

Краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья  
«Озерская общеобразовательная школа-интернат»

**СОГЛАСОВАНО**  
на заседании МО учителей  
технологии (протокол от 29 августа  
2023 г. № 1)

**УТВЕРЖДЕНА**  
на заседании педагогического совета  
КГБОУ "Озерская  
общеобразовательная  
школа-интернат"  
(протокол от 30 августа 2023 г. № 1)

**УТВЕРЖДЕНА**  
приказом КГБОУ "Озерская  
общеобразовательная  
школа-интернат"  
от 30 августа 2023 г.  
№ 127/ОД

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**  
творческого объединения студии современного танца «Модерн»  
(срок реализации- 1 год, возраст детей- 7-13 лет)

Автор -составитель:  
Павленко Марина Вячеславовна,  
педагог дополнительного  
образования

с. Озёрки

2023 год

## **I. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной программы:**

### 1.1. Пояснительная записка

Нормативно-правовое обеспечение программы: программа разработана в соответствии с нормативно-правовым обеспечением:

- Федеральным законом от 29.12.2012г. N 273
- ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепцией развития дополнительного образования детей в РФ (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. N 1726-р г. Москва), (далее -Концепция);
- Приказом Министерством Просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020г. N 6 «Об утверждении СанПиН 3.1/2.4.3598-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»;
- Письмом Минобрнауки РФ от 11.12.2006г. N 06-1844 «О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
- Письмом Минобрнауки России от 18.11.2015г. N 09-3242 «О направлении информации" (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
- Письмом Минобрнауки РФ от 20 сентября 2017г. N 2999 «О направлении методических рекомендаций по проектированию современных дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ;
- Положением о дополнительных общеобразовательных общеразвивающих Программах

«Современный танец – это самостоятельная форма искусства, где по-новому соединились движения, музыка, свет и краски, где тело действительно обрело свой полнокровный язык. Современный танец убеждает людей в том, что искусство есть продолжение жизни и постижения себя, что им может заниматься каждый, если преодолеет в себе лень и страх перед незнакомым.»

Хореография – это начало, база, толчок для будущей физической формы ребенка, для будущего стиля и ритма его жизни. Это очень важный аспект в том, как ребенок будет двигаться по жизни и на сколько он будет здоров.

Современный танец в отличие от классического танца впитывает в себя все сегодняшнее, его окружающее. Он подвижен и непредсказуем и не хочет обладать какими-то правилами, канонами. Он пытается воплотить в хореографическую форму, окружающую жизнь, ее новые ритмы, новые манеры, в общем, создает новую пластику. Современные танцы с их стремительными ритмами, необычными и

сложными положениями тела хорошо тренируют выносливость, вестибулярный аппарат, систему дыхания и сердце. Поэтому современный танец интересен и близок молодому поколению.

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. При работе с детьми с сенсорными нарушениями это становится наиболее актуально.

Детская 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.

В хореографии сливаются воедино слуховое (ритмическое) и зрительное впечатления, естественными и выразительными движениями передаётся эмоциональное состояние человека. Движения под музыку можно рассматривать как важнейшее средство развития телесного опыта ребенка и, следовательно, развития его личности в целом, в этом и поможет хореография.

В концепции системы занятий, музыке отводится ведущая роль, а движение рассматривается как проявление эмоций, связанных с музыкальным образом, как средство усвоения музыкальных закономерностей.

Программа студии современного танца носит **художественную направленность** и призвана сформировать у учащихся навыки хореографического искусства.

Хореография занимает одно из ведущих мест в воспитании гармонически развитой личности. Танец приносит радость, как исполнителю, так и зрителю, раскрывает и растит духовные силы, воспитывает художественный вкус и любовь к прекрасному. Танец оказывает и оздоравливающее действие на растущий организм. Занятие танцем благотворно влияет на работу сердца, органов дыхания, кровообращения, укрепляет мышцы, улучшает осанку.

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

#### **Организационные условия реализации программы:**

Программа рассчитана на детей 7-13 лет, воспитанников КГБОУ «Озерская общеобразовательная школа-интернат». Общее количество часов – 70 часов (2 часа в неделю, 35 учебных недель).

Периодичность проведения занятий – 2 ч. в неделю.

Продолжительность одного занятия – 1 академический час.

Нормы наполнения групп 5-15 детей.

Форма обучения: очная.

Санитарно-гигиенические требования:

Занятия должны проводиться в кабинете, соответствующем требованиям ТБ, пожарной безопасности, санитарным нормам. Кабинет должен хорошо освещаться и периодически проветриваться. Необходимо также наличие:

- раздевалки и шкафов для хранения личных вещей;
- аптечки с медикаментами для оказания первой медицинской помощи.

Для проведения занятий необходимо следующее материально-техническое оснащение: ноутбук, диски, видео и аудиозаписи.

Методика преподавания в студии в своей основе опирается на хореографические учебники, но с учетом разных целей обучения специфики хореографической студии, где состав учащихся разнороден и по способностям и по возрасту. Этим обусловлено особое внимание к эффективности учебного процесса.

**Отличительной особенностью** является то, что программа сочетает ориентировочные упражнения и танцевальные движения классического и современного, страдного танца, что способствует большему развитию танцевальных возможностей учащихся. Теоретические сведения даются непосредственно в процессе занятий и в ходе работы над постановками.

**Форма проведения занятий:** групповая. Занятия по данной программе будут способствовать: развитию координации движений воспитанников, воображения, отработке механизмов межличностной коммуникации, воспитанию внимательного отношения друг к другу, умению искренне радоваться достижениям своих товарищей, желанию помочь им в преодолении встречающихся трудностей.

Основной формой учебной работы является занятие. Во время проведения возможна индивидуальная форма работы хореографа с ребенком.

Важное значение имеет также работа по подготовке детей к концертному выступлению, к конкурсам и фестивалям.

Направленность и содержание программы носят практический характер и определяются задачами творческого и духовно-нравственного развития ребенка.

Уровень умений двигаться зависит от качества представлений о реальных вещах. Задача руководителя – развивать детские представления, прежде всего путем наблюдения, и на их основе строить обучение, последовательно ведя детей к овладению основами изображения художественных образов языком танца.

Осмысление, переживание и воспроизведение художественного образа активизирует процесс творческого, духовного развития. Поэтому при организации танцевальной деятельности важный аспект – опора на эмоциональную сферу:

- увлекательный, эмоциональный рассказ (наглядность, образность, занимательность и т.п.);
- вызов удивления, восхищения;
- вызов заинтересованности в изучении языка танца;
- стимулирование положительных переживаний, связанных с передачей художественных образов посредством танцевальных движений;

Иными словами, для реализации программы используются следующие **методы обучения и воспитания:**

- ✓ наглядные: объяснительно-иллюстративные; наблюдение, показ;
- ✓ практические: упражнения, комбинации, создание «ситуации успеха»;
- ✓ словесные: беседа, обсуждение, объяснение;
- ✓ творческий – самостоятельное создание учащимися музыкально-двигательных образов

Накопление эстетических впечатлений и воплощение собственных художественных образов являются средствами самовыражения и развития

нравственно-эстетической сферы. При этом выбор заданий определяется направленностью на развитие творческих способностей через следующие способы организации педагогического взаимодействия:

- стимулирование проявлений образного мышления, эмоционально окрашенной интуиции, воображения;
- создание условий, позволяющих детям проявить инициативу к творчеству и поиску;
- учет психологических особенностей, индивидуальных предпочтений, интересов и склонностей воспитанников;
- включение в работу эффективных методов и приемов;
- создание особого психологического климата в детском коллективе, способствующего свободному обмену мнениями, формированию чувства внутренней свободы;
- создание условий для правильной организации творческой деятельности.

Методы диагностики личностного развития воспитанников:

- наблюдение;
- беседа;
- сравнение и анализ выполняемых упражнений, этюдов; итоговый анализ полученных умений и навыков воспитанников за период обучения.

**1.2 Цель программы** - изучить основы классического, современного эстрадного танца, способствовать развитию творческих начал и духовной культуры личности посредством хореографического искусства.

Для реализации поставленной цели необходимо решать следующие **задачи**:

**Образовательные:**

- Изучение элементов современного танца;
- Овладение навыками музыкально-пластического интонирования;
- Совершенствование двигательного аппарата;
- Развитие координации, хореографической памяти, внимания, формирование технических навыков;
- Формирование навыков коллективного общения;
- Формирование музыкально-ритмических навыков (умение двигаться и реализовывать себя под музыку);
- Обучение правильному дыханию (дыхательные упражнения);
- Изучение упражнений для развития тела и укрепления здоровья (улучшение физических данных, формирование осанки).

**Развивающие:**

- совершенствование psychomotorных способностей детей (развитие ловкости, точности, силовых и координационных способностей; развитие равновесия, силы, укрепление мышечного аппарата);
- развитие мелкой моторики;
- развитие памяти, внимания, воображения;
- развитие фонетического восприятия и музыкальных способностей (развитие чувства ритма, такта, умение слушать музыку).

**Воспитательные:**

- воспитание у детей интереса к танцевальному искусству;

-воспитание умения вести себя в группе во время движения, танцев и игр, формирование культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми;

- раскрытие индивидуальности

- воспитание, чувства товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

Для работы выделяется 2 уровня подготовленности детей:

### **1 уровень**

Здесь занимаются дети, обладающие простейшими навыками. У них есть желание, но нет природных данных. Они медленно осваивают движения и танцы. Плохо отличают характер мелодии, слабо умеют изобразить тот или иной образ в движениях. Детям характерны такие признаки как: скованность, неразвитое чувство ритма, несобранность, стеснительность, закомплексованность, отсутствие гибкости и плавности в движениях, неумение красиво ходить, двигаться.

#### **Задачи**

○ Научить детей выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, музыкальными образами. Учить движения сравнивать с образами. Научить свободе, естественности, снять эмоциональное напряжение. Учитывая психофизические особенности воспитанников предлагаются комплексные решения основных задач: систематичность, последовательность, постепенность, повтор.

○ Закреплять умения выразительно двигаться.

○ Воспитывать умение действовать сообща, согласовывая свои действия с действиями других.

○ Отрабатывать движения, над которыми начали работать, применяя их в постановке танцев

#### **Танцевальные движения**

1. Подскоки в повороте

2. Тройные прыжочки с отбрасыванием ноги

3. «Моталочка» (вперед и в сторону)

4. Большой и маленький квадрат (вальс)

Учить детей выразительно исполнять заданные движения и на основе их ставить маленькие танцы.

#### **Используют современные движения**

● Шаги с поднятием колена и рук

● Глубокие выпады

● «Волна» (в сторону и вперед)

● Резкие движения руками в разных направлениях

● Опускание на колени.

○ Организовывать выступления на утренниках, на праздничных концертах, выезд на конкурсные мероприятия, с целью развить творческую активность.

### **2 уровень**

Дети этого уровня – это талантливые дети, у них накоплены танцевальные навыки, красивая осанка, гибкость, пластичность, растяжка, сильная стопа. Эти дети: эмоциональны, раскованные, быстрее запоминают заданные движения комбинации танца, хорошо развита мышечная память.

**Цель:**

Воспитывать желание к занятиям, развивать эмоциональность, ответственность, самостоятельность, дисциплинированность, опрятность, раскованность, культуру поведения, коллективность.

**Задачи:**

1. Развитие и сохранение здоровья детей школьного возраста;
2. Развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности;
3. Воспитание организованной, гармонически развитой личности.

**Занятие делится на несколько этапов:**

- Разминка
- Растяжка
- Основная часть (разучивание движений под музыку разного темпа, ритма)
- Беседа (обсуждение)
- Заключительная часть (закрепление)

### 1.3 Содержание программы

Программа дана сроком на один год. На год обучения предполагается определенный минимум умений, навыков, сведений по хореографии. На каждом этапе обучения дается материал по основным разделам:

1. Учебно-тренировочный.
2. Дисциплина - современный танец.
3. Танцевальные элементы и композиции.
4. Специальная танцевально-художественная работа.
5. Мероприятия организационно- воспитательного характера

Первый раздел предусматривает приобретение учащимися двигательных навыков и умений, развитие координации, формирование осанки и физических данных (шаг, гибкость). Он включает разминку по кругу и на середине, экзерсис на полу.

Второй раздел – теоретический, знакомит с общими понятиями современного танца (терминология), с его истоками и историей развития. Желательно осваивать этот материал в форме бесед и видеопросмотров, посещение конкурсов, фестивалей современного танца.

Третий раздел предполагает изучение разноплановых элементов современных (хип-хоп, джаз-модерн), эстрадных направлений и классического танца, композиций, этюдов, которые могут стать основой репертуара для сценической практики; а так же экзерсиса на середине.

Четвертый раздел предполагает работу уже на готовых танцевальных номерах.

Пятый раздел необходим для того, чтобы дети самостоятельно могли анализировать свои результаты и исправлять ошибки.

Содержание разделов программы предполагает вариантность использования предлагаемого материала (т.е. на уроке могут использоваться задания из нескольких разделов), выбор которого направлен на раскрытие способностей учащихся, формирование культуры поведения и общения, воспитание и реализацию творческого начала.

Хотя программа разделена на отдельные тематические части, но в связи со спецификой занятий в хореографической студии границы их несколько сглаживаются: на одном занятии могут изучаться элементы классического и современного, исполняться задания на импровизацию. Руководитель строит работу таким образом, чтобы не нарушать целостный педагогический процесс, учитывая тренировочные цели, задачи эстетического воспитания и конкретные перспективы коллектива.

Программа дает возможность использовать танцевальные движения при минимуме тренировочных упражнений. Вместе с тем в основе преподавания современного танца лежит профессиональная методика, без которой учащиеся не смогут получить необходимые навыки.



## УЧЕБНО- ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Раздел, тема программы	Количество часов			Форма организации занятия	Форма контроля
		всего	теория	практика		
<b>1</b>	<b><i>Раздел 1. Учебно-тренировочный</i></b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>16</b>		
1.1	Вводное занятие	1	1	0	групповая	текущий
1.2	Общеразвивающие упражнения	6	1	5	групповая	текущий
1.3	Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	8	1	7	групповая	текущий
1.4	Экзерсис на полу	5	1	4		
<b>2</b>	<b><i>Раздел 2. Дисциплина – современный танец</i></b>	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>3</b>		
2.1	Позиция рук и ног в современном танце	3	0	3	групповая	текущий
2.2	Терминология	2	2	0	групповая	текущий
<b>3</b>	<b><i>Раздел 3. Танцевальные элементы и композиции</i></b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>6</b>		
3.1	Знакомство с танцем джаз, модерн, хип – хоп, с элементами эстрадного и классического танца.	4	2	2	групповая	текущий
3.2	Середина (элементы современных танцев: композиции, постановки)	2	0	2	групповая	текущий
3.3	Рисунки танца. Пространственные перестраивания.	2	0	2	групповая	текущий
<b>4</b>	<b><i>Раздел 4. Специальная танцевально-художественная работа</i></b>	<b>30</b>	<b>6</b>	<b>24</b>		
4.1	Постановочная работа	14	4	10	Фронтальная/индивидуальная	текущий
4.2	Репетиционная работа	15	2	13	групповая	текущий
4.3	Итоговое занятие, отчетное мероприятие	1	0	1		
<b>5</b>	<b><i>Раздел 5. Мероприятия организационно-воспитательного характера</i></b>	<b>7</b>	<b>0</b>	<b>7</b>		
5.1	Беседы	1	0	1	фронтальная	текущий
5.2	Прослушивание муз. материала	1	0	1	групповая	текущий
5.3	Просмотр видеоклипов, танцев, собственных выступлений.	1	0	1	групповая	текущий
5.4	Анализ и обсуждение выступлений.	1	0	1	групповая	-//-
	Резервный час	3	0	3		
	<b>Итого :</b>	<b>70</b>	<b>14</b>	<b>56</b>		

## ***Раздел I. Учебно-тренировочный***

### ***Тема 1.1. Общеразвивающие упражнения***

Разминка на середине: шаг с носка, шаг на п/пальцах и на пятках, подскоки, лёгкий бег на п/пальцах, приставные прыжки, прыжки с выбросом ноги, бег с поднятыми коленями.

### ***Тема 1.2. Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов***

Разминка на середине: наклоны головы вперёд, назад и в стороны, повороты головы вправо-влево, круговые движения головой по полукругу, подъём плеч вверх-вниз, круговые движения плечами вперёд-назад, работа грудной клетки вперёд-назад (контракция), квадрат грудной клетки, круговые движения бёдер вправо-влево, «восьмёрка», полукруг, releve по I. II. VI позициям, подъём согнутой в колене ноги, прыжки по VI позиции, с поджатыми «разножки», из demi- plie в «звезду», stretch (стрейч) растягивание: в сторону, через бок, flatback (флэт бэк– плоская стена), наклоны: flatback и наклон к ноге: вперёд и назад, отжимание, roll (ролл – скручивание): вперёд с flatback и в сторону с demi- plie (деми плие – маленькое приседание).

### ***Тема 1.3. Экзерсис на полу***

Экзерсис на полу направлен на расширение технических способностей учащихся.

Экзерсис выработан на основе многочисленных методик гимнастических упражнений, применяемых в хореографических школах, студиях, спорте.

*Экзерсис на полу состоит из нескольких разделов:*

- упражнения, сидя на полу
- лёжа на спине
- лёжа на боку
- лёжа на животе
- упражнения, стоя на коленях
- упражнения парами

Каждый из разделов имеет свои задачи, но практически через все упражнения проходит нацеленность на укрепление мышц спины, в стремлении добиться прямой осанки, вытянутости ног в коленях и стопе.

1. Задачи раздела «Упражнения, сидя на полу»:

укрепление мышц спины, постановка осанки, вытянутость ног в колене и в стопе, растяжение ахиллового сухожилия.

2. Задачи раздела «Упражнения, лёжа на спине»:

укрепление мышц брюшного пресса, выворотности бёдер.

3. Задачи раздела «Упражнения, лёжа на боку»:

развитие шпагата в сторону, выворотности бёдер.

4. Задачи раздела «Упражнения, лёжа на животе»:

развитие гибкости корпуса, укрепление мышц спины, укрепление голеностопа.

5. Задачи раздела «Упражнения, стоя на коленях»:

развитие гибкости, развитие подъёма, растяжение ахиллового сухожилия.

6. Задачи раздела «Упражнения парами»:

развитие гибкости спины, укрепление мышц спины, развитие выворотности, укрепление брюшного пресса, растяжка.

Упражнения выполняются на полу для растяжки и эластичности мышц ног, спины, живота. Виды упражнений:

→ Упражнение для подъема стопы. Сидя на полу, ноги вытянуты вперед, спина прямая, стараемся коснуться большим пальцем пола.

→ Упражнение для выворотности стопы. Сидя на полу, ноги вытянуты вперед, спина прямая, разворачиваем стопы так, чтобы коснуться мизинцами пола.

→ «Буратино» - ноги на полу на ширине  $90^\circ$ , руки раскрыты в стороны.

Музыкальный размер 2/4:

1 - 2 такты – наклон корпуса к правой ноге, корпус вытянуть вдоль ноги, руками коснуться носка;

3 - 4 такты – вернуться в исходное положение.

Движение повторить с левой ноги, посередине.

→ «Солнышко» – ноги на полу на ширине  $90^\circ$ , руки раскрыты в стороны.

Музыкальный размер 4/4:

1 такт – наклон корпуса к правой ноге, корпус вытянуть вдоль ноги, левой рукой коснуться носка правой ноги, правой рукой дотронуться до левой ноги.

2 такт – вернуться в исходное положение.

Движение повторить с левой ноги.

→ «Складочка» – ноги на полу вытянуты вперед, руки на поясе. Музыкальный размер 4/4:

1 такт – наклон корпуса вперед, руками стараемся достать до носков, подбородок тянуть вперед.

2 такт – вернуться в исходное положение.

→ «Бабочка» - ноги на полу подтянуты к себе, колени раскрыть в стороны, руки на коленях. Стараемся коленями достать до пола «развернуть у бабочки крылья».

→ «Лодочка» – лежа на животе, ноги прямые, руки вытянуты вперед. Поочередно поднимаем ноги и руки, изображая качающуюся лодочку.

→ «Рыбка» – лежа на животе, ноги вместе, стопы раскрыты в стороны, пятки прижаты к полу, руки вдоль корпуса.

→ «Дощечка» – упражнение для укрепления мышц живота. Стоя на коленях, руки прижаты к корпусу. Выполняются покачивания корпуса вперед-назад, не садясь на ноги.

Упражнения непременно выполняются в сопровождении музыкального инструмента и здесь важно следить за музыкальностью исполнения движений. Следование четкой ритмической основе каждого упражнения способствует развитию музыкальности и внутренней организованности. Каждое упражнение имеет свои методические требования, они простые, но важно добиваться абсолютной точности их выполнения.

Все упражнения за редким исключением выполняются по 4 раза подряд. Не рекомендуется уменьшать эту нагрузку, её можно только увеличивать, но исходя из возможностей детей – их физической подготовленности, природных данных и степени концентрации внимания.

Желательно постепенно добиться непрерывности исполнения упражнений, что не должно привести к перегрузкам, т.к. упражнения следуют друг за другом с учётом смены нагрузки на различные группы мышц, при этом напряжение мышц сменяется расслаблением их.

## ***Раздел 2. Дисциплина – современный танец***

### ***Тема 2.1. Позии рук и ног в современном танце.***

Позии рук в современном танце:

- I – руки согнуты в локтях, близко к диафрагме, локти в сторону;
- II – руки в сторону, ладони вниз;
- III – руки вверх, ладони «смотрят» друг на друга

Позии ног:

- I – пятки вместе, носки врозь;
- II- параллельная и выворотная;
- IV – параллельная
- VI – параллельная

### ***Тема 2.2. Терминология современного танца.***

Термины современного танца на английском языке, т.к. современный танец «пришёл» из США.

Необходимо переводить термины на русский язык в процессе обучения, объяснять их значение, характер исполнения.

Например:

- contract – контракция (сжатие к центру, общее и изолированное)
- bodi roll – скручивание тела
- stretch – тянуть, растягивать
- flex, point – сократить, вытянуть
- flat back – плоская спина
- skate – скольжение и т.д.

## ***Раздел 3. Танцевальные элементы и композиции***

### ***Тема 3.1. Знакомство с танцем джаз, модерн, хип-хоп***

I. Основные стили джазового танца:

- Классический джаз (классический танец и джазовая пластика)
- Джаз-модерн (джаз-танец и свобода пластики модерна)

II. Основные разделы танца модерна:

- Сидя или лёжа на полу (floowork)
- Работа на месте (centrework)
- Работа, включающая движение в пространстве.

Понятие контактная импровизация

1. Работа в группе: верхний, средний, нижний уровень
2. Работа в паре: перебаты на мостик, plie спина к спине, поддержка через бедро и т.д.

III. Элементы танца хип-хоп:

- Slide - скольжение
- bodi – перебат, вращение
- gool walk – отличная прогулка
- push away move - отталкивание
- hand against wall- рука вдоль

### ***Тема 3.2. Середина.***

После изучения основных элементов современных танцев, преподаватель составляет различные композиции (вращения, прыжки), этюды, танцевальные постановки на основе изученной лексики. Пример:

- движения по диагонали (различные варианты шагов, поворотов и вращений с продвижением, прыжки и комбинации прыжков)
- grandbattement на 90 град. И выше (на месте с переступанием вперёд, в сторону, назад с руками; с продвижением вперёд; назад – шпагат в воздухе).
- различные шпагаты на полу (с продвижением вперёд через живот, поворот на месте, с «колесом»)\
- волнообразные движения корпуса

### Тема 3.3. Рисунки танца. Пространственные перестраивания

Понятие пространственных перестроений: линия, колонна, круг.

→ Круг. Отработка навыков двигаться по кругу: лицом и спиной, по одному и в парах, собираться в маленький круг и расходиться в большой круг, перестроения из свободного расположения в круг и обратно.

→ Линия. Движения в линиях, смены линиями, движение в линиях вправо и влево, вперед и назад. «Змейка» - движение по линии друг за другом, перестраиваясь в круг.

→ Колонна. Понятие «колонна». Движение в колонне вперед. Движения в колонне на месте: наклоны в стороны через одного и все вместе.

## ***Раздел 4. Специальная танцевально-художественная работа***

### Тема 4.1. Постановочная работа

Начинается постановочная работа с готовности хореографа, когда номер представляется во всех деталях, важнейший момент – собеседование с исполнителями: познакомить с темой, идеей, сюжетом(если есть). Задачи заинтересовать исполнителей, познакомить с музыкальным материалом. Работа проводится в несколько этапов:

- Проучивании более простых движений
- Основных
- Наиболее часто встречающихся
- Затем движения по степени сложности
- В связках
- Разводка номера
- Затем проходить одну за другой связки. Повторить несколько раз, чтобы закрепить в памяти.
- Повторить, просмотреть несколько раз, чтобы проверить соответствие музыки, замысла, лексике, рисунка, чтобы увидеть часть целиком и логичность с последующим.

Правило. Хореограф не должен входить в рисунок танца при отработке, должен держать все в поле своего зрения. В танцевальном классе или в зрительном зале. Между репетициями хореограф уточняет, просматривая проделанное. Исполнитель должен учить материал, вживаться в “роль”.

### Тема 4.2. Репетиционная работа

Номер проходит целиком несколько раз. Сводные репетиции выявляют недочеты и определяют задачи последующих репетиций. После каждой нужно сделать анализ. К новой сводной репетиции все отдельные группы должны прийти более подготовленные.

### Репетиции в костюмах.

Костюм создает определенное самочувствие, его нужно обжить, т.к. движение связано с весом одежды формой, длиной, кроем. Костюм нужно подобрать под фигуру, рост.

В идеале нужно репетировать в той обуви, в которой выступать на сцене (ботинки со шнуровкой, или присутствие или отсутствие каблука).

На репетиции необходимо научиться работать с предметами, аксессуарами.

#### Репетиция на сцене

При изменении обычных ориентиров зала дети могут потерять уверенность в технике, движениях, вращениях. Это проходит после нескольких повторений. Проверяется зрительное восприятие танца в целом.

Повторить номер несколько раз, добиваясь нужного темпа и правильного рисунка, разметить сцену, привыкнуть к площадке.

В ходе постановочной работы, на репетициях учащиеся осваивают музыкально-танцевальную природу искусства. Развивается творческая инициатива детей, воображение, умение передать музыку и содержание образа движением.

### **Раздел 5. Мероприятия организационно-воспитательного характера**

В программе усиливается познавательная деятельность за счет систематического проведения бесед о хореографическом искусстве, совместных просмотров телепередач о танце, посещение концертов. Беседы и просмотры должны раскрыть ученикам красоту и образность современных эстрадных танцев.

Прослушивание музыкального материала, необходимо детям для того чтобы понять характер музыки и уловить настроение номера. После каждого выступления проводится его анализирование. Выделяются сильные моменты, исправляются ошибки и недочеты, и закрепляются после обсуждения.

#### **1.4 Прогнозируемая результативность**

К концу учебного года воспитанники должны уметь:

<b>В результате обучения по программе ребенок будет:</b>	<b>В результате обучения по программе у ребенка:</b>
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Ориентироваться в характере, темпе, ритме музыки.</li><li>2. Уметь свободно и легко исполнять упражнения на координацию корпуса, рук, ног, головы.</li><li>3. Уметь сочинять элементарные образные движения.</li><li>4. Составлять простейшие комбинации из ранее изученных движений самостоятельно.</li><li>5. Владеть простейшими правилами поведения на сцене, ориентироваться, перестраиваться и централизоваться. Держать рисунок линиями, колоннами, кругом, по диагонали.</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Будут воспитаны морально-волевые, художественно-эстетические качества.</li><li>2. Будет сформирована устойчивая потребность в физической нагрузке, растяжке.</li></ol>

## **II. Комплекс организационно педагогических условий.**

### **2.1 Календарный учебный график:**

Количество учебных недель: 35;

Количество учебных дней: 2;

Продолжительность учебного года : 01.09.2021-31.05.2022

### **2.2 Условия реализации программы**

Для занятий хореографической студии желательно иметь просторное помещение с деревянным некрашеным полом, оборудованное специальными станками и зеркалами. (Станок представляет собой хорошо отполированную круглую палку диаметром 5см, которая прикрепляется к стене кронштейнами на расстоянии примерно 80—100 см от пола и 30 см от стены.) Костюмы для занятий и специальную обувь ученики приобретают сами по указанию руководителя.

### **2.3 Формы аттестации в дополнительном образовании**

Отчеты хореографической студии планируются или в виде открытых занятий, или как концертное выступление. В течение года должно быть не больше 5—6 выступлений: частые выступления отнимают у детей много сил и времени, резко снижают художественный уровень исполнительской работы.

В мероприятия воспитательного характера входят подготовка и проведение отчетных концертов, выступлений ребят в школах, в дни празднеств и значительных дат; помощь своим товарищам по коллективу при разучивании танцев, замена заболевших, самостоятельная работа по созданию танцев.

Организационная работа строится с учетом целей и задач, содержания и формы работы в студии. Она заключается в составлении расписаний занятий в группах (количество часов, время занятий), ведении журнала посещаемости, составлении тематических планов, организации групп по возрастам, знакомстве с вновь пришедшими учениками. Забота о художественном оформлении танцевального зала, помещения, где проводятся занятия, о чистоте и порядке в зале, сохранности станков, зеркал, музыкального инструмента и т. д., проверка внешнего вида учеников, формы одежды для занятий.

## **КОНТРОЛЬ И УЧЁТ УСПЕВАЕМОСТИ**

Важным элементом учебного процесса является систематический контроль успеваемости учащихся.

Виды контроля:

- текущий контроль
- промежуточная аттестация
- итоговый (в конце учебного года проводится обобщающее занятие, открытый урок).

Каждый из видов контроля успеваемости учащихся имеет свои цели, задачи и формы.

Текущий контроль успеваемости направлен на поддержание учебной дисциплины, повышение уровня освоения текущего учебного материала. Он имеет воспитательные цели и учитывает индивидуальные психологические особенности учащихся.

Текущий контроль осуществляется хореографом, ведущим предмет. Наиболее распространённой формой промежуточной аттестации учащихся

являются контрольные и открытые уроки. Эти уроки направлены на выявление знаний, умений и навыков учащихся.

Итоговая аттестация определяет уровень и качество освоения образовательной программы. Formой проведения обобщающего занятия является праздник в конце года. Организуется с использованием театрализации и приглашением родителей.

Для проведения занятий понадобятся:

- подборка музыкальных произведений;
- подборка танцевальных упражнений и комбинаций;
- видеофильмы клипы;

Учащиеся, прошедшие определенный курс по данной программе, должны получить, общие сведения об искусстве хореографии, ее специфике и особенностях, о методе социалистического реализма, что дает возможность правильно судить об идейно-художественных качествах произведений хореографического искусства.

#### 2.4 Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение.

- Литература для педагога.
- Оборудование и приборы: музыкальный центр, флеш-карта, CDдиски, компьютер, карточки и таблички.
- Раздевалка для обучающихся;
- Наличие специальной танцевальной формы;
- Музыкальный материал для проведения занятий;
- Наличие музыкальной фонотеки;
- Наличие танцевальных костюмов.
- Наглядные пособия и методические разработки, специальная литература.

2.5 Настоящая дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности разработана с учетом:

- Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012)
- Концепция развития дополнительного образования детей (утв. распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 г. № 1726-р)
- Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (Приказ Минтруда и соц.защиты РФ от 8.09.2015 № 613н)
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Минобрнауки РФ от 29.08.2013 г. № 1008)
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций ДО детей»
- Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ)
- Письмо Минобрнауки РФ от 14.12.2015 г. № 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»



(вместе с «Методическими рекомендациями по организации внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»)

- Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. П.А. Пестов Уроки классического танца – Москва, 1999г.
2. Т. Барышников Азбука хореографии – Ральф, 2000г.
3. Роберт Те. 5 минут растяжки – Минск, 1999г.
4. Е.В. Даниц. Джазовые танцы – Донецк, 2002г.
5. Н.А. Вихрева Экзерсис на полу – Москва, 2004г.
6. Методическое пособие по основам танца модерн. Учебный центр работников культуры – Владивосток, 1997г.
7. Л.И. Ивлева. Джазовый танец – Челябинск, 1996г.
8. Н.Г. Смирнова. Уроки хореографии в образовательных учреждениях. – Кемерово, 1996г.
9. Ю. Шестакова. Современный танец для детей. – Новосибирск, 2004г.(D.V.D.)
10. Е.А. Пинаева. Классический танец. – Москва, 2006г.
11. А. Озерская. Джаз-модерн – Новосибирск 2008 г.(D.V.D.)
12. О.Вернигора. Джаз-танец 11-14 лет – Новосибирск 2007 г.(D.V.D.)
13. Конорова Е. Методическое пособие по ритмике. – М., 1972.
14. Пасютинская В. Волшебный мир танца. – М., 1985.
15. Череховская Р. Танцевать могут все. – Мн., 1973.
16. Руднева С., Фиш А. Ритмика. Музыкально-ритмическое движение.
17. Горшкова Е. О музыкальном творчестве в танце. – Дошкольное воспитание, 1991. – №12.
18. Баренбойм Л. Путь к музицированию. – Л. – М., 1973.
19. Сборник «Программы общеобразовательных школ (классов) с хореографическим направлением». – Научный руководитель Н.М. Лаврухина. Под ред. О.А. Петрашевича. - Мн. – Национальный институт образования. – 2005.
20. Горшкова Е. От жеста к танцу. Методика и конспекты занятий по развитию у детей 5 – 7 лет творчества в танце. – М.: Издательство «Гном и Д», 2002. – 120с.

*Лист внесения изменений*

<i>№ п/п</i>	<i>Дата внесения изменений</i>	<i>Характеристика изменений</i>	<i>Реквизиты документа, которым закреплено изменение.</i>	<i>Подпись сотрудника, внёсшего изменения.</i>

## Календарный учебный график

№	Тема	Дата
1.	Вводное занятие	3.09.2021
2.	Общеразвивающие упражнения	3.09.2021
3.	Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	10.09.2021
4.	Экзерсис на полу	10.09.2021
5.	Позиция рук и ног в современном танце	17.09.2021
6.	Терминология	17.09.2021
7.	Знакомство с танцем джаз, модерн, хип – хоп, с элементами эстрадного и классического танца.	24.09.2021
8.	Середина (элементы современных танцев: композиции, постановки)	24.09.2021
9.	Рисунки танца. Пространственные перестраивания	1.10.2021
10.	Постановочная работа	1.10.2021
11.	Постановочная работа	8.10.2021
12.	Постановочная работа	8.10.2021
13.	Постановочная работа	15.10.2021
14.	Беседы	15.10.2021
15.	Общеразвивающие упражнения	22.10.2021
16.	Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	22.10.2021
17.	Позиция рук и ног в современном танце	29.10.2021
18.	Терминология	29.10.2021
19.	Знакомство с танцем джаз, модерн, хип – хоп, с элементами эстрадного и классического танца.	12.11.2021
20.	Середина (элементы современных танцев: композиции, постановки)	12.11.2021
21.	Рисунки танца. Пространственные перестраивания	19.11.2021
22.	Прослушивание муз. материала	19.11.2021
23.	Общеразвивающие упражнения	26.11.2021
24.	Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	26.11.2021
25.	Экзерсис на полу	03.12.2021
26.	Позиция рук и ног в современном танце	03.12.2021
27.	Знакомство с танцем джаз, модерн, хип – хоп, с элементами эстрадного и классического танца.	10.12.2021
28.	Постановочная работа	10.12.2021
29.	Постановочная работа	17.12.2021
30.	Постановочная работа	17.12.2021
31.	Репетиционная работа	24.12.2021
32.	Репетиционная работа	24.12.2021
33.	Общеразвивающие упражнения	14.01.2022
34.	Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	14.01.2022
35.	Знакомство с танцем джаз, модерн, хип – хоп, с элементами эстрадного и классического танца.	21.01.2022
36.	Постановочная работа	21.01.2022
37.	Постановочная работа	28.01.2022
38.	Репетиционная работа	28.01.2022
39.	Репетиционная работа	04.02.2022

40.	Репетиционная работа	04.02.2022
41.	Общеразвивающие упражнения	11.02.2022
42.	Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	11.02.2022
43.	Экзерсис на полу	18.02.2022
44.	Постановочная работа	18.02.2022
45.	Постановочная работа	25.02.2022
46.	Репетиционная работа	25.02.2022
47.	Репетиционная работа	04.03.2022
48.	Репетиционная работа	04.03.2022
49.	Репетиционная работа	11.03.2022
50.	Репетиционная работа	11.03.2022
51.	Просмотр видеоклипов, танцев, собственных выступлений.	18.03.2022
52.	Общеразвивающие упражнения	18.03.2022
53.	Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	25.03.2022
54.	Постановочная работа	25.03.2022
55.	Постановочная работа	08.04.2022
56.	Постановочная работа	08.04.2022
57.	Репетиционная работа	15.04.2022
58.	Репетиционная работа	15.04.2022
59.	Репетиционная работа	22.04.2022
60.	Репетиционная работа	22.04.2022
61.	Репетиционная работа	29.04.2022
62.	Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	29.04.2022
63.	Экзерсис на полу	06.05.2022
64.	Постановочная работа	06.05.2022
65.	Постановочная работа	13.05.2022
66.	Репетиционная работа	13.05.2022
67.	Итоговое занятие, отчетное мероприятие	20.05.2022
68.	Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов	20.05.2022
69.	Экзерсис на полу	27.05.2022
70.	Анализ и обсуждение выступлений.	27.05.2022