира для более успешной самореализации растущего человека. Это воспитание человека - творца, носителя креативного начала, подлинного субъекта жизнедеятельности, способного к позитивному изменению окружающего мира, к творению культуры и себя в культуре - хореографического искусства. А ведь именно хореографическое искусство несет в себе важные воспитательные функции: развитие эмоционального восприятия действительности, готовности к пониманию музыкальных произведений, формирование высокого художественного вкуса и культуры личности обучающегося. Основы хореографического искусства необходимо закладывать с детства, так как этот возраст наиболее благоприятен для художественно - творческого и эстетического развития ребенка. Хореография способствует развитию у детей музыкального восприятия, эмоциональности и образности, совершенствованию мелодического и гармонического слуха, музыкальной памяти, чувства ритма, культуры движений, умению творчески воплощать музыкально-двигательный образ. Занятия хореографией оказывают положительное влияние на организм детей: профилактика заболеваний сердечно-сосудистой системы; улучшение осанки, силы, гибкости, выносливости; приобретение жизненно-необходимых двигательных умений и навыков; улучшение телосложения; выработка привычки заниматься физическими упражнениями на всю жизнь; развитие двигательной памяти.

Отличительной особенностью программы является многожанровость хореографических стилей как успешной адаптации обучающихся в полиэтнической среде. А также развитие самостоятельного творчества обучающихся посредством включения их в проектную деятельность.

Адресат программы.

Программа рассчитана на обучающихся 7-18 лет.

Набор в коллектив - первичный и текущий. Организация приема в коллектив проходит на добровольных началах без отбора. Возраст учащихся 7-18 лет. В основе работы лежит индивидуальный подход к каждому ученику, учитываются различные параметры:

- возрастные особенности;
- характер;
- физическое и эмоциональное состояние;
- настроение ребенка и его желания.

Уровень программы базовый

Объем программы, срок освоения

Программа хореографического коллектива рассчитана на 4 года обучения.

КАРТА ПРОГРАММЫ «Академия танца»

Год обучения	**Предметы**		
I год обучения	**Классический танец** 72 часа	-	**Эстрадный танец** 72 часа
II год обучения	**Классический танец** 72 часа	**Народный танец** 72 часа	**Эстрадный танец** 72 часа
III год обучения	**Классический танец** 72 часа	**Народный танец** 72 часа	**Эстрадный танец** 72 часа
IV год обучения	**Классический танец** 72 часа	**Народный танец** 72 часа	**Эстрадный танец** 72 часа

Режим занятий

Продолжительность одного академического часа 45 минут, перерыв между занятиями 15 минут

1-го года обучения занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 академических часа,

включая в себя классический танец 1раз по 2 часа

народный танец 1 раз по 2 часа

современный танец 1 раз по 2 часа

2-го года обучения – 3 раза в неделю по 2 академических часа.

включая в себя классический танец 1раз по 2 часа

народный танец 1 раз по 2 часа

современный танец 1 раз по 2 часа

3 -года обучения 3 раза в неделю по 2 академических часа

включая в себя классический танец 1раз по 2 часа

народный танец 1 раз по 2 часа

современный танец 1 раз по 2 часа

4 -года обучения 3 раза в неделю по 2 академических часа

включая в себя классический танец 1раз по 2 часа

народный танец 1 раз по 2 часа

современный танец 1 раз по 2 часа

Особенности организации образовательного процесса

Организация образовательного процесса предполагает создание для воспитанников такой среды, в которой они полнее раскрывают свой

внутренний мир и чувствуют себя комфортно. Этому способствует комплекс методов, форм и средств образовательного процесса.

На занятиях предусматриваются следующие формы организации учебной деятельности:

- индивидуальная (воспитаннику дается самостоятельное задание с учетом его возможностей)
- фронтальная (работа со всеми одновременно, например, при объяснении нового материала или отработке определенных танцевальных движений и этюдов)
- групповая (разделение учащихся на группы для выполнения определенной работы)
- коллективное выступление (открытые занятия, концерты, фестивали, конкурсы)

В процессе всего обучения обучающийся проходит поэтапно все модули дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

На случай карантинных мер, обучающийся проходит обучение по дистанционному модулю.

На занятиях обучающиеся получают сведения по технике безопасности, необходимые для правильного поведения во время занятий.

Также следует отметить следующие особенности образовательной деятельности в ходе реализации данной программы:

- Преемственность (костяк коллектива) - постоянный коллектив детей с раннего до более зрелого возраста. Это позволяет поступательно решать поставленные задачи, анализировать свои действия и получать объективные данные динамики развития подготовки детей.

- Дифференцированный подход (учет индивидуальных способностей, особенностей детей и их психологические особенности, медицинское обследование).

- Привлечение детей, их творческой фантазии и умений для созданий эскизов костюмов для танцевальных номеров, изготовление бутафории, оформление костюмов для танцевальных номеров.

В основе работы лежит индивидуальный подход к каждому ученику, учитываются различные параметры: характер, физическое и эмоциональное состояние, настроение ребенка, его желания.

В результате обучения по данной программе у детей будут сформированы:

- Специальные знания, умения и навыки в области хореографического искусства;

- Развиты творческая индивидуальность, интерес к хореографическому искусству и искусству в целом;

- Повысится общий культурный уровень, сформировано целостное отношение к действительности;

- Улучшится общее и физическое развитие, а также здоровье учащегося.

По окончанию изучения каждой темы на каждом этапе, проводится итоговое занятие в форме контрольного занятия.

Изучение основ танца неразрывно связано с повышением общего культурного уровня ребенка. Этому способствует посещение театральных спектаклей, концертов, просмотр видеоматериалов, участие в конкурсах, фестивалях.

Организация педагогического процесса предполагает создание для воспитанников такой среды, в которой они полнее раскрывают свой внутренний мир и чувствуют себя комфортно. Этому способствует комплекс методов, форм и средств образовательного процесса.

В процессе обучения применяются **современные педагогические технологии,** помогающие создавать оптимальные условия для развития, обучения и воспитания:

- Технология творческой деятельности
- позволяет выявлять, развивать творческие способности детей и приобщать их к многообразной творческой деятельности
- Игровая технология
- помогает сбалансировать эмоциональную, интеллектуальную и физическую нагрузку
- Технология сотрудничества
- реализует демократизм, равенство, партнерство во взаимоотношениях
- Технология коллективной творческой деятельности
- способствует воспитанию общественно-активной творческой личности, помогает приумножить общественную культуру

На занятиях предусматриваются следующие **формы организации учебной деятельности:**

- индивидуальная (воспитаннику дается самостоятельное задание с учетом его возможностей)
- фронтальная (работа со всеми одновременно, например, при объяснении нового материала или отработке определенных танцевальных движений и этюдов)
- групповая (разделение учащихся на группы для выполнения определенной работы)
- коллективное выступление (открытые занятия, концерты, фестивали, конкурсы)

Основными формами образовательного процесса являются:

- практические учебные занятия;
- экскурсии;
- фестивали, конкуры, концерты (посещение и участие);
- открытые занятия;
- класс – концерт;
- «творческие посиделки» (праздники, чаепития с воспитанниками других творческих объединений, прогулки на природе).

Применяются различные **методы обучения:**

Практические: разучивание, повторение упражнения

Наглядные: показ, видео просмотр

Словесные: объяснения, беседы, дискуссии

В основу занятий положены следующие **принципы работы:**

- природосообразности
- индивидуализации
- добровольности
- дидактики
- вариативности
- преемственности
- принцип творчества и успеха

На занятиях воспитанники получают сведения по технике безопасности, необходимые для правильного поведения во время занятий.

Дети на протяжении всего учебного процесса знакомятся с хореографической азбукой. Поэтому при изучении программы дети узнают позиции рук, ног, позы, правила, упражнения.

Любой вид танцевального искусства начинается с изучения классического танца. Классический танец представляет собой систему движений, которая призвана сделать тело дисциплинированным, подвижным и красивым.

В процессе обучения дети знакомятся с историей, бытом, национальной культурой народов, пониманием стиля и характера исполнения каждого танца. Развивается выразительность, умение эмоционально доносить до зрителя особенности каждого движения, подчеркивая национальный характер танца.

Современная пластика (элементы аэробики, модерн, эстрада) – это совершенно другая система движений. Она учит владению группами мышц, которые остаются незадействованными при исполнении народно-сценических танцев, и вырабатывает иную координацию движений. Занятия этими видами танцев удовлетворяют интерес ребенка к современной хореографии и жизни в целом.

1.2. Цель и задачи программы

Цель: Создание образовательной среды для творческого самоопределения личности средствами хореографии.

Задачи программы:

*Личностные**:***

- создать дружественную среду вокруг самоопределяющейся личности;
- активировать условия для общения;
- адаптаровать к современной жизни на основе знаний, умений, навыков;
- воспитать общечеловеческие ценности;
- формировать потребность здорового образа жизни;
- воспитать патриотизм к родине

*Метапредметные**:***

- ориентировать детей их способность к самостоятельной и коллективной работе;

– побуждать мотивацию к творческой деятельности.
– совершенствовать индивидуальные способности детей;

*Предметные**:***

– расширить основы танцевального искусства (хореографического мастерства);
– развивать ритмопластику танца;
– владеть приёмами актерского мастерства
– владеть особенностями разных танцевальных жанров.

1.3 Планируемые результаты

Предметные результаты:

– у обучающихся сформирован интерес к занятиям хореографии и стремление к самостоятельному творчеству;
– обучающиеся знают основы танцевального искусства, соблюдают правила хореографического мастерства
– обучающиеся знают элементы ритмопластики танца, особенности разных танцевальных жанров;
– обучающиеся владеют основами актерского мастерства;

Метапредметные результаты:

– обучающиеся умеют анализировать и исполнять несложные танцевальные этюды;
– у обучающихся будут развиваться музыкальные способности: слух, память, чувство ритма, артистизм;
– обучающиеся демонстрируют на занятиях и в самостоятельной работе.

Личностные результаты:

– сформированы общечеловеческие ценности;
– сформирована потребность здорового образа жизни, воспитан патриотизм к родине.

1.4. Содержание программы
Учебный план
1 год обучения

предмет - КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

Цель: Заложить основы знаний по хореографии

Задачи:

- Научить детей правильно держать осанку;
- Научить детей ориентироваться в танцевальном классе;
- Научить детей основным положениям рук и ног в хореографии;
- Развить ритмические способности и координацию движений;
- Развить двигательные способности, ловкость и подвижность.

Учебный план

№	Название темы	Общее кол-во часов	Теория	Практика
1	Беседа о классическом танце	8	2	6
2	Работа над постановкой корпуса, рук и ног	8	2	6
3	Изучение терминологии	8	2	6
4	Разучивание поз рук и ног	8	2	6
5	Музыкальное воспитание	8	2	6
6	Движение под музыку	8	2	6
7	Навыки выразительного движения	8	2	6
8	Demi plie по I и VI позиции	8	2	6
9	Peleve низкие и высокие	6	1	5
10	Итоговое занятие	2	-	2
	Всего часов	**72**	**17**	**55**

Ожидаемые результаты 1 года обучения

К концу 1 года обучения обучающиеся:

- Знают позиции рук и ног в классическом танце;
- Имеют общее понятие о танце, его видах;
- Имеют представление о характере, выразительности исполняемых движений;
- Различают характер и темп музыки;
- Владеют темпом и передачей движений;
- Владеют координацией движений;
- Владеют синхронностью движений.

СОДЕРЖАНИЕ
1 год обучения
предмет: ***КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ***

Даются навыки классического экзерсиса и перевод французских выражений. Тренируется суставно-мышечный аппарат ребенка. Выработка опоры, выворотности, пластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Постановка корпуса, позиции и положения рук и ног.

Элементы классического танца

Этот раздел включает в себя элементарные сведения о классическом танце, позициях рук и ног и ориентировка в зале. Сведения о классическом экзерсисе и перевод французских выражений. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребенка. Приветствие, поклон вначале и в конце урока. Формирование осанки.

Классический экзерсис у станка.

Постановка корпуса в выворотном положении, лицом к станку.

- Preparation.
- Позициионог – 1,2,3.
- Позиции рук – подготовительная, 1,2,3.
- Demiplie, grandplie по 6 позиции, после по 1,2,3 позиции. Полуприседание и полное приседание. Развивает выворотность бедра, эластичность и силу ног.
- Battementtendu в сторону по 1 позиции. Вырабатывает натянутость ноги в колене, стопе, пальцах и развивает силу.
- Releve на полупальцы по 1,2,3 позиции. Разучивается по 6 позиции. Приподнимание на полупальцы. Развивает силу ног.

Классический экзерсис на середине зала.

При выполнении всех упражнений корпус повернут в точку 1 плана класса.

- Позициионог – 1,2,3,6.
- IPortdebras. Слитное движение корпуса, головы и рук.
- Demi и grandplie по 6 позиции, позже по 1,2,3.

Allegro. Быстро. Прыжки.

Разучивается у станка.

- Saute по 6 позиции, к концу года по 1 позиции.
- Прыжки с поджатыми ногами.

Учебный план
1 год обучения
предмет – *НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ*

№	Название раздела	Общее кол-во часов
I.	Вводное занятие	2
II.	Беседа по истории народного танца, его виды и жанры	8
III.	Знакомство с основными позициями рук и ног	2
IV.	Рассказ о истории русского танца и изучение элементов русского танца	6
V.	Отработка элементов. Разучивание дробей	6
VI.	Разучивание дробей	6
VII.	Раскрывание и закрывание позиций рук	2
VIII.	Работа над навыками ориентации в пространстве при движении и перестроении	6
IX.	Работа над навыками работы в паре	4
X.	Изучение элементов народного танца у станка	6
XI.	Методика и техника исполнения основных движений русского танца	4
XII.	Латышское танцевальное искусство. Разучивание движений.	10
XIII.	Этюды русского танца	8
XIV.	Итоговое занятие	2
	Всего часов	**72**

СОДЕРЖАНИЕ
1 год обучения
предмет – *НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ*

Вводное занятие
Вводное занятие
Беседа по истории народного танца, его виды и жанры
Танцы народов мира. Истоки развития народного танца. Виды народного танца: обрядовые танцы, характерный танец. Жанры: хоровод, кадриль, перепляс, пляска. Знакомство с характером народного танца.
Знакомство с основными позициями рук и ног
Прямых и свободных позиций ног. Семь позиций рук
Рассказ о истории русского танца и изучение элементов русского танца
Поклон на месте без рук. Простой шаг с носка, затем каблука на носок. Шаг на каблук с соскоком по шестой позиции. Переменный шаг
Отработка элементов. Разучивание дробей

Шаг на каблук с соскоком в 6 позицию вперед и в сторону. 1,2 Ключ. 3,4 Ключ. Простая дробь

Разучивание дробей

Комбинированная дробь (полу палицы и каблук). Каблучная дробь. Двойная дробь. Соскок на 2 ноги, соскок на 1 ногу

Раскрывание и закрывание позиций рук

Работа одной рукой. Работа двумя руками

Работа над навыками ориентации в пространстве при движении и перестроении

Разучивание точек класса на месте. Упражнение на освоение точки класса. Хаотичное движение на пространство. Освоение ширины, длинны и высоты класса

Работа над навыками работы в паре

Поклон в паре. Работа рук в паре. Плечом к плечу. Основные положения рук в паре (Корзиночка. Цепочка)

Изучение элементов народного танца у станка

Demi – Plie. Battementtendu. attement tendu jete. Rond de jambe par terre . Каблучное Flik-flak. Battement fondu. Выстукивание. Battement developpe. Grand battement

Методика и техника исполнения основных движений русского танца

Шаги с хлопками. Дробь с притопами. Дробь с подскоком. Мелкие дроби. «Гармошка». «Елочка»

Латышское танцевальное искусство. Разучивание движений.

Рассказ об истории латышского танца. Латышская полька (подскоки, галоп в сторону). Подскоки с хлопками. Подскоки в парах и повороте. Рисунок танца. Рисунок танца

Этюды русского танца

Шаги с хлопками. На освоение «ковырялочки». На соединение моталочки и русского бега. Лирический этюд. Этюд на смену музыкального ритма. Этюд на освоение ключей. Этюд на простые дроби. Этюд на комбинированные дроби. Этюд на рисунок танца

Итоговое занятие

Учебный план
1 год обучения
предмет – *ЭСТРАДНЫЙ ТАНЕЦ*

№	Название раздела	Общее кол-во часов
I.	Вводное занятие	2
II.	Краткий обзор истории современного танца	4
III.	Основные принципы техники современного танца	10
IV.	Основы методики	6
V.	Введение в основы техники современного танца	8
VI.	Движения на полу	14
VII.	Движения корпуса. Изучение основных положений корпуса и движений корпуса.	4
VIII.	Понятия «fall and recovery», «gravity–momentum–suspension»	4
IX.	Баланс на руках	4
X.	Позы	8
XI.	Движение через пространство по параллельным и выворотным позициям. Диагонали	6
XII.	Итоговое занятие	2
	Всего часов	**72**

СОДЕРЖАНИЕ
1 год обучения
предмет – *ЭСТРАДНЫЙ ТАНЕЦ*

Вводное занятие

Вводное занятие

Краткий обзор истории современного танца

Истоки развития современного танца. Влияние исторических, социальных, культурных, и научных факторов на развитие современного танца.

Основные принципы техники современного танца

Понятие техники современного танца. Концепция восприятия тела. Концепция сферического пространства танца. гравитацией. Концепция естественного движения. Концепция взаимодействия тела и музыки. Специфика танцевального языка. Пластика тела. основы композиции и импровизации.

Основы методики

Особенности постановки ног, корпуса, рук. Координация движения и дыхания Взаимосвязь ритма дыхания, импульса движения и темпоритма танца. Методика исполнения основных движений

Введение в основы техники современного танца

Понятие центра. Центр и периферия. Понятие центральной оси тела. Использование веса тела при движении, использование силы инерции. Координация рук в современном танце. Изучение основных положений и позиций рук

Движения на полу

Изучение основных движений корпуса в положение сидя. Повороты и другие движения корпуса. Изучение перекатов в положении лежа и сидя на полу. Изучение прыжков и других вариантов продвижения в пространстве с опорой одну руку и две руки. Изучение кувырков и перекатов назад и вперед. Изучение падений (варианты падений в сторону, вперед, назад). Свинг

Движения корпуса. Изучение основных положений корпуса и движений корпуса.

Изучение основных движений корпуса в положении стоя. Повороты корпуса в сторону – изолированные и последовательные. Круговые движения для корпуса

Понятия «fall and recovery», «gravity–momentum–suspension»

Основные виды движения swing. Основные виды движения swing

Баланс на руках

Специфика баланса на руках в современном танце. Стойка

Позы

Изучение основных поз современного танца. Diagonallevel. levelT. Tilt . Parallelarabesque. Arabesque. attitude

Движение через пространство по параллельным и выворотным позициям. Диагонали

Движение через пространство по параллельным и выворотным позициям. Диагонали. Pasdebourrée (музыкальный размер: 3/4; 2/4; 4/4. Шене прыжки. Комбинации на освоение позиций. Стелящий шаг с корпусом. Перенос тела в движение.

Итоговое занятие

Учебный план
2 год обучения
предмет - КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

Задачи:

- Дальнейшее знакомство с дисциплиной «Классический танец»;
- Постановка корпуса, ног, рук и головы на сложных, развивающих силу и выносливость упражнениях классического тренажа;
- Дальнейшее развитие навыков координации движений;
- Воспитание интереса к классическому танцу – основе хореографического искусства;
- Выработка правильной осанки;
- Развитие гибкости, координации и пластики движений;
- Воспитание интереса и любви к искусству народного танца;
- Формирование духовной культуры и этики поведения.

Учебный план
2 год обучения
Классический танец

№	Название темы	Общее кол-во часов	Теория	Практика
1	Повторение и закрепление пройденного учебного материала	8	2	6
2	Изучение элементов экзерсиса	12	4	8
3	Упражнения на координацию движений	8	2	6
4	Разучивание упражнений экзерсиса на середине зала	12	4	8
5	Разучивание прыжков у станка	8	2	6
6	Работа над высотой и силой прыжка	8	2	6
7	Точки в классическом танце	4	1	3
8	Разучивание поз у станка	6	2	4
9	Работа в парах по диагонали	6	2	4
10	Итоговое занятие	4	1	3
	Всего часов	**72**	**22**	**50**

Ожидаемые результаты 2 года обучения

Обучающиеся 2 года обучения:

- Знают разницу между круговыми движениями и прямыми (Battementtendu и Ronddejambeparterre);
- Иметь навыки правильного обращения к партнеру;
- Различают особенности маршевой музыки, спортивной, военной, вальсов быстрых и медленных;
- Умеют чувствовать характер старинных жанров музыки;

- Умеют слышать и понимать значение вступительных и заключительных аккордов в упражнениях;
- Знают правила исполнения движений народного танца;
- Умеют исполнять простейшие движения народного танца;
- Умеют применять акцент музыки в движении;
- Владеют вестибулярным аппаратом.

СОДЕРЖАНИЕ
2 год обучения
предмет: КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

Дополняются сведения о классическом экзерсисе и перевод французских выражений. Тренируется суставно-мышечный аппарат ребенка. Выработка опоры, выворотности, пластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Постановка корпуса, позиции и положения рук и ног. Приобрести Aplomb- способность обладать устойчивостью. К уже пройденному материалу добавляется новый.

Классический экзерсис у станка.

Постановка корпуса в выворотном положении, лицом к станку.

- Battementtendu по 1 позиции. Проучивается вперед и назад, затем крестом.
- Battement tenduснажимом.
- Demi rond de jambe par terreпо 1 позиции. Полукруг ногой по полу. Развивает подвижность тазобедренного сустава. Изучается по точкам: вперед – в сторону; в сторону – вперед. Позднее назад – в сторону, в сторону – назад.
- Понятие направлений endehorsetendedans «от себя» - наружу, «к себе» - внутрь.
- Passeparterre по 1 позиции. Скользяще движение работающей ногой по полу. Является связующим элементом в ряде движений. Первоначально используется как самостоятельное движение.
- Rond de jambe par terreпо 1 позиции. Круг ногой по полу. Выполняется к концу года.
- Preparation дляRond de jambe par terre.
- Battementtendujete по 1 позиции, через пол.

Натянутое движение с броском. Развивает упругость ног в воздухе, легкость и подвижность тазобедренного сустава. Разучивается в сторону, позднее вперед, назад.

- Battementrelevelent на 45°. Медленное поднимание ноги на 45°. Развивает силу и легкость в танцевальном шаге.
- Перегибы корпуса назад и в сторону.
- Grandbattementjete по 1 позиции в сторону. Разучивается к концу года. Движение с большим броском, развивает силу и легкость в танцевальном шаге.
- Положение ноги Surlecou-de-pied впереди (основное). Стопа при сильно

натянутом подъеме обхватывает щиколотку так, что пятка находится впереди, а пальцы отведены назад.

- Растяжка.

Классический экзерсис на середине зала.

Корпус повернут в точку 1 плана класса, то есть enface. Упражнения исполняются по 1 позиции.

- Battement tendu.
- Battement tendujete.
- Rond de jambe par terre en dehors et en dedans.
- Preparation дляRond de jambe par terre.
- II и III Port de bras.

Allegro.

- Saute по всем позициям.
- Pas echappe.

Повороты головы.

Учебный план
2 год обучения
предмет - НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

№	Название темы	Общее кол-во часов	Теория	Практика
1	Беседа о истории народного танца, его видах и жанрах. Знакомство с танцами разных народов	4		
2	Знакомство с основными позами рук и ног. Прямые и свободные позиции рук и ног	8	2	6
3	Знакомство и историей русского танца и разучивание его элементов: - поклон на месте без рук; - простой бытовой шаг вперед; -переменный шаг; - елочка	8	2	6
4	Разучивание элементов русского народного танца: - гармошечка; - ковырялочка; - бег на месте	6	1	5
5	Отработка элементов русского народного танца	4	-	4
6	Разучивание дробей: - притопы; - простая дробь на каждую сильную долю; - простая дробь полупальцами на месте	8	2	6
7	Основные ходы русского танца	6	1	5
8	Раскрывание и закрывание рук: - одной руки; - двух рук	4	1	3
9	Работа над навыками ориентации в пространстве, при движении и перестроении	8	2	6
10	Работа над навыками работы в парах	8	2	6
11	Работа над методикой и техникой исполнения основных движений русского танца	8	2	4
12	Итоговое занятие	2	-	2
	Всего часов	**72**	**15**	**53**

СОДЕРЖАНИЕ
2 год обучения
предмет: НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

Этот раздел предполагает изучение лексики, разнообразную манеру исполнения. Дает представление о народном танце как об одном из наиболее распространенных и древних видах творчества народа. Здесь изучаются особенности народных движений, характерные положения рук в сольном, групповом танце, в хороводах. Связь современных танцев с народными танцами.

Экзерсис народного танца.

Все движения исполняются на середине зала.

- Фигуры хоровода. Построение диагонали, «змейки», «досточки», «гребешка».
- Танцевальный шаг с носка: простой шаг по фигурам хоровода, переменный шаг.
- Позиции рук: 1,2,3, на талии.

Примерный перечень движений фольклорного стиля в современном танце.

- Притопы – удары всей стопой.
- Шаги с притопами.
- «Ковырялочка».
- «Гармошка».
- «Припадание».
- «Моталочка».

Учебный план
2 год обучения
предмет - ЭСТРАДНЫЙ ТАНЕЦ

№	Название темы	Общее кол-во часов
I.	Вводное занятие	6
II.	Разогрев на середине класса	8
III.	Экзерсис у станка	6
IV.	Экзерсис на середине	8
V.	Освоение пространства	4
VI.	Прыжки	8
VII.	Stretching	2
VIII.	Этюдная работа	12
IX.	Отработка элементов	12
X.	Методика и техника исполнения основных движений	8
XI.	Итоговое занятие	2
	Всего часов	**72**

СОДЕРЖАНИЕ
2 год обучения
предмет: ЭСТРАДНЫЙ ТАНЕЦ

Вводное занятие
Понятие современный танец.
Разогрев на середине класса
Освоение дыхания. Roll вперед, в сторону. Шаги с ощущением веса тела. Прыжки на двух ногах по всем позициям низкие, средние, высокие. Упражнения на соединения движения и дыхания, техника release. Arch. Движение корпуса: curveback и arch
Экзерсис у станка
Plie по параллельным и развернутым позициям. Battement tendu / brush. Battement jeté / brush. Ronde de jambe. Swings. Battement fondu. Adajio. Grand battement jeté / swings.
Экзерсис на середине
Plie. Прыжоксшага (sissone) с curve и arch. Упражнения для растяжки (ног, спины). Rond на полу. Импровизация. Развитие навыков координации.

Изучение комбинации на развитие координации. Различные виды перекатов (по тройкам). Fondu. Броски свободным бедром

Освоение пространства

Импровизация. Шаги с ощущением веса тела. Шаги со скольжением из стороны в сторону. Падение на бедро. Падение на бок. Перекаты из стороны в сторону. Перекат с шага, с прыжка. Бег

Прыжки

Бег с ощущением веса тела. Прыжок с шага (sissone) с curve и arch. Прыжки от battement вперед. Стелящееся grandjete'. Grandjete' с акцентом вверх. Grandjete' с согнутой передней ногой в спираль

Stretching

Упражнения для растяжки ног, спины. Расслабление, восстановление

Этюдная работа

Освоение пространства. Танцевальные комбинации. Понятие танцевальной фразы. Создание танцевальной фразы. Вариационное развитие танцевальной фразы. Работа с пространством (ракурс, уровень, продвижение…). Время и ритм (акценты, скорость, пауза, стратегии слушания и др.). Выбор музыкального материала. Анализ музыкального материала. Работа с образами. Работа с предметом

Отработка элементов

Работа с образами. Plie по параллельным и развернутым позициям. Battement tendu / brush.Battement jeté / brush. Ronde de jambe. Swings. Прыжки на двух ногах по всем позициям низкие, средние, высокие. Упражнения на соединения движения и дыхания, техника release. Arch. Движение корпуса: curveback и arch

Методика и техника исполнения основных движений

Освоение дыхания. Roll вперед, в сторону. Шаги с ощущением веса тела.

Swings. Adajio. Grand battement jeté / swings. Импровизация. Развитие навыков координации. Различные виды перекатов (по тройкам). Fondu. Броски свободным бедром

Итоговое занятие

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
3 год обучения
предмет - КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

Задачи:

- Дальнейшее знакомство с дисциплиной «Классический танец»;
- Дальнейшее развитие навыков координации движений;
- Воспитание интереса к классическому танцу – основе хореографического искусства;
- Раскрытие творческих способностей обучающихся;
- Выработка правильной осанки;
- Формирование умения правильно ориентироваться в пространстве;
- Обучение исполнению движений в комбинациях;
- Воспитание интереса и любви к искусству народного танца;
- Изучение основных приемов и техники эстрадного танца;
- Приобретение практических умений и навыков исполнения танцевальных движений.

Учебный план
3 год обучения
Классический танец

№	Название темы	Общее кол-во часов	Теория	Практика
1	Повторение и закрепление пройденного учебного материала	8	2	6
2	Работа над методикой и техникой исполнения комбинаций в экзерсисе	8	2	6
3	Работа над музыкальным и выразительным исполнением учебного материала	6	2	4
4	Методика и техника исполнения allegro	8	2	6
5	Работа над навыками запоминаний учебных комбинаций	6	2	4
6	Разучивание прыжков у станка	8	2	6
7	Разучивание прыжков на середине	8	2	6
8	Работа над высотой и силой прыжка	8	2	6
9	Этюды и прыжки	8	2	6
10	Итоговое занятие	4	1	3
	Всего часов	**72**	**19**	**53**

Ожидаемые результаты 3 года обучения

Обучающиеся 3 года обучения:

- Владеют танцевальной техникой;
- Умеют самостоятельно сочинить небольшой этюд;
- Имеют красивую осанку, грамотность и выразительность движений;
- Знают правила исполнения движений народного танца;
- Знают хореографическую терминологию;
- Умеют исполнять простейшие движения народного танца;
- Владеют вестибулярным аппаратом;
- Могут анализировать показанные педагогом упражнения и движения;
- Знают упражнения и движения эстрадного танца.

СОДЕРЖАНИЕ
3 год обучения
КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

Повторяются в ускоренном темпе упражнения, указанные в программе II года обучения. Дополнительно изучается уровень подъема ног, например, положение работающей ноги на щиколотки опорной ноги (Cou-de-pied), икры и колена. Повторяются и дополняются новые упражнения, прыжки. Постановка корпуса в выворотном положении, держась одной рукой за станок. Экзерсис исполняется по 3 позиции, позднее заменяется 5 позицией.

Классический экзерсис у станка.

- Battementsoutenu. Выдерживать, поддерживать, втягивать.
- Battementtendujetepique. Натянутое движение ноги, колющий бросок.
- Rond de jambe par terre demi-plies.
- Положение ноги Surlecou-de-pied сзади: стопа прикасается пяткой к щиколотке опорной ноги сзади, оставляя подъем и пальцы сильно натянутыми. Cou-de-pied условное: сильно натянутые пальцы касаются щиколотки мизинцем.
- Battement fondu, ногавпол. Тающий, текущий. Развивает силу ног, ловкость, подвижность колена.
- Battement frappe, ногавпол. Движение развивает силу ног, ловкость, подвижность колена.
- Battement relevelentна 90°.
- Battementdevelope. Разворачивающее движение, развивает силу ног, выворотность тазобедренного сустава, вырабатывает изящество основных поз.
- Port de bras.
- Grand battement jetекрестом.

Классический экзерсис на середине зала.

Корпус повернут в точку относительно позы, в которой находится участник. Упражнения исполняются по 3 позиции, позднее по 5 позиции.

- Tempslieparterre, связующее, плавное, слитное.
- Battement tendujete pique.
- Battement fonduногавпол.

- Battement frappe, ногавпол.
- IV Port de bras.

Позы.

- Effacee, Croisse.

Allegro.

- Changement de pieds.
- Pas assamble

Tour chaine.

Pirouette.

Учебный план
3 год обучения
предмет - НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

№	Название темы	Общее кол-во часов	Теория	Практика
1	Повторение пройденного материала	4	-	4
2	Экзерсис у станка	8	2	6
3	Элементы русского народного танца	8	2	6
4	Дробные движения	6	1	5
5	Веревочки I, II, III	4	1	3
6	Разновидности маталочки	4	1	3
7	Движения по диагонали	6	1	5
8	Работа над ритмическим рисунком в танце	6	1	5
9	Танцевальные шаги в этюдах	6	1	5
10	Уральский бег	4	1	3
11	Припадание	4	1	3
12	Каблучки	4	1	3
13	Верчение	8	2	6
14	Итоговое занятие	2	-	2
	Всего часов	72	13	59

СОДЕРЖАНИЕ
3 год обучения
предмет: НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ

Дальнейшее развитие техники исполнения народных танцев, навыков координации и танцевальности. Усложняется ритмическая основа комбинаций, этюдов. Изучается техника вращения на месте, по диагонали и по кругу. Начало изучения русских кадрилей, формы ее построения.

Деление кадрилей на формы их построения.

- квадратные
- линейные
- круговые.

Примерный перечень движений.

- Каблучные упражнения в сочетании с бросками, дробными выстукивающими «ковырялочка».
- Круговые движения ногами по полу в сочетании с наклоном и перегибом корпуса.
- Большие броски в сочетании с пируэтом, с «ножницами».
- Вращения.

Учебный план
3 год обучения
предмет - СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ

№	Название темы	Общее кол-во часов	Теория	Практика
1	Введение в предмет	2	2	-
2	Разминка на середине класса	4	-	4
3	Экзерсис у станка	8	2	6
4	Экзерсис на середине	8	2	6
5	Освоение пространства	8	2	6
6	Работа по диагонали	8	2	6
7	Этюдная работа	8	2	6
8	Эстрадные движения в квадрате	8	2	6
9	Отработка элементов	8	2	6
10	Разновидности прыжков	8	2	6
11	Итоговое занятие	2	-	2
	Всего часов	**72**	**18**	**54**

СОДЕРЖАНИЕ
3 год обучения
предмет: ЭСТРАДНЫЙ ТАНЕЦ

Этот раздел включает в себя два направления современного танца: джаз и модерн.

Джаз-танец.

Основы джаза на середине зала. Проработка стопы по позиции «параллель» через чередование выворотных и параллельных позиций ног с одновременной усложненной работой корпуса через контракцию и релиз, закрытием и раскрытием корпуса с постоянной сменой работы рук в джазовых позициях. Маховая работа рук с широким использованием дыхания в стилистике джаза. Использование всех упражнений на середине зала в сочетании с джазовыми позициями ног и корпуса. Изучение происходит от простого к сложному.

Программа включает джазовый экзерсис на середине зала и дорожки, шаговые комбинации с элементами пройденного материала, которые исполняются по диагонали из угла класса.

Примерный перечень движений современной пластики.

- «Семафор».
- «Штопор».
- Боковой ход с круговым движением рук.
- Мельница.
- Шаг плие и повороты.
- «Регулировщик».
- «Манекен».

- «Прицел».
- «Конвейер» (развивает координацию).
- «Флюгер» (развивает координацию).
- «Повороты».
- Джоггит – прыжковые и беговые упражнения.
- Стрейчинг – растяжка.

«Стретч» - «скручивание» и «раскручивание» корпуса. «Скручивание» и «раскручивание» корпуса через положение параллельно полу. Торсовая работа корпуса (боковая) – «тяжки» на закрепление мышечных ощущений спины и бока.

Модерн-танец.

Основой модерна являются элементы классического танца. Также можно назвать это современным балетом. Позиции рук и ног. Постановка корпуса из классического танца. Но они более свободны и выполняются не с такой точностью, как в классическом танце. Экзерсис остается также классическим, но исполняется под запись фонограммы на середине зала.

Экзерсис модерн - танца.

- Demi- и grand-plie.
- Battement tendu.
- Passe par terre.
- Rond de jambe par terre.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
4 год обучения

предмет - КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ

Цель: Заложить основы знаний по хореографии

Задачи:

- Научить детей правильно держать осанку;
- Научить детей ориентироваться в танцевальном классе;
- Научить детей основным положениям рук и ног в хореографии;
- Развить ритмические способности и координацию движений;
- Развить двигательные способности, ловкость и подвижность.

Учебный план

№	Название темы	Общее кол-во часов	Теория	Практика
1	Беседа о классическом танце	8	2	6
2	Работа над постановкой корпуса, рук и ног	8	2	6
3	Изучение терминологии	8	2	6
4	Разучивание поз рук и ног	8	2	6
5	Музыкальное воспитание	8	2	6
6	Движение под музыку	8	2	6
7	Навыки выразительного движения	8	2	6
8	Demi plie по I и VI позиции	8	2	6
9	Peleve низкие и высокие	6	1	5
10	Итоговое занятие	2	-	2
	Всего часов	**72**	**17**	**55**

Ожидаемые результаты 4 года обучения

К концу 1 года обучения обучающиеся:

- Знают позиции рук и ног в классическом танце;
- Имеют общее понятие о танце, его видах;
- Имеют представление о характере, выразительности исполняемых движений;
- Различают характер и темп музыки;
- Владеют темпом и передачей движений;
- Владеют координацией движений;
- Владеют синхронностью движений.

СОДЕРЖАНИЕ
4 год обучения
предмет: ***КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ***

Закрепление устойчивости. Координация. Закрепление мышечного аппарата
Работа над методикой и техникой исполнения комбинаций в экзерсисе(на полу пальцах и пальцах)
Работа на середине класса Releve. Pas echappe на пальцах. Adagio. Pas de bourre
Музыкальное и выразительное исполнение учебного материала
Умение слышать характер музыкального сопровождения. Ритмический рисунок
Экзерсис у станка Demi – plié и grand plie. Battement tendu на croize
Экзерсис у станка Battement tendu jete efface. Rond de jambe par terre
Экзерсис у станка Battement fondu. Battement frappe
Pirouette у станка en dehors en dehans. Battement developpe
Grand battement у станка. Port de bras на полупальцах
Методика и техника исполнения allegro
allegro на середине зала Temps leve. Grand changement de pieds
allegro на середине зала Pas echappe en tournan. Saute в продвижение
Прыжки класического танца Grand assamble. Grand jete
Grand battement. Battement developpe
Экзерсис на середине класса Battement tendu на croize. Pas de chat grand
Экзерсис на середине класса Temps lie. Battementtendu
Экзерсис на середине класса Battementtendu jete. Rond de jambe par terre
Экзерсис на середине класса Battement fondu. Battement frappe
Grand Battement. Releve на пальцах
Pas couru. Pas de bourre
Croize вперед большаяПозы на середине класса. Croize назад большая
Позы на середине класса Efface вперед большая. Efface назад большая
Позы на середине классаEcarte вперед большая. Ecarte назад большая
Releve. Упражнение на 1 ноге
Выработка оси. Укрепление апломба
Равновесие. Работа над устойчивостью. Работа над устойчивостью в подготовке к турам
Этюд на рисунок. Этюд на смену музыкального восприятия
Этюд на танцевальность элементов. Этюд на пальцах
Укрепление мышечного аппарата. Проработка экзерсиса у станка
Проработка пальцевой техники. Allegro
Итоговое занятие

Учебный план
4 год обучения
предмет – *НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ*

№	Название раздела	Общее кол-во часов
I.	Вводное занятие	2
II.	Экзерсис у станка	8
III.	Элементы русского народного танца	6
IV.	Работа над движениями русского танца	4
V.	Дробные движения	4
VI.	Прыжки	4
VII.	Движения по диагонали	4
VIII.	Координация движений	6
IX.	Работа над ритмическим рисунком в дробях	6
X.	Методика и техника исполнения танцевальных движений	4
XI.	Основные движения русского танца	6
XII.	Вращения	4
XIII.	Постановка этюдных миниатюр	10
XIV.	Итоговое занятие	2
	Всего часов	**72**

СОДЕРЖАНИЕ
4 год обучения
предмет – *НАРОДНЫЙ ТАНЕЦ*

Вводное занятие
Вводное занятие
Экзерсис у станка
Demi-plie
Battement tendu
Выстукивание
Grand battement
Элементы русского народного танца
Основные шаги. Дробные комбинации. Вращения
Работа над движениями русского танца
Переменный шаг с руками. Вращения по кругу

Дробные движения

Комбинированные дроби. Синкопированные дроби

Прыжки

Поджатые

Турчики

Движения по диагонали

Шене

Подскок с поднятием ноги на 90

Координация движений

Двойная дробь с руками. Соединение дробей с руками. Дробные комбинации с добавлением рук и корпуса

Работа над ритмическим рисунком в дробях

Разнообразные соединении соскоков, притопов. Соединение простых и сложных дробей. Синкопированные дроби

Методика и техника исполнения танцевальных движений

Проучивание вращений по кругу. Вращения с дробью

Основные движения русского танца

«Ковырялочка»

«Моталочка»

«Припадание»

Вращения

Вращения «Андеор»

Вращения «Андедан»

Постановка этюдных миниатюр

«Карусель»

«Корзиночки»

«Девичий пляс»

«Гусеница»

«Ручеек»

«Пролог»

Итоговое занятие

Учебный план
4 год обучения
предмет – *ЭСТРАДНЫЙ ТАНЕЦ*

№	Название раздела	Общее кол-во часов
	Вводное занятие	2
	Понятие импровизации	2
	Контактная импровизация	8
	Введение в технику Release и Bodyawareness	6
	Работа отдельных частей тела и всего тела в движении	8
	Техника Bodyawareness и развитие восприятия и выразительности движения	12
	Движение корпуса	10
	Ритм в современном танце	8
	Постановки композиций	14
	Итоговое занятие	2
	Всего часов	**72**

СОДЕРЖАНИЕ
4 год обучения
предмет – *ЭСТРАДНЫЙ ТАНЕЦ*

Вводное занятие
Вводное занятие
Понятие импровизации
Импровизация – вид танцевального искусства
Контактная импровизация
Внимание и контакт. Разделение пространства. Вес и центр тяжести. Структура человеческого тела
Введение в технику Release и Bodyawareness
Введение в технику Release и Bodyawareness. Значение техники Release и Bodyawareness в подготовке танцоров современного танца, артистов балета. Различные системы тела. их функции и роль в движении
Работа отдельных частей тела и всего тела в движении
Понятие центральной оси тела. Понятие трех центров тела, их взаимосвязь и взаимодействие во время движения. Свободное движение головы, шеи, рук Свободное движение грудной клетки и всего торса
Техника Bodyawareness и развитие восприятия и выразительности движения
Техника Bodyawareness и развитие восприятия и выразительности движения. Восприятие. Пять чувств и их влияние на движение. Наружный баланс и

внутренний баланс. Интеграционные аспекты баланса. Организация тела в движении. Аспекты развития движения. Рефлексы и паттерны

Движение корпуса

Движение корпуса

Curve – наклон верха корпуса вперед

Side – наклон верха корпуса в сторону

Arch – наклон верха корпуса назад

Flatback – наклон с прямой спиной вперед и вперед по диагонали

Ритм в современном танце

Роль ритма в джазе. Роль плавной музыки в модерне. Варианты ритмических структур в танцевальных фразах. Общие рекомендации по подбору музыкального материала для танца

Постановки композиций

Подбор мелодий и движений в танцевальной композиции. Подготовительный этап. Технологический этап. Заключительный этап. Постановки композиций

Итоговое занятие

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

С 02.09.2024 г. по 06.09.2024 г. – набор и формирование групп на дополнительную общеобразовательную программу.

Начало учебных занятий для обучающихся: с 01.09.2024 г.

Окончание: 31.05.2025 г.

Продолжительность учебного года: 36 недель.

Продолжительность и периодичность занятий: 1 раз в неделю по 2 академических часа.

Промежуточная аттестация: с 23 по 28 декабря (по графику, утвержденному приказом директора).

Аттестация по итогам освоения программы: с 26 по 31 мая (по графику, утвержденному приказом директора).

Выходные и праздничные дни: 04.11.2024 г., 29.12.2024-08.01.2025 г., 23.02.2025 г., 08.03.2025 г., 01.05.2025 г., 08-09.05.2025 г.

Объем программы: 864 часа

Срок освоения программы: 4 года

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Дидактический материал

- Словарь (танцевальные термины)
- Иллюстрация
- Стенды
- Наглядные пособия
- Учебно-методический комплекс для учащегося

Оборудование кабинета

- Кабинет (светлый, теплый, проветриваемый) с отделением для переодевания детей;
- Деревянный пол (паркет);
- Укрепленное на стене зеркало (зеркальная стена) высотой не ниже 150-175 см.; Зеркало необходимо укрепить от пола на высоте 30-40 см.;
- Хореографический станок, укрепленный в пол и в стену, состоящий из двух параллельных брусьев на высоте от пола 80 см (нижний), 100 см (верхний);
- Фортепиано;
- Коврики (16 штук) 120 на 120 см.

Техническое оборудование

- Магнитофон с мощными колонками;
- Видеомагнитофон;
- Телевизор;
- Набор аудиозаписей, CD;
- Набор видеозаписей;

- Набор иллюстрированного материала (журналы, книги, стенды, фотографии).

Форма для занятий

Специальный костюм:

- Гимнастический купальник	черный цвет
- Лосины (короткие велосипедки)	черный цвет
- Лосины (длинные)	черный цвет
- Носки	белого цвета
- Юбка выше колен	черного цвета

Обувь:

- Мягкая обувь	белого цвета
- Джазовки	черного цвета
- Народная обувь	красного цвета

Сценические костюмы

2.3. Формы аттестации

Время проведения	Цель проведения	Формы контроля
Текущий контроль		
В течение всего учебного года (в конце раздела)	Определение степени освоения обучающимися учебного материала. Определение готовности к восприятию нового материала. Повышение ответственности и заинтересованности в обучении. Выявление отстающих обучающихся и обучающихся, опережающих обучение.	Творческая работа, тестирование, опрос
Промежуточная аттестация		
В середине учебного года	Определение степени освоения обучающимися учебного материала. Выявление отстающих обучающихся и обучающихся, опережающих обучение.	Творческая работа, участие в конкурсах
Аттестация по итогам освоения программы		
В конце учебного года (обучения по программе)	Определение результатов обучения	Отчетный концерт

Результатом успешного освоения программы является участие в творческих выставках, конкурсах.

Формы аттестации для определения результативности освоения программы – творческая работа. Текущий контроль проводится после изучения каждого раздела и вносится в мониторинговую карту. Форма проведения: творческая работа, опрос, тестирование.

Для определения степени освоения обучающимися учебного материала проводится промежуточная аттестация в виде представления творческой работы. Аттестация по итогам освоения программы проводится в форме отчетного концерта.

2.4. Оценочные материалы

Механизм оценки результатов

Исходя из требований предполагается, что ребенок, который прошел полное обучение в коллективе, должен получить такой комплекс знаний, умений и навыков и такой уровень общеличностной культуры, который бы позволил ему органически включиться в сферу художественной жизни развитие в сфере хореографического искусства. Мы не ставим своей целью воспитание профессионального танцора, цель нашей работы — это не только ЗУН, но и развитие ученика, и в связи с этим мы столкнулись с проблемой критерии успешности обучения хореографии. Но сама проблема критериев связана с проблемой оценки достижений ученика. Мы не пользуемся пятибальной системой оценки, но нельзя отождествлять уроки хореографии с другими предметами. Как же сравнить различных и неповторимых между собой учеников? Также очень трудно оценить с точки зрения оценки чувство танца, музыки, души, эмоциональность нельзя уместить в пятибалльную систему. Поэтому хореографическое воспитание не предполагает одинакового уровня развития, как и одинакового достоинства оценок.

На начальном этапе оценки весьма относительны, оценивается не достижения учащегося, не его мастерство, которого еще нет, а эмоциональная увлеченность, отношение к предмету, внешний вид, культура поведения на занятии.

Мы пытались оценить уровень развития внимания, музыкальность, хореографическая память, чувство ритма, умение эмоционально принимать музыку, артистизм, активность и точность выполнения задания в соответствии с требованиями программы.

Высокий уровень - если ученик умеет без затруднения, достаточно активно, точно выполнять учебные задания, ошибки допускает малозначительные, обладает хорошо развитым вниманием, музыкальностью, памятью, чувством ритма, артистичностью.

Средний уровень - ставиться, если ученик способен без особых затруднений достаточно точно и активно выполнять учебное задание, допускает не грубые ошибки, обладает хорошо развитым вниманием, музыкальностью, мышечной памятью, чувством ритма, эмоциональностью, но лишен артистизма.

Ниже среднего - ставиться, если ученик удовлетворительно знает объем учебной программы и правила выполнения изученных движений, допускает иногда грубые ошибки, обладает удовлетворительным чувством ритма, недостаточно музыкален. Результаты зачетных занятий (итоговая аттестация) не являются переводными, а служат ориентиром для дифференцированного подхода к обучению.

Отслеживаются личностные качества ребенка: ценности, интересы, склонности, уровень притязательности, уровень профессионального самоопределения, положение ребенка в объединении; отслеживается экспертиза деловых качеств ребенка (тетрадь с мониторингом).

При оценке усвоения программы применяются следующие методы диагностики:

- собеседование

- наблюдение
- анкетирование
- выполнение отдельных элементов
- тестирование
- участие в концертах и конкурсах

2.5. Методические материалы

Психофизиологические особенности детей

Младший школьный возраст

Отличаются чрезвычайной подвижностью, нуждаются в частной смене движений. Организм ребенка еще недостаточно окреп. В этот период нужно внимательно отнестись к дозировке физических упражнений.

Сохранение точной формы движений, требуемое в танцевальной подготовке по классической системе, представляет для таких ребят большую трудность. Поэтому следует ограничиваться небольшим количеством подготовленных упражнений, имеющих целью выработку правильной осанки. На занятиях младших школьников большое внимание уделяется ритмическим упражнениям, построенным на простых движениях, которые развивают у детей умение согласовывать свои движения с музыкой. Репертуаром для детей этого возраста являются танцы, построенные на народных элементах, а также танцы игрового характера.

Средний школьный возраст

Отличаются большой детальной активностью и восприимчивостью. Горячее желание детей научиться, их стремление к достижению намеченной цели создают на занятиях серьезную деловую атмосферу. Содержание и методы преподавания танца по сравнению с занятием младших школьников усложняется. Изменяется степень сложности учебного материала, расширяется объем работы над тренировочными классическими упражнениями. Форма танцевальных постановок становится более сложной, расширяется репертуар коллектива. Основной репертуар - народные, эстрадные танцы, классика (детская).

Старший школьный возраст

Особенно важно воспитание сознательного отношения к искусству танца, рост общей культуры воспитанника, пробуждение в них творческой активности. Воспитанники по общему и физическому развитию приближаются к взрослым. Возможности школьников старшего возраста в овладении техникой танцевальный движений позволяют им исполнять народные и классические танцы с более разнообразным и сложным подбором танцевальных элементов, соответствующих содержанию расстановки.

В старших группах воспитанники понимают, что зрительный успех бесспорно принятый и важный стимул для творчества. В старших группах проводятся беседы о других ансамблях России, посещаются занятия танцевальных коллективов с последующим обсуждением.

Старшие воспитанники участвуют во всех концертах, фестивалях, конкурсах, отчитываются на показательных концертах и открытых уроках.

2.6. Воспитательная работа

Воспитание, как процесс взаимодействия ребенка и окружающих его взрослых, а также других средств воздействия, главной своей целью ставит формирование у обучающихся понимания универсальных ценностей и моделей поведения, которые составляют основы культуры человека.

Воспитание помогает подростку развивать способность делать осознанный выбор в системе ценностных ориентации, своего социального поведения, моральных норм.

Повышению общего культурного уровня обучающихся способствует посещение спектаклей, концертов, выставок. Важную роль в воспитании обучающихся и формировании комфортного эмоционального климата играют общие походы на природу, в бассейн, совместное празднование дней рождений.

В работе используется системный подход, позволяющий установить взаимосвязь между всеми компонентами учебно-воспитательного процесса, что помогает педагогу наилучшим способом добиваться поставленных в программе задач.

План воспитательной работы

Мероприятие	Дата
Организационно-массовая работа	
Участие в проведении общественных праздников и праздничных мероприятий (Новый год, 8 Марта, дни рождения и т.д.)	в течение года
Дискотеки для обучающихся	Октябрь, ноябрь, март
Встречи с психологом	в течение года
Чаепитие	в течение года
Посещение бассейна	Январь, май
Посещение театров г. Челябинска	в течение года
Посещение цирка	Апрель
Посещение городского парка	Май
Трудовое воспитание	
Участие в трудовых десантах	Апрель
Нравственное и патриотическое воспитание	
Посещение городского и областного краеведческого музея	Октябрь, февраль
Беседы о необходимости соблюдения чистоты родного города, об охране природы	в течение года
Работа с родителями	
Проведение родительских собраний	Апрель
Привлечение родителей к делам и мероприятиям коллектива	в течение года
Открытые занятия для родителей	Декабрь

3. Список литературы

Для педагога:

1. Андреев В.И. Педагогика творческого саморазвития. – Казань, 1998.
2. Богоявленская Т. Дополнительная образовательная программа танцевального ансамбля «Санта Лючия». – М., 2009.
3. Бондаренко Л.Н. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях. – М., 2008.
4. Ваганова А. Основы классического танца. – Л., 1980.
5. Власенко Г.Я. Танцы народов Поволжья. – С., 1992.
6. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. – М., 2003.
7. Данилина Т.А. В мире детских эмоций: пособие для практических работников ДОУ / Т.А. Данилина, В.Я. Зедгенидзе, Н.М. Степина – 4-е изд. – М., 2008.
8. Добровольская Г.Танец. Пантомима. Балет. – Л., 1980.
9. Звездочкин В.А. Классический танец. – Ростов на/Д., 2003.
10. Морель Ф. Хореография в спорте. – Л., 1980.
11. Нерре-Клерман А.Н. Роль социальных взаимодействие в развитии интеллекта детей. – М., 1991.
12. Никитин В.П. Ступеньки творчества или развивающие игры. – М., 1991.
13. Опришко М.В. Авторская программа обучения детей дошкольного возраста искусству хореографии: «Талант – восьмое чудо света». [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://festival.1september.ru
14. Палавандшивили М.Л. Ритмика – М., 1994.
15. Педагогика. Учебное пособие для студентов педагогических вузов и педагогических колледжей. / Под ред. П.И. Пидкасистого. – М., 1998.
16. Психологический словарь-справочник. / Дьяченко М.И., Кандыбович Л.А. – Мн.: Харвест, М.: АСТ, 2001.
17. Руднева С., Флин Э. Музыкальное движение. – СПб., 2000.
18. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Р. «Са-фи-данс» танцевально-игровая гимнастика для детей. – СМ.-П., 2003.
19. Фридман П.М., Волкова К.Н. Психологическая наука - учителю. – М., 1985.
20. Эльям Н. Образы танца. – М., 1970.

Для детей:

1. Барышникова Т.С. Азбука хореографии. – М., 2001.
2. Боттомер П. Учимся танцевать. – М., 2001.

Для родителей:

1. Волков В. Спасательный круг любви. // Воспитание школьников. – 2003. –№6. – С.53-56.
2. Захарова Л. За что мы браним детей. // Воспитание школьников. – 2003. – №8. – С.47-57.
3. Медведева И., Шишкова Т. Этюды по преодолению застенчивости. //

Воспитание школьников. – 2004. – №6. – С.53-56.
4. Скляров И. Почему грубит подросток. // Воспитание школьников. – 2003. – №6. – С.57-60.
5. Шишова Т. Как ребенку постоять за себя? // Воспитание школьников. – 2001. – №9. – С.47-49.