

Управление образования г. Пензы
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного
образования Детско-юношеский центр «Звёздный» г. Пензы

Принято педагогическим советом
Протокол № 1 от 31.08.2023 г.
Приказ № от 31.08.2023 г.



Утверждаю
Директор МБОУ ДО ДЮЦ «Звёздный»
г. Пензы
О.М. Сенькина

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА
физкультурно-спортивная направленность
«СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ»**

Возраст детей 5 -17лет
Срок реализации – 5 лет

Автор – составитель:
Педагог дополнительного образования
Ермакова М.В.

г. Пенза, 2023 год

Пояснительная записка

Общеразвивающая программа «Современный танец» имеет художественную направленность, по уровню освоения является базовой, форме обучения – очной, по степени авторства – модифицированной, предназначена для получения учащимися дополнительного образования в области современного танцевального искусства.

Программа разработана в соответствии со следующими нормативно – правовыми документами:

Программа разработана в соответствии со следующими нормативно – правовыми документами:

Федеральным Законом РФ от 29.12.2012 г. №273 «Об образовании в РФ»;
Федеральный Закон от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Приказом Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (изменения приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020 г. N 533);

«Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 N 28;

Распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

Распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 года № 996 – р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в РФ на период до 2025 года»;

Федеральным проектом «Успех каждого ребенка», утвержденным протоколом заседания комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. №3;

Письмом Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

Порядком применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ, приказ от 23 августа 2017 года N 816 Министерства образования и науки РФ;

Уставом МБОУ ДО ДЮЦ «Звёздный» г. Пензы и локальными актами учреждения: «Положением о дополнительной общеобразовательной программе МБОУ ДО ДЮЦ «Звёздный» г. Пензы», «Положением о промежуточной аттестации».

Актуальность программы

Сегодня спортивный танец находится на пике популярности. Этому способствуют зрелищность танцев, популяризация его через средства массовой информации (телевидение, Интернет). Огромный интерес вызывает спортивная направленность данного вида искусства.

Творческий потенциал современного танца ориентирован на освобождение юного танцора от излишнего эмоционального и мышечного напряжения; совершенствование его двигательных способностей (гибкости, выносливости, координации); исследование естественных возможностей и ограничений своего тела; осознанное выражение своего внутреннего образа ряда через двигательную активность.

Приобщение ребенка к богатству танцевального и музыкального искусства, освоение различных танцевальных практик способствует развитию у него наблюдательности и воображения, ассоциативного и образного мышления, творческой смелости и активности.

Педагогическая целесообразность программы заключается в комплексном подходе к организации образовательного процесса: целесообразный выбор методов, форм и средств обучения, обеспечивающих системное влияние на нравственное становление учащихся, развитие творческих способностей средствами театрального творчества.

Отличительные особенности новизна программы

Программа «Современный танец» разработана на основе дополнительных общеобразовательных программ «Хореография» Заболотской М.А. (Программно-методическое обеспечение образовательного процесса детского объединения дополнительного образования. Сборник образовательных программ. Серия «Дополнительное образование детей: мастерство и творчество». Сборник №9. / под ред. З.А. Каргиной, к.п.н., доц. - Издательство «ИСК» 2006) и «Основы обучения современным направлениям танца в системе дополнительного образования» Никитина В.Ю.

Отличительные особенности программы заключаются в самой структуре программы, в её содержательной части, в организационно-педагогической основе обучения:

- групповая форма работы в сочетании с индивидуальным подходом;
- обучение, развитие и воспитание на основе современных педагогических технологий личностно-ориентированной направленности, методов, форм, приёмов, способствующих наибольшей заинтересованности детей в этом виде деятельности, а так же более полному раскрытию их творческого потенциала и формированию стремления к *саморазвитию и дальнейшему самосовершенствованию*;
- синтез видов и форм хореографического обучения, создание интегрированной модели обучения, акцент ставится на изучение современной хореографии.

Практическая деятельность неразрывно связана с изучением истории современного хореографического искусства, знакомством с постановками современных балетмейстеров и мировой музыкальной культурой. Средствами занятий у детей формируются: творческие способности, эстетические эмоции, чувства, представления о красоте движений и звука, формы и цвета.

Данная программа отличается изучением одних и тех же тем и особенностей современных танцевальных стилей, начиная с первого года обучения, и постепенно совершенствуя танцевальное мастерство, опираясь на более высокий уровень развития художественно-эстетических и физических качеств детей на последующих годах обучения. Это придает программе в целом возвратно-поступательный характер занятий с детьми разного возраста, обучение происходит «по спирали».

Новизна программы

Автор максимально попытался вложить в содержание программы все новое, основывающееся на фундаментальных знаниях хореографии, а также разработать такую систему обучения, при которой формируется прочный запас знаний, умений и навыков.

Новым дополнением являются:

- *педагогическое сотрудничество с одарёнными детьми*, в котором целеполагающим является профориентационное направление;
- *интенсивная методика хореографического развития*: это эффективная система этюдов, «мини танцев», направленная на формирование определённого навыка и эмоциональной выразительности; она является способом «прорыва» по формированию хореографических навыков именно на начальном этапе обучения, когда у маленького танцора необходимо развить гибкость, пластичность, растяжку и научить всё это делать с максимальной выразительностью.

Образовательный процесс базируется на следующих принципах:

- **принцип научности в сочетании с доступностью** реализуется через тщательный подбор всех учебных заданий с учётом возраста и индивидуальных особенностей детей;

- **принцип наглядности** помогает создать представление о предлагаемой деятельности; способствует более глубокому и прочному усвоению материала программы, повышает к ней интерес;

- **принцип систематичности и последовательности** предусматривает построение программного материала от простого к сложному, от известного к неизвестному, от легкого к трудному, что обеспечивает равномерное накопление и углубление знаний учащихся;

- **принцип целостности**, обеспечивающий неразрывную связь обучения, воспитания и развития на каждом занятии;

- **принцип природосообразности и культуросообразности** - построение содержания программы с учётом региональных культурных традиций.

Цель программы

Развитие творческих способностей учащихся средствами современного танцевального искусства.

Задачи программы

- воспитать и развить творческое воображение, фантазию, уважение к культурным ценностям танцевального искусства России и мира;

- сформировать коммуникативные качества личности через коллективную творческую деятельность;

- развить физические способности: гибкость, ловкость, координированность и ритмичность движений

- обучить навыкам исполнения современных танцев;

- обучить умению выражать собственные эмоции и настроение через пластику тела.

Воспитательная деятельность в детском коллективе направлена на развитие у учащихся коммуникативных навыков, навыков здорового образа жизни, на формирование активной жизненной позиции. Большое воспитательное значение имеют традиции, сложившиеся в коллективе - проведение вечеров отдыха с участием детей и родителей (Новый год, 8 марта, 23 февраля и т.д.), посвящение в танцоры, концертные выступления, совместные поездки на конкурсы и фестивали.

Важное место в воспитательной работе занимает формирование коллектива единомышленников, создание и развитие традиций. В объединении традиционными стали такие мероприятия такие как, Посвящение в учащиеся объединения, мероприятия учебно-воспитательного характера, праздники открытия и закрытия творческого сезона.

Немаловажную роль играет **работа с родителями**, включение их в деятельность коллектива. Открытые занятия для родителей дают возможность показать, чему научился их ребёнок. Концерты позволяют создать ситуацию успеха, как для учащихся, так и для их родителей. Беседы по вопросам воспитания детей, подготовка к выступлениям, организация поездок, экскурсии – всё это, а также другие формы работы помогают формированию единого коллектива педагогов, детей и родителей.

Объём и сроки реализации

Программа рассчитана на 3 года обучения. Общее количество часов на весь период обучения – 576 часов. 1 год обучения - по 144 часа в год, 4 часа в неделю. 2- 3год обучения - по 216 часов в год, 6 часов в неделю.

Занятия в группах 1 года обучения проводятся 2 раза в неделю, продолжительностью 2 академических часа с перерывом 10 минут каждый час.

Занятия в группах 2-3 годов обучения проводятся 2 раза в неделю, продолжительностью 3 академических часа с перерывом 10 минут каждый час.

Год обучения	Количество часов в неделю	Количество часов в год	Количество занятий в неделю	Продолжительность занятий
1	4	144	2	2 часа
2	6	216	2	3 часа
3	6	216	2	3 часа

Адресат программы

Программа предусматривает работу с учащимися 5 – 17 лет, выразивших желание овладеть искусством современного танца, при наличии медицинского заключения о допуске к занятиям хореографией. Включает три возрастных периода.

Краткая характеристика возрастных особенностей учащихся

Для детей в возрасте 5-8 лет характерны подвижность, любознательность, конкретность мышления, большая впечатлительность, подражательность и вместе с тем неумение долго концентрировать свое внимание на чем-либо. В эту пору высок естественный авторитет взрослого. Все его предложения принимаются и выполняются очень охотно. Его суждения и оценки, выраженные эмоциональной и доступной для детей форме, легко становятся суждениями и оценками самих детей.

Дети в возрасте 9-10 лет отличаются большой жизнерадостностью, внутренней уравновешенностью, постоянным стремлением к активной практической деятельности. Эмоции занимают важное место в психике этого возраста, им подчинено поведение ребят. Все большее значение начинают приобретать оценки их поступков не только со стороны старших, но и сверстников. Неудача вызывает у них резкую потерю интереса к делу, а успех сообщает эмоциональный подъем.

У учащихся в возрасте 11-12 лет резко возрастает значение коллектива, его общественного мнения, отношений со сверстниками, оценки ими его поступков и действий. Заметно проявляется стремление к самостоятельности и независимости, возникает интерес к собственной личности, формируется самооценка, развиваются абстрактные формы мышления. В этом возрасте ребята склонны к творческим и спортивным играм, где можно проверить волевые качества: выносливость, настойчивость, выдержку.

В возрасте 13-17 лет складываются собственные моральные установки и требования, которые определяют характер взаимоотношений со старшими и сверстниками. Подростки способны сознательно добиваться поставленной цели, готовы к сложной деятельности, включающей в себя и малоинтересную подготовительную работу, упорно преодолевая препятствия. Чем насыщеннее, энергичнее, напряженнее их жизнь, тем более она им нравится.

Особенности организации образовательного процесса

Программа «Современный танец» состоит из 17 предметных курсов. Количество и выбор предметных курсов при разработке образовательной программы обусловлен тем, что эти направления танцевального творчества современные, наиболее востребованы и привлекательны для учащихся. Распределение предметных курсов по годам обучения связано со степенью сложности освоения каждого материала. Содержание образовательных разделов и каждого занятия взаимосвязаны друг с другом. При этом учитывается, что учащиеся изначально имеют разный уровень подготовки к усвоению учебного материала, и поэтому каждый учащийся студии сам определяет свой образовательный маршрут и темп освоения программы или ее отдельных тем.

Программа «Современный танец» предусматривает 3 уровня освоения

I уровень – стартовый – 1 год обучения, который рассчитан на занятия с детьми 6 – 9 лет.

Задачи стартового уровня:

- обучить основным элементам современного танца;
- научить владению своим телом;
- организация постановочной работы в соответствии с возрастом.

Предметные результаты по итогам освоения стартового уровня

учащийся должен знать:

- основные позиции рук и ног,
- изолированную работу всех центров.

учащийся должен уметь:

- выполнять основные элементы современного танца;
- владеть своим телом;
- проявлять себя на сцене.

II уровень – базовый – 2- 3 года обучения, где занимаются учащиеся (10 – 14) лет.

Задачи базового уровня:

- обучить выполнению комплекса оздоровительно-укрепляющих упражнений;
- сформировать систему знаний по основам современного танца;
- обучить новым танцевальным движениям, увеличивая диапазон сложных танцевальных элементов;
- обучить синхронному исполнению танцевальных движений;
- развить координацию, гибкость и пластику движений;
- организовать постановочную и концертную деятельность в соответствии с возрастом;

Предметные результаты по итогам освоения базового уровня

учащийся должен знать:

- комплексы оздоровительно – укрепляющих упражнений высокой и низкой интенсивности;

- основы современного танца;
- понятия и их применение: координация, уровни, эластичность мышц;

учащийся должен уметь:

- выполнять комплекс оздоровительно-укрепляющих упражнений низкой интенсивности;

- исполнять танцевальные элементы сложного диапазона;
- правильно использовать в танце пластичность и гибкость тела;
- самостоятельно исполнять современный танец

- выполнять комплекс оздоровительно-укрепляющих упражнений высокой интенсивности;

- исполнять синхронно танцевальные элементы;
- самостоятельно выполнять базовые движения современного танца;
- придумывать вариации базовых движений;
- импровизировать на базовых движениях.

Предполагаемые результаты освоения программы

В результате успешного освоения программы у учащихся будут выявлены следующие результаты:

Личностные результаты

▪ Овладеют личностными качествами, необходимыми в репетиционной и сценической деятельности (трудолюбие, упорство, выносливость, взаимовыручка, доброжелательность);

▪ Овладеют умениями продуктивно работать в социуме и навыками бесконфликтного взаимодействия с другими участниками творческого коллектива;

- Повысят профессиональный и культурный уровень за счет приобретения новых знаний в области спортивной хореографии.

Метапредметные результаты

- Овладеют умениями и навыками художественной деятельности, обеспечивающими самореализацию личности в области спортивных танцев;
- Укрепят мотивацию к самосовершенствованию хореографических навыков;
- Разовьют физиологические природные данные (выворотность, шаг, осанка, гибкость, растяжка, устойчивость координированность и ритмичность движений и т.д.);
- Овладеют навыками актерского мастерства и самопрезентации, необходимыми для успешной сценической практики.

Предметные результаты

- Достигнут профессиональной культуры движения, совершенной пластической выразительности, точной манеры, характера исполнения танца;
- Овладеют знаниями терминов и специальных понятий по изучаемым дисциплинам, по истории и культуре танца;
- Овладеют культурой движения, навыками пластической выразительности в исполнительстве;
- Овладеют навыками методически правильного исполнения разных видов танца в соответствии с образовательной программой.

Формы аттестации (контроля)

Контроль за освоением образовательной программы осуществляется на основании локального акта «Положение о промежуточной аттестации учащихся Муниципального бюджетного образовательного учреждения Детско – юношеского центра «Звёздный» г. Пензы».

Для выявления результативности работы можно применять следующие формы деятельности:

- наблюдение в ходе обучения с фиксацией результата;
- устный опрос;
- анализ, обобщение и обсуждение результатов обучения;
- проведение открытых занятий с их последующим обсуждением;
- участие в фестивалях, конкурсах различных уровней;
- выполнение контрольных заданий.

Входной контроль осуществляется в начале учебного года в виде устного опроса, выполнения контрольных заданий.

Текущий контроль осуществляется в виде тестов, наблюдения педагога, участия в конкурсах, фестивалях;

Критериями оценки являются правильные ответы на вопросы, успешное выступление на конкурсах и фестивалях. Результаты учащихся оцениваются по системе «Новичок», «Любитель», «Профи».

Формы промежуточной аттестации:

участие в городских, областных, межрегиональных и Всероссийских конкурсах, фестивалях;

открытое занятие;

выполнение контрольных заданий.

Результаты промежуточной аттестации фиксируются в таблице «**Диагностическая карта учащихся**», в которую заносятся результаты диагностики по уровням теоретической и практической подготовки, а также сведения по уровню освоения основных общеучебных компетентностей.

Выпускники, закончившие обучение и прошедшие **аттестацию по завершению освоения программы**, получают Свидетельства об освоении дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

В течение учебного года отслеживается уровень достижений учащихся. Разработана «**Информационная карта результатов участия в конкурсах и фестивалях**», которая позволяет проследить активность и результативность обучения каждого учащегося.

Для фиксации происходящих в процессе обучения изменений мотивов деятельности учащихся, системы отношений учащихся в объединении ведется «**Сводная карта развития личностных результатов учащихся**».

Для оценки достижения личностных результатов используются:

Тест креативности П. Торранса

Тест на креативность Ж. Попова

Методика «Исследование творческого воображения» Е.И. Рогова

Для оценки достижения метапредметных результатов используются:

«Оценка самоконтроля в общении» М.Снайдера.

Методика «Диагностика уровня эмпатии» (И.М.Юсупов)

Методика изучения коммуникативных и организаторских способностей старшеклассников (В.В.Синявский, В.А.Федорошин).

Учебный план

	Предметные курсы	Стартовый уровень	Базовый уровень	
		1 год	2 год	3 год
1.	Основы здорового образа жизни	6		
2. 3.	Физическая культура - важное средство физического развития и укрепления здоровья. Гигиена и самоконтроль		6	
4.	Танцевальная разминка	20	18	18
5.	Партерная гимнастика	18	30	40
6.	Ритмика. Современная пластика		6	
7.	Хореография. Отработка движений танца	40		
8.	Современная хореография		10	
9.	Основные стили хип-хопа			29
10. 11.	Постановочная работа		50	
12.	Современные массовые танцы	4		
13.	Уличные танцы		40	
14.	Эстрадные танцы. Танцевальная азбука	30		
15.	Танцевальная импровизация		32	34
16.	Постановка танцевальных номеров			60
17.	Концертная деятельность	22	20	30
Итого в год		144	216	216

**Учебно - тематический план
1 год обучения**

№ пп	Название темы	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	Аналитическая беседа. Тест - опрос
2.	Основы здорового образа жизни	6	1	5	Устный опрос. Заполнение дневника саморазвития
3.	Танцевальная разминка	20	2	18	Наблюдение, аналитическая беседа
4.	Партерная гимнастика	18	2	16	Визуальный контроль
5.	Хореография. Отработка движений танца	40	2	38	Визуальный контроль
6.	Современные массовые танцы	4	1	3	Зачетное занятие
7.	Эстрадные танцы. Танцевальная азбука	30	2	28	Наблюдение, аналитическая беседа
8.	Концертная деятельность	22	2	20	Наблюдение, аналитическая беседа
9.	Заключительное занятие	2		2	Открытый показ. Концертные выступления, анализ
	ИТОГО:	144	13	131	

Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие

Теория. Правила поведения в объединении и учреждения. Техника безопасности. Перспективы на будущее. Знакомство с целями и задачами образовательной программы.

Практика. Выполнение упражнений с элементами ритмики и игрогимнастики, прослушивание музыки

Контроль. Техника безопасности.

Тема 2. Основы здорового образа жизни

Теория. Обзор понятий «здоровье», «здоровый образ жизни», «иммунитет». Факторы, влияющие на здоровый образ жизни.

Практика. Измерение частоты сердечных сокращений и оценка своего самочувствия.

Контроль. Тестовые задания по организации здорового образа жизни

Тема 3. Танцевальная разминка

Теория. Движение и музыка. Значение танца в жизни людей. Понятие «темп», «ритм » и т. д. в различных видах искусства. Здоровье и красота. Важность спортивного подготовленного тела для правильного усвоения материала и здорового образа жизни. Растяжка. Пластика. Комплекс музыкальных и танцевальных игр.

Практика. Движения под различные варианты музыкального сопровождения, различный характер музыки. Упражнения для ежедневной разминки.

Выполнение упражнений:

- разминка для шеи (повороты и наклоны головы, круговые движения),
- разминка для плеч (подъемы, опускания, круговые движения плечами вместе и поочередно),
- разминка для рук (подъемы, опускания, круговые движения от плеча, от локтя, кистями),
- разминка для туловища (наклоны вперед, назад, в сторону, круговые движения),
- разминка для ног (подъем ноги, согнутой в колене, вперед, в сторону, назад)
- приседания маленькие и большие, резкие и медленные.

Контроль. Просмотр выполнения упражнений.

Тема 4. Партерная гимнастика

Теория: Правила исполнения. Укрепление мышц стопы, живота и спины, выворотность, растяжка. Последовательность построения.

Практика. Выполнение упражнений сидя на полу, лежа на спине и на животе.

Выполнение упражнений:

- «лягушка» лежа на спине, лежа на животе;
- сидя на полу, подтянуть колени к груди, вытянуть ноги и «закрепить» спину, руки в стороны;
- «уголки» из положения, сидя и из положения лежа;
- подъем ног поочередно вперед лежа на спине;
- подъем ног поочередно назад лежа на спине;
- упор присев - упор лежа;
- «кошка», стоя на коленях;
- подъем ног в сторону лежа на боку;
- отжимание на руках;
- «велосипед» лежа на спине вперед и назад;
- «ножницы» лежа на спине, на небольшой высоте от пола;
- «складочка» - из положения, лежа на спине, достать пол пальцами ног за головой;
- «мостик» - из положения, лежа на спине;
- шпагаты прямые и поперечные.

Контроль. Просмотр выполнения упражнений.

Тема 5. Хореография. Отработка движений танца

Теория. Хореография - средство художественной выразительности в гимнастике и танцах. Основные позиции рук, ног и положений корпуса. Понятие «Танцевальный образ», зависимость его от музыки.

Практика. Упражнения у хореографической палки. Упражнения для рук. Упражнения на середине зала. Исполнение простых танцевальных комбинаций с использованием выученных позиций рук, ног и положений корпуса. Постановка танца, Отработка движений без музыки под счёт. Отработка движений под музыку. Упражнения на раскрепощение. Исполнение упражнений по группам и самостоятельно.

Контроль. Контрольное задание «Движения танца»

Тема 6. Современные массовые танцы

Теория. Хореографические термины. Виды современных танцев. Понятия «Линия», «Колонна», «Диагональ», «Круг». Правила исполнения синхронно, переходов и рисунков.

Практика. Просмотр видеозаписей выступлений детских танцевальных коллективов.

Разводка и постановка танцевальных номеров. Отработка движений, работа над синхронностью исполнения танца. Основные ходы и движения. Построение рисунков номера. Точность исполнения фигур и перестроений в танце. Ориентирование на сценической площадке.

Контроль. Просмотр выполнения движений современного танца

Тема 7. Эстрадные танцы. Танцевальная азбука

Теория. Танец как вид искусства. Эстрадный танец, его специфика. Классификация жанров эстрадного танца. Танцевальная азбука.

Практика. Постановка корпуса. Различные шаги в различном темпе и ритме: танцевальный шаг (с вытянутым носком стопы), шаг со свободной стопой, шаг на пятках и на носках и т. д. Движения рук: размахивание вперед; размахивание назад; подъем вверх; подъем в стороны; руки спрятаны за спину; движение с использованием хлопков. Лёгкий бег. Прыжки: легкие; равномерные; высокие: по 1/4 такта; низкие: по 1/8 такта. Подскоки. Притопы. Упражнение для головы: наклоны головы вперед (вниз); в стороны и т. д. Упражнение для плеч: спокойные или быстрые подъемы плеч вверх и опускания вниз (одновременно два плеча и поочередно правое - левое) круговые движения плечами вперед или назад и т. д. Упражнения для корпуса: активные наклоны в стороны; наклоны вперед; перегибы корпуса назад. Постановка простых танцев.

Контроль. Контрольное задание по танцевальной азбуке. Миниатюра. Анализ.

Тема 8. Концертная деятельность

Теория. Культура исполнителя. Поведение на сцене.

Практика. Участие в концертах различного уровня.

Контроль. Праздник «Посвящение в танцоры»

9. Заключительное занятие

Подведение итогов работы творческого объединения за год. Награждение лучших учащихся. Знакомство с программой 2 года обучения. Разбор и оценка практической деятельности учащихся. Открытое занятие для родителей. Выступления, учащихся с лучшими номерами

2 год обучения

№ пп	Название темы	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	Аналитическая беседа. Тест - опрос
2.	Физическая культура - важное средство физического развития и укрепления здоровья. Гигиена и самоконтроль	6	1	5	Зачетное занятие Работа с дневником саморазвития
3.	Танцевальная разминка	18	2	16	Наблюдение, аналитическая беседа
4.	Партерная гимнастика	30	2	28	Визуальный контроль
5.	Ритмика. Современная пластика	6	2	4	Зачетное занятие
6.	Постановочная работа	50	4	46	Наблюдение, аналитическая беседа
7.	Современная хореография	10	2	8	Наблюдение, беседа. Зачетное занятие
8.	Уличные танцы	40	6	34	Наблюдение, аналитическая беседа
9.	Танцевальная импровизация	32	4	28	Наблюдение, аналитическая беседа
10.	Концертная деятельность	20	2	18	Концертные выступления, анализ,
11.	Заключительное занятие	2		2	Открытый показ. Анализ работы за год, обсуждение
	ИТОГО:	216	26	190	

Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие

Теория. Знакомство с целями и задачами второго года обучения Техника безопасности и правила поведения в учреждении, на занятиях. Инструктаж по технике безопасности.

Практика. Выполнение упражнений с элементами ритмики и игрогимнастики, прослушивание музыки.

Контроль. Тест – опрос по ТБ

Тема 2. Физическая культура - важное средство физического развития и укрепления здоровья. Гигиена и самоконтроль.

Теория. Понятие о физической культуре и спорте; формы адаптированной физической культуры; цели занятий. Понятие о гигиене и санитарии, уход за телом, гигиенические требования к спортивной форме и спортивному сооружению. Сущность самоконтроля.

Практика. Просмотр и анализ видеоматериалов по фитнес-аэробике. Измерение ЧСС и оценка своего самочувствия. Измерение веса, объема талии и бедер.

Контроль. Тестовые задания

Тема 3. Танцевальная разминка

Теория. Движение и музыка. Значение танца в жизни людей. Понятие «темпа», «ритма» и т. д. в различных видах искусства. Здоровье и красота.

Практика. Выполнение упражнений:

- разминка для шеи (повороты и наклоны головы, круговые движения),
- разминка для плеч (подъемы, опускания, круговые движения плечами вместе и поочередно),
- разминка для рук (подъемы, опускания, круговые движения от плеча, от локтя, кистями),
- разминка для туловища (наклоны вперед, назад, в сторону, круговые движения),
- разминка для ног (подъем ноги, согнутой в колене, вперед, в сторону, назад)
- приседания маленькие и большие, резкие и медленные.

Контроль. Упражнения для ног, рук, туловища. Анализ.

Тема 4. Партерная гимнастика

Теория. Правила исполнения. Укрепление мышц стопы, живота и спины, выворотность, растяжка. Последовательность построения.

Практика. Выполнение упражнений сидя на полу, лежа на спине и на животе.

Выполнение упражнений:

- «лягушка» лежа на спине, лежа на животе;
- сидя на полу, подтянуть колени к груди, вытянуть ноги и «закрепить» спину, руки в стороны;
- «уголки» из положения, сидя и из положения лежа;
- подъем ног поочередно вперед лежа на спине;
- подъем ног поочередно назад лежа на спине;
- упор присев - упор лежа;
- «кошка», стоя на коленях;
- подъем ног в сторону лежа на боку;
- отжимание на руках;
- «велосипед» лежа на спине вперед и назад;
- «ножницы» лежа на спине, на небольшой высоте от пола;
- «складочка» - из положения, лежа на спине, достать пол пальцами ног за головой;
- «мостик» - из положения, лежа на спине;
- шпагаты прямые и поперечные.

Контроль. Контрольное задание «Основные упражнения». Коррекция ошибок.

Тема 5. Ритмика. Современная пластика

Теория. Танцевально-ритмическая гимнастика. Современно- ритмический танец. Игропластика. Определение понятий «гимнастика», «креативность», «ритмика».

Практика. Разучивание общеразвивающих акробатических упражнений. Выполнение упражнений на развитие координации. Комбинации современного танца, работа над образно-танцевальными композициями и нестандартными упражнениями. Творческие игры «Найди свой кружок» и т. д. Тренаж-разминка с элементами акробатики (перекаты, группировка, вертикальное равновесие, «колесо», выход в шпагат в сочетании с «колесом», «волны» корпусом

вперед, в сторону). Выполнение пластических упражнений (прогибы спины, пластика кистей рук, «волны», перекач плеч). Выполнение упражнений для мышц плечевого пояса, шеи, упражнения работой головы. Выполнение упражнений и танцевальных композиций создающих необходимый двигательный режим и положительный психологический настрой. Выполнение комбинаций на развитие мышечной силы, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности.

Контроль. Упражнения «Пластика тела». Самоанализ.

Тема 6. Постановочная работа

Теория. Знакомство с музыкальным произведением, разбор техники исполнения.

Практика. Постановка сценических и концертных номеров. Исполнение танцевальных композиций и этюдных зарисовок на развитие чувства ритма, музыкальности (музыкального слуха), памяти, внимания, пластичности и артистизма в танцевальных движениях и танцах. Элементы импровизации на заданную тему. Выполнение пластических этюдов на развитие мышления, воображения, находчивости и познавательной активности.

Контроль. Контрольные упражнения по теме. Коррекция ошибок.

Тема 7. Современная хореография

Теория. Основные элементы танца джаз-модерн (isolation, opposition, parallelisms, multiplication, flatback и т.д.). Комбинирование и взаимопроникновение музыки и танца. Полиритмия танца. Основные принципы джаз - модерна.

Практика. Использование в танце позы «коллапс». Активное передвижение исполнителя в пространстве, как по горизонтали, так и по вертикали. Изолированные движения различных частей тела. Использование ритмически сложных и синкопированных движений. Индивидуальные импровизации в общем танце. Исполнение основных элементов танца джаз-модерн применительно к различным частям тела. Соединение их в комбинации. Исполнение на середине зала.

Контроль. Контрольные упражнения по теме. Коррекция ошибок.

Тема 8. Уличные танцы

Теория. Фристайл, хип-хоп, вакинг (история возникновения). Разбор структуры и основ шагов уличного танца. Культура хип-хопа. Базовые навыки хип-хопа. Динамическая пластика хип-хопа. Изолированная работа различных частей тела и перенос центра тяжести. Рэп, граффити, ди-джеинг, хип-хоп.

Практика. Освоение характерных элементов различных направлений и стилей уличного танца. Освоение техники работы стоп, колена. Положение таза. Просмотр и анализ видеоматериалов с Чемпионатов России и Европы по хип-хопу и уличным танцам.

Контроль. Контрольные упражнения по теме. Коррекция ошибок.

Тема 9. Танцевальная импровизация

Теория. Образы. Характеры. Сюжет танца. «Внутренний монолог». Исполнения синхронных, переходов и рисунков. Объяснение передачи характера и манеры исполнения. Основные ходы и движения. Построение рисунков номера. Актерская выразительность во время исполнения танцевальных номеров.

Практика. Творческие задания для усовершенствования импровизации. Исполнение по группам и индивидуально. Совмещение импровизации и поставленной хореографии в танцевальных номерах. Постановка танцевальных номеров. Закрепление и отработка изученных синхронных. Основные ходы и движения. Построение рисунков номера. Актерская выразительность во время исполнения танцевальных номеров.

Контроль. Этюд. Анализ.

Тема 10. Концертная деятельность

Теория. Культура исполнителя. Поведение на сцене

Практика. Участие в концертах различного уровня

Контроль. Отчетный концерт. Коррекция ошибок

11. Заключительное занятие

Подведение итогов работы творческого объединения за год. Награждение лучших учащихся. Знакомство с программой 3 года обучения. Разбор и оценка практической деятельности учащихся. Открытое занятие для родителей. Выступление учащихся с лучшими номерами.

**Учебно- тематический план
3 год обучения**

№ п/п	Название темы	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	1	2	Аналитическая беседа. Тест - опрос
2.	Танцевальная разминка	18	2	16	Наблюдение, визуальный контроль
3.	Партерная гимнастика	40	2	38	Наблюдение, аналитическая беседа
4.	Основные стили хип-хопа	29	2	27	Визуальный контроль
5.	Танцевальная импровизация	34	4	30	Визуальный контроль
6.	Постановка танцевальных номеров	60	4	56	Наблюдение, аналитическая беседа, обсуждение
7.	Концертная деятельность	30	2	28	Концертные выступления, анализ
8.	Заключительное занятие	2		2	Открытый показ. Анализ работы за год, обсуждение
	ИТОГО:	216	17	199	

Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие

Теория. Знакомство с целями и задачами третьего года обучения Техника безопасности и правила поведения в учреждении, на занятиях. Инструктаж по технике безопасности.

Практика. Выполнение упражнений с элементами ритмики и игрогимнастики, прослушивание музыки.

Контроль. Тест – опрос по ТБ

Тема 2. Танцевальная разминка

Теория. Движение и музыка. Значение танца в жизни людей. Понятие «темпа», «ритма» и т. д. в различных видах искусства. Здоровье и красота. На третьем году обучения сохраняется комплекс разминки второго года, и добавляются элементы танца хип - хоп. Соединение движений разогрева в единые комбинации. Самостоятельное исполнение. Совершенствование техники исполнения движений.

Практика. Выполнение упражнений:

- разминка для шеи (повороты и наклоны головы, круговые движения),
- разминка для плеч (подъемы, опускания, круговые движения плечами вместе и поочередно),

- разминка для рук (подъемы, опускания, круговые движения от плеча, от локтя, кистями),

- разминка для туловища (наклоны вперед, назад, в сторону, круговые движения),

- разминка для ног (подъем ноги, согнутой в колене, вперед, в сторону, назад)

- приседания маленькие и большие, резкие и медленные.

Контроль. Выполнение упражнения. Коррекция ошибок.

Тема 3. Партерная гимнастика

Теория: Правила исполнения. Укрепление мышц стопы, живота и спины, выворотность, растяжка. Последовательность построения.

Практика. Выполнение упражнений сидя на полу, лежа на спине и на животе.

Выполнение упражнений:

- «лягушка» лежа на спине, лежа на животе;
- сидя на полу, подтянуть колени к груди, вытянуть ноги и «закрепить» спину, руки в стороны;
- «уголки» из положения, сидя и из положения лежа;
- подъем ног поочередно вперед лежа на спине;
- подъем ног поочередно назад лежа на спине;
- упор присев - упор лежа;
- «кошка», стоя на коленях;
- подъем ног в сторону лежа на боку;
- отжимание на руках;
- «велосипед» лежа на спине вперед и назад;
- «ножницы» лежа на спине, на небольшой высоте от пола;
- «складочка» - из положения, лежа на спине, достать пол пальцами ног за головой;
- «мостик» - из положения, лежа на спине;
- **Контроль.** Выполнение упражнений. Коррекция ошибок.

Тема 4. Основные стили хип-хопа

Теория. Хип-хоп - старая школа. Локинг, поппинг, футворк. Соединение 2-3 стилей в танцевальный этюд. Понятие - сложная композиция. Подбор трюков для сложной танцевальной композиции. Танцевальность трюка.

Практика. Основные принципы мышечно-суставной работы при выполнении стилей хип-хопа. Техника работы на полу. Разработка элементов нижнего уровня. Изучение движений нижнего брейка. Умение перестраиваться от стиля к стилю. Разбор сложной композиции. Соединение различных танцевальных стилей. Амплитуда.

Контроль. Контрольное задание по теме. Коррекция ошибок. Опрос по теме. Позиции ног в хип - хопе. Самоанализ.

Тема 5. Танцевальная импровизация

Теория. Основные законы драматургии (завязка, кульминация, развязка). Их применение в хореографии. Композиция и постановка танца.

Практика. Составление танцевальных этюдов учащимися на основе изученных движений с применением законов драматургии. Творческие задания на импровизацию в различных стилях.

Контроль. Творческое задание. Миниатюра. Анализ.

Тема 6. Постановка танцевальных номеров

Теория. Объяснение правильного исполнения синхронов, переходов и рисунков. Объяснение передачи характера и манеры исполнения.

Практика. Постановка сценических и концертных номеров. Построение рисунков номера. Актерская выразительность во время исполнения танцевальных номеров. Исполнение танцевальных композиций и этюдных зарисовок. Элементы импровизации на заданную тему. Исполнение пластических этюдов.

Контроль. Этюд. Коррекция ошибок.

Тема 7. Концертная деятельность

Теория. Культура исполнителя. Поведение на сцене

Практика. Участие в концертных программах. Посещение городских зрелищных мероприятий.

Контроль.Выступление на праздниках и концертах.Анализ.

Тема 8. Заключительное занятие

Зачетный срез. Итоговая оценка теоретических знаний. Подведение итогов работы творческого объединения. Отчетный концерт. Анализ концертных выступлений. Награждение победителей.Вручение Свидетельств об окончании обучения.

Рабочая программа воспитания

Рабочая программа воспитания разработана в соответствии с основными нормативными документами и ориентирована на детский контингент творческого объединения.

Программой воспитания предусмотрена системная работа с учащимися, их родителями, социальными партнерами в рамках тематических модулей, определенных в Программе воспитания МБОУ ДО «Детско – юношеский центр «Звёздный».

Цель: способствовать формированию сплочённого детского коллектива с активной гражданской позицией на основе общечеловеческих ценностей.

Задачи:

- Формирование духовно – нравственных качеств.
- Воспитание любви к своей Родине и бережного отношения к природе.
- Воспитание культуры здорового и безопасного образа жизни.
- Воспитание сознательного отношения к труду.
- Содействие профессиональному самоопределению, формирование социальной активности и ответственности.

Формы воспитательной работы в детском объединении:

- Беседы;
- Проекты;
- Просмотр фильмов;
- Конкурсы;
- Праздники;
- Экскурсии;
- Выезды;
- Игровые программы;
- Соревнования;
- Развлекательная программа.

Воспитательная деятельность осуществляется по следующим направлениям:

- духовно-нравственное развитие, нацеленное на расширение ценностно-смысловой сферы личности и приобщение к базовым национальным ценностям: Родина, Человек, Здоровье, Семья, Социальная солидарность, Закон, Труд, Знание, Культура, Природа;

- позитивная социализация учащихся в процессе общественно-полезной деятельности детско-взрослой общности;

- поддержка жизненных устремлений, социальных инициатив и учета индивидуальных потребностей детей и юношества, оказание помощи в трудной жизненной ситуации.

Календарный план воспитательной работы

Сроки	Направление	Мероприятие
Сентябрь	Духовно-нравственное	День знаний

	развитие	5 сентября Международный день благотворительности. Просмотр фильма на тему: «Семья в жизни каждого»
Октябрь	Социально-культурная практика	Диспут «Молодёжь. Спорт. Здоровый образ жизни» 1 октября — Международный день пожилых людей. 5 октября День учителя.
Октябрь	Поддержка индивидуальности	Оформление информационного стенда «Современная азбука профессий». Конкурс рисунков «Профессии - наших родителей». Тестирование подростков «Тест на выбор профессий»
Ноябрь	Духовно-нравственное развитие	27 ноября — День матери (последнее воскресенье ноября) Информационный час «День народного единства. История празднования»
Декабрь	Социально-культурная практика	3 декабря - День Неизвестного Солдата. 3 декабря — Международный день инвалидов. Неделя добра, посвященная Международному Дню инвалидов Праздник «Встреча Нового года»
Декабрь	Поддержка индивидуальности	Викторина: «Мир моих увлечений» Фестиваль профессий Встреча с мастерами спорта.
Январь	Социально-культурная практика	
Январь	Духовно-нравственное развитие	15 февраля День памяти воинов-интернационалистов. «Уроки мужества» Встреча с участниками локальных событий. «Афганистан в судьбе моих родных».
Февраль	Социально-культурная практика	«Уроки мужества»
Февраль-март	Социально-культурная практика	Празднование 23 февраля и 8 марта

Апрель	Поддержка индивидуальности	Проведение фото - квеста «Кем быть?»; Марафон профессий «От мечты к реальности»	Взаимодействие педагога с родителями
Апрель	Социально-культурная практика	День авиации и космонавтики Проект «Виктор Иванович Пацаев. Человек. Космонавт. Гражданин»	
Май	Духовно-нравственное развитие	Беседа «Уроки войны» Выставка «Война в истории моей семьи» Викторина «Слава городов – героев войны» «По страницам Великой Отечественной войны»	

№	Формы взаимодействия	Тема	Сроки
	Родительские собрания	Особенности образовательной программы. Первые успехи учащихся. Итоги года	Сентябрь 2022 Февраль 2023 Май 2023
	Совместные мероприятия	«Наши семейные традиции». День семейного здоровья.	
	Анкетирование родителей		Ноябрь 2022 г. Апрель 2023 г.
	Индивидуальные и групповые консультации		В течение учебного года
	Педагогический всеобуч		В течение учебного года
	Информационные часы для родителей и учащихся «От хобби к научным знаниям»		Октябрь - Апрель

Условия реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Современный танец»

Организационно – методические основы программы

Реализация программы предусматривает использование в процессе обучения современных педагогических технологий:

- **Личностно-ориентированное обучение** даёт каждому учащемуся возможность получить максимальные по его способностям результаты и реализовать свой личностный потенциал.

- **Групповое обучение.** Действуя в паре или небольшой группе, дети учатся общению: умению услышать другого, договориться, распределить работу. Активное участие ребенка в группе способствует развитию навыков коммуникативного взаимодействия с другими учащимися.

- **Здоровьесберегающее обучение.** Творческая деятельность по танцевальному искусству – один из видов здоровьесберегающей технологии. Кроме того, на занятиях очень гармонично используются следующие методики: зрительная гимнастика, смена видов деятельности, смена методов преподавания, двигательная активность (физкультминутка, динамические разминки), релаксация, благоприятный психологический климат, «ситуация успеха» на занятиях.

Информационно-коммуникационные технологии. Особая роль отводится Интернет-технологиям, которые обеспечивают доступ к систематизированному знанию, участие в работе творческих лабораторий. Учащимся открывается возможность использования ресурсов электронных библиотек, энциклопедий, виртуального посещения музеев, экскурсий по достопримечательным местам страны, коммуникативного общения посредством электронной почты, чата, конференций, форумов самообразования

- **Технология игровой деятельности.** Игра – один из тех видов деятельности, которые используются в целях социализации, обучения различным действиям с предметами, способам и средствам общения. В игре происходит развитие личности подростка и формирование тех сторон психики, от которых впоследствии будет зависеть успешность ее социальной адаптации.

- **Технология развития критического мышления** на занятиях объединения будет способствовать формированию у учащихся умений и навыков самостоятельной постановки задач, гипотез и планов решений, критериев оценки полученных результатов, тем самым развивая у них способность к саморегуляции и самообразованию.

Формы занятий

- Практические и теоретические занятия в рамках учебного плана: тематические лекции, просмотр иллюстраций, книг и презентаций по теме, беседы и обсуждение с учащимися темы задания; практические занятия; игровые формы.

- Участие в коллективных проектах, в том числе - подготовке к различным конкурсам и мастер-классам, обеспечение праздничных мероприятий.

- Участие в мастер-классах в ДЮОЦ «Звёздный», на различных специализированных фестивалях и конкурсах детского творчества.

- Участие в формировании ежегодном отчетном концерте в помещениях ДЮОЦ «Звёздный».

- Участие в концертах и творческих конкурсах – городских, всероссийских, международных.

- Индивидуальные выступления учащихся в помещениях ДЮОЦ «Звездный».

- Проведение совместных мероприятий учащихся, педагогов и родителей: индивидуальные консультации, родительские собрания, праздники.

- Посещение музеев, художественных галерей, специализированных выставок, тематических лекций.

Формы организации деятельности учащихся

Фронтальная: работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, показ, объяснение и т.п.).

Коллективная: организация проблемно-поискового или творческого взаимодействия между всеми учащимися одновременно.

Групповая: организация работы в малых группах, в том числе в парах, для выполнения определенных задач. Задание выполняется таким образом, чтобы был виден вклад каждого

учащегося. Группы могут выполнять одинаковые или разные задания, состав группы может меняться в зависимости от цели деятельности.

Индивидуальная: применяется для работы с каждым конкретным учащимся в целях лучшего усвоения информации, теоретического, а также отработки практических навыков. Также используется для работы с одарёнными детьми, мотивированными к более активной и продуктивной работе.

Материально-техническое обеспечение программы

Для занятий, согласно договору, выделен зал и учебный кабинет, соответствующий санитарно-гигиеническим нормам. Кабинет оборудован столами и стульями, шкафами с отделениями для хранения методических, дидактических материалов, расходных материалов и канцелярии. В кабинете имеются технические средства обучения: компьютер.

Оборудование зала включает в себя:

- зеркала, расположенные вдоль стен;
- музыкальный центр, телевизор, DVD;
- стеллажи для хранения инвентаря;
- просторная комната для переодевания;
- спортивные коврики по числу учащихся;
- маты;
- наколенники по числу учащихся.

Предметно-пространственная среда кабинета:

- информационные плакаты с дидактическим материалом.

Брендовый пакет:

- буклеты о деятельности коллектива;
- фотогалерея;
- стенд с информацией о деятельности студии;
- стенд достижений (дипломы, грамоты).

Рекомендуемая и используемая литература для педагога

Барышникова, Т.К. Азбука хореографии / Т.К. Барышникова. - М.: Айрис-Пресс :Рольф, 1999. - 262с.

Березина, В. А. Дополнительное образование детей России / В. А. Березин; Министерство образования и науки Российской Федерации. - Москва: Диалог культур, 2007. - 511, с.

Евладова, Е. Б. Дополнительное образование детей: Учеб.пособие для студентов учреждений проф. образования, обучающихся по специальности 0317 "Педагогика доп. образования" / Е. Б. Евладова, Л. Г. Логинова, Н. Н. Михайлова. - М.:Владос, 2002. - 348, с.

Ерохина, О. В. Школа танцев для детей: [Фольклор, классика, модерн] / Ерохина О.В. - Ростов н/Д.: Феникс, 2003. - 223 с. :

Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец : История. Методика. Практика / В.Ю. Никитин. - М. : ГИТИС, 2000. - 438с.

Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец: Методика преподавания / В.Ю. Никитин. - М.:Всерос. Центр худож. творчества учащихся и работников нач. проф. образования, 2002. - 158 с.

От внешкольной работы - к дополнительному образованию детей : Сб. нормат. и метод.материалов для доп. образования детей / [Ред.-сост. И.В. Калиш]; Науч. ред. А.К. Бруднов. - М. : ВЛАДОС, 1999. - 541, [1] с.

Социальное воспитание в учреждениях дополнительного образования детей: учеб.пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 050711 (031300) - Социал. педагогика / [Б.В. Куприянов и др.] ; Под ред. А. В. Мудрика. - М. :Academia, 2004. - 240 с.

Рекомендуемая и используемая литература для учащихся:

1. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии / Т.К. Барышникова. - М. : Айрис-Пресс : Рольф, 1999. - 262с.