ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЛИЦЕЙ № 373 МОСКОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА «ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ЛИЦЕЙ»

«ПРИНЯТО»
Решением педагогического совета
Государственного бюджетного
общеобразовательного учреждения
лицея № 373 Московского района
Санкт-Петербурга «Экономический лицей»
Протокол № от 26.05.2023 №7

«УТВЕРЖДЕНО»
Приказом по Государственному
бюджетному общеобразовательному
учреждению лицею № 373
Московского района Санкт-Петербурга
«Экономический лицей»
от 30.08.2023 № 121-од

Подписано цифровой подписью:
Афанасьева Ирина Викторовна
Дата: 2023.08.30 16:50:37 +03'00'

Дополнительная общеразвивающая программа «Современный танец»

Срок освоения: 2 года
Возраст обучающихся: 6-10 лет

Разработчик:
Черная Елена Валентиновна,
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Развитие современного танцевального искусство в настоящее время востребовано среди детей. Ритм современной жизни настолько быстрый, что требует от людей мобильности и активного темпа жизни. Это повлияло и на танцевальную культуру, в которой стали доминировать динамичные и яркие стили танцев достаточно в подвижном темпе. Занятия по современному танцу позволяют методически настойчиво направлять энергию учащихся в русло красивых сценических форм. Получив возможность осваивать импровизации, учащиеся избавляются от физических и психологических зажимов, учащиеся получают удовольствие от выражения эмоций и свободы мысли средствами пластики.

Интерес подрастающего поколения к современному танцу делает педагогически целесообразным ознакомление учащихся с основами знаний в этих областях. Изучение современного танца предоставит новое поле для творческой деятельности учащихся.

Актуальность данной образовательной программы обусловлена спросом родителей и учащихся, а также заключается в том, что занятия современным танцем наилучшим образом позволяют сочетать физическое, духовно-нравственное, интеллектуальное и эмоциональное развитие. Программа направлена на эстетическое и физическое развитие обучающихся, приобщение детей к хореографическому искусству. Программа ориентирована на развитие физических данных обучающихся, таких как выворотность, шаг, подъём, гибкость, эластичность мышц и связок опорно-двигательного аппарата, на развитие прыжка, координации, танцевальности, артистичности, а также на приобретение необходимых технических навыков исполнения. Освоение программы способствует формированию общей культуры детей, музыкального вкуса, навыков коллективного общения, развитию двигательного аппарата, мышления, фантазии, раскрытию индивидуальности. Программа включает определенный объем теоретических знаний и формы обучения учащихся на практических занятиях, а также позволяет сформировать у детей стойкий интерес к современным направлениям хореографии, отвечая всем современным требованиям.

Педагогическая целесообразность состоит в том, что данная программа позволит выявить заинтересованных учащихся, проявивших интерес к знаниям, оказать им помощь в формировании устойчивого интереса к современному танцу. В результате её успешной реализации ожидается увеличение числа желающих продолжить свое обучении в профильных учреждениях высшего и среднего звена.

Данная программа разработана для детей в возрасте 6-10 лет, не имеющих медицинских противопоказаний для занятий современными танцами.

Направленность программы – художественная.

Уровень освоения программы – общекультурный.

Программа рассчитана на 2 года обучения. Общая продолжительность реализации дополнительной общеразвивающей программы составляет 144 часа (72 часа в год).

Адресат программы. Данная программа разработана для детей в возрасте 6-10 лет, не имеющих медицинских противопоказаний к физическим нагрузкам.

Новизна и оригинальность данной программы заключается в том, что в учебном процессе изучаются спортивные элементы, элементы акробатики, что в свою очередь помогает развивать у учащихся многие физические качества: увеличивается подвижность в суставах, гибкость, сила мышц, выносливость.

Отличительной особенностью программы «Современный танец» является синтез видов и форм хореографического обучения, создание интегрированной модели обучения: (классический танец, ритмика, пластика, стретчинг, модерн, джаз), акцент ставится на изучение современной хореографии и развитие творческой индивидуальности учащегося.

Цель программы - формирование и развитие физических и творческих способностей учащихся**.**

Задачи. Обучающие:

- обучить координации движений и танцевальной выразительности;
- выработать у учащихся комплекс навыков и умений, способствующих свободному и выразительному овладению различными техниками и стилями современной хореографии;
- сформировать исполнительскую культуру и навыки ориентации в сценическом пространстве;
- обучение эмоциональной раскрепощенности в танцевальной практике.

Развивающие:

- раскрывать и развивать творческие способности обучающихся, эмоциональную отзывчивость на музыку, способность к импровизации;
- содействовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата, формированию правильной осанки, функциональному совершенствованию органов дыхания;
- развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности обучающихся;
- развитие фантазии и воображения и творческих способностей;
- развитие самостоятельности и формирование умения работать в паре, малой группе, коллективе.

Воспитательные:

- воспитывать стремления к здоровому образу жизни, соблюдению режима дня и личной гигиены;
- воспитывать дисциплинированность, трудолюбие, упорства в достижении поставленных целей;
- воспитывать умения управлять своими эмоциями в различных ситуациях, оказывать помощь своим сверстникам;
- воспитывать умения осуществлять самостоятельный контроль за своей учебной деятельностью.

Планируемые результаты. Требования к уровню обученности (предметные результаты):

Обучающиеся должны обладать ***теоретическими знаниями:***

по окончании первого учебного года:

- правила техники безопасности в хореографическом зале;
- правила работы у балетного станка;
- формирование знаний о хореографии и её роли в укреплении здоровья;
- формирование знаний об технике исполнительских средствах выразительности танца и программных движениях;
- умение анализировать исполнение движений;
- умение определять по звучанию музыки характер танца.

по окончании второго учебного года:

- основные стили современной хореографии;
- специальную терминологию;
- основы техники безопасности на учебных занятиях и концертной площадке;
- принципы взаимодействия музыкальных и хореографических средств выразительности.

Обучающиеся должны обладать ***практическими навыками:***

по окончании первого учебного года:

- знать основные позиции ног и уметь переходить из выворотных в параллельные позиции;
- знать основные положения рук;
- согласовывать движения корпуса, рук, ног при переходе из позы в позу;

- выполнять элементарные движения и комбинации у станка и на середине зала в ускоренном темпе;
- выражать образ с помощью движений.

по окончании второго учебного года:

- самостоятельно и грамотно выполнять отдельные элементы и движения современного танца;
- ориентироваться в пространстве;
- координировать свои движения;
- выполнять упражнениям для развития позвоночника;
- выполнять танцевальные связки и комбинации;
- самостоятельно работать над выразительностью исполнения танцевального репертуара;
- эмоционально и технически верно выступать перед зрителями.
- исполнять хореографический этюд в группе;
- соединять отдельные элементы в хореографические композиции.

Результаты уровня воспитанности (личностные результаты). Учащиеся получат развитие такие личностные качества как умение организовывать и содержать в порядке своё рабочее место, трудолюбие, ответственность, самостоятельность, самоконтроль.

Результаты освоения универсальными действиями (метапредметные результаты):

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- владеть технической и эмоциональной уверенностью в танце, в т.ч. в ситуации сценического выступления;

7. готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества.

Язык реализации. Образовательная деятельность осуществляется на государственном языке Российской Федерации (далее – РФ) в порядке, установленном законодательством об образовании и локальными актами образовательного учреждения.

Форма обучения и режим занятий.

Форма проведения учебных занятий – очная. Периодичность занятий – 2 раз в неделю по 1 академическому часу (45 минут) или 1 раз в неделю по 2 академических часа (90 минут). Во время занятий предусмотрены перерывы для снятия напряжения и отдыха, проводится динамическая пауза, отводится время на подготовку и уборку своего рабочего места, решение организационных вопросов с родителями.

Программа является вариативной, и может корректироваться в процессе работы с учетом возможностей материально-технической базы, возрастных особенностей обучающихся, государственных праздников и выходных дней. При реализации программы возможно некоторое изменение пропорций учебного времени, отводимого на освоение тех или иных тем, в зависимости от успеваемости членов коллектива.

Условия набора и формирования групп. Для обучения по данной программе принимаются все желающие в возрасте 6-10 лет, согласно Устава учреждения и соответствующим локальным актам, не имеющие медицинских противопоказаний. Наполняемость групп: первый год - не менее 15 человек, второй год – не менее 12 человек. На 2-й год обучения переводятся учащиеся, успешно закончившие 1- год обучения. В группу второго года обучения могут быть зачислены учащиеся, не проходившие обучение по программе первого года обучения, но успешно прошедшие собеседование.

Формы организации и проведения занятий. Основная форма проведения учебных занятий – групповые занятия. Формы организации деятельности учащихся на занятии:

- фронтальная: работа педагога со всеми учащимися одновременно (показ, объяснение);
- групповая: организация работы (совместные действия, общение, взаимопомощь) 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: организуется для работы детьми, для коррекции пробелов в знаниях и отработки отдельных навыков.

Материально-техническое оснащение. Занятия проводятся в оборудованном хореографическом зале, имеющий пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие), балетные станки (палки) длиной не менее 25 погонных метров вдоль трех стен, зеркала размером 7м х 2м на одной стене. Для музыкального сопровождения занятий используется музыкальный центр (ноутбук).

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
первого года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	2	-	Беседа. Опрос.
2.	Азбука музыкально – ритмического движения	10	2	8	Наблюдение
3.	Общая физическая подготовка	12	2	10	Наблюдение
4.	Элементы классического экзерсиса	10	2	8	Наблюдение
5.	Основы современных направлениях хореографии	20	4	16	Наблюдение
6.	Постановочно-репетиционная деятельность	16	2	14	Творческое выступление, наблюдение
7.	Итоговое занятие	2	-	2	Творческий показ, наблюдение
	Итого	**72**	**14**	**58**	

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
второго года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	2	-	Беседа. Опрос.
2.	Общая физическая подготовка	8	1	7	Наблюдение
3.	Элементы классического экзерсиса	10	1	9	Наблюдение
4.	Стретчинг	8	2	6	Наблюдение
5.	Современные направления хореографии	18	2	16	Наблюдение
6.	Прыжки, элементы акробатики	6	2	4	Наблюдение
7.	Постановочно-репетиционная деятельность	18	2	16	Творческое выступление, наблюдение
8.	Итоговое занятие	2	-	2	Творческий показ, наблюдение
	Итого	**72**	**12**	**60**	

«ПРИНЯТО»
Решением педагогического совета
Государственного бюджетного
общеобразовательного учреждения
лицея № 373 Московского района
Санкт-Петербурга «Экономический лицей»
Протокол № от 26.05.2023 №7

«УТВЕРЖДЕНО»
Приказом по Государственному
бюджетному общеобразовательному
учреждению лицею № 373
Московского района Санкт-Петербурга
«Экономический лицей»
от 30.08.2023 № 121-од

Подписано цифровой подписью:
Афанасьева Ирина Викторовна
Дата: 2023.08.30 16:51:02 +03'00'

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
реализации дополнительной общеразвивающей программы
«СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ»
на 2023/2024 учебный год

Год обучения, группа	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год 1 группа	05.09.2023	14.05.2024	36	72	72	1 раз в неделю по 2 акад. часа (1 час – 45 мин)
2 год 2 группа	05.09.2023	14.05.2024	36	72	72	1 раз в неделю по 2 акад. часа (1 час – 45 мин)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
дополнительной общеразвивающей программы
«Современный танец»

Задачи. Обучающие:

- обучить координации движений и танцевальной выразительности;
- выработать у учащихся комплекс навыков и умений, способствующих свободному и выразительному овладению различными техниками и стилями современной хореографии;
- сформировать исполнительскую культуру и навыки ориентации в сценическом пространстве;
- обучение эмоциональной раскрепощенности в танцевальной практике.

Развивающие:

- раскрывать и развивать творческие способности обучающихся, эмоциональную отзывчивость на музыку, способность к импровизации;
- содействовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата, формированию правильной осанки, функциональному совершенствованию органов дыхания;
- развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности обучающихся;
- развитие фантазии и воображения и творческих способностей;
- развитие самостоятельности и формирование умения работать в паре, малой группе, коллективе.

Воспитательные:

- воспитывать стремления к здоровому образу жизни, соблюдению режима дня и личной гигиены;
- воспитывать дисциплинированность, трудолюбие, упорства в достижении поставленных целей;
- воспитывать умения управлять своими эмоциями в различных ситуациях, оказывать помощь своим сверстникам;
- воспитывать умения осуществлять самостоятельный контроль за своей учебной деятельностью.

Планируемые результаты. Требования к уровню обученности (предметные результаты):
Обучающиеся должны обладать ***теоретическими знаниями:***
по окончании первого учебного года:

- правила техники безопасности в хореографическом зале;
- правила работы у балетного станка;
- формирование знаний о хореографии и её роли в укреплении здоровья;
- формирование знаний об технике исполнительских средствах выразительности танца и программных движениях;
- умение анализировать исполнение движений;
- умение определять по звучанию музыки характер танца.

по окончании второго учебного года:

- основные стили современной хореографии;
- специальную терминологию;
- основы техники безопасности на учебных занятиях и концертной площадке;
- принципы взаимодействия музыкальных и хореографических средств выразительности.

Обучающиеся должны обладать ***практическими навыками:***
по окончании первого учебного года:

- знать основные позиции ног и уметь переходить из выворотных в параллельные позиции;

- знать основные положения рук;
- согласовывать движения корпуса, рук, ног при переходе из позы в позу;
- выполнять элементарные движения и комбинации у станка и на середине зала в ускоренном темпе;
- выражать образ с помощью движений.

по окончании второго учебного года:

- самостоятельно и грамотно выполнять отдельные элементы и движения современного танца;
- ориентироваться в пространстве;
- координировать свои движения;
- выполнять упражнениям для развития позвоночника;
- выполнять танцевальные связки и комбинации;
- самостоятельно работать над выразительностью исполнения танцевального репертуара;
- эмоционально и технически верно выступать перед зрителями.
- исполнять хореографический этюд в группе;
- соединять отдельные элементы в хореографические композиции.

Результаты уровня воспитанности (личностные результаты). Учащиеся получат развитие такие личностные качества как умение организовывать и содержать в порядке своё рабочее место, трудолюбие, ответственность, самостоятельность, самоконтроль.

Результаты освоения универсальными действиями (метапредметные результаты):

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- владеть технической и эмоциональной уверенностью в танце, в т.ч. в ситуации сценического выступления;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества.

Содержание программы
первого года обучения

1. Вводное занятие, инструктаж по технике безопасности.

Теория. Сверка медицинских противопоказаний. Оценка физической подготовленности и мотивации к занятиям хореографией. Знакомство с понятием «хореография» и «Современный танец» знакомство с хореографическим классом. Правила поведения и техника безопасности во время занятия.

2. Азбука музыкально – ритмического движения.

Теория. Выработка ритма танцевальных навыков. Понятие сильной доли; понятия: - быстро, медленно, умеренно. Контрастная музыка: быстрая – медленная, веселая – грустная. Мелодия и движение: Понимание пространства, ориентирование на сцене, в танцевальном классе. Отличие бытового шага от танцевального.

Практика. Развитее координации. Развивающие базовые танцы, этюды. Работа над пластикой. Простейшие перестроения. Понятия линия, колонна, очередность линий, колонн, круг, диагональ, интервал, треугольник, квадрат. Изучение простых рисунков танца. Хлопки в ладони, приседания, удары поочередно правой и левой ногами на сильную и слабую доли под различные музыкальные размеры: 2/4, ¾. Музыкально-пространственные упражнения: маршировка (с вытянутыми носками, с подъемом колена) с перестроением в разных рисунках, в темпе и ритме музыки, шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево. Одновременные марш и хлопки на сильную долю такта. Танцевальный шаг с носка, на пятках. Музыкально-ритмические игры: «Сова», «Пиранья», «Кот и мыши», «Пузырики», шаги в образах.

3. Общая физическая подготовка.

Теория. Объяснение правильности исполнения основных элементов общей физической подготовки.

Практика. Развитие и подготовка опорно-двигательного аппарата для исполнения различных танцевальных движений и развитие ощущений мышц своего тела. Начало тренировки суставномышечного аппарата. Выработка общей физической выносливости. Последовательное выполнение упражнений с паузами для разъяснения и исправления ошибок.

4. Элементы классического экзерсиса

Теория. Знакомство с основными элементами классического танца, их названиями. Изучение классического танца необходимо как подготовка к освоению более сложных хореографических элементов. Дети изучают позиции ног, рук. Обращается внимание на выработку осанки, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов.

Практика. Проучивание позиций ног на середине зала: свободная (естественная), I, II, III, VI. Проучивание позиций рук на середине зала: подготовительная, I, II, III, промежуточная.

Проучивание лицом к станку:

- demiplie по Iи II позициям;
- battementtendu из I позиции «крестом»;
- battementjete из I позиции «крестом»;
- passé;
- releve по I, II, III, VI позициям;
- relevelent на 45 градусов вперед, в сторону и назад;
- portdebras;
- demiplié и relive по IиII позициям на середине зала;
- Iportdebras.
- Прыжки sauté по I и IIпозициям у станка и на середине зала.

Основы современных направлениях хореографии.
Теория. Базовые упражнения. Детские танцы в стиле диско, хип-хоп, свободный стиль.
Практика. Танцевальные движения в различных стилевых направлениях. Повторение композиционного материала.

5. Постановочно-репетиционная деятельность.

Теория. Многообразие направлений хореографического искусства. Техника исполнения. Эмоциональная выразительность. Музыка, сюжет, костюм. Концентрация внимания. Сценический этикет. Инструктаж по технике безопасности (целевой). Правила поведения за кулисами, в гримерной комнате, на сцене, в зрительном зале. Значение сценического костюма. Преодоление волнения на сцене.
Практика. Проучивания и разбор танцевального материала. Отработка синхронного исполнения. Работа над актерской выразительностью. Прослушивание музыки. Собранность во время репетиции и выступления. Старательная активность и яркость исполнения.

6. Итоговое занятие.

Практика. Подведение итогов за полугодие, за год. Показ проделанной работы за полугодие, за год. Участие в открытых занятиях для родителей. Участие в отчетном концерте в конце учебного года. Анализ результатов.

Календарно-тематическое планирование первого года обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	
			План	Факт
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2	05.09.2023	
2.	Презентация программы. Понятие «Хореография» и «Современный танец». Элементы музыкальной грамоты.	2	12.09.2023	
3.	Проучивание поклона. Проучивание ритмической разминки. Ориентирование в зале. Понятия линии, колонны, интервала, диагонали. Понятие линии танца, как проходит линия танца.	2	19.09.2023	
4.	Постановка корпуса. Основные правила. Проучивание танцевальных шагов: шаг с носка, шаг на полупальцах. Музыкально-ритмические игры. Мелодия и движение.	2	26.09.2023	
5.	Проучивание позиции рук, позиции ног. Основные правила. Проучивание танцевальных шагов: шаг с высоким подниманием колен, шаг с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка по кругу. Постановка корпуса, ног, рук, головы. Общеразвивающие упражнения.	2	03.10.2023	
6.	Упражнения для координации. Этюды с использованием детской импровизации. Выполнение простых движений. Проучивание элементов классического экзерсиса.	2	10.10.2023	
7.	Постановка корпуса, ног, рук, головы. Общеразвивающие упражнения. Общеразвивающие упражнения на гибкость спины.	2	17.10.2023	
8.	Общеразвивающие упражнения: движения рук в разных направлениях. Повторение и закрепление изученного материала.	2	24.10.2023	
9.	Общеразвивающие упражнения на развитие брюшных мышц и выворотности ног. Изучение движения и работа над движениями в комбинациях.	2	31.10.2023	
10.	Комплекс упражнений для снятие мышечной напряженности. Проучивание танцевальных комбинаций. Изучение основных движений танца в современном стиле.	2	07.11.2023	
11.	Упражнения на эластичность мышц и связок. Растяжка. Проучивание танцевальных прыжков.	2	14.11.2023	
12.	Проучивание элементов классического экзерсиса. Изучение основных движений танца в современном стиле.	2	21.11.2023	
13.	Изучение основных движений танца в современном стиле. Изучение движения и работа над движениями в комбинациях.	2	28.11.2023	
14.	Изучение основных движений танца. Проучивание комбинаций в современном стиле. Имитационные упражнения. Работа над актерской выразительностью.	2	05.12.2023	
15.	Общеразвивающие упражнения. Повторение изученных комбинаций. Танцевальные комбинации в движение, по заданному рисунку.	2	12.12.2023	

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	
			План	Факт
16.	Изучение основных движений танца. Проучивание комбинаций в современном стиле. Проучивание основных движений танца. Комплекс дыхательных упражнений на расслабления.	2	19.12.2023	
17.	Упражнения для развития брюшного пресса, перегибы назад. Изучение движения и работа над движениями в комбинациях. Проучивание элементов классического экзерсиса.	2	26.12.2023	
18.	Инструктаж по ТБ. Изучение основных движений танца. Танцевальные комбинации в движение, по заданному рисунку.	2	09.01.2024	
19.	Проучивание основных движений танца. Комплекс дыхательных упражнений на расслабления. Проучивание элементов классического экзерсиса.	2	16.01.2024	
20.	Общеразвивающие упражнения. Проучивание элементов классического экзерсиса. Изучение основных движений танца. Проучивание комбинаций в современном стиле.	2	23.01.2024	
21.	Упражнения на эластичность мышц и связок. Растяжка. Проучивание танцевальных комбинаций. Проучивание танцевальных прыжков.	2	30.01.2024	
22.	Проучивание основных движений танца. Комплекс дыхательных упражнений на расслабления. Упражнения для координации. Проучивание танцевальных прыжков.	2	06.02.2024	
23.	Изучение основных движений танца. Проучивание комбинаций в современном стиле. Упражнения на эластичность мышц и связок. Растяжка.	2	13.02.2024	
24.	Повторение и закрепление изученного материала. Изучение основных движений танца. Проучивание комбинаций в современном стиле.	2	20.02.2024	
25.	Проучивание элементов классического экзерсиса. Изучение основных движений танца. Проучивание комбинаций в современном стиле.	2	27.02.2024	
26.	Проучивание танцевальных прыжков. Растяжка. Проучивание элементов классического экзерсиса. Повторение изученных комбинаций.	2	05.03.2024	
27.	Изучение основных движений танца. Проучивание комбинаций в современном стиле. Проучивание элементов классического экзерсиса. Растяжка.	2	12.03.2024	
28.	Проучивание танцевальных прыжков. Проучивание элементов классического экзерсиса. Проучивание элементов классического экзерсиса. Прыжки.	2	19.03.2024	
29.	Упражнения на эластичность мышц и связок. Растяжка. Проучивание танцевальных прыжков.	2	26.03.2024	
30.	Изучение основных движений танца. Проучивание комбинаций в современном стиле. Упражнения для координации. Проучивание элементов классического экзерсиса.	2	02.04.2024	
31.	Комплекс упражнений для снятие мышечной напряженности. Проучивание танцевальных комбинаций. Проучивание основных движений танца. Проучивание	2	09.04.2024	

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	
			План	Факт
	элементов классического экзерсиса.			
32.	Имитационные упражнения. Работа над актерской выразительностью. Упражнения на эластичность мышц и связок. Растяжка.	2	16.04.2024	
33.	Изучение основных движений танца. Проучивание комбинаций в современном стиле. Общеразвивающие упражнения. Проучивание танцевальных прыжков.	2	23.04.2024	
34.	Отработка изученного материала. Работа над актерской выразительностью.	2	30.04.2024	
35.	Повторение и закрепление материала. Отработка синхронных исполнений комбинаций.	2	07.05.2024	
36.	Итоговое занятие	2	14.05.2024	
Итого		**72**		

Содержание программы
второго года обучения

1. **Вводное занятие, инструктаж по технике безопасности.**
   Теория. Организационная встреча. Задачи на 2-й год обучения. Режим занятий. Правила поведения и техника безопасности во время занятия. Сверка медицинских противопоказаний. Оценка физической подготовленности и мотивации к занятиям хореографией.
2. **Общая физическая подготовка.**
   Теория. Объяснение правильности исполнения основных элементов общей физической подготовки
   Практика. Разогрев суставно-мышечного аппарата для исполнения различных танцевальных движений. Обязательная регулярность в занятиях партерной гимнастикой для улучшения специальных для хореографии физических данных учащихся. Движения становятся более точными. Наработка общей физической выносливости, правильного дыхания. Последовательное выполнение упражнений с паузами для разъяснения и исправления ошибок.
3. **Элементы классического экзерсиса.**
   Теория. Изучение новых упражнений экзерсиса и повторение предыдущих.
   Практика. Положения: epaulementcroisee и epaulementeffacee.
   Экзерсис на середине зала
   - Demiplie по I, II, V позициям в сочетании с releve.
   - Battement tendu крестоми
   - battement tendu jete с паузой крестом.
   - Port de bras I, II.
   - Прыжки.
   - Temps leveпо I, II, V позициям.
   - Changement de pied.
   - Pas echappe.
   - С поджатыми и «в разножку».
4. **Стретчинг.**
   Теория. Занятия стретчингом способствуют совершенствованию гибкости. Благодаря увеличению подвижности в различных суставах и силы отдельных групп мышц, повышается плавность, увеличивается амплитуда и выразительность движений.
   Практика.Практические занятия, направленные на растягивание слабых звеньев опорнодвигательного аппарата, увеличение подвижности в различных суставах, улучшение функционального состояния костно-мышечной системы занимающихся с целью подготовки к дальнейшему освоению курса.
5. **Современные направления хореографии.**
   Теория. Совершенствуется координация движения, умение управлять своим телом. Учащиеся разучивают различные по сложности танцевальные комбинации.
   Практика. Активное передвижение исполнителя в пространстве, как по горизонтали, так и по вертикали:
   - изолированные движения различных частей тела;
   - использование ритмически сложных и синкопированных движений;
   - комбинирование и взаимопроникновение музыки и танца;
   - индивидуальные импровизации в общем танце.
6. **Прыжки, элементы акробатики.**
   Теория. Знакомство с элементами акробатики, прыжками. Развитие ловкости, прыгучести, силы.

Практика.

- упражнения на развитие эластичности мышц ног;
- упражнения на развитие силы мышц ног: стопы, голени, бедра;
- упражнения на развитие быстроты мышечных сокращений;
- упражнения на развитие гибкости.

7. **Постановочно-репетиционная деятельность.**

   Теория. Особенности различных направлений хореографического искусства. Техника исполнения. Концентрация внимания. Эмоциональная выразительность. Музыка, сюжет, костюм. Сценический этикет. Инструктаж по технике безопасности (целевой).

   Практика. Постановка одного или двух танцев, подходящего по сложности возрасту учащихся. Прослушивание музыки. Проучивания и разбор танцевального материала. Отработка синхронного исполнения, технике исполнения. Работа над актерской выразительностью.

8. **Итоговое занятие.**

   Практика. Подведение итогов за полугодие, за год. Показ проделанной работы за полугодие, за год. Участие в открытых занятиях для родителей. Участие в отчетном концерте в конце учебного года. Анализ результатов.

Календарно-тематическое планирование второго года обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	
			План	Факт
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2	05.09.2023	
2.	Повторение учебного материала, ритмических движений , изученных на первом году обучения.	2	12.09.2023	
3.	Повторение изученных элементов классического экзерсиса первого года обучения. Повторение изученных элементов основ современных направлениях хореографии.	2	19.09.2023	
4.	Повторение изученных танцев, первого года обучения. Общеразвивающие упражнения. Развитие выворотности. Упражнения на середине зала.	2	26.09.2023	
5.	Выполнение общеразвивающих упражнений, перегибы корпуса. Выполнение простых движений. Проучивание элементов классического экзерсиса.	2	03.10.2023	
6.	Общая физическая подготовка. Проучивание элементов классического экзерсиса. Прыжки.	2	10.10.2023	
7.	Проучивание основных акробатических упражнений. Стретчинг.	2	17.10.2023	
8.	Изучение основных движений танца. Проучивание комбинаций в современном стиле. Комплекс упражнений для снятие мышечной напряженности. Проучивание танцевальных комбинаций.	2	24.10.2023	
9.	Упражнения на эластичность мышц и связок. Растяжка. Изучение основных движений танца. Проучивание комбинаций в современном стиле.	2	31.10.2023	
10.	Отработка синхронных исполнений комбинаций. Проучивание элементов классического экзерсиса. Прыжки.	2	07.11.2023	
11.	Общая физическая подготовка. Прыжковый комплекс упражнений. Повторение и закрепление изученного материала.	2	14.11.2023	
12.	Изучение основных движений танца. Проучивание комбинаций в современном стиле.	2	21.11.2023	
13.	Изучение основных движений танца. Проучивание комбинаций в современном стиле.	2	28.11.2023	
14.	Общая физическая подготовка. Прыжковый комплекс упражнений.	2	05.12.2023	
15.	Проучивание элементов классического экзерсиса. Прыжки.	2	12.12.2023	
16.	Проучивание основных акробатических упражнений. Стретчинг.	2	19.12.2023	
17.	Изучение основных движений танца. Проучивание комбинаций в современном стиле.	2	26.12.2023	
18.	Инструктаж по ТБ. Проучивание комбинаций в современном стиле.	2	09.01.2024	
19.	Комплекс упражнений для снятие мышечной напряженности. Проучивание танцевальных	2	16.01.2024	

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	
			План	Факт
	комбинаций.			
20.	Общая физическая подготовка.	2	23.01.2024	
21.	Проучивание элементов классического экзерсиса. Прыжки.	2	30.01.2024	
22.	Изучение основных движений танца. Растяжка.	2	06.02.2024	
23.	Проучивание комбинаций в современном стиле. Отработка синхронных исполнений комбинаций.	2	13.02.2024	
24.	Изучение основных движений танца. Проучивание комбинаций в современном стиле. Растяжка.	2	20.02.2024	
25.	Общая физическая подготовка. Прыжковый комплекс упражнений. Проучивание элементов классического экзерсиса.	2	27.02.2024	
26.	Отработка синхронных исполнений комбинаций. Проучивание основных акробатических упражнений. Стретчинг.	2	05.03.2024	
27.	Изучение основных движений танца. Проучивание комбинаций в современном стиле.	2	12.03.2024	
28.	Проучивание элементов классического экзерсиса. Прыжки.	2	19.03.2024	
29.	Проучивание комбинаций в современном стиле.	2	26.03.2024	
30.	Проучивание основных акробатических упражнений. Стретчинг.	2	02.04.2024	
31.	Общеразвивающие упражнения. Упражнения для координации.	2	09.04.2024	
32.	Изучение основных движений танца. Проучивание комбинаций в современном стиле.	2	16.04.2024	
33.	Упражнения на эластичность мышц и связок. Растяжка.	2	23.04.2024	
34.	Закрепление элементов классического экзерсиса. Прыжки.	2	30.04.2024	
35.	Закрепление комбинаций в современном стиле. Стретчинг.	2	07.05.2024	
36.	Итоговое занятие	2	14.05.2024	
Итого		**72**		

Методические и оценочные материалы

Формы, приемы и методы контроля
1 год обучения

№ п/п	Раздел программы	Форма проведения занятий	Приемы, методы, технологии организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение	Формы подведения итогов
1	Вводное занятие, инструктаж по технике безопасности	Беседа	Словесные, наглядные	Презентация, инструкции	Опрос
2	Азбука музыкально – ритмического движения	Тренировки, беседы, показ	Словесные, наглядные, практические	Музыкальный центр, музыкальная колонка, аудиозаписи на носителе Тематическая подборка упражнений (на внимание, на подражательную пластику, на ловкость, на эмоциональную выразительность).	Практическое задание, наблюдение
3	Общая физическая подготовка	Тренировки, беседы, показ	Словесные, наглядные, практические	Музыкальный центр, музыкальная колонка, аудиозаписи на носителе Тематическая подборка упражнений.	Практическое задание, наблюдение
4	Элементы классического экзерсиса	Тренировки, беседы, показ	Словесные, наглядные, практические	Музыкальный центр, музыкальная колонка, аудиозаписи на носителе Тематическая подборка упражнений.	Практическое задание, наблюдение
5	Основы современных направлениях хореографии	Тренировки, беседы, показ	Словесные, наглядные, практические	Музыкальный центр, музыкальная колонка, аудиозаписи на носителе Тематическая подборка упражнений.	Практическое задание, наблюдение

6	Постановочно-репетиционная деятельность	Тренировки, беседы, показ	Словесные, наглядные, практические	Музыкальный центр, музыкальная колонка, аудиозаписи на носителе Видео и фотоматериалы по темам, демонстрируемые на ноутбуке.	Практическое задание, наблюдение
7	Итоговое занятие	Сдача контрольных нормативов	Практические	Музыкальный центр, музыкальная колонка, аудиозаписи на носителе Видео и фотоматериалы по темам, демонстрируемые на ноутбуке.	Анализ умений и навыков

2 год обучения

№ п/п	Раздел программы	Форма проведения занятий	Приемы, методы, технологии организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение	Формы подведения итогов
1	Вводное занятие, инструктаж по технике безопасности.	Беседа	Словесные, наглядные	Презентация, инструкции	Опрос
2	Общая физическая подготовка.	Тренировки, беседы, показ	Словесные, наглядные, практические	Музыкальный центр, музыкальная колонка, аудиозаписи на носителе Тематическая подборка упражнений (на внимание, на подражательную пластику, на ловкость, на эмоциональную выразительность)	Практическое задание, наблюдение
3	Элементы классического экзерсиса.	Тренировки, беседы, показ	Словесные, наглядные, практические	Музыкальный центр, музыкальная колонка, аудиозаписи на носителе Тематическая подборка	Практическое задание, наблюдение

				упражнений	
4	Стретчинг.	Тренировки, беседы, показ	Словесные, наглядные, практические	Музыкальный центр, музыкальная колонка, аудиозаписи на носителе Тематическая подборка упражнений	Практическое задание, наблюдение
5	Современные направления хореографии.	Тренировки, беседы, показ	Словесные, наглядные, практические	Музыкальный центр, музыкальная колонка, аудиозаписи на носителе Тематическая подборка упражнений	Практическое задание, наблюдение
6	Прыжки, элементы акробатики.	Тренировки, беседы, показ	Словесные, наглядные, практические	Музыкальный центр, музыкальная колонка, аудиозаписи на носителе Видео и фотоматериалы по темам, демонстрируемые на ноутбуке. Наглядные пособия.	Практическое задание, наблюдение
7	Постановочно-репетиционная деятельность.	Тренировки, беседы, показ	Словесные, наглядные, практические	Музыкальный центр, музыкальная колонка, аудиозаписи на носителе Видео и фотоматериалы по темам, демонстрируемые на ноутбуке. Наглядные пособия.	Практическое задание, наблюдение
8	Итоговое занятие.	Сдача контрольных нормативов	Практические	Музыкальный центр, музыкальная колонка, аудиозаписи на носителе Видео и фотоматериалы по темам, демонстрируемые на ноутбуке.	Анализ умений и навыков

Формы контроля. Для проверки результативности реализации программы используются три основные составляющие контроля:

1. **Входной контроль** - проводится педагогом в начале учебного года и позволяет определить начального (базового) уровня физических данных, способностей и умений вновь прибывших обучающихся.
2. **Текущий мониторинг** - проводится ежегодно во всех трех годах обучения в конце первого полугодия и позволяет проследить степень усвоения учащимися содержания предлагаемого материала, уровень развития физических способностей обучающихся и специальных хореографических знаний и навыков.
3. **Итоговый контроль** - проводится ежегодно во всех трех годах обучения в конце учебного года и позволяет определить индивидуальный маршрут развития каждого обучающегося и уровень овладения программы.

Входной контроль - осуществляется на вводном занятии. В процессе беседы с вновь пришедшими обучающимся, после показа педагогом и выполнения ими контрольных заданий и тестовых упражнений на выворотность, гибкость, высоту прыжка, растяжку, общую ловкость, чувство ритма, музыкальность, исполнения ими простых, не сложных танцевальных элементов, определяется базовый уровень физических данных и умений вновь прибывших обучающихся. По результатам контроля вновь прибывшие участники распределяются по группам с одинаковой степенью развития физических данных и способностей.

Текущий мониторинг - проводится в середине учебного года и позволяет проследить степень усвоения обучающимся содержания предлагаемого материала, уровень развития физических способностей ребенка и специальных хореографических знаний и навыков. Текущий мониторинг проводится по основным разделам образовательной программы. Итоги мониторинга фиксируются диагностических картах и в ведомости успеваемости обучающихся.

Для оценки уровня освоения программы и развития обучающихся, предлагается выполнить контрольные задания. По каждому показателю выставляются баллы по трехбалльной шкале: 1, 2, 3 Уровень освоения программы и развития ребенка выявляется по среднеарифметическому баллу. От 1 до 1,6 балла - Низкий уровень (Н), от 1,7 до 2, 5 балла – Средний уровень (С), от 2,6 до3 баллов – Высокий уровень (В).

Итоговый контроль - проводится педагогом в конце учебного года и позволяет определить индивидуальный маршрут развития каждого обучающегося и уровень овладения программы. Диагностирование проводится по одним и тем же критериям, что даёт возможность наглядно увидеть динамику развития любого из рассматриваемых параметров. Итоговый мониторинг, как и текущий, проводится по основным разделам образовательной программы.

Критерии уровня освоения программного материала:

Танцевальность - комплексное понятие, включает такие элементы:

- Чувство ритма - точное повторение ритмического рисунка исполняемой или предложенной мелодии в танцевальном движении.
- Музыкальная выразительность - заключается в умении выразить в танцевальном движении характер и оттенки музыки.
- Эмоциональная отзывчивость - способность интерпретировать движения, танцевальный образ по-своему, индивидуальное врожденное качество (хотя, как и другие способности, развивающееся в процессе практики).

Танцевальность проверяется на движениях, в своей структуре несущих хореографическую образность, которая реализуется в исполнительской практике. Такие движения можно назвать «тестовыми», определяющими наличие или отсутствие названных качеств исполнителя.

1 балл - исполнение движений не ритмично (не соответствует музыкальному рисунку), не точно отражает в движении характер музыки, не умеет по-своему интерпретировать движения в зависимости от характера музыки.

2 балла - исполнение движений ритмично (в соответствии с музыкальным рисунком), не точно отражает в движении характер музыки, пытается по -своему интерпретировать движения в зависимости от характера музыки.

3 балла - исполнение движений точно, ритмично (в соответствии с музыкальном рисунком), точно отражает в движении характер музыки, умеет по своему интерпретировать движения в зависимости от характера музыки.

Техника исполнения:

1. Элементы классического танца.
2. Современный танец
3. Комбинации танца.
4. Исполнение танца от начала до конца.

При определении техники исполнения обучающемуся предлагается исполнить из проученного по программе репертуара отдельные элементы, комбинацию и танец от начала до конца.

1 балл - исполнение движений не музыкально, технически не точно (3 и более ошибок), сбиваясь, не сохраняя темпоритм.

2 балла - исполнение движений музыкально (в соответствии с музыкальном рисунком танца), технически не точно (не более 2 ошибок), сбиваясь, не сохраняя темпоритм.

3 балла - исполнение движений музыкально (в соответствии с музыкальном рисунком танца), технически верно исполняет порядок всех движений и переходы, сохраняя темпоритм.

Шкалирование результатов мониторинга

Кол-во баллов	Требования по теоретической подготовке	Требования по практической подготовке	Результат
100-75%	Освоил в полном объёме все теоретические знания, предусмотренных программой	Освоил в полном объёме практические умения, успешно продемонстрировал все необходимые танцевальные элементы	Программа освоена в полном объёме **Высокий уровень**
74-50%	Освоил больше половины теоретических знаний, предусмотренных программой	Освоил больше половины практических умений, успешно продемонстрировал большую танцевальных элементов	Программа освоена частично **Средний уровень**
Менее 50 %	Освоил меньше половины теоретических знаний, предусмотренных программой	Освоил меньше половины практических умений, продемонстрировал часть танцевальных элементов	Не освоил программу **Низкий уровень**

Низкий уровень

Учебный материал усваивается бессистемно. Обучающейся овладел менее ½ объема теоретических знаний и практических умений, навыков, предусмотренных программой. Работоспособность крайне низкая. Осваивает легкие задания.

Есть недостатки также в личностных качествах: ребёнок эмоционально неустойчив, проявляет недоверие к окружающим, боится общения. Часто наблюдаются негативные реакции на просьбы взрослых, капризы.

Средний уровень

Ребёнок овладел не менее 1/2 объема теоретических знаний и практических умений, навыков, предусмотренных программой. Осваивает задания средней сложности.

Личностные качества соответствуют «средним», «нормальным»: у ребёнка преобладает эмоционально-положительное настроение, приветлив с окружающими, проявляет активный интерес к словам и действиям сверстников и взрослых.

Высокий уровень

Обучающейся показывает высокий уровень знаний теоретического материала, овладел всеми умениями и навыками, предусмотренными программой. Осваивает задания повышенной трудности.

Личностные характеристики соответствуют нормам поведения детей данного возраста: ребёнок сохраняет жизнерадостное настроение, проявляет активность.

Список литературы

Литература для педагога

1. Бурмистрова И., Силаева К. Школа танца для юных, Издательство: Эксмо, 2003 г.
2. Гальперин Ян Учимся танцевать легко! ,Издательство: Центрполиграф, 2009 г.
3. Гладкий, потому что неровный…Каннингем М. Издательство АртГид Год издания 2019
4. Подорожный В. In Dance, Emergency Exit, 2004 г.
5. Российский современный танец. Диалоги Издательство: Emergency Exit, 2005 г
6. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей, Издательство: «Эксмо», 2003 г.
7. Яковлева Ю. Азбука балета, Издательство: «Новое литературное обозрение», 2008 г.

Интернет-ресурсы

1. Все для хореографии и танцоров - http://www.horeograf.com
2. Балетная и танцевальная музыка - http://www.balletmusic.ru/
3. Методические и дидактические разработки по хореографии - http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html.
4. Музыка для танцев, развивающие игры для детей, гимнастика в стихах, методические пособия для педагога – хореографа - http://horeograf.ucoz.ru/blog
5. Национальная Академия Современной хореографии - http://sov-dance.ru/

Литература для учащихся и родителей

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. – СПб: Просвещение, 1996.
2. Боброва Г. Искусство грации. М.: Детская литература, 1986.
3. Бриске И.Э. Мир танца для детей. – Челябинск, 2010

Приложение 1

Диагностическая карта «Мониторинг результатов»

(вид контроля _____)

Дополнительная общеобразовательная программа «Современный танец», Черная Е.В.

Тема: _____

Цель: _____

Дата _____

СПЕЦИАЛЬНЫЕ НАВЫКИ И УМЕНИЯ										
№ п/п	***Ф.И. обучающегося***	***Танцевальность***			***Техника исполнения***				***Итог освоения в баллах***	***Уровень освоения программы***
		Чувство ритма	***Музыкальная выразительность***	***Эмоциональная отзывчивость***	***Элементы классического танца***	***Элементы современного танца***	***Комбинации танца***	***Танец от начала до конца***		
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										

Примечание:

- по каждому показателю выставляются баллы по трехбалльной шкале: 1, 2, 3, (низкий уровень (Н), средний уровень (С), высокий уровень (В)
- уровень освоения программы выявляется по среднеарифметическому баллу - графа «Итог освоения в баллах», который заносится в графу «Уровень освоения программы» согласно шкалы.

Максимальное количество баллов – 21 (100%)