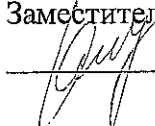


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «СРЕДНЯЯ ШКОЛА ШКОЛА №7»

СОГЛАСОВАНО

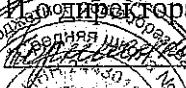
Заместитель директора по ВР

 Немченко Ю.В.

«28» 08. 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

 Корниенко А.В.

Приказ № 46-ОД

От «28» 08. 2024 г.



**РАБОЧАЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
художественной направленности**

**«СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ»
(базовый уровень)**

Возраст учащихся: 7-15 лет
Срок реализации программы: 3года

Автор программы:
Зайцева Мария Михайловна,
педагог дополнительного образования

г. Ачинск, 2024г.

СОДЕРЖАНИЕ

1.	Пояснительная записка	3
2.	Учебный план	8
2.1.	Учебный план первого года обучения	8
2.2.	Учебный план второго года обучения	19
2.3.	Учебный план третьего года обучения	10
3.	Содержание программы	12
3.1.	Содержание программы первого года обучения	12
3.2.	Содержание программы второго года обучения	17
3.3.	Содержание программы третьего года обучения	23
4.	Методическое обеспечение программы	29
5.	Список литературы	32
6.	Глоссарий	33
7.	Календарный учебный график	34

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Среди множества форм художественно-эстетического воспитания подрастающего поколения хореография занимает особое место. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию детей, дают гармоничное пластическое развитие, формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотные манеры поведения в обществе, дают представление об актерском мастерстве.

Танец развивает эстетический вкус, воспитывает нравственные качества и возвышенные чувства, но и, в отличие от других искусств, оказывает существенное влияние на физическое развитие ребенка.

Направленность программы «Современный танец» - художественная. Программа направлена на развитие художественно-эстетического вкуса, творческих способностей детей, ориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных.

Рабочая дополнительная общеразвивающая программа «Современный танец» разработана в соответствии с:

- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденным приказом Министерства просвещения РФ от 09.11. 2018г. № 196(в редакции приказа Минпросвещения России от 30.09.2020 №533);
- Требованиями к образовательным программам дополнительного образования детей (письмо Минобрнауки от 11 декабря 2006 г. №06-1844);
- Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. №28;
- Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11. 2015 № 09-3242);

Уровень освоения содержания программы: базовый

Актуальность программы. В настоящее время активно пропагандируются новые формы танцевального искусства, популярные танцевальные стили и направления современной хореографии. Тенденция увлечения современными танцами позволяет удовлетворить естественную физическую потребность ребенка в разнообразных формах движения, расширить его художественный кругозор, раскрыть индивидуальные возможности и творческие способности детей младшего и среднего возраста через танцевально-игровую деятельность посредством современной хореографии, адаптироваться к условиям современной жизни. Современный танец развивается, следуя за новейшими музыкальными тенденциями, а значит, он всегда находится на самом пике моды, то есть сиюминутного спроса, как детей, так и родителей.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что она обеспечивает общее гармоническое, психологическое, духовное и физическое развитие ребенка; формирование разнообразных умений, способностей и знаний в области современного танца; воспитание у ребенка потребности в здоровом образе жизни.

Цель программы: раскрытие индивидуальных возможностей и творческих способностей детей младшего и среднего школьного возраста посредством хореографии через танцевально-игровую деятельность.

Задачи:

Образовательные (программные):

- ознакомление учащихся с основами хореографического мастерства;
- обучение элементам классического, народного и современного танца;
- формирование музыкально-ритмических навыков;
- формирование правильной осанки с помощью специальных упражнений;

- овладение начальными навыками актерского мастерства;
- организация постановочной и репетиционной деятельности.
- развитие физических качеств: гибкость, координация движений, равновесие, мышечная силу, выносливость

Метапредметные:

- развитие музыкальных способностей: чувство ритма, эмоциональная отзывчивость на музыку;
- развитие музыкально-игровых образов, танцевальной выразительности, артистизма;
- развитие фантазии, способности к импровизации;
- развитие мотивации к творческой деятельности;
- развитие интереса к самостоятельной и коллективной работе.

Личностные:

- создание условий дружественной среды вокруг самоопределяющейся личности, адаптации к современной жизни;
- развитие у детей интереса и уважения к танцевальному искусству;
- воспитание художественного вкуса;
- формирование ответственного отношения к обучению, готовности учащихся к саморазвитию и самообразованию;
- воспитание у учащихся самостоятельности, наблюдательности, аккуратности и умения работать в коллективе;
- приобщение учащихся к здоровому образу жизни и гармонии тела.

Планируемые результаты освоения содержания программы «Современный танец»

Программные результаты 1 года обучения:

умеют:

- ориентироваться в танцевальном зале;
- следить за внешним видом;
- выполнять ритмические упражнения;
- выполнять элементы классического танца;
- выполнять движения народного танца;
- выполнять простейшие перестроения;
- различать музыкальные части;
- выполнять комплекс упражнений для гибкости в партере;
- исполнять танцевальный репертуар;
- передавать содержание танцевального образа движениями;
- передавать в игре взаимосвязь нескольких персонажей

владеют:

- элементами музыкальной грамоты;
- комплексом упражнений для гибкости в партере;
- танцевальным репертуаром;
- основными позициями и положениями рук и ног;
- ритмическими упражнениями, элементами классического танца.

Программные результаты 2 года обучения

умеют:

- акцентировать на сильную долю в шагах;
- различать сильную долю такта, вступительные и заключительные аккорды;
- выполнять элементы классического танца;
- выполнять элементы народных танцев;
- точно исполнять разучиваемые движения;
- соединять элементы и движения в комбинации и фигуры;
- согласовывать движение своего тела с музыкой;
- танцевать по линии танца, диагонально;
- выразительно исполнять современные танцы;
- ориентироваться на танцевальной площадке;

- различать стили современных танцев;
- выполнять комплекс упражнений для гибкости в партере;
- создавать музыкально-игровые образы.

владеют:

- стилем и манерой исполнения танцев;
- комплексом упражнений для гибкости в партере;
- танцевальным репертуаром;
- терминологией элементов классического танца.

Программные результаты 3года обучения

умеют:

- исполнять комплекс общеразвивающих упражнений;
- выполнять основные элементы классического и народных танцев;
- правильно танцевать и различать основные элементы современных танцев по стилям;
- соединять движения и комбинации в фигуры;
- отрабатывать движения и танцы в целом;
- передавать манеру и стиль современных танцев;
- исполнять танцевальный репертуар;
- показать своё умение на различных праздниках, конкурсах;
- использовать творческую фантазию для выполнения различных импровизационных заданий.

владеют:

- комплексом общеразвивающих упражнений;
- основными элементами классического и народных танцев;
- основными стилями современного танца;
- танцевальным репертуаром.

Метапредметные результаты:

- способность к построению индивидуальной образовательной траектории;
- сформированность творческого мышления, навыки продуктивного сотрудничества;
- владение культурой коллективного общения со сверстниками и взрослыми;
- владение навыками контроля и самоконтроля;
- самокритичность в оценке своих способностей.

Личностные результаты:

- готовность и способность к саморазвитию;
- развитие умений и навыков познания и самопознания;
- опыт танцевальной деятельности;
- личностное самоопределение;
- устойчивая мотивация и познавательный интерес к современному танцу и хореографической деятельности.

Отличительные особенности программы «Современный танец» отсутствующих заключаются в том, что обучение ведется на основе классической, народной и современной хореографии с использованием игровых методик и инновационных направлений (музыкально-игровое творчество, импровизация, стилизация современных стилей), которые делают ее интересной и современной. Ведущей идеей программы является обучение технике современного танца в различных сочетаниях современных стилей через танцевально-игровую деятельность (игротанцы, подражательные игры, творческие задания).

Адресат программы: учащиеся младшего и среднего школьного возраста.

Объем и срок освоения программы: срок реализации программы – 3 года, общее количество учебных часов по программе – 576, в том числе предусмотрено 60 часов теоретических занятий и 516 часа практических занятий. Условия набора в учебное объединение: принимаются все желающие.

Форма обучения: очная, очная с применением дистанционных технологий.

Режим занятий: единицей измерения учебного времени и основной формой организации учебно-воспитательного процесса является учебное занятие. Форма занятий - групповая. Состав групп постоянный, разновозрастный. Продолжительность одного занятия составляет 40 мин. Перерыв между учебными занятиями - 10 минут. На каждый год обучения отводится по 144 часа, занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа.

Наполняемость групп: не менее 12 учащихся.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов

Механизмом оценки результатов, получаемых в ходе реализации программы, является контроль программных умений и навыков (УиН) и общих учебных умений и навыков (ОУУиН).

Уровень сформированности программных умений и навыков (УиН) и качество освоения УиН определяются в рамках текущего контроля, промежуточной аттестации и аттестации по завершении реализации программы.

Виды контроля по определению уровня сформированности программных умений и навыков (УиН) и качества освоения УиН:

- начальный контроль – проводится в начале освоения программы и на последующих годах обучения с 15 по 25 сентября;
- промежуточная аттестация – с 20 по 26 декабря, с 12 по 19 мая;
- аттестация по завершению реализации программы – в конце освоения программы с 12 по 19 мая.

Текущий контроль проводится систематически на занятиях в процессе всего периода обучения по программе.

Контроль программных УиН осуществляется по следующим критериям: владение практическими умениями и навыками, специальной терминологией, креативность выполнения практических заданий, владение коммуникативной культурой.

Оценка программных УиН осуществляется по 4-балльной системе (от 2 - 5 баллов).

Начальный контроль проводится в форме практических и творческих заданий. Используемые методы – наблюдение и опрос, показ упражнений и комбинаций.

Промежуточная аттестация - в форме творческого отчета. Используемые методы – показ комбинаций, творческих номеров, наблюдения, опрос.

Аттестация по завершении реализации программы проводится в форме концерта, творческого отчета. Используемые методы – показ комбинаций, творческих номеров, наблюдения, опрос.

Содержание аттестации по завершении реализации программы определяется на основании содержания дополнительной общеразвивающей программы и в соответствии с ее прогнозируемыми результатами.

Результаты аттестации по завершении реализации программы и промежуточной аттестации фиксируются в протоколах. Копии протоколов аттестации по завершению реализации программы вкладываются в журналы учета работы педагога дополнительного образования в объединении.

Выпускникам учебных групп по результатам аттестации по завершении реализации программы выдаются удостоверения о прохождении полного курса обучения по общеразвивающей программе.

Критерии оценки результатов освоения программы

На 1 году обучения:

Начальный контроль:

- выполнение ритмических упражнений;
- выполнение простейших перестроений;
- выполнение упражнений с элементами классического танца.

Промежуточная аттестация:

- выполнение элементов классического танца;
- выполнение комплекса упражнений для гибкости в партере;
- выполнение основных позиций и положений рук и ног.

Промежуточная аттестация:

- выполнение движений народного танца;
- выполнение комплекса упражнений для гибкости в партере;
- умение передавать содержание танцевального образа движениями.

На 2 году обучения:

Начальный контроль:

- умение различать сильную долю такта, вступительные и заключительные аккорды;
- выполнение элементов народных танцев;
- умение точно исполнять разучиваемые движения.

Промежуточная аттестация:

- умение соединять элементы и движения в комбинации и фигуры;
- умение согласовывать движение своего тела с музыкой;
- выразительно исполнять современные танцы.

Промежуточная аттестация:

- умение различать стили современных танцев;
- выполнение комплекса упражнений для гибкости в партере;
- умение создавать музыкально-игровые образы.

На 3 году обучения:

Начальный контроль:

- умение исполнять комплекс общеразвивающих упражнений;
- выполнение основных элементов классического и народного танца;
- умение правильно танцевать и различать основные элементы современных танцев по стилям.

Промежуточная аттестация:

- умение соединять движения и комбинации в фигуры;
- умение передавать манеру и стиль современных танцев;
- умение исполнять танцевальный репертуар.

Аттестация по завершении реализации программы:

- владение навыком постановочной работы;
- умение использовать творческую фантазию для выполнения различных импровизационных заданий;
- исполнение основных стилей современного танца.

Условия реализации программы

Данная программа может быть реализована при взаимодействии следующих составляющих ее обеспечения:

Учебное помещение, соответствующее требованиям санитарных норм и правил, установленных Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. №28.

Материально-техническое обеспечение:

ЦДТ, каб. 7

<i>Наименование</i>	<i>Кол-во</i>
Музыкальная колонка	1
Акустическая система	2
Ноутбук	1
Гимнастические коврики	24
Стулья	10

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования, методист, педагог-психолог.

Методическое и дидактическое обеспечение:

- ✓ календарный учебный график к образовательной программе;
- ✓ календарно-тематическое планирование;
- ✓ учебная, методическая, дополнительная литература.

Воспитательная деятельность. Работа с родителями.

В рамках дополнительной общеразвивающей программы предусмотрено проведение: творческих конкурсов, реализация творческих проектов, познавательные воспитательные мероприятия и т.д. Для воспитательного пространства характерно:

- наличие благоприятного духовно-нравственного и эмоционально-психологического климата;
- построение работы по принципу доверия и поддержки между всеми участниками педагогического процесса.

Немаловажным фактом при проведении занятий является сотрудничество детей с родителями. Такая связь поколений является наиболее эффективным способом для передачи социокультурных ценностей.

Работа с родителями предусматривает:

- родительские собрания;
- индивидуальные беседы и консультации; профилактические беседы;
- анкетирование, социологический опрос родителей;
- совместные воспитательные мероприятия.

2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН**2.1. Учебный план I года обучения**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Организационное занятие	4	1	3	
1.1.	Введение в программу	2	1	1	собеседование практическая работа
1.2	Начальный контроль	2		2	практическое и творческое задание
2.	Азбука музыкального движения	14	2	12	
2.1.	Мелодия и движение. Такт и затакт.	2	2		опрос
2.2.	Музыкально-ритмические упражнения	12	-	12	практическая работа
3.	Элементы классического танца	24	2	22	
3.1	Знакомство с основами классического танца.	2	2	-	беседа
3.2.	Упражнения у станка	14	-	14	практическая работа
3.3.	Упражнения для гибкости в партере	8	-	8	практическая работа
4.	Элементы народных танцев	18	2	16	
4.1.	Знакомство с культурой разных народов.	2	2	-	беседа
4.2.	Положения, движения, комбинации.	14	-	14	практическая работа
4.3	Промежуточная аттестация	2		2	творческий отчет
5	Основы современного танца	42	4	38	
5.1.	Стили и направления современной хореографии	4	4	-	опрос
5.2.	Элементы и движения танца	10	-	10	творческая

	«Весёлая зарядка»				работа
5.3	Элементы и движения танца «Тик-так»	10	-	10	творческая работа
5.4.	Элементы и движения танца «Полька»	18	-	18	творческая работа
6.	Постановочная и репетиционная работа.	18	2	16	
6.1.	Принципы составления композиции танца	2	2	-	опрос
6.2.	Постановка танца	16	-	16	творческое задание
7.	Музыкально-игровое творчество	10	2	8	
7.1.	Игра – важный метод приобщения	2	2	-	беседа
7.2.	Игры. Задания.	8	-	8	творческое задание, игра-соревнование
8.	Репетиции, концертные выступления	12	2	10	
8.1.	Знакомство с танцевальными коллективами города.	2	2	-	опрос, собеседование
8.2.	Подготовка к отчетным мероприятиям. Посещение танцевальных коллективов и мероприятий города.	10	-	10	творческая работа, анализ, собеседование
9.	Промежуточная аттестация	2		2	
9.1	Промежуточная аттестация	2		2	творческий отчет
	Итого	144	17	127	

2.2. Учебный план II года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Организационное занятие	4	2	2	
1.1.	Введение в программу	2	2	-	собеседование
1.2	Начальный контроль	2		2	практическое и творческое задание
2.	Азбука музыкального движения	14	2	12	
2.1.	Знакомство с особенностями метро - ритма.	2	2		опрос
2.2.	Музыкальная структура движения	6	-	6	практическое занятие
2.3.	Перестроения в паре.	6	-	6	творческое задание
3.	Элементы классического танца	24	2	22	
3.1	Ознакомление с новым материалом, его терминологией и направленностью.	2	2	-	опрос
3.2.	Упражнения у станка	12	-	12	практическое занятие
3.3.	Упражнения для гибкости в партере	10	-	10	практическое занятие
4.	Элементы народных танцев	18	2	16	

4.1.	Знакомство с особенностями народных движений русского, украинского, восточного танцев.	2	2	-	беседа
4.2.	Основные элементы, движения и композиции.	14		14	творческая работа
4.3	Промежуточная аттестация	2	-	2	творческий отчет
5.	Основы современного танца	22	2	20	
5.1.	Характерные особенности техники и стиля танцев.	2	2	-	опрос
5.2.	Основные движения и положения	20		20	практическое занятие
6.	Элементы и движения современных танцев	18	-	18	
6.1.	Элементы и движения танца «Шалый-валый»	10	-	10	творческая работа
6.2.	Элементы и движения танца «Озорницы»	8	-	8	творческая работа
7.	Постановочная и репетиционная работа.	10	2		
7.1.	Содержание, характер и стиль танца.	2	2	-	опрос
7.2.	Постановка танца	8	-	8	творческое задание
8.	Музыкально-игровое творчество	20	2	18	
8.1.	Условия игры. Ход и правила игры.	2	2	-	беседа
8.2.	Игры. Задания.	18	-	18	творческое задание
9.	Репетиции, концертные выступления.	12	2	10	
9.1.	Знакомство с танцевальными коллективами города и района.	2	2		опрос, собеседование
9.2.	Подготовка к отчетным мероприятиям. Посещение танцевальных коллективов и мероприятий города.	10		10	творческая работа, анализ, собеседование
10.	Заключительное занятие	2		2	
10.1	Промежуточная аттестация	2		2	творческий отчет
	Итого	144	16	128	

2.3. Учебный план III года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Организационное занятие	4	2	2	
1.1.	Введение в программу	2	2	-	собеседование
1.2	Начальный контроль	2		2	практическое и творческое задание
2.	Общеразвивающие упражнения	14	2	12	

2.1.	Общеразвивающие упражнения, их значение и влияние. Правила выполнения упражнений.	2	2	-	опрос
2.2.	Ритмические упражнения.	12		12	практическое занятие
3.	Элементы классического танца	24	2	22	
3.1	Законы и эстетика равновесия в позах классического танца.	2	2	-	опрос
3.2.	Упражнения у станка и на середине зала.	10		10	практическое занятие
3.3.	Упражнения для гибкости в партере	12		12	практическое занятие
4.	Элементы народных танцев	18	2	16	
4.1.	Основные технические навыки, история костюма.	2	2	-	беседа
4.2.	Элементы, движения, фигурные построения.	14		14	творческая работа
4.3	Промежуточная аттестация	2		2	творческий отчет
5.	Основы современного танца	22	2		
5.1.	Основные техники современного танца.	2	2	-	опрос
5.2.	Основные движения и положения	20		20	творческое задание
6.	Элементы и движения современных танцев	28	2	26	
6.1.	Характерные особенности изучаемых танцев.	2	2	-	опрос
6.2.	Элементы и движения танца «Очаровашки»	12		12	творческая работа
6.3.	Элементы и движения танца «Хип-хоп»	14		14	творческая работа
7.	Постановочная и репетиционная работа.	10	2	8	
7.1.	Принципы составления композиций.	2	2	-	опрос
7.2.	Постановка танца	8		8	творческое задание
8.	Импровизация.	12			
8.1.	Импровизационная работа, как средство самовыражения.	2	2	-	беседа
8.2.	Музыкально-двигательные образы и сюжетно-тематические картины.	10		10	творческое задание
9.	Репетиции, концертные выступления.	10	2		
9.1.	Знакомство с танцевальными коллективами России.	2	2	-	опрос, собеседование
9.2.	Подготовка к отчетным мероприятиям. Посещение танцевальных коллективов и мероприятий города.	8		8	творческая работа, анализ, собеседование
10.	Заключительное занятие	2		2	
10.1	Аттестация по завершении	2		2	творческий отчет, концерт

	реализации программы				
	Итого	144	16	128	

3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

3.1. Содержание программы I года обучения

Раздел №1. Организационное занятие.

Тема 1.1 Введение в программу

Теория:

Цели и задачи, содержание и форма занятий в группе. Расписание занятий (количество часов, время занятий). Внешний вид и форма одежды для занятий. Правила поведения в танцевальном зале.

Формы и методы обучения: беседа, инструктаж.

Форма подведения итогов: опрос.

Практические занятия: собеседование.

Знакомство с учащимися, маршировка под музыку с целью ознакомления с ритмичностью учащихся.

Формы и методы обучения: практическое занятие; наглядно-зрительный, наглядно-слуховой.

Формы и методы подведения итогов: практическая работа.

Тема 1.2 Начальный контроль

Практические занятия: Комплекс упражнений на выносливость, гибкость.

Формы и методы обучения: практическое занятие; наглядно-зрительный, наглядно-слуховой.

Формы и методы подведения итогов: практическое и творческое задание.

Раздел №2. Азбука музыкального движения.

Тема 2.1. Мелодия и движение. Такт и затакт.

Теория:

Мелодия и движение. Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры 4/4, 2/4, 3/4. Контрастная музыка: быстрая - медленная, весёлая - грустная. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворотов вправо и влево. Такт и затакт.

Формы и методы обучения: беседа.

Форма подведения итогов: опрос.

Тема 2.2. Музыкально-ритмические упражнения

Практические занятия: разучивание и закрепление упражнений, направленных на развитие ритма и координации (умение согласовывать движения частей тела во времени и пространстве под музыку)

Музыкально-пространственные упражнения:

- маршировка в темпе и ритме музыки;
- шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево;
- повороты на месте (строевые);
- продвижение на углах, с прыжком (влево, вправо);
- фигурная маршировка с перестроениями из колонны в шеренгу и обратно;
- из одного круга в два и обратно;
- продвижение по кругу (внешнему и внутреннему);
- звёздочка;
- конверт

Танцевальные шаги:

- с носка на пятку;
- с фигурной маршировкой;
- шаги в образах (животных).

Формы и методы обучения: практические занятия; словесный, практический, наглядно – зрительный, наглядно – слуховой.

Форма подведения итогов: практическая работа.

Раздел №3. Элементы классического танца.

Тема 3.1. Знакомство с основами классического танца.

Теория:

Знания и навыки основ классического танца. Специфика танцевального шага и бега. Знакомство с позициями и положениями рук и ног. Выработка правильной осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов.

Формы и методы обучения: теоретическое занятие; беседа.

Форма подведения итогов: беседа.

Тема 3.2. Упражнения у станка.

Практические занятия: разучивание и закрепление упражнений направленных на выработку правильной осанки; на развитие эластичности, выворотности, силы мышц ног, гибкости корпуса, танцевального шага.

постановка корпуса (в выворотной позиции лицом к станку, со второгополугодиядержась за станок одной рукой);

- позиции ног - 1, 2, 3, 5;
- постановка рук 1, 2, 3;
- подготовительное положение;
- деми плие: по 1, 2, 3 позициям;
- батман тандю;
- рон де жамб пар тер по точкам;
- релеве (подъем на полупальцы в 1-ой позиции);
- соте;
- пор де бра (перегибы корпуса).

Формы и методы обучения: практические занятия; словесный, наглядный, практический.

Формы и методы подведения итогов: практическая работа.

Тема 3.3. Упражнения для гибкости в партере.

Практические занятия:

Разучивание и закрепление комплекса упражнений на растягивание для улучшения гибкости:

- «Макушку тянем к потолку»;
- «Пружинка»;
- «Книжечка»;
- «Угол» (попеременно каждой ногой под 45°);
- «Группировка»;
- «Покажи пяточку»;
- «Лодочка»;
- «Лягушка»;
- «Шпагатики»

Формы и методы обучения: практические занятия; наглядный, практический.

Формы и методы подведения итогов: практическая работа.

Раздел №4. Элементы народных танцев.

Тема 4.1. Знакомство с культурой разных народов.

Теория:

Знакомство с культурой разных народов. Особенности народных движений. Характерные положения рук, особенности открывания и закрывания. Сюжеты и темы «Хоровод» и «Пляски». Костюмы. Прослушивание фольклорной музыки, песен.

Формы и методы обучения: беседа.

Формы и методы подведения итогов: беседа.

Тема 4.2. Положения, движения, комбинации.

Практические занятия:

Разучивание и закрепление танцевальных элементов народных танцев, направленных на развитие творческих и созидательных способностей учащихся.

Позиции и положения рук:

- 1, 2, 3;
- руки на поясе;
- подбоченившись «кисти сжаты в кулаки и поставлены на пояс»;
- обе руки скрещены на уровне груди, но не прикасаются к корпусу;
- руки свободно опущены, ладони раскрыты навстречу движению;
- руки убраны за спину.

Шаги:

- танцевальный шаг с носка;
- простой шаг вперёд;
- переменный шаг вперёд;
- шаг на полупальцах;
- легкий бег.

Притопы:

- тройной;
- одинарные;
- каблуком.

Танцевальные движения:

- припадание на месте с продвижением в сторону;
- боковой галоп;
- прямой галоп;
- подскоки;
- «гармошка»;
- «ковырялочка».

Танцевальные этюды, комбинации.

Формы и методы обучения: практические занятия; словесный, наглядный, практический.

Формы и методы подведения итогов: практическая работа.

Тема 4.3. Промежуточная аттестация

Практические занятия: Комплекс упражнений с элементами народного танца, комплекс упражнений на гибкость.

Формы и методы обучения: практические занятия; словесный, наглядный, практический.

Формы и методы подведения итогов: творческий отчет.

Раздел №5. Основы современного танца.

Тема 5.1. Стили и направления современной хореографии

Теория:

Стили и направления современной хореографии. Характер и манера исполнения современных танцев. Прослушивание современной музыки. Знание требований, предъявляемых к исполнению современных танцев: грамотность, музыкальность, выразительность. Значение правил исполнения парных и массовых танцев: понятие об интервалах; понятие о движении по линии танца и против линии танца; согласованность движений.

Формы и методы обучения: беседа.

Форма подведения итогов: опрос.

Тема 5.2. Элементы и движения танца «Весёлая зарядка»

Практические занятия:

Разучивание и закрепление элементов и движений танца на основе простых движений с несложной координацией направленных на развитие творческих способностей учащихся.

Элементы танца «Весёлая зарядка»:

- марш на месте с хлопками рук над головой;
- марш вперёд и назад с движениями и положениями рук;

- хлопки у правого и левого плеча;
- движения головой: наклоны;
- удар пятками по 6-й позиции;
- прыжки на месте и в повороте.

Формы и методы обучения: практические занятия; словесный, наглядный, практический.

Формы и методы подведения итогов: творческая работа.

Тема 5.3.Элементы и движения танца «Тик-так»

Практические занятия:

Разучивание и закрепление элементов и движений танца на основе простых движений с несложной координацией направленных на развитие творческих способностей учащихся

Элементы танца «Тик-так»:

- маршеобразные шаги на месте с продвижением вперед, назад, в повороте;
- сгибание рук в приседании;
- хлопки;
- «завод часов»;
- «циферблат».

Формы и методы обучения: практические занятия; словесный, наглядный, практический.

Формы и методы подведения итогов: творческая работа.

Тема 5.4.Элементы и движения танца «Полька»

Практические занятия:

Разучивание и закрепление элементов и движений танца, направленных на развитие творческих способностей учащихся.

Элементы танца «Полька»:

- подготовка к подскоку;
- подъем на полупальцы;
- сгибание ноги;
- подскоки на месте в повороте, вперед и назад;
- боковой и прямой галоп;
- притопы;
- переступания: переменно, с продвижением вперед – назад, вправо - влево;
- хлопки.

Шаги:

- с подскоком на месте;
- с продвижением;
- в повороте;
- па польки по 6-й и 3-й позициям.

Формы и методы обучения: практические занятия; словесный, наглядный, практический.

Формы и методы подведения итогов: творческая работа.

Раздел №6. Постановочная и репетиционная работа.

Тема 6.1.Принципы составления композиции танца.

Теория:

Содержание и характер танца, манера исполнения. Принципы составления композиции танца. Соединение танцевальных движений, поз, переходов, рисунка в танцевальные этюды, комбинации, композиции, фигуры и целый танец. Изучение рисунка танцевальной композиции.

Формы и методы обучения: беседа.

Форма и методы подведения итогов: опрос.

Тема 6.2.Постановка танца.

Практические занятия:

Соединение элементов танца в:

- комбинации;
- фигуры;
- композицию (законченное соединение движений).

Положения, позы в танце.

Рисунок танца:

- перестроения (из линии в круг, в две линии, в полукруг);
- проходки.

Постановка:

- танцевальных комбинаций;
- фигур;
- целого танца.

Отработка движений и фигур танца.

Формы и методы: практические занятия; словесный, практический, наглядно – зрительный, наглядно – слуховой.

Форма подведения итогов: творческое задание.

Раздел №7. Музыкально-игровое творчество.

Тема 7.1.Игра - важный метод приобщения.

Теория:

Игра - важный метод приобщения, активизации интереса к музыке и к созданию музыкально-двигательных образов. Музыкально-творческие игры, специальные и игровые задания. Игры на определение динамики и характера музыкального произведения. Музыкально-подвижные игры на определение темпа, характера и структуры музыкальных произведений. Условия игры. Ход и правила игры. Приёмы имитации, подражания, ролевые ситуации. Активизация внимания.

Формы и методы обучения: беседа.

Форма подведения итогов: беседа.

Тема 7.2.Игры. Задания.

Практические занятия:

Музыкально-творческие игры:

- «Нитка – иголка»;
- «Кот и мыши»;
- «Птички клюют зёрнышки».

Специальные задания:

- «Угадай движение»;
- «Зайки прыгают»;
- «Мышки бегают».

Игры на определение динамики и характера музыкального произведения:

- «К своим флажкам»;
- «Гулливер и лилипуты»;
- «Группа, смирно!»;
- «Музыкальные змейки»
- «Пятнашки».

Музыкально-подвижные игры на определение темпа, характера и структуры музыкальных произведений:

- «День – ночь»;
- «Запев – припев»;
- «Нам не страшен серый волк»;
- «Горелки»;
- «Дети и медведь»;
- «Трансформеры».

Формы и методы: практические занятия; словесный, практический, наглядно-слуховой, наглядно-зрительный, игровой.

Форма подведения итогов: творческое задания, игра-соревнование.

Тема 7.3. Промежуточная аттестация.

Практические занятия: Комплекс упражнений на современной хореографии.

Формы и методы: практические занятия; словесный, практический, наглядно-слуховой, наглядно-зрительный, игровой.

Форма подведения итогов: творческий отчет.

Раздел №8. Репетиции, концертные выступления.

Тема 8.1. Знакомство с танцевальными коллективами города.

Теория:

Знакомство с танцевальными коллективами города.

Формы и методы обучения: собеседование.

Форма подведения итогов: опрос.

Тема 8.2 Подготовка к отчетным мероприятиям. Посещение танцевальных коллективов и мероприятий города.

Практические занятия:

Репетиционная работа, направленная на совершенствование техники движений и готовности к концертным выступлениям. Посещение танцевальных коллективов города, различных праздников, конкурсов, фестивалей с целью повышения танцевальной культуры учащихся.

Формы и методы обучения: практическая работа.

Форма подведения итогов: творческая работа, собеседование, анализ.

Раздел №9. Заключительное занятие.

Тема 8.1. Подведение итогов.

Теория:

Подведение итогов работы группы за учебный год. Обсуждение планов на следующий год.

Задания на лето.

Формы и методы обучения: самоанализ.

Форма подведения итогов: опрос.

Практическое занятие:

Исполнение разученных танцевальных композиций.

Формы и методы обучения: практическая работа.

Форма подведения итогов: концерт.

3.2. Содержание программы II года обучения

Раздел №1. Организационное занятие.

Тема 1.1 Введение в программу

Теория:

Цели и задачи второго года обучения, план работы группы. Ознакомление с правилами техники безопасности.

Формы и методы обучения: беседа, инструктаж.

Форма подведения итогов: опрос.

Тема 1.2 Начальный контроль

Практические занятия: Комплекс упражнений классического танца.

Формы и методы обучения: практическое занятие; наглядно-зрительный, наглядно-слуховой.

Формы и методы подведения итогов: практическое занятие.

Раздел №2. Азбука музыкального движения.

Тема 2.1. Знакомство с особенностями метро – ритма.

Теория:

Особенности метроритма, чередование сильной и слабой долей такта. Танцевальная музыка: марши, вальсы быстрые и медленные. Медленные хороводные и быстрые современные плясовые танцы. Ознакомление учащихся с характером некоторых русских тематических сюжетных песен и их интерпретация в танце.

Формы и методы обучения: беседа.

Форма подведения итогов: собеседование.

Тема 2.2.Музыкальная структура движения.

Практические занятия:

Повторяется и исполняется весь материал, указанный для групп 1 года обучения, затем изучается новый:

Акцентировка на сильную долю такта в шагах.

Музыкальная структура движения: половинный каданс, полный каданс.

Вступительные аккорды. Заключительные аккорды.

Прослушивание музыки: марши, вальсы в медленном и умеренном темпе.

Формы и методы обучения: практические занятия; наглядный, практический.

Формы и методы подведения итогов: практическое занятие.

Тема 2.3.Перестроения в паре.

Практические занятия:

Разучивание и закрепление перестроений в паре:

- обход одним партнером другого;
- смена места с поворотом лицом друг к другу;
- обход без поворота;
- восьмерка по кругу.

Формы и методы обучения: практические занятия; наглядный, практический.

Формы и методы подведения итогов: контрольное занятие.

Раздел №3. Элементы классического танца.

Тема 3.1.Ознакомление с новым материалом, его терминологией и направленностью.

Теория:

Повторение упражнений в более ускоренном темпе, указанные в программе 1 года обучения. Дополнительно изучается новый материал: батман тандю, батман тандю жете, батман тандю пике, релеве в 1, 2, 3 позициях, перегибы корпуса. Правила выполнения упражнений.

Формы и методы обучения: теоретическое занятие; беседа, инструктаж

Форма подведения итогов: опрос

Тема 3.2.Упражнения у станка.

Практические занятия:

Повторение, разучивание и закрепление упражнений направленных на выработку правильной осанки; на развитие эластичности, выворотности, силы мышц ног, гибкости корпуса, танцевального шага. Упражнения у станка:

- постановка корпуса (лицом к станку, со второго полугодия держась за станок одной рукой);
 - позиции ног - 1, 2, 3, 4, 5;
 - постановка рук 1, 2, 3;
 - подготовительное положение;
- батман тандю - с 5-ой позиции в сторону, затем вперед, позднее назад;
- батман тандю жете – натянутые движения с броском ноги;
 - батман тандю пике – натянутые движения ноги, колющий бросок;
 - положение ноги на ку де пье;
 - релеве в 1, 2, 3 позициях – подъем на полупальцы (исполняется лицом к станку);
 - перегибы корпуса: назад, стоя лицом к станку в 1-ой позиции;
 - прыжки – с 1-ой, 2-ой, 5-ой позиций лицом к станку.

Формы и методы обучения: практические занятия; наглядный, практический.

Формы и методы подведения итогов: практическое занятие.

Тема 3.3.Упражнения для гибкости в партере

Практические занятия:

Повторение, разучивание и закрепление комплекса упражнений на растягивание для улучшения гибкости:

- «Макушку тянем к потолку»;

- «Пружинка»;
- «Книжечка»;
- «Бабочка»;
- «Угол» (попеременно каждой ногой на 45 градусов);
- «Группировка»;
- «Покажи пяточку»;
- «Ванька – встанька»;
- «Кошечка»;
- «Лодочка»;
- «Лягушка»;
- «Шпагатик».

Формы и методы обучения: практические занятия; наглядный, практический.

Формы и методы подведения итогов: практическое занятие.

Раздел №4. Элементы народных танцев.

Тема 4.1. Знакомство с особенностями народных движений русского, украинского, восточного танцев.

Теория:

Особенности народных движений (русского, украинского, восточного танцев). Точные позиции положения и движения рук и головы. Контрастность стиля народных танцев. Показ эскизов национальных костюмов.

Формы и методы обучения: беседа; словесный, наглядный.

Форма и методы подведения итогов: опрос.

Тема 4.2. Основные элементы, движения и композиции.

Практические занятия:

Разучивание и закрепление танцевальных элементов русского, украинского, восточного танцев направленных на развитие творческих способностей учащихся и приобщение к народному творчеству.

Положения и движения рук:

- из подготовительной позиции руки открываются через 1-ю позицию во 2-ю и закрываются на талию;
- из положения на поясе через 1-ю позицию руки открываются во 2-ю позицию;
- из положения «подбоченившись» руки по очереди открываются во 2-ю позицию.
- вращение кистей рук во 2-ой, 3-ей позициях восточного танца.

Движения и упражнения для головы:

- наклоны;
- повороты;
- развороты;
- круговые движения.

Шаги:

- танцевальный шаг;
- переменный шаг.

Притопы:

- всей ступней;
- полупальцами;
- каблуком;
- удары стопой по 6-й и 3-й позициям.

Танцевальные движения:

- припадание;
- галоп;
- подскоки;
- «верёвочка» простая;

- дробы (дробная дорожка);
- «ковырялочка» с двойным притопом;
 - молоточки.
 - вращение бедрами
 - «волна» (корпусом, головой)
 - бегунец

Танцевальные этюды, комбинации:

- “Давайте танцевать”;
- “Хлопки”;
- “Нам весело”.

Формы и методы: практические занятия; словесный, практический, наглядно – зрительный, наглядно – слуховой.

Форма подведения итогов: практическое занятие.

Тема 4.3. Промежуточная аттестация

Практические занятия: комплекс упражнений на портерную гимнастику.

Формы и методы: практические занятия; словесный, практический, наглядно – зрительный, наглядно – слуховой.

Форма подведения итогов: практическое занятие.

Раздел №5. Основы современного танца.

Тема 5.1. Характерные особенности техники и стиля танцев.

Теория:

Особенности техники и стиля танцев. Знание характерных особенностей изучаемых танцев. Знакомство с популярными танцевальными группами, коллективами, с новыми веяниями в хореографическом искусстве. Рассказ о выдающихся танцорах нашего времени, известных хореографах и исполнителях.

Формы и методы обучения: беседа.

Форма подведения итогов: опрос.

Тема 5.2. Основные движения и положения.

Практические занятия:

Разучивание и закрепление танцевальных движений и положений в современном танце:

- Положения и движения рук в современном танце.
- Разновидность шагов: однонаправленные и разнонаправленные.
- Ход одинарный, боковой, переменный. Приставки. Движение ногами.
- Прыжки. Повороты. Выпады.

Формы и методы обучения: практические занятия; наглядный, практический.

Формы и методы подведения итогов: практическое занятие.

Раздел №6. Элементы и движения современных танцев.

Тема 6.1. Элементы и движения танца «Шалый-валяй»

Практические занятия:

Разучивание и закрепление элементов и движений танца, направленных на развитие творческих способностей учащихся, дальнейшее воспитание силы и выносливости.

Элементы танца:

- ритмический бег с круговыми движениями рук;
- основной шаг (подъём на полупальцы с продвижением вперёд);
- повороты вправо, влево на 360 градусов;
- поочерёдные махи ног;
- выпады;
- прыжки;
- «ножницы»;
- «веер»;
- «мельница» ногами.

Перестроения:

- круг;
- «воротца»;
- прочёс;
- линия;
- колона.

Формы и методы обучения: практические занятия; словесный, наглядный, практический.

Формы и методы подведения итогов: практическое занятие; творческое задание.

Элементы и движения танца «Озорницы».

Практические занятия:

Разучивание и закрепление элементов и движений танца, направленных на развитие творческих способностей учащихся.

Элементы танца:

- боковые шаги с подъёмом на полупальцы;
- повороты;
- положение рук: в стороны, вверх, поочерёдное, на бёдрах;
- выпады;
- прыжки;
- перекаты стопы;
- ход лицом и спиной;
- «полёт» по квадрату.

Перестроения:

- «линия»;
- «круг»;
- диагональ.

Формы и методы обучения: практические занятия; словесный, практический, наглядно – зрительный, наглядно – слуховой.

Формы и методы подведения итогов: практическое занятие, концертное выступление.

Раздел №7. Постановочная и репетиционная работа.

Тема 7.1. Содержание, характер и стиль танца.

Теория:

Содержание, характер и стиль танца. Композиция танца, манера исполнения. Костюмы, причёски, грим.

Формы и методы обучения: беседа.

Форма и методы подведения итогов: опрос.

Тема 7.2. Постановка танца.

Практические занятия:

Соединение элементов танца в:

- комбинации;
- фигуры;
- композицию (законченное соединение движений).

Положения, позы в танце.

Рисунок танца:

- перестроения (из линии в круг, в две линии, в полукруг);
- проходки.

Постановка:

- этюдов;
- танцевальных комбинаций;
- фигур;
- композиций;
- целого танца.

Отработка движений и фигур танца.

Формы и методы обучения: практические занятия; словесный, практический, наглядно – зрительный, наглядно – слуховой.

Формы подведения итогов: творческое задание.

Тема 7.3. Промежуточная аттестация

Практические занятия: Элементы и движения современного танца, комплекс упражнений на растяжку.

Формы и методы обучения: практические занятия; словесный, практический, наглядно – зрительный, наглядно – слуховой.

Формы подведения итогов: творческий отчет.

Раздел №8. Музыкально-игровое творчество.

Тема 8.1. Условия игры. Ход и правила игры.

Теория:

Музыкально-творческие игры, специальные и игровые задания. Музыкально-подвижные игры на определение темпа, динамики, характера и структуры музыкальных произведений. Условия игры. Ход и правила игры. Приёмы имитации, подражания, ролевые ситуации. Активизация внимания.

Формы и методы обучения: беседа.

Форма подведения итогов: опрос.

Тема 8.2. Игры. Задания.

Практические занятия:

Материал для детей второго года обучения усложняется. Совершенствуется умение детей целенаправленно находить и изменять движения для более выразительного воплощения музыкально-двигательных образов. Музыкально-двигательные образы становятся более значительными, глубокими по содержанию, более точными и сложными по форме. Работа над ними способствует росту творческой активности детей.

Музыкально-творческие игры:

- «Порхающие бабочки»;
- «Заводные игрушки»;
- «Хитрая лиса».

Специальные задания:

- «Нади своё место»;
- «Я – учитель»;
- «Танцевальный вечер».

Игры на определение динамики и характера музыкального произведения:

- «К своим флажкам»;
- «Гулливер и лилипуты»;
- «Группа, смирно!»;
- «Музыкальные змейки»
- «Пятнашки».

Музыкально-подвижные игры на определение темпа, характера и структуры музыкальных произведений:

- «День – ночь»;
- «Запев – припев»;
- «Нам не страшен серый волк»;
- «Горелки»;
- «Дети и медведь»;
- «Трансформеры».

Формы и методы обучения: практические занятия; словесный, наглядный, практический, игровой.

Форма подведения итогов: визуальное наблюдение, практическая работа.

Раздел №9. Репетиции, концертные выступления.

Тема 9.1. Знакомство с танцевальными коллективами города и района.

Теория:

Знакомство с танцевальными коллективами города и района.

Формы и методы обучения: собеседование.

Форма подведения итогов: опрос.

Тема 9.2. Подготовка к отчетным мероприятиям. Посещение танцевальных коллективов и мероприятий города.

Практические занятия:

Репетиционная работа, направленная на совершенствование техники движений, артистизма и готовности к концертным выступлениям. Посещение танцевальных коллективов города, различных праздников, конкурсов, фестивалей с целью повышения танцевальной культуры учащихся.

Формы и методы обучения: практическая работа.

Форма подведения итогов: творческая работа, собеседование, анализ.

Раздел №10. Заключительное занятие.

Тема 10.1. Подведение итогов. Творческий отчет.

Теория:

Подведение итогов работы группы за учебный год. Обсуждение планов на следующий год.

Задания на летние каникулы.

Формы и методы обучения: беседа.

Форма подведения итогов: опрос.

Практическое занятие:

Исполнение разученных танцевальных композиций.

Формы и методы обучения: практическая работа.

Форма подведения итогов: творческое задание.

3.3. Содержание программы III года обучения

Раздел №1. Организационное занятие.

Тема 1.1. Введение в программу

Теория: Подведение итогов прошедшего года. Цели и задачи третьего года обучения.

Расписание занятий, выбор старосты группы.

Формы и методы: беседа; словесный, наглядный.

Форма подведения итогов: опрос.

Тема 1.2. Начальный контроль

Практические занятия: комплекс упражнений на грудной отдел, упражнения в портуре.

Формы и методы: практические занятия; словесный, практический, наглядно – зрительный, наглядно – слуховой.

Форма подведения итогов: практическое занятие.

Раздел №2. Общеразвивающие упражнения

Тема 2.1. Общеразвивающие упражнения их значение и влияние. Правила выполнения упражнений.

Теория:

Проводится на каждом уроке в виде «статического танца» в стиле аэробики. Включаются элементы классического, современного танца, изучение основных позиций рук, ног. Проводится под современную и популярную музыку, что создаёт благоприятный эмоциональный фон и повышает интерес к упражнениям.

Формы и методы обучения: беседа, инструктаж.

Форма подведения итогов: опрос.

Тема 2.1.Ритмические упражнения.

Практические занятия.

Последовательная разработка всех основных групп суставов и мышц: кисти, предплечья, всей руки, шеи, плеч, корпуса, бедра, колени, стопы. Количество каждого вида упражнений 4-8; на 4, 16 счёта. Общая продолжительность 10-15 мин. Нагрузка регулируется в зависимости от возраста, степени подготовленности детей.

Ритмические упражнения с увеличением амплитуды и интенсивности движений (количество повторений 12 - 16 раз):

упражнения для мышц шеи: наклоны, повороты головы в различных направлениях, круговые вращения, вытягивание, комбинированные движения;

упражнения для мышц рук и плечевого пояса: поднимание и опускание плеч, круговые движения вперед и назад, сгибание и разгибание рук, махи, отведение и приведение, пульсация, рывки руками, вращения кистями;

упражнения для туловища: наклоны, повороты, вращения, скручивание, поднимание и опускание туловища в различных исходных положениях; упражнения для формирования правильной осанки;

упражнения для ног: поднимание и опускание ног, выпады, различные маховые движения, полуприседания, приседания, упражнения для профилактики плоскостопия.

Составление комплексов ОРУ.

Формы и методы: практические занятия; словесный, практический, наглядно – зрительный, наглядно – слуховой.

Форма подведения итогов: практическое занятие.

Раздел №3. Элементы классического танца.

Тема 3.1.Законы и эстетика равновесия в позах классического танца.

Теория:

Основные правила движений у станка, понятие о поворотах ан деор и ан дедан. Законы и эстетика равновесия в позах классического танца. Повторяется весь материал, пройденный на втором году обучения, но несколько ускоряется темп, и упражнения исполняются в нескольких танцевальных комбинациях.

Формы и методы обучения: теоретическое занятие; беседа, инструктаж

Форма подведения итогов: опрос

Тема 3.2.Упражнения у станка и на середине зала.

Практические занятия:

Повторение, разучивание и закрепление упражнений направленных на выработку правильной осанки; на развитие эластичности, выворотности, силы мышц ног, гибкости корпуса, танцевального шага.

Упражнения у станка:

- батман тандю с деми плие (с третьей позиции вперёд, в сторону, назад);
- батман тандю жете на 25 градусов;
- рон де жамб партер ан деор и ан дедан;
- гран батман жете на 45 градусов (вперёд, в сторону, назад);
- релеве (4, 1, 2, 3 позициям);
- соте (прыжки по 1, 2, 3 позициям);
- пор де бра;
- положение ноги на ку де пье;
- батман фраппэ;
- па де бурре.

Формы и методы: практические занятия; словесный, практический, наглядно – зрительный, наглядно – слуховой.

Форма подведения итогов: практическое занятие.

Тема 3.3.Упражнения для гибкости в партере.

Практические занятия:

Повторение, разучивание и закрепление комплекса упражнений на растягивание для улучшения гибкости:

- «Макушку тянем к потолку»;
- «Пружинка»;
- «Книжечка»;
- «Бабочка»;
- «Угол» (попеременно каждой ногой на 45 градусов);
- «Группировка»;
- «Покажи пяточку»;
- «Ванька – встанька»;
- «Кошечка»;
- «Лодочка»;
- «Лягушка»;
- «Кошечка лезет под забор»;
- «Корзиночка»;
- «Берёза»;
- «Мостик»;
- «Шпагат».

Формы и методы обучения: практические занятия; наглядный, практический.

Формы и методы подведения итогов: практическое занятие.

Раздел №4. Элементы народных танцев.

Тема 4.1. Основные технические навыки, история костюма.

Теория:

Основные технические навыки, история костюма. Открытые и закрытые, свободные позиции ног. Движения русского и белорусского танцев. Манера и характер исполнения.

Формы и методы обучения: беседа; словесный, наглядный.

Форма и методы подведения итогов: опрос.

Тема 4.2. Элементы, движения, фигурные построения.

Практические занятия.

Исполняется весь материал 2 года обучения, затем новые движения русского, белорусского танцев:

- движение рук: переводы в различные положения, навыки обращения с платочком;
 - дробь с подскоком (подскок на одной ноге с последующим ударом каблуком и всей другой ногой, на месте и с продвижением);
 - шаг «пике»;
 - шаги на низких полупальцах;
 - мелкий шаг;
 - тройной шаг;
 - «верёвочка» с переступанием;
 - повороты.
- Фигуры танца:
- «звёздочка»;
 - «ручеек»;
 - «карусель».

Формы и методы: практические занятия; словесный, практический, наглядно – зрительный, наглядно – слуховой.

Форма подведения итогов: практическое занятие, творческое задание.

Тема 4.3. Промежуточная аттестация

Практические занятия: комплекс музыкально-пространственных упражнений.

Формы и методы: практические занятия; словесный, практический, наглядно – зрительный, наглядно – слуховой.

Форма подведения итогов: творческий отчет.

Раздел №5. Основы современного танца.

Тема 5.1.Основные техники современного танца.

Теория:

Основные техники современного танца. Стили и характерных особенностей современных танцев. Знакомство с популярными танцевальными стилями и характерных особенностей современных танцев. группами, коллективами, с новыми веяниями в хореографическом искусстве. Рассказ о выдающихся танцорах нашего времени.

Формы и методы обучения: беседа.

Форма подведения итогов: опрос.

Тема 5.2.Основные движения и положения.

Практические занятия:

Разучивание и закрепление основных движений современного танца, направленных на развитие тела, творчества учащихся.

- Положения и движения рук, движения головой в современном танце.
- Движения туловищем, ногами; шаги: однонаправленные, разнонаправленные.
- Ход – сочетание шагов. Переходы – перенос тяжести тела.
- Прыжки, повороты.

Формы и методы обучения: практические занятия; наглядный, практический.

Формы и методы подведения итогов: практическое занятие.

Раздел №6. Элементы и движения современных танцев.

Тема 6.1.Характерные особенности изучаемых танцев.

Теория:

Стили, краткая история возникновения, характеристика, основные движения, техника и манера исполнения. Правила выполнения.

Формы и методы обучения: беседа.

Форма подведения итогов: опрос.

Тема 6.2.Элементы и движения танца «Очаровашки»

Практические занятия:

Разучивание и закрепление элементов, движений и комбинаций танца, направленных на развитие творческих способностей учащихся; совершенствование, увеличение сложности движений, амплитуды и техники исполнения.

Элементы танца:

- приставные шаги;
- шаг вперёд- назад с поворотом;
- выпады;
- па в плие на каблук;
- повороты;
- соскок и вынос ноги на пятку;
- «полёт» (мах правой ногой вперёд прыжок на две ноги);
- резкие махи руками;
- прыжки;
- «ножницы»;
- перестроения;
- наклоны;
- руки в стороны, вверх, на бедра, вперёд, вниз, дугами наружу, пальцы в «замок»;
- полуприседы;
- «волна»;
- движение бедрами.

Перестроения:

- круг;
- прочёс;
- линия;
- колона;
- диагональ.

Формы и методы обучения: практические занятия; словесный, наглядный, практический.

Формы и методы подведения итогов: практическое занятие.

Тема 6.3.Элементы и движения танца «Хип-хоп».

Практические занятия:

Разучивание и закрепление элементов, движений и комбинаций танца, направленных на развитие творческих способностей учащихся; совершенствование, увеличение сложности движений, амплитуды и техники исполнения.

Элементы танца:

- сдвиг носка с заносом ноги;
- фронтальный шаг;
- повороты на 4;
- простая комбинация шага;
- переход;
- мах стопой;
- мах стопой с прыжком;
- сдвиг на носках;
- прямой джаз-стрит;
- прямой джаз-стрит с заносом ноги назад;
- мах стопой с прыжком назад.

Формы и методы обучения: практические занятия; словесный, наглядный, практический.

Формы и методы подведения итогов: практическое занятие.

Раздел №7. Постановочная и репетиционная работа.

Тема 7.1.Принципы составления композиций.

*Теория:*Содержание, характер и стиль танца.Принципы составления композиций, манера исполнения. Костюмы, прически, грим.

Формы и методы обучения: беседа.

Форма и методы подведения итогов: опрос.

Тема 7.2.Постановка танца.

Практические занятия:

Соединение движений, комбинаций, композиций в фигуры танцев. Сотворчество.

Соединение элементов танца в:

- комбинации;
- фигуры;
- композицию (законченное соединение движений).

Положения, позы в танце.

Рисунок танца:

- перестроения (из линии в круг; в две линии; в полукруг);
- проходки.

Постановка:

- этюдов;
- танцевальных комбинаций;
- фигур;
- композиций;
- целого танца.

Отработка:

- движений и фигур танца;
- танцевальных комбинаций;

- перестроений и танца в целом.

Формы и методы обучения: практические занятия; словесный, практический, наглядно – зрительный, наглядно – слуховой.

Форма подведения итогов: практическое занятие.

Тема 7.3. Аттестация по завершении реализации программы

Практические занятия: комплекс упражнений на весь корпус.

Формы и методы обучения: практические занятия; словесный, практический, наглядно – зрительный, наглядно – слуховой.

Форма подведения итогов: творческий отчет.

Раздел №8. Импровизация.

Тема 8.1.Импровизационная работа, как средство самовыражения.

Теория:

Импровизационная работа с учащимися, как средство самовыражения. Применение нестандартных, специальных и творческих заданий, направленных на развитие выдумки, мышления, воображения и творческих способностей учащихся. Использование техник импровизации.

Формы и методы обучения: беседа.

Форма подведения итогов: опрос.

Тема 8.2.Музыкально-двигательные образы и сюжетно-тематические картины.

Практические занятия:

Создавать простые музыкально-двигательные образы и сюжетно-тематические картины. Придумывание комбинированных упражнений и движений. Самостоятельный подбор комплекса упражнений и связки движений. Передача в движении танцевальных образов (животных, игрушек, явлений природы). Творческие задания.

Формы и методы обучения: практические занятия; словесный, практический, наглядно – зрительный, наглядно – слуховой.

Форма и методы подведения итогов: практическая работа, концертное выступление, творческое задание.

Раздел №9 Репетиции, концертные выступления.

Тема 9.1.Знакомство с танцевальными коллективами России.

Теория:

Знакомство с танцевальными коллективами России.

Формы и методы обучения: собеседование.

Форма подведения итогов: опрос.

Тема 9.2.Подготовка к отчетным мероприятиям. Посещение танцевальных коллективов и мероприятий города.

Практические занятия:

Репетиционная работа, направленная на совершенствование техники движений, артистизма и готовности к концертным выступлениям. Посещение танцевальных коллективов города, различных праздников, конкурсов, фестивалей с цельюповышения танцевальной культуры учащихся.

Формы и методы обучения: практическая работа.

Форма подведения итогов: творческая работа, собеседование, анализ.

Раздел №10. Заключительное занятие.

Тема 10.1.Подведение итогов.

Теория: Подведение итогов работы учебной группы.

*Формы и методы обучения:*самоанализ.

Форма подведения итогов: опрос.

Практическое занятие:

Демонстрация успехов. Отчёт о кропотливой ежедневной работе учащихся.

Исполнение разученных танцевальных композиций.

Формы и методы обучения: практическая работа.

Форма подведения итогов: концертное выступление.

4. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Для достижения цели, задач и содержания программы необходимо опираться в процессе обучения на следующие *принципы*:

- принцип формирования у детей художественного восприятия через пластику;
- принцип развития чувства ритма, темпа, музыкальной формы;
- принцип обучения владению культурой движения: гибкость, выворотность, пластичность;
- принцип развивающего и воспитывающего характера обучения;
- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении основами хореографического мастерства;
- принцип движения от простого к сложному как постепенное усложнение инструктивного материала, упражнений;
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения, показа;
- принцип опоры на возрастные и индивидуальные особенности учащихся; принцип доступности и посильности.

Методы обучения:

- *словесные*: устное изложение, комментирование, инструктирование, беседа, объяснение, анализ структуры музыкального произведения;
- использование терминологии;
- *наглядные*: показ педагогом приемов исполнения, демонстрация, показ видеоматериалов и иллюстраций, наблюдение;
- *практические*: тренировочные упражнения, танцевальные движения, тренинг и задания, репетиции;
- *проблемно-поисковый метод* обучения (усвоение знаний, выработка умений и навыков осуществляются в процессе частично-поисковой или исследовательской деятельности обучаемых. Реализуется через словесный, наглядный и практический методы обучения, интерпретированные в ключе постановки и разрешения проблемной ситуации).
- Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения – образы.
- Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.
- Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.
- Метод практического обучения, где в учебно-тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.
- Игровой метод используется на занятиях в виде сюжетно-ролевой или тематической игры, в которую входят различные творческие задания, способствующие более быстрому усвоению некоторых элементов, развитию умения слышать и понимать музыку, вызывают интерес к занятию.
- Метод разучивания по частям сводится к делению движения на простые части и разучиванию каждой части отдельно с последующей группировкой частей в нужной последовательности в единое целое.
- Целостный метод разучивания заключается в разучивании движения целиком в замедленном темпе.

Приемы:

- комментирование;
- инструктирование;
- корректирование.

формы организации образовательной деятельности:

- групповая;

формы организации учебного занятия:

- игра;
- концерт;
- конкурс;
- практическое занятие;
- контрольное занятие;
- итоговое занятие;
- зачет;
- репетиция;
- творческий отчет.
- В образовательной деятельности используются *педагогические технологии*:
- личностно-ориентированного обучения;
- развивающего обучения;
- здоровьесберегающая технология;
- технология игровой деятельности;
- самостоятельного проблемно-аналитического поиска решений.

Алгоритм занятия:

Занятия по обучению современному танцу проводятся по следующему принципу:

- вход в зал, разминка по кругу – 5 минут;
- музыкально-ритмические упражнения на середине зала – 10 минут;
- элементы классического и народного танца – 15 минут;
- повторение и отработка разученных движений и танцев – 10 мин;
- разучивание нового материала – 25 минут;
- постановочная работа – 10 минут;
- упражнения на расслабление и восстановления дыхания – 5 минут.

Данная программа является достаточно гибкой и применима для введения её в работу с младшим и средним школьным возрастом, позволяет каждому ребёнку овладеть знаниями, умениями и навыками танцевального искусства, учитывает возрастные и психологические особенности учащихся. Она составлена по принципу постепенного нарастания степени сложности материала. Все разделы органично связаны между собой, но в тоже время каждый из разделов имеет своё конкретное содержание и свои определённые задачи по формированию знаний, умений и навыков. По каждой теме, входящей в программу, даётся сумма необходимых теоретических сведений и перечень практических работ. Основную часть времени каждой темы занимает практическая работа. Учебный материал дается по основным разделам хореографического искусства:

- Азбука музыкального движения
- Общеразвивающие упражнения
- Элементы классического танца
- Элементы народного танца
- Элементы современного танца
- Постановочная и репетиционная работа
- Музыкально-игровое творчество
- Импровизация

дидактические материалы – компетентностно-ориентированные задания для самостоятельной и творческой работы.

5. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

Электронные ресурсы и книги:

1. А. Ключковская. Курс: "Секреты" продольного шпагата. Вид "изнутри"! https://nmdshi.uln.muzkult.ru/media/2018/09/17/1217333993/Klyuchkovskaya_A._Kurs_Sekrety_pro_dolnogo_shpagata._Vid_iznutri.pdf
2. В.И. Уральская «Рождение танца» https://horeografiya.com/index.php?route=information/article&id=4_1_66
3. Г.А. Колодницкий. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. https://horeografiya.com/index.php?route=information/article&id=4_1_609
4. Е.А. Лукьянова «Дыхание в хореографии» https://vk.com/wall-50334704_190950
5. И. А. Шипилина. «Хореография в спорте: учебник для студентов» <https://www.libfox.ru/170873-inessa-shipilina-horeografiya-v-sporte-uchebnik-dlya-studentov.html>
6. Н. Шереметьевская. Танец на эстраде. <http://dancelib.ru/books/item/f00/s00/z00000000/>
7. Уход за костюмом .статья. Сайт: Интернет – издание о современных танцах, 2004-2007 - www.idance.
- 8.Е.В. Конова «Методическое пособие по ритмике»

Литература для детей и родителей:

1. «Современное образование в России: актуальные проблемы и перспективы развития». -ООО «Бланком», 2010г.
2. Васильева Т.К. Секрет танца. - Санкт-Петербург: Диамант, 2017.
3. М.А. Михайлова, Е.В. Горбина. Популярное пособие для родителей и педагогов. – Ярославль: «Академия развития», 2007. – С. 24

6.ГЛОССАРИЙ

Ан дедан – внутрь, в круг.

Ан деор – наружу, из круга.

Арабеск - поза, название которой происходит от стиля арабских фресок, 1-я, 2-я, 3-я, 4-я.

Балансе – от гл. качать, покачиваться; покачивающиеся движение.

Батман – размах, биение.

Батман девлоппэ – раскачивать, раскрывать, вынимать ногу на 90 градусов в нужное направление.

Батман дубль фраппэ – движение с двойным ударом.

Батман сотеню – движение с подтягиванием ног в пятой позиции, непрерывное движение.

Батман тандю – отведение и приведение вытянутой ноги, выдвижение ноги.

Батман фондю – мягкое, плавное, «тающее» движение.

Батман фраппэ – движение с ударом, или ударное движение.

Выворотность – раскрытие ног в тазобедренном и голеностопном суставах.

Галоп – гоняться, преследовать, скакать, мчаться.

Гранд – большой.

Деми плие – маленькое приседание.

Жетэ – бросок ноги на месте или в прыжке.

Координация – соответствие и согласование всего тела.

Па де баск – шаг басков; для этого движения характерен счет 3/4 или 6/8, выполняется вперед и назад.

Па де буррэ – чеканный танцевальный шаг, переступание с небольшим продвижением.

Пассэ – связывающее движение, проведение или переводение ноги.

Плие – приседание.

Пор де бра – упражнение для рук, корпуса, головы; наклоны корпуса, головы.

Прэпарасион – приготовление, подготовка.

Пти батман – маленький батман, на щиколотке опорной ноги.

Релевэ – подъем на пальцы или полупальцы.

Релевэ лян – медленный подъем ноги на 90 градусов.

Рон де жамб пар тер – вращательное движение ноги по полу, круг носком по полу.

Сотэ – прыжок на месте по позициям.

Сюр ле ку де пье – положение одной ноги на щиколотке другой, опорной, ноги.

Тур – поворот.

Тур шенэ – сцепленный, связанный, цепь кружков, быстрые повороты, следующие один за другим.

Экартэ – поза, при которой вся фигура повернута по диагонали.

Эфасэ – развернутое положение корпуса и ног.

7. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Календарный учебный график к дополнительной общеразвивающей программе «Современный танец» разработан для каждой учебной группы 1, 2, 3 годов обучения (приложение к программе).