

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПОИСК»

Принята на заседании
методического совета
«03» 04 2023г.
Протокол №4

Утверждаю:
Директор МБУ ДО ЦДО «Поиск»
И.А.Шейфер-Грушко
Приказ № 87 от «22» 03 2023г.

МБУ ДО ЦДО
"ПОИСК"

Подписано цифровой подписью:
МБУ ДО ЦДО "ПОИСК"
Дата: 2023.04.12 11:24:33 +05'00'

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
художественной направленности
«Искусство современного танца»

Возраст обучающихся: 10-17 лет
Срок реализации: 9 месяцев

Автор-составитель:
Яцкина Анастасия Сергеевна,
педагог дополнительного образования

г. Нефтеюганск, 2023г.

Пояснительная записка

Программа отвечает условиям формирования патриотического самосознания детей, обеспечения развития детей по обозначенным на уровне Нефтеюганска и Ханты-Мансийского автономного округа - Югры приоритетным видам деятельности, способствует развитию детских и молодежных общественных инициатив.

Искусство хореографии вносит определенный вклад в художественно-эстетическое воспитание детей. Занятия танцами учат красоте и выразительности движений, формируют правильную осанку, развивают музыкальность и чувство ритма. Хореография оказывает комплексное воспитательное влияние на физическую и духовную культуру человека. Скромностью, вежливостью, чувством меры обладает не каждый взрослый человек. Танец оказывает большое влияние на формирование внутренней культуры человека, особенно ребенка, обучает правил поведения, хорошим манерам, культуре общения между людьми. Занятия танцем помогают воспитывать волевые качества и характер человека.

Танец - это источник эстетического удовлетворения. Человек, который хорошо танцует, испытывает неповторимые ощущения от свободы и легкости своих движений, от умения владеть своим телом, его радует точность, красота, пластичность, с которыми он исполняет сложные танцевальные движения и па.

В танцевальном искусстве красота и совершенство форм неразрывно связано с красотой внутреннего содержания танца. В этом единстве заключена сила его воспитательного воздействия. С помощью классического танца, мы можем обеспечить такие условия для человеческой деятельности, которые помогают раскрыть ребенку его творческий потенциал и нравственные возможности личности.

Нормативно-правовое обеспечение

Дополнительная общеобразовательная программа разработана в соответствии:

- Указом Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 года № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» (в ред. от 21.07.2020) Национальный проект «Образование», Федеральные проекты «Современная школа» и «Успех каждого ребенка»;
- Статьей 12 Федерального Закона от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепцией развития дополнительного образования в РФ до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р;
- Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р.;
- Приказом Минпросвещения России от 27.07.2022г. №629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмом Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. №09-3242 «О направлении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые);
- Письмом Минобрнауки РФ от 11.12.2006г. №06-1844 «О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3628-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Государственной программой Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Развитие образования», утверждённой постановлением Правительства Ханты-Мансийского автономного округа- Югры от 31.10.2021 № 468-п;

- Концепцией персонифицированного финансирования системы дополнительного образования детей в Ханты-Мансийском автономном округе-Югре, приказом Департамента образования и молодежной политики Ханты-Мансийского автономного округа-Югры от 04.06.2016 №1224 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в ХМАО-Югре» (с изменениями от 12.08.2022 № 10-П-1692, 23.08.2022 №10-П-1765).

Требования к квалификации педагога дополнительного образования

Высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю объединения, секции, студии без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу.

Уровень программы базовый.

Направленность программы художественная.

«Хореография» по содержанию является художественно-эстетической; по функциональному предназначения—досуговой, учебно-познавательной и общекультурной; по форме организации – групповой, кружковой, для самодеятельных коллективов, общедоступной.

Особенность программы состоит в том, что большая часть урока, на первом году обучения, опирается на партерный экзерсис и также предусмотрен отдельный блок сценическое движение, в котором по годам обучения расположены блоки: актерское мастерство и творческая деятельность.

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и физического здоровья. Получение общего эстетического, морального и

физического развития. Данная программа является одним из элементов эстетического блока. Её направление реализует как духовно-нравственное, так и оздоровительное воспитание. Этот предмет помогает учащимся не только развивать навыки и умения, но получать социальные и общекультурные знания.

Содержание предмета взаимосвязано с содержанием предметов «Музыка», «Изобразительное искусство», «Театральная деятельность».

Новизна программы состоит в личностно ориентированном обучении. Задача педагога дополнительного образования состоит не в максимальном ускорении развития творческих способностей ребенка, а прежде всего в том, чтобы создать каждому учащемуся все условия для наиболее полного раскрытия и реализации способностей.

Цель программы: эстетическое развитие учащихся в процессе изучения основ хореографического искусства и развитие творческого потенциала ребенка, создание условий для личностного и профессионального самоопределения учащихся.

Задачи программы

Обучающие:

- формирование необходимых исполнительских знаний, умений и навыков;
- формирование знаний о здоровом образе жизни (сохранение здоровья, режим дня, гигиена).
- знакомство с предметом начальная хореография;
- знакомство с правилами здорового образа жизни;
- обучение понятиям: характер музыки, темп, ритм.

Развивающие:

- развитие творческих способностей обучающихся;
- развитие умений коллективной и творческой деятельности;
- развитие выразительности и музыкальности исполнения (умение передать характер, стиль и манеру исполнения различных народных танцев);
- развитие эмоционально-волевых качеств.

Воспитательные:

- воспитание внимания, дисциплинированности, воли, самостоятельности;
- привитие сценической культуры, воспитание культуры поведения и общения;
- воспитание любви, уважения и бережного отношения к исконной культуре русского народа;
- воспитание уважительного отношения к национальным традициям других народов;
- воспитание чувства дружбы, товарищества и взаимовыручки в сотрудничестве;
- формирование нравственных представлений.

Адресат программы 10-17 лет.

Учебный предмет изучается с учетом системного и последовательного освоения теоретических знаний, закрепленных практическими занятиями, изучением танцевальных связок и публичного выступления. Так же, данная программа ориентирована на такие важные компоненты как воспитание ценностных духовно-нравственных качеств личности для данного возраста.

В коллектив принимаются все желающие на основании заявления от родителей и медицинской справки. Группы формируются по возрасту.

Условия реализации программы

Обязательным условием зачисления обучающегося является наличие сертификата дополнительного образования.

Группы формируются по результатам входного контроля, в соответствии с учётом пожеланий родителей (законных представителей) на расписание занятий.

Количество учащихся в группе минимальное -10, максимальное -15.

Сроки реализации программы 9 месяцев.

Режим занятий

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 академических часа с перерывом на перемену 10 минут.

Форма занятий - групповая.

Форма обучения очная, с применением дистанционных образовательных технологий

Планируемые результаты

Обучающие:

- формирование необходимых исполнительских знаний, умений и навыков;
- формирование знаний о здоровом образе жизни (сохранение здоровья, режим дня, гигиена).
- знакомство с предметом начальная хореография;
- знакомство с правилами здорового образа жизни;
- обучение понятиям: характер музыки, темп, ритм.

Развивающие:

- развитие творческих способностей обучающихся;
- развитие умений коллективной и творческой деятельности;
- развитие выразительности и музыкальности исполнения (умение передать характер, стиль и манеру исполнения различных народных танцев);
- развитие эмоционально-волевых качеств.

Воспитательные:

- воспитание внимания, дисциплинированности, воли, самостоятельности;
- привитие сценической культуры, воспитание культуры поведения и общения;
- воспитание любви, уважения и бережного отношения к исконной культуре русского народа;
- воспитание уважительного отношения к национальным традициям других народов;
- воспитание чувства дружбы, товарищества и взаимовыручки в сотрудничестве;
- формирование нравственных представлений.

Периодичность оценки результатов и способы определения их результативности

Для оценки уровня освоения дополнительной общеобразовательной программы проводится посредством входного, текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестации.

Входной контроль определяет готовность обучающихся к обучению по конкретной программе и проводится в форме тестирования.

Текущий контроль выявляет степень сформированности практических умений и навыков учащихся в выбранном ими виде деятельности. Текущий контроль осуществляется без фиксации результатов в форме выставки, педагогического наблюдения и самоанализа.

Промежуточная аттестация проводится в конце декабря в форме творческой работы.

Итоговая аттестация проводится по завершению всего объема дополнительной общеобразовательной программы в форме творческого номера.

По качеству освоения программного материала выделены следующие уровни знаний, умений и навыков:

- высокий - программный материал усвоен обучающимися детьми полностью, воспитанник имеет высокие достижения;
- средний - усвоение программы в полном объеме, при наличии несущественных ошибок;
- ниже среднего - усвоение программы в неполном объеме, допускает существенные ошибки в теоретических и практических заданиях; участвует в конкурсах на уровне коллектива.

Учебный план

N п/п	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации/контро ля
		Всего	Теория	Практика	

Модуль 1: База современной хореографии

	Гимнастика	44	4	40	Просмотр
	Партнеринг	44	4	40	Просмотр
	Азбука танцевальных движений	8	2	6	Просмотр
	Промежуточная аттестация	4	-	4	Отчетный концерт
	Итоговое занятие	2	-	2	Анализ проделанной работы
	Всего	102	10	92	

Модуль 2: Современный танец

	Стили современной хореографии	12	6	6	Просмотр
	Постановочная деятельность	10	2	8	Просмотр
	Танец	86	-	86	Просмотр
	Итоговая аттестация	4	-	4	Отчетный концерт
	Итоговое занятие	2	-	2	Просмотр номеров
	Всего	114	8	106	
	Итого:	216	18	198	

Календарный учебный график

№ п/п	Число/Месяц	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	-	-	групповая	2	Вводное занятие	МБУДО ЦДО	Наглядный, практический

						«Поиск»	, словесный
2	-	-	групповая	2	Комбинация в паре №1	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
3	-	-	групповая	2	Упражнение для стоп	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
4	-	-	групповая	2	Упражнение для выворотности	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
5	-	-	групповая	2	Силовые упражнения для мышц живота	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
6	-	-	групповая	2	Силовые упражнения для мышц спины	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
7	-	-	групповая	2	Упражнения на гибкость вперед	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
8	-	-	групповая	2	Упражнение для выворотности	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
9	-	-	групповая	2	Силовые упражнения для мышц спины	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
10	-	-	групповая	2	Упражнения на гибкость вперед	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
11	-	-	групповая	2	Упражнения для гибкости паха.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
12	-	-	групповая	2	Упражнения для гибкости всего тела.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
13	-	-	групповая	2	Гимнастическая комбинация.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
14	-	-	групповая	2	Гимнастическая	МБУДО	Наглядный,

					комбинация №2.	ЦДО «Поиск»	практический , словесный
15	-	-	групповая	2	Продолжение.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
16	-	-	групповая	2	Гимнастическая комбинация №3.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
17	-	-	групповая	2	Гимнастическая комбинация №4.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
18	-	-	групповая	2	Совмещение комбинаций.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
19	-	-	групповая	2	Комбинация в паре.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
20	-	-	групповая	2	Комбинация в паре №2.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
21	-	-	групповая	2	Совмещение парных комбинаций.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
22	-	-	групповая	2	Растяжка.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
23	-	-	групповая	2	Партнеринг	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
24	-	-	групповая	2	Повторение	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
25	-	-	групповая	2	Комбинация в паре №5	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
26	-	-	групповая	2	Комбинация в паре №6	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный

27	-	-	групповая	2	Совмещение комбинации.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
28	-	-	групповая	2	Комбинация в паре №8	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
29	-	-	групповая	2	Комбинация в паре №9.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
30	-	-	групповая	2	Совмещаем комбинации.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
31	-	-	групповая	2	Повторение.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
32	-	-	групповая	2	Новая связка в паре.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
33	-	-	групповая	2	Повторение. Новая связка в паре.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
34	-	-	групповая	2	Новая связка в паре №2.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
35	-	-	групповая	2	Новая связка в паре №3.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
36	-	-	групповая	2	Повторение.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
37	-	-	групповая	2	Совмещение всех связок в паре.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
38	-	-	групповая	2	Ставим парный танец.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
39	-	-	групповая	2	Повторяем парный танец.	МБУДО ЦДО	Наглядный, практический

						«Поиск»	, словесный
40	-	-	групповая	2	Закрепление.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
41	-	-	групповая	2	Танцуем.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
42	-	-	групповая	2	Новая связка в паре №4.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
43	-	-	групповая	2	Новая связка в паре №5.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
44	-	-	групповая	2	Ритмическая разминка.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
45	-	-	групповая	2	Лексика.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
46	-	-	групповая	2	Кросс	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
47	-	-	групповая	2	Партерная пластика.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
48	-	-	групповая	2	Просмотр номера.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
49	-	-	групповая	2	Отчетный концерт.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
50	-	-	групповая	2	Итоги учебного года.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
51	-	-	групповая	2	История Хип – хопа.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
52	-	-	групповая	2	Хаус.	МБУДО	Наглядный,

						ЦДО «Поиск»	практический , словесный
53	-	-	групповая	2	Диско.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
54	-	-	групповая	2	Модерн.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
55	-	-	групповая	2	Джаз.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
56	-	-	групповая	2	Контемп.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
57	-	-	групповая	2	Танцевальная связка.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
58	-	-	групповая	2	Танцевальная комбинация.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
59	-	-	групповая	2	Схема изучения танца 1.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
60	-	-	групповая	2	Схема изучения танца 2.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
61	-	-	групповая	2	Схема изучения танца 3.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
62	-	-	групповая	2	Связка №1	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
63	-	-	групповая	2	Повторение связки №1	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
64	-	-	групповая	2	Новая связка №2.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный

65	-	-	групповая	2	Повторение связки №2	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический, словесный
66	-	-	групповая	2	Новая связка №3.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический, словесный
67	-	-	групповая	2	Совмещение	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический, словесный
68	-	-	групповая	2	Повторение	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический, словесный
69	-	-	групповая	2	Связка №4.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический, словесный
70	-	-	групповая	2	Повторение связки №4	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический, словесный
71	-	-	групповая	2	Постановка номера.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический, словесный
72	-	-	групповая	2	Продолжение постановки номера	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический, словесный
73	-	-	групповая	2	Готовый танец.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический, словесный
74	-	-	групповая	2	Повторение готового танца	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический, словесный
75	-	-	групповая	2	Танец под музыку	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический, словесный
76	-	-	групповая	2	Репетиция на сцене	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический, словесный
77	-	-	групповая	2	Завершение постановки танца	МБУДО ЦДО	Наглядный, практический

						«Поиск»	, словесный
78	-	-	групповая	2	Связка №5	МБУДО ЦДО «Поиск»	Выступление, просмотр
79	-	-	групповая	2	Связка №6	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
80	-	-	групповая	2	Связка №7	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
81	-	-	групповая	2	Совмещение связок	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
82	-	-	групповая	2	Связка №8.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
83	-	-	групповая	2	Связка №7 и №8.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
84	-	-	групповая	2	Танцуем на сцене.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
85	-	-	групповая	2	Новый танец.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
86	-	-	групповая	2	Джаз связка №1.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
87	-	-	групповая	2	Джаз связка №2.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
88	-	-	групповая	2	Повторение.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
89	-	-	групповая	2	Джаз связка №3.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
90	-	-	групповая	2	Джаз связка №4.	МБУДО	Наглядный,

						ЦДО «Поиск»	практический , словесный
91	-	-	групповая	2	Совмещение связок.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
92	-	-	групповая	2	Джаз связка №5.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
93	-	-	групповая	2	Джаз связка №6.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
94	-	-	групповая	2	Джаз связка №7.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
95	-	-	групповая	2	Совмещение всех связок.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
96	-	-	групповая	2	Повторение.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
97	-	-	групповая	2	Ставим номер.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
98	-	-	групповая	2	Повторение изученного номера.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
99	-	-	групповая	2	Контемп.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
100	-	-	групповая	2	Контемп связка №2.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
101	-	-	групповая	2	Совмещение.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
102	-	-	групповая	2	Ставим под музыку.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный

103	-	-	групповая	2	Связка №3. Контемп.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
104	-	-	групповая	2	Связка №4. Контемп.	МБУДО ЦДО «Поиск»	Наглядный, практический , словесный
105	-	-	групповая	2	Итоговое занятие первого полугодия	МБУДО ЦДО «Поиск»	Просмотр
106	-	-	групповая	2	Просмотр номера	МБУДО ЦДО «Поиск»	Просмотр
107	-	-	групповая	2	Отчетный концерт	МБУДО ЦДО «Поиск»	Просмотр
108	-	-	групповая	2	Итоги учебного года	МБУДО ЦДО «Поиск»	Выступление, отчетный концерт

Содержание

Модуль 1: База современной хореографии

Раздел 1. Гимнастика.

1.1 Тема. Вводное занятие.

Теория: Знакомство с группой. Техника безопасности. Основная цель и задача направления.

1.2 Тема Комбинация в паре №1.

Практика: Изучение новой комбинации. Танцуем под музыку.

1.3 Тема. Упражнение для спот.

Теория: Изучение упражнений с педагогом.

Практика: Сидя на полу, сократить и вытянуть стопы по VI позиции. Лежа на спине, круговые движения стопами: вытянуть стопы по VI позиции, сократить по VI позиции, медленно развернуть стопы так, чтобы мизинцы коснулись пола (сокращенная 1 позиция), вытянуть стопы по 1 позиции.

1.4 Тема. Упражнения на выворотность.

Теория: Рефлексия. Изучение следующих упражнений.

Практика: Лежа на спине развернуть ноги из VI позиции в "Лягушка": а) сидя, б) лежа на спине, в) лежа на животе; г) сидя на полу - руки продеть с внутренней стороны голени и, сцепив кисти в "замок", подтянуть стопы к себе, при этом выпрямить корпус, колени максимально отвести от корпуса.

1.5 Тема. Силовые упражнения для мышц живота

Практика: Лежа на коврик, ноги поднять на 90° (в потолок) и опустить, руки в стороны ладонями вниз. "Уголок" из положения - сидя, колени подтянуть к груди. Стойка на лопатках с поддержкой под спину.

1.6 Тема. Силовые упражнения для мышц спины.

Теория: Рефлексия. Изучение следующих упражнений.

Практика: "Самолет". Из положения - лежа на животе, одновременное подъем и опускание ног и туловища. "Лодочка". Перекаты на животе вперед и обратно. Отжимание от пола (упражнение для мальчиков за счет упражнения №4). "Обезьянка". Стоя по VI позиции, поднять руки вверх, наклониться вперед, поставить ладони на пол перед стопами. Поочередно переступая руками вперед, принять положение – упор, лежа на животе.

1.7 Тема. Упражнения на гибкость вперед

Практика: "Складочка" по VI позиции с обхватом рук за стопы. "Складочка" по I позиции: сидя колени согнуть и подтянуть к груди, стопы в выворотной I позиции, руками удерживать стопы, стараясь развести их в стороны. Вытянуть ноги по полу с одновременным наклоном вперед, руки и стопы вытягиваются. Из положения упор присев (присед, колени вместе, руки опираются около носков снаружи) встать в положение упор согнувшись (стойка на прямых ногах с опорой руками около носков, тело согнуто в тазобедренных суставах). Наклон вперед прогнувшись, кисти на плечах, локти отведены в стороны, взгляд перед собой.

1.8 Тема. Упражнения на выворотность.

Практика: Лежа на спине развернуть ноги из VI позиции в "Лягушка": а) сидя, б) лежа на спине, в) лежа на животе; г) сидя на полу - руки продеть с

внутренней стороны голени и, сцепив кисти в "замок", подтянуть стопы к себе, при этом выпрямить корпус, колени максимально отвести от корпуса.

1.9 Тема. Силовые упражнения для мышц живота

Практика: Лежа на коврик, ноги поднять на 90° (в потолок) и опустить, руки в стороны ладонями вниз. "Уголок" из положения - сидя, колени подтянуть к груди. Стойка на лопатках с поддержкой под спину.

1.10 Тема. Упражнения на гибкость вперед

Практика: "Складочка" по VI позиции с обхватом рук за стопы. "Складочка" по I позиции: сидя колени согнуть и подтянуть к груди, стопы в выворотной I позиции, руками удерживать стопы, стараясь развести их в стороны. Вытянуть ноги по полу с одновременным наклоном вперед, руки и стопы вытягиваются. Из положения упор присев (присед, колени вместе, руки опираются около носков снаружи) встать в положение упор согнувшись (стойка на прямых ногах с опорой руками около носков, тело согнуто в тазобедренных суставах). Наклон вперед прогнувшись, кисти на плечах, локти отведены в стороны, взгляд перед собой.

1.11 Тема. Упражнения для гибкости паха.

Практика: Делаем упражнения «бабочка», «лягушка». Разминка всего тела.

1.12 Тема. Упражнения для гибкости всего тела.

Практика: Все изученные упражнения выполняем для гибкости всего тела. Последовательно от головы до ног.

1.13 Тема. Гимнастическая комбинация.

Практика: Выполняем гимнастическую комбинацию на 4 элемента.

1.14. Тема. Гимнастическая комбинация №2.

Практика: Выполняем гимнастическую комбинацию на 8 элементов.

1.15 Тема. Продолжение.

Практика: Разминка, растяжка. Совмещение комбинаций в одну.

1.16 Тема. Гимнастическая комбинация №3.

Практика: Выполняем гимнастическую комбинацию на 8 элементов.

1.17 Тема. Гимнастическая комбинация №4.

Практика: Выполняем гимнастическую комбинацию на 4 элементов.

1.18. Тема. Совмещение комбинаций.

Практика: Совмещаем гимнастические комбинации №3 и №4.

1.19 Тема. Комбинация в паре.

Практика: Новая комбинация в паре. Разминка, Растяжка.

1.20 Тема. Комбинация в паре №2.

Практика: Новая комбинация в паре. Разминка, Растяжка.

1.21. Тема. Совмещение парных комбинаций.

Практика: Обе связки совмещаем. Под музыку.

1.22. Тема. Растяжка.

Практика: Делаем растяжку на все тело.

Раздел 2. Партнеринг.

2.1. Тема. Партнеринг.

Теория: Определение что такое партнеринг. Изучение упражнения на партнерство.

Практика: Делимся на пары, делаем связку в паре. Изучение новой комбинации в паре.

2.2 Тема. Повторение.

Теория: Рефлексия, наглядность упражнения.

Практика: Разминаемся, растягиваемся. Повторяем ранее изученную связку в паре. Меняем партнера, пробуем комбинацию повторить, подстроиться под партнера.

2.3 Тема. Комбинация в паре №5.

Практика: Изучение новой комбинации. Танцуем под музыку.

2.4. Тема. Комбинация в паре №6.

Практика: Изучение новой комбинации. Танцуем под музыку.

2.5 Тема. Совмещаем комбинации.

Практика: Совмещаем все комбинации, пробуем танцевать под музыку, чувствуя ритм и своего партнера.

2.6. Тема. Комбинация в паре №7.

Практика: Изучение новой комбинации. Танцуем под музыку.

2.7. Тема Комбинация в паре №8.

Практика: Изучение новой комбинации. Танцуем под музыку.

2.8 Тема Комбинация в паре №9.

Практика: Изучение новой комбинации. Танцуем под музыку.

2.9 Тема. Совмещаем комбинации.

Практика: Совмещаем все комбинации, пробуем танцевать под музыку, чувствуя ритм и своего партнера.

2.10 Тема. Повторение.

Теория: Рефлексия, наглядность упражнения.

Практика: Разминаемся, растягиваемся. Повторяем ранее изученную связку в паре. Меняем партнера, пробуем комбинацию повторить, подстроиться под партнера.

2.11. Тема. Новая связка в паре.

Практика: делаем новую связку под музыку в паре, учимся чувствовать партнера и ритм музыки.

2.12 Тема. Повторение. Новая связка в паре.

Практика: Повторяем изученную новую связку под музыку в паре, учимся чувствовать партнера и ритм музыки.

2.13 Тема. Новая связка в паре №2.

Практика: делаем новую связку под музыку в паре, учимся чувствовать партнера и ритм музыки.

2.14. Тема. Новая связка в паре №3.

Практика: делаем новую связку под музыку в паре, учимся чувствовать партнера и ритм музыки.

2.15 Тема. Повторение.

Теория: Рефлексия, наглядность упражнения.

Практика: Разминаемся, растягиваемся. Повторяем ранее изученную связку в паре. Меняем партнера, пробуем комбинацию повторить, подстроиться под партнера.

2.16. Тема. Совмещение всех связок в паре.

Практика: Разминаемся, растягиваемся. Повторяем ранее изученную связку в паре. Меняем партнера, пробуем комбинацию повторить, подстроиться под партнера.

2.17. Тема. Ставим парный танец.

Практика: Из нового материала, делаем новую постановку. Учим танец.

2.18. Тема. Повторяем парный танец.

Практика: Повторение.

2.19. Тема. Закрепление.

Практика: Повторяем танец, на сцене делаем прогон под музыку.

2.20. Тема. Танцуем.

Практика: Новый номер танцуем под музыку на сцене, корректируем и закрепляем.

2.21. Тема. Новая связка в паре №4.

Практика: делаем новую связку под музыку в паре, учимся чувствовать партнера и ритм музыки.

2.22. Тема. Новая связка в паре №5.

Практика: делаем новую связку под музыку в паре, учимся чувствовать партнера и ритм музыки.

Раздел 3. Азбука танцевальных движений

Тема.3.1 Ритмическая разминка.

Теория. Теоретические основы хореографических движений. Хореографические термины.

Практика. Ритмическая разминка: комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Отличается от многих разминок тем, что выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов начинается уже в разминке.

Изучаемые элементы разминки:

- Движения головы. Соединение движений головы с движениями других центров.

- Плечи: комбинация из движений, изученных ранее, разные по ритму комбинации.
- Грудная клетка: круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскостях, соединение в комбинации движений.
- Контракция.
- Прыжки.

Тема 3.2 Лексика.

Практика: изучение основных движений hip-hop (хип-хоп). Упражнения выполняются по тем же разделам, что и разминка, с координацией всех центров. Усложняются прыжки и вращения.

- Hip lift - полукруги и круги одним бедром.
- V-положения рук, jerk position.
- А-Б-В-положения рук.
- Комбинации из движений, изученных ранее, соединение с шагами.
- Соединение contraction и release с одновременным подъемом одной ноги в воздух и перемещением в пространстве.
- Tilt в сторону, вперед, с работающей ногой, открытой на 90° и выше.
- Упражнения стэтч-характера в соединении с твистами и спиральями торса.
- Приставной шаг (steptouch).
- «Виноградная лоза» (grapevine).
- V-шаг(V-step).

Тема.3.3 Кросс

Практика: передвижение в пространстве.

- Вращение как способ передвижения в пространстве.
- Комбинации прыжков, исполняемых по диагонали.
- Соединение шагов с изолированными движениями двух центров.
- Развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней, различных способов вращений и прыжков.
- Понятие «кач» как основа пластической характеристики хип-хопа.
- Движения рук (сгибания в плечевом, локтевом, кистевом суставах).

- Броски ног в различные направления с наклоном корпуса в противоположную сторону.
- Соскоки по выворотным и завернутым позициям на всей стопе и на полупальцах.
- Переходы из параллельных позиций ног в широкие выворотные и «in» позиции.
- Прыжки с раскрытием ног и поворотами в воздухе.

Тема.3.4.Партерная пластика.

Практика: Скелетные мышцы развиваются гармоничнее, а их силовые возможности проявляются полнее, если упражнения на силу сочетаются с упражнениями на растяжимость мышц и на повышение подвижности в суставах. Для развития гибкости применяется метод выполнения упражнений с увеличением амплитуды.

Все многочисленные упражнения этого метода подразделяются на активные и пассивные. К активным относятся маховые (всевозможные вращения и махи звеньев тела в различных направлениях), фиксированные (различные наклоны, повороты, прогибание) при закрепленных звеньях тела и статические движения (удержание звеньев тела в положении максимальной амплитуды). Пассивные упражнения на гибкость выполняются с помощью партнера, который помогает увеличить амплитуду движения.

В первый год обучения подростки учатся выполнять такие упражнения, как:

- «Шпагат».
- «Бабочка».
- «Мостик».

Раздел 4. Промежуточная аттестация.

4.1. Тема. Просмотр номера.

Практика: В концертном зале показываем готовый номер.

4.2. Отчетный концерт.

Практика: В актовом зал проводится отчетный концерт для родителей.

Раздел 5. Итоговое занятие первого полугодия.

5.1. Тема. Итоги учебного года.

Модуль 2. Современная хореография.

Раздел 1. Стили современной хореографии.

Тема.1.1. История Хип –хопа.

Теория. Изучения стиля хип-хоп. Происхождение. Определение. История.

Тема.1.2.Хаус.

Теория. Изучения стиля. Происхождение. Определение. История.

Тема.1.3.Диско.

Теория. Изучения стиля. Происхождение. Определение. История.

Тема.1.4.Модерн.

Теория. Изучения стиля. Происхождение. Определение. История.

Тема.1.5.Джаз.

Теория. Изучения стиля. Происхождение. Определение. История.

Тема.1.6.Контемп.

Теория. Изучения стиля. Происхождение. Определение. История.

Раздел 2. Постановочная деятельность

Тема 2.1. Танцевальная связка.

Практика. В первый год обучения учащиеся **узнают** такие понятия, как:

Танцевальная связка - это несколько танцевальных движений (3-5), разучив которые, впоследствии можно использовать как элемент постановочного танца или как вставку в произвольной комбинации.

Тема. 2.2 Танцевальная комбинация.

Теория: Танцевальная комбинация - нечто среднее между связкой и композицией, обычно ее продолжительность составляет 1-2 восьмерки.

Практика: Совмещаем ввязки и делаем комбинацию.

Тема 2.3 Схема изучения танца 1.

Практика: Танец учится «на счет», с каждым разом ускоряя темп. Затем, включается музыка, и счёт тактов ложится на музыку. В группе, занимающейся до года, практикуется изучение коротких (в основном на 8 счетов) связок TopRoking'a, и элементами из более лёгких стилей StreetDance'a и Hip-Hop'a.

Тема 2.4 Схема изучения танца 2.

Практика: Изучение и запоминание новых элементов. После танца, уделяется внимание изучению новых элементов. В данном случае, применяется индивидуальный подход к каждому ученику. Что учить дальше, на этом этапе, определяется личными качествами ученика.

Тема 2.5 Схема изучения танца 3.

Практика: Дополнение – это обязательное условие закрепления пройденного материала, состоит из попыток соединить новый материал со всем, пройденным до этого, материалом.

Прохождение связок, отработка кусочков и повторение движений под индивидуальным контролем педагога.

Раздел 3. Танец.

3.1 Тема. Связка №1.

Теория: Рассмотрение некоторых новых танцевальных элементов и упражнений.

Практика: Разминаемся, растягиваемся. Учим связку №1.

3.2 Тема. Повторении связки №1.

Теория. Рефлексия.

Практика: Разминаемся, растягиваемся. Повторение связки с прошлого урока.

3.3. Тема. Новая связка №2.

Теория: Рассмотрение некоторых новых танцевальных элементов и упражнений.

Практика: Разминаемся, растягиваемся. Учим связку №2.

3.4.Тема. Повторении связки №2.

Теория. Рефлексия.

Практика: Разминаемся, растягиваемся. Повторение связки с прошлого урока.

3.5 Тема. Новая связка №3.

Теория: Рассмотрение некоторых новых танцевальных элементов и упражнений.

Практика: Разминаемся, растягиваемся. Учим связку №3.

3.6 Тема. Совмещение.

Практика: Разминаемся, растягиваемся. Совмещение связок в одну комбинацию. Танцуем под музыку. Пробуем ускорять темп.

3.7 Тема. Повторение.

Практика: Разминаемся, растягиваемся. Повторение комбинации с прошлого урока. Ускоряем темп.

3.8 Тема Связка №4.

Практика: Изучение новой связки.

3.9 Тема. Повторение связки №4

Практика: Повтор связки.

3.10. Тема. Постановка номера.

Практика: Совмещаем все связки.

3.11. Тема. Продолжение постановки номера.

Практика: Разминка. Ставим номер. Танцуем под музыку.

3.12. Тема. ГОТОВЫЙ танец.

Практика: Разминка. Танцуем под музыку.

3.13.Тема. Повторение готового танца.

Практика: Разминаемся, повторяем танец. Танцуем под музыку.

3.14.Тема. Танец под музыку.

Практика: Танцуем полный танец под музыку. Разминаемся, растягиваемся.

3.15. Тема. Репетиция на сцене.

Практика: Разминка. Под музыку прогон танца на сцене.

3.16 Тема. Завершение постановки танца.

Практика: Танцуем танец полностью под музыку. Разминка, растяжка.

3.17 Тема. Связка №5.

Теория: Рассмотрение некоторых новых танцевальных элементов и упражнений.

Практика: Разминаемся, растягиваемся. Учим связку №5.

3.18 Тема Связка №6.

Теория: Рассмотрение некоторых новых танцевальных элементов и упражнений.

Практика: Разминаемся, растягиваемся. Учим связку №6.

3.19 Тема Связка №7.

Теория: Рассмотрение некоторых новых танцевальных элементов и упражнений.

Практика: Разминаемся, растягиваемся. Учим связку №7.

3.20 Тема. Совмещение связок.

Практика: повторяем комбинации. Совмещаем под одну музыку.

3.21 Тема Связка №8.

Практика: Разминаемся, растягиваемся. Учим связку №8.

3.22 Связка №7 и №8.

Практика: Разминаемся, растягиваемся. Совмещаем, танцуем под музыку.

3.23 Танцуем на сцене.

Практика: Все выученные связки соединяем в комбинацию и пробуем танцевать на сцене под музыку.

3.24. Тема. Новый танец.

Практика: Изучаем новую связку в стиле джаз.

3.25 Тема. Джаз связка №1.

Практика: Ставим движения, учим 1 связку.

3.26 Тема. Джаз связка №2.

Практика: Ставим движения, учим 2 связку.

3.27 Тема. Повторение.

Практика: Повторение связок №1 и №2.

3.28 Тема. Джаз связка №3.

Практика: Ставим движения, учим 3 связку.

3.29 Тема. Джаз связка №4.

Практика: Ставим движения, учим 4 связку.

3.30 Тема. Совмещение связок.

Практика: Совмещение связок в одну комбинацию.

3.31 Тема. Джаз связка №5.

Практика: Ставим движения, учим 5 связку.

3.32 Тема. Джаз связка №6.

Практика: Ставим движения, учим 6 связку.

3.33 Тема. Джаз связка №7.

Практика: Ставим движения, учим 7 связку.

3.34 Тема. Совмещение всех связок.

Практика: Совмещаем все связки в комбинацию.

3.35 Тема. Повторение.

Практика: Повторяем все комбинации, учим под музыку.

3.36 Тема. Ставим номер.

Практика: Совмещаем все комбинации, делаем задумку номер, учим.

3.37 Тема. Повторение изученного номера.

Практика: Под музыку на сцене прогон номера.

3.38 Тема. Контемп.

Практика: Учим связку в стиле контемп.

3.39 Тема. Контемп связка №2.

Практика: Изучение второй связки в стиле контемп.

3.40 Тема. Совмещение.

Практика: Совмещаем обе связки в стиле контемп.

3.41 Тема. Ставим под музыку.

Практика: Новые связки в стиле контемп совмещаем в комбинацию и пробуем под музыку.

3.42 Тема. Связка №3. Контемп.

Практика: Учим новую связку в стиле контемп.

3.43 Тема. Связка №4. Контемп.

Практика: Учим новую связку в стиле контемп.

Раздел 4. Итоговая аттестация.

4.1. Тема. Просмотр номера.

Практика: В концертном зале показываем готовый номер.

4.2. Отчетный концерт.

Практика: В актовом зал проводится отчетный концерт для родителей.

Раздел 5. Итоговое занятие.

5.1. Тема. Итоги учебного года.

Методическое обеспечение

-Метод активного слушания музыки, где происходит проживание интонаций в образных представлениях: импровизация, двигательные упражнения - образы.

-Метод использования слова, с его помощью раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой, терминология, историческая справка и др.

- Метод наглядного восприятия, способствует быстрому, глубокому и прочному усвоению программы, повышает интерес к занятиям.

-Метод практического обучения, где в учебно - тренировочной работе осуществляется освоение основных умений и навыков, связанных с постановочной, репетиционной работой, осуществляется поиск художественного и технического решения.

Дидактическое обеспечение:

- наличие специального зала, оснащенного зеркалами, тренировочными станками;
- качественное освещение в дневное и вечернее время;
- музыкальная аппаратура, аудиозаписи;

- специальная форма и обувь для занятий (для занятий партером - коврик);
- костюмы для концертных номеров (решение подобных вопросов осуществляется совместно с родителями).

Техническое обеспечение

Средства и материалы:

- тренировочная форма
- джазовки, балетки, чешки или носочки;
- вода.

Оборудование:

- станки;
- мягкие коврики гимнастические;
- зеркала;
- концертный зал (сцена);
- музыкальная аппаратура.

Список литературы

- Т. Барышникова «Азбука хореографии». Айрис пресс «Рольф» Москва 1999г.
- А.Я. Ваганова «Основы классического танца». Санкт-Петербург 2002г.
- Г. Я. Власенко «Танцы народов Поволжья». Издательство «Самарский университет» 1992г.
- Г.П. Гусев «Методика преподавания народного танца» ГИЦ «Владос» Москва 2002г.
- М.Я. Жорницкая «Танцы народов севера». Москва «Советская Россия» 1988г.
- Захаров Р. Сочинение танца.-М.:Искусство,1983.-237с.
- Красовская В. Ваганова.-Л.:Искусство,1989.-223с.
- С.И. Мерзлякова «Фольклор – музыка – театр» ГИЦ «Владос» Москва 1999г.
- Т.В. Пуртова, А.Н. Беликова, О.В. Кветная« Учите детей танцевать Гуманитарный издательский центр «Владос» Москва 2003г.

- «Танцуем, играем и поем». Молодежная эстрада 1-2000г.
- «Учимся танцевать» шаг за шагом. «Попурри» Минск 2002г.
- Холл Д. Уроки танцев.-М.:АСТ:Астрель,2009.-409с.