

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Центр детского и юношеского музыкально – хореографического искусства
Приморского района Санкт – Петербурга
(ГБУ ДО ЦДЮИ)

ПРИНЯТА
Протокол Педагогического совета
ГБУ ДО ЦДЮИ
№3 от 26.05.2025

УТВЕРЖДЕНА
Приказ от 26.05.2025 № 7/05
Директор ГБУ ДО ЦДЮИ
И.В. Поликарпова



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«СОВРЕМЕННАЯ ПЛАСТИЧЕСКАЯ ХОРЕОГРАФИЯ»

Возраст обучающихся: 7 -16 лет
Срок реализации: 5 года

Разработчик:
Бычкова Ирина Витальевна,
педагог дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Современный танец является зрелищным, выразительным и разноплановым видом искусства, он отлично развивает ребёнка в физическом и творческом плане.

В современном танце различают четыре основных танцевальных направления: эстрадный танец, хип-хоп, джаз-модерн, латиноамериканский стиль. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современная пластическая хореография», относящаяся к **художественной направленности**, рассчитана на изучение основ этих направлений, разработана в соответствии с основными направлениями государственной образовательной политики и современными нормативными документами в сфере образования¹.

В современном танце большую роль играет индивидуальность исполнителя. Современный или эстрадный танец - это не просто последовательность заученных движений, это небольшая танцевальная постановка. И исполнитель должен обладать не только танцевальным, но и актерским талантом. Одним из основных принципов, свойственных современному танцу, является импровизация. Исполнители учатся творчески подходить к танцу, выражать себя, свое состояние в танце.

Обучение по программе «Современная пластическая хореография» позволяет глубже проникнуть в мир современного танца. Особенно важным в обучении современному танцу является возможность эмоционально-образного воздействия на личность, в ходе обучения достигается создание целостного музыкально-художественного образа при сохранении и развитии индивидуальности каждого ребенка.

Развитие творческого потенциала закладывает фундамент креативности в будущем. Залогом успеха выработки креативности, как показывают исследования этого феномена, является увлеченное занятие каким-либо делом. Данная программа призвана помочь ребенку найти свое увлечение.

Актуальность программы определяется запросом со стороны детей и их родителей на художественно-творческое развитие школьников, условия для которого в спальном районе имеются на базе ЦИ «Эдельвейс», а также предоставляется возможность реализации и демонстрации творческих способностей воспитанников на лучших площадках Санкт-Петербурга и других регионов, возможность гастрольных поездок за рубеж.

Занятия современным танцем помогают поддерживать организм в хорошей физической форме, улучшают осанку и походку, развивают чувство ритма, выступают, своего рода, психологической разрядкой. Программа способствует воспитанию физически крепких и здоровых детей, умеющих свободно и красиво двигаться под музыку разных стилей и направлений.

Отличительные особенности и новизна данной образовательной программы заключаются в сочетании спортивной интенсивности и сложной техники. Параллельно с физическими качествами в процессе обучения по данной программе развиваются и артистические качества. При выполнении этюдов, комбинаций и импровизаций у ребенка развивается фантазия, творческие способности.

Педагогическая целесообразность данной программы объясняется тем, что педагог решает задачи по созданию социально-значимой творческой деятельности обучающихся в коллективе детей и становлению личности каждого ребёнка через творческое самовыражение. В результате обучения по данной программе у детей разовьются такие

¹ 1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Концепция развития дополнительного образования детей // Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р.

3. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам // Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 № 1008.

4. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года // Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р.

5. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016-2020 годы» / Постановление Правительства РФ от 30.12.2015 № 1493.

качества, как музыкальность, чувство ритма, пластичность, хореографическая память, трудоспособность, ответственность, самооценка, творческие способности, коммуникативные качества.

Целенаправленный процесс развития танцевальных и творческих способностей детей в рамках программы опирается на следующие **принципы** педагогики и психологии:

- *принцип личностно-ориентированного обучения*, который предполагает выявление индивидуальных особенностей ребенка, построение образовательного процесса, подбор содержания, выбор форм с учетом развития каждого ребенка, его педагогической поддержки в познавательном процессе, учет уровня волевых, эмоциональных, физических, творческих, возрастных особенностей;
- *принцип последовательности* - «от простого - к сложному»;
- *принцип единства сознания и деятельности* реализуется через деятельностный подход;
- *принцип природосообразности*, означающий отношение к ребенку как к части природы и предполагающий его воспитание с учетом закономерностей природного развития, половозрастных и психофизических особенностей;
- *принцип культуросообразности*, ориентирующий на отношение к ребенку как к субъекту, способному к культурному саморазвитию и само изменению;
- *принцип ценностно-смыслового подхода*, направленный на создание условий для обретения ребенком смысла своего обучения, на воспитание личностных смыслов всего происходящего в его общении с социумом, культурой;
- *принцип сотрудничества*, предусматривающий организацию совместной жизнедеятельности детей разного возраста и взрослых, общение, взаимопонимание и взаимопомощь, взаимную поддержку и общую устремленность в будущее.

Программа направлена на развитие творческой индивидуальности ребенка, что позволяет максимально выявить, развить его творческие природные способности.

Адресат программы

Программа предназначена для учащихся 7-16 лет, с хорошими физическими данными и музыкальным слухом (при наличии медицинского допуска в виде справки).

Объем и срок реализации: 5 лет, 360 часов.

Уровень освоения – углублённый.

Цель программы: раскрытие индивидуальных творческих способностей учащихся, формирование личностных качеств посредством обучения современному танцу.

Задачи программы

Обучающие:

- познакомить с историей современного танца, с современными танцевальными направлениями;
- сформировать систему знаний, умений, навыков по современному танцу, предусмотренную программой;
- обучить навыкам танцевального мастерства;
- научить владеть мышцами своего тела и применять этот навык в процессе исполнения движений;
- научить слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения;
- сформировать пространственную ориентацию.

Развивающие:

- развить гибкость, мышечную память;
- укрепить опорно-двигательный и вестибулярный аппараты;
- развить творческие способности;
- развить сценическую образность, актерскую выразительность.

Воспитательные:

- сформировать познавательную потребность ребёнка в области современного танца;

- привить навыки культуры поведения на занятиях, репетициях, концертах, в гастрольных поездках;
- воспитать чувство ответственности за результат общей деятельности;
- воспитать такие качества, как дисциплинированность, собранность, трудолюбие, аккуратность, коммуникабельность;
- привить устойчивый интерес к современному танцу.

Условия реализации программы

На 1-й год обучения принимаются дети в возрасте 7-8 лет, прошедшие собеседование, с хорошими физическими данными и музыкальным слухом (при наличии медицинского допуска в виде справки).

Возможен дополнительный набор на 2-й и последующие годы обучения по результатам собеседования в соответствии с требованиями программы.

Реализация программы проходит в три этапа:

- Подготовительный этап (1-й год обучения);
- Основной этап (2 - 3-й года обучения);
- Углублённый этап (4 - 5-й года обучения).

Каждый из этих этапов предполагает свой минимум специальных знаний и умений.

Процесс обучения строится по спирали, с непременным совершенствованием, повышением качественного уровня и изменением пропорций при распределении предлагаемого учебного материала.

Формы проведения занятий:

- учебные занятия
- репетиции
- открытое занятие (в разных формах)
- зачет
- концерт

Занятие включает непосредственно содержательный аспект в соответствии с календарно-тематическим планированием, а также с учетом организационных и заключительных моментов занятия и проводится по следующей схеме:

1. Организационно-подготовительный этап (цель занятия, настрой)
2. Объяснение и показ (теория)
3. Выполнение упражнений (практика)
4. Подведение итогов занятия.

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

- фронтальная
- групповая, в парах
- коллективная (ансамблевая)
- индивидуальная (работа с солистами предполагает более полное раскрытие способностей и возможностей учащихся)

Материально-техническое обеспечение программы

Для реализации программы необходимо иметь:

- учебный класс, оснащенный зеркалами;
- раздевалки для учащихся;
- аудиоаппаратура;
- видеоаппаратура;
- костюмы.

Планируемые результаты

Предметные

- будет знать историю современного танца;
- будут знать методику выполнения выученных движений;
- будут владеть навыками правильного дыхания;

- научиться свободно двигаться под музыку;
- получит навыки исполнительского мастерства;
- сможет применять полученные знания и умения в своём творчестве;

Метапредметные

- воспитана целеустремлённость, обучающиеся будут развиты духовно и нравственно;
- научатся адаптироваться к реалиям жизни.

Личностные

- разовьются специальные качества: музыкальность, чувство ритма, пластичность, хореографическая память;
- повысится уровень двигательных способностей и физических качеств (координация движений, гибкость, выносливость, сила);
- сформированы личностные качества: дисциплинированность, чувство товарищества, ответственность, коммуникабельность;
- научатся управлять своим телом, музыкально и артистично двигаться;
- сформировано правильное восприятие красоты движений, способность передавать в них определенные эмоциональные состояния, различные настроения, переживания, чувства;
- будут стремиться к реализации способностей и талантов, данных природой;
- сформирован интерес к творческой танцевальной деятельности.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Учебный план 1-го года обучения

№	Наименование тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Практика	Теория	
1.	Вводное занятие	1	0,5	0,5	Входная диагностика Наблюдение
2.	Развивающие упражнения	20	16	4	Технический зачет
3.	Комбинация, импровизация	20	15	5	Показ этюдов
4.	Постановочно-репетиционная и концертная деятельность	30	22	8	Концерт Промежуточная диагностика
5.	Итоговое занятие	1	1		Творческий показ
ИТОГО:		72	54,5	17,5	

Учебный план 2-го года обучения

№	Наименование тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Практика	Теория	
1.	Вводное занятие	1	0,5	0,5	Задания педагога Наблюдение
2.	Развивающие упражнения	12	9	3	Технический зачет
3.	Комбинация, импровизация	22	18	4	Показ этюдов
4.	Постановочно-	36	28	8	Промежуточная диагностика

	репетиционная и концертная деятельность				Выступление на концертах, конкурсах
5.	Итоговое занятие	1	1		Викторина Домашний концерт
	ИТОГО:	72	56,5	15,5	

Учебный план 3-го года обучения

№	Наименование тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Практика	Теория	
1.	Вводное занятие	1	0,5	0,5	Наблюдение за выполнением заданий
2.	Развивающие упражнения	6	5	1	Технический зачет
3.	Комбинация, импровизация	29	23	6	Показ этюдов, комбинаций
4.	Постановочно-репетиционная и концертная деятельность	35	27	8	Промежуточная диагностика Выступление на концертах, конкурсах
5.	Итоговое занятие	1	1		Конкурс знатоков Открытый концерт
	ИТОГО:	72	56,5	15,5	

Учебный план 4-го года обучения

№	Наименование тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Практика	Теория	
1.	Вводное занятие	1	0,5	0,5	Наблюдение за выполнением заданий
2.	Развивающие упражнения	25	20	5	Технический зачет
3.	Комбинация, импровизация	31	25	6	Импровизационные задания
4.	Постановочно-репетиционная и концертная деятельность	50	40	10	Открытый показ
5.	Итоговое занятие	1	1	-	Промежуточная диагностика Открытый показ
	ИТОГО:	108	86,5	21,5	

Учебный план 5-го года обучения

№	Наименование тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Практика	Теория	
1.	Вводное занятие	1	0,5	0,5	Наблюдение за выполнением заданий
2.	Развивающие упражнения	25	20	5	Технический зачет

3.	Комбинация, импровизация	30	24	6	Баттл
4.	Постановочно- репетиционная и концертная деятельность	50	40	10	Открытый показ Выступления на конкурсах и концертах
5.	Итоговое занятие	2	2	-	Итоговая диагностика Отчетный концерт
	ИТОГО:	108	86,5	21,5	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА 1-го ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Задачи 1-го года обучения

Обучающие:

- знакомство с историей возникновения и этапами развития искусства современного танца;
- изучение основных позиций рук и ног в современном танце;
- привитие первоначальных навыков перемещения по сценической площадке;

Развивающие:

- развитие первоначальных навыков координации движений, чувства ритма и музыкальности;
- развитие артистизма и эмоциональной выразительности;

Воспитательные:

- воспитание трудолюбия, дисциплинированности, аккуратности;
- формирование навыков общения в коллективе.

Содержание 1-го года обучения

1. Вводное занятие

Теория:

- история возникновения, этапы развития и формирования современного танца
- цель и задачи обучения по программе
- правила безопасного поведения в танцевальном зале;
- нормы гигиены и внешнего вида: соблюдение единой формы репетиционной одежды, аккуратный внешний вид
- расписание занятий: точное время начала и окончания занятий
- соблюдение правил этикета

Практика:

Игра на знакомство «Назови себя». Проведение подвижных игр и общеразвивающих упражнений для выявления первоначальных умений и способностей учащихся.

2. Развивающие упражнения

Теория: Значение общеразвивающих упражнений для танцора. Методика выполнения упражнений.

Практика:

1) Упражнения для отдельных частей тела:

- голова: вращения, наклоны, повороты;
- плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги, круги, восьмёрка, твист, шейк;
- грудная клетка: движения из стороны в сторону, вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты;
- тазобедренная часть: крест, квадрат, восьмерка, полукруги;
- руки;
- ноги.

2) Упражнения для позвоночника.

- полукруги, круги торсом;
- contraction (сокращение мышц тела);
- release (расширение мышц тела);
- Body-roll (волна).

3) Акробатические элементы.

- упражнения stretch характера в различных положениях;

- переходы из положения в положение;
- движения изолированных частей тела;
- упражнения на contraction и release в положении сидя.

4) Выработка темпа движений.

- шаги, сгибая колени, при передвижении из стороны в сторону и вперед-назад;
- шаги по квадрату;
- шаги с мультипликацией;
- трехшаговые повороты и полуповороты на двух ногах;
- триплеты с продвижением вперед, назад, по кругу;
- прыжки: hop, jump, leap.

3. Комбинация, импровизация

Теория: понятия «музыкальный размер», «этюд», «хореографическая композиция».

Практика:

- комбинации на 32, 64 такта, включающие движения изолированных частей тела, шаги, смену положений, прыжки;
- комбинации на основе элементов эстрадного танца и хип-хопа;
- задание на импровизацию: составить небольшой этюд на заданную музыку.

4. Постановочно-репетиционная и концертная деятельность

Теория: информация о разучиваемом номере, характер, особенности.

Практика:

Просмотр видеоматериалов. Постановочная работа.

Разучивание танцев, входящих в репертуар коллектива:

- «Кукарелла»;
- «Карнавал»;
- «Дискомафия»;
- «Котята».

5. Итоговое занятие

Практика: анализ результативности обучения.

Творческий показ для родителей:

- построение в линии;
- поклон;
- комплекс развивающих упражнений;
- танцевальные этюды;
- хореографические номера.

Планируемые результаты 1-го года обучения

Предметные

К концу 1-го года обучения учащийся

Будет уметь:

- концентрировать внимание;
- ровно держать спину (будет сформирована осанка);
- ориентироваться в помещении «по точкам»;
- определять темп музыки; различать музыкальные размеры;
- выдерживать учебные физические нагрузки;
- исполнять элементы современного танца, согласовывать движения с музыкальным ритмом и темпом;

— выполнять базовые комбинации.

будет знать:

— терминологию изученных упражнений;

— основные позиции и положения рук, ног, головы в современном танце;

— базовые движения;

получит представление:

- об истории возникновения и развития современного танца;
- о культуре внешнего вида и поведения в коллективе;

Метапредметные

- воспитано трудолюбие, дисциплинированность, аккуратность;
- заложены основы формирования навыков общения в коллективе.

Личностные

будет формироваться:

- творческое воображение и фантазия;
- устойчивый интерес к занятиям.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА 2-го ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Особенности обучения

На 2-м году обучения в учебно-тематический план добавляется «Упражнения на развитие координации». Благодаря этим упражнениям у воспитанников развивается координация, что способствует наращиванию исполнительского мастерства.

Задачи 2-го года обучения

Обучающие:

- знакомство с новым стилем современного танца «джаз-модерн»;
- отработка техники исполнения движений изученных танцев.

Развивающие:

- развитие силы мышц (в особенности мышц рук и ног) и выносливости путём увеличения нагрузок;
- развитие координации движений;
- развитие чувства ритма за счёт сочетания различных ритмических рисунков в танцевальных комбинациях;

Воспитательные:

- воспитание умения слушать, воспринимать, оценивать музыку;
- формирование навыков личной гигиены, гигиены танцора;
- воспитание навыков общественного поведения на занятии, дисциплинированности.

Содержание 2-го года обучения

1. Вводное занятие

Теория:

- цель и задачи обучения
- нормы гигиены и внешнего вида: соблюдение единой формы репетиционной одежды, аккуратный внешний вид
- соблюдение правил этикета
- акцентирование внимания учащихся на важности правильного дыхания

Практика:

Проведение входной диагностики. Знакомство с новыми учащимися. Повторение танцевального материала 1-го года обучения.

2. Развивающие упражнения

Теория: Правильное распределение физической нагрузки. Методика исполнения упражнений.

Практика:

1) Упражнения для отдельных частей тела.

- голова: комбинации из движений геометрических фигур (вращения, наклоны, повороты). Соединение движений головы с движениями других центров;
- плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги, круги, восьмёрка, твист, шейк; соединение с движениями других центров;
- грудная клетка: круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскости; соединение в комбинации движений, изученных ранее; разно ритмические комбинации;
- тазобедренная часть: крест, квадрат, восьмёрка, полукруги (соединение этих движений в комбинации); круги, полукруги одним бедром;
- руки: комбинации из движений, изученных ранее, соединение с движениями остальных центров, соединение с шагами;

- ноги: комбинации из движений, изученных ранее, соединение движений ног с движениями рук, корпуса.
- 2) Упражнения на развитие координации.
 - Бицентризм: движения двух центров одновременно;
 - перемещение в пространстве (шаги с координацией рук и корпуса);
 - соединение движений нескольких центров в различных ритмических рисунках;
 - использование различных ритмов при исполнении одной комбинации.
- 3) Упражнения для позвоночника.
 - комбинации с использованием contraction и release, body-roll, body-twist;
 - падения и подъёмы в комбинациях.
- 4) Акробатические элементы.
 - переходы из положения в положение.
 - упражнения stretch характера в соединении с «твистами» и «спиралями».
- 5) Выработка темпа движений:
 - использование contraction и release во время передвижения;
 - вращения, как способ перемещения в пространстве;
 - шаги с мультипликацией, собранные в цельные комбинации;
 - комбинации шагов, соединенные с вращениями и стабильными позами;
 - различные прыжковые комбинации.

3. Комбинация, импровизация

Теория: Правила постановки комбинаций. Цель и задачи импровизации.

Практика:

- развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены положений, различных способов вращения и прыжков;
- комбинации с использованием элементов танца модерн и джаз;
- задание на импровизацию: составить этюд в стиле джаз-модерн на заданную музыку.

4. Постановочно-репетиционная и концертная деятельность

Теория: Основы постановки танцевального номера.

Практика:

Просмотр видеоматериала. Постановочная работа. Разучивание танцев, входящих в репертуар коллектива:

- «Что такое доброта»
- «Кукарелла»
- «Карнавал»
- «Дискомафия»
- «Дискотека на Дворцовой»

5. Итоговое занятие

Практика:

Викторина на знание теоретических вопросов. Домашний концерт (показ 3-4 комбинаций в стиле джаз-модерн, 1-2 танцевальных номеров).

Планируемые результаты 2-го года обучения

Предметные

К концу 2-го года обучения ребенок

будет уметь:

- различать музыкальные размеры; определять темп музыки;

- исполнять элементы современного танца, согласовывать движения с музыкальным ритмом и темпом;
- выполнять базовые комбинации и составлять собственные из набора основных движений;
- ориентироваться в учебном классе;
- выдерживать учебные физические нагрузки;
- будет знать:*
- терминологию изученных упражнений;
- основные позиции и положения рук, ног, головы в стиле «джаз-модерн»;
- правила составления комбинации;
- изученные в ходе занятий комбинации;
- получит представление:*
- об истории возникновения и развития стиля «джаз-модерн»;
- о культуре поведения на концертах.

Метапредметные

- будут уметь слушать, воспринимать, оценивать музыку;
- освоют навыки личной гигиены, гигиены танцора;
- соблюдают правила общественного поведения на занятии, дисциплинированы.

Личностные

- сформируется творческое воображение и фантазия;
- устойчивый интерес к занятиям;
- развита сила мышц (в особенности мышц рук и ног) и выносливость;
- развита координация движений;
- развито чувство ритма.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА 3-го ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Особенности обучения

На 3-м году обучения упражнения выполняются по тем же темам, но при этом работают все части тела параллельно, с координацией всех центров. Усложняются прыжки и вращения. Время для разминки максимально сокращается. Время для комбинации, импровизации и изучения репертуарного материала – увеличивается.

Задачи 3-го года обучения

Обучающие:

- формирование умения различать характер танца;
- развитие техники исполнения изученных движений;
- обучение выполнению комбинаций джаз-танца;
- формирование умения координировать движения танца;

Развивающие:

- выработка выносливости; развитие силы мышц;
- развитие двигательной и музыкальной памяти;
- развитие художественного вкуса;
- развитие творческого начала в исполнительстве.

Воспитательные:

- воспитание навыков поведения на занятиях и концертах;
- воспитание навыков самодисциплины;
- воспитание чувства партнера, ответственности за общее дело;
- воспитание сценической культуры;
- воспитание чувства уважения к культурам других народов.

Содержание 3-го года обучения

1. Вводное занятие

Теория:

- цель и задачи обучения
- правила безопасного поведения
- нормы гигиены и внешнего вида: соблюдение единой формы репетиционной одежды, аккуратный внешний вид
- соблюдение правил этикета
- этапы развития и формирования современного танца
- понятие «полицентриа» (координация нескольких, либо всех центров одновременно).

Практика:

Оценка физической формы учащихся после каникул, проведение диагностики. Повторение изученных танцев. Музыкальные игры.

2. Развивающие упражнения

Теория: Методика выполнения упражнений.

Практика:

1) Упражнения для отдельных частей тела.

Работа всех частей тела одновременно в разных ритмических рисунках.

2) Упражнения для позвоночника.

Соединение всевозможных движений корпуса (contraction, release, body-roll, body-twist) в единые развёрнутые комбинации, с использованием смены положений, падений и подъёмов, а также добавление поворотов на одной ноге.

3) Акробатические элементы.

Упражнения в партере: развёрнутые комбинации с использованием движений отдельных частей тела, движений корпуса, падения и подъёмов, переходов из одного положения в другое, «перекаты», «кувырки», «колёса».

4) Выработка темпа движений.

Развёрнутые комбинации шагов с использованием всего пространства класса. Шаги с координацией 3-4 центров. Шаги с использованием contraction. Шаги с мультипликацией. Смены направлений в комбинации шагов. Вращения по заданной траектории. Постепенное Равномерное наращивание темпа в ходе исполнения комбинации.

3. Комбинация, импровизация

Теория:

Особенности движения различных видов животных и птиц. Способы соединения движений и их усложнения.

Практика:

- развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены положений, различных способов вращения и прыжков;
- комбинации с использованием элементов всех стилей современного танца;
- задание на импровизацию: составить комбинации с использованием различных ритмических рисунков и всех известных стилей. Составить небольшой комплекс упражнений, подходящий в качестве разминки.

4. Постановочно-репетиционная и концертная деятельность

Теория:

Премьера. Последовательная техническая, психологическая, эмоциональная подготовка к выступлению. Значимость репетиционного процесса для завершения работы над любым хореографическим произведением.

Практика:

Постановочная работа. Разучивание танцев, входящих в репертуар коллектива.

- «Dancer»;
- «Джексон»;
- «Винес».

Педагог вправе брать для изучения любые другие номера, доступные уровню развития учащихся.

5. Итоговое занятие

Практика:

Конкурс знатоков теории. Открытый концерт (показ 4 комбинаций в стиле современного танца, а также 3-4 танцевальных номеров).

Планируемые результаты 3-го года обучения

Предметные

К концу 3-го года обучения учащийся

будет уметь:

- определять цели и задачи своей деятельности;
- самостоятельно подбирать музыку в стиле современного танца;
- импровизировать в стиле современного танца;
- свободно двигаться под музыку любого жанра;
- выдерживать учебные физические нагрузки;

- сохранять устойчивость темпа во время исполнения;
- различать музыкальные размеры;
- выполнять базовые комбинации.

будет знать:

- терминологию изученных упражнений; музыкальные размеры;
- различные позиции и положения рук, ног, головы в стиле современного танца;
- правила постановки танцевальных композиций;
- изученные в ходе занятий комбинации;
- приемы поддержания хорошей физической формы;

получит представление:

- о правилах постановки номеров;
- о методике выполнения проученных движений танца.

Метапредметные

- сформированы навыки поведения на занятиях и концертах; навыки самодисциплины;
- воспитана общая, в т.ч. сценическая культура;
- проявляет уважение к культурам других народов.

Личностные

- сформируется творческое воображение и фантазия, устойчивый интерес к занятиям и саморазвитию посредством самотренировок;
- учащийся будет обладать чувством партнера при исполнении танцев, ответственности за общее дело;
- положено начало развитию художественного вкуса;
- приобретет опыт участия в публичных выступлениях.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА 4-го ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Особенности обучения

На 4-м году обучения упражнения выполняются по тем же темам, но комбинации усложняются за счет проучивания новых движений, ускорения темпа, увеличения количества вращений внутри развернутых комбинаций (увеличение нагрузки), работой над координацией и выразительностью исполнения. Большое внимание уделяется артистичности и открытости учащихся. Большое внимание уделяется пластике.

Задачи 4-го года обучения

Обучающие:

- научить различать характер танца;
- развить технику исполнения движений в различных стилевых настроениях;
- научить связывать комбинации современного танца в единые стилистические композиции;
- научить выражать эмоции через пластику;

Развивающие:

- выработать выносливость; развить силу мышц;

Воспитательные:

- воспитать навыки поведения на занятиях и концертах (правила поведения на улице; правила дорожного движения; правила поведения в ЦИ и учебных классах; противопожарная безопасность).

Содержание 4-го года обучения

1. Вводное занятие

Теория:

Цель и задачи обучения. Правила безопасного поведения. Гигиена танцора.

Практика:

Тестирование новичков на соответствие критериям 4-го года обучения (проверка физических данных, знаний и умений). Беседа—опрос на повторение теоретического материала. Музыкальные игры и упражнения, повторение танцевального материала.

2. Развивающие упражнения

Теория: Методика выполнения движений.

Практика:

1) Упражнения для отдельных частей тела.

Работа всех частей тела одновременно в разных ритмических рисунках. Усиленная работа над пластикой рук («волна», «робот») и ног («глайды» - скольжения по полу в разных ритмических и постановочных рисунках).

2) Упражнения для позвоночника.

Соединение всевозможных движений корпуса (contraction, release, body-roll, body-twist) в единые развёрнутые комбинации, с использованием смены положений, падений и подъёмов, повороты на одной ноге. Выходы из положения в положение через «волны».

3) Акробатические элементы.

Упражнения в партере: развёрнутые комбинации с использованием движений отдельных частей тела, движений корпуса, падений и подъёмов, переходов из одного положения в другое, «перекаты», «кувырки», «колёса». Укрепление рук мышц, для использования сложных стоек и поворотов на руках.

4) Выработка темпа движений.

Развёрнутые комбинации шагов с использованием всего пространства класса. Шаги с координацией 3-4 центров. Шаги с использованием contraction. Шаги с мультипликацией. Смены направлений в комбинации шагов. Вращения по заданной траектории. Постепенное Равномерное наращивание темпа в ходе исполнения комбинации. Разучивание комбинаций в стиле Дisko (этому стилю характерен ускоренный темп, резкость и чёткость движений).

3. Комбинация, импровизация

Теория: Приемы работы с различными музыкальными композициями и сбора их в единый трек для танцевального номера.

Практика:

- развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены положений, различных способов вращения и прыжков;
- комбинации с использованием элементов всех стилей современного танца;
- задание на импровизацию: составить этюд на 1-1,5 мин с использованием полиритмии и придать ему стилевой характер, показать некий образ.

4. Постановочно-репетиционная и концертная деятельность

Теория:

Принцип построения отдельных комбинаций и целых танцевальных номеров. Роль костюма в хореографической постановке, внешнем облике, как одного из составляющих целостного художественного образа.

Практика:

Постановочная работа. Разучивание танцев, входящих в репертуар коллектива:

- «Dancer»;
- «Винес»;
- «Джексон».

5. Итоговое занятие

Практика

Открытый показ:

- Построение в линии;
- Поклон;
- Комплекс развивающих упражнений;
- Танцевальные этюды;
- Хореографические номера.

Включает в себя показ 5 комбинаций в стиле современного танца, а также 3-4 танцевальных номера.

Планируемые результаты 4-го года обучения

Предметные

К концу 4-го года обучения учащийся

будет уметь:

- определять цели и задачи своей деятельности;
- самостоятельно подбирать музыку в стиле современного танца;
- импровизировать в стиле современного танца;
- свободно двигаться под музыку;
- выдерживать учебные физические нагрузки;
- сохранять устойчивость темпа во время исполнения;
- различать музыкальные размеры;
- выполнять базовые комбинации;
- передавать образ, настроение с помощью танца;

будет знать:

- различные позиции и положения рук, ног, головы в стиле современного танца;
- правила постановки танцевальных композиций;
- терминологию изученных упражнений;
- изученные в ходе занятий комбинации;
- приемы поддержания хорошей физической формы;
- музыкальные размеры;

получит представление:

- о правилах постановки номеров;
- о методике выполнения проученных движений танца.

Метапредметные

- приобретет первоначальные умения анализа и оценки собственной деятельности и деятельности других;
- будет уважителен с товарищами и педагогами, ответственен за общее дело;
- получит первоначальные знания в области поиска и обработки информации.

Личностные

- сформируется творческое воображение и фантазия;
- сформируется устойчивый интерес к занятиям и саморазвитию посредством самотренировок;
- возникнет интерес к постановочной деятельности.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА 5-го ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Особенности обучения

На 5-м году обучения упражнения выполняются по тем же темам, но комбинации усложняются за счет введения новых более сложных движений, ускорения темпа, увеличения количества вращений внутри развернутых комбинаций (увеличение нагрузки), добавления в комбинации акробатических элементов, работой над координацией и выразительностью исполнения. Большое внимание уделяется артистичности и открытости учащихся. Особенностью 5-го года обучения является усиленное внимание сложным пластическим композициям (работа с техникой «робот», «пантомима», «египетская» пластика, «марионетка»).

Задачи 5-го года обучения

Обучающие:

- развить технику исполнения изученных движений; научить выражать эмоции через пластику;
- научить исполнять одни и те же движения в различных стилевых настроениях и пластических характерах;
- научить связывать комбинации в единые стилистические композиции;

Развивающие:

- развить у учащегося стремление к реализации способностей и талантов, данных ему природой;
- формировать умение чувствовать форму, манеру и стиль исполняемого номера;
- выработать способность к актерскому и пластическому самовыражению;

Воспитательные:

- выработать чувство ответственности за порученное дело, способность работать в коллективе.
- воспитывать устойчивый интерес к занятиям хореографией, прививать любовь к танцу и здоровому образу жизни.

Содержание программы 5-го года обучения

1. Вводное занятие

Теория: Цель и задачи обучения. Правила безопасного поведения.

Практика:

Повторение изученных движений и композиций. Импровизации на тему «Лето». Анкетирование.

2. Развивающие упражнения

Теория: методики выполнения движений.

Практика:

1) Упражнения для отдельных частей тела.

Работа всех частей тела одновременно в разных ритмических рисунках. Усиленная работа над пластикой рук («замкнутое пространство», «египетская» пластика, разнонаправленные «волны», «волны» с ведением, «робот») и ног («глайды» - скольжения по полу в разных ритмических и постановочных рисунках).

2) Упражнения для позвоночника.

Развёрнутые комбинации, с использованием смены положений, падений и подъёмов, вращений на одной ноге, усложнённые элементами пластики.

3) Акробатические элементы.

Сочетание исполнения акробатических или полу акробатических элементов с исполнением пластических движений.

4) Выработка темпа движений.

Развёрнутые комбинации шагов с использованием всего пространства класса. Шаги с координацией 3-4 центров. Шаги с использованием contraction. Шаги с мультипликацией. Шаги в стиле: «робот», «египетский» стиль (с перекатами с пятки на носок) и т.д. Упражнения на выносливость.

3. Комбинация, импровизация

Теория: Приемы работы с различными манерами пластики и сбор их в единую, несущую в себе смысловую нагрузку, танцевальную композицию.

Практика:

- развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены положений, различных способов вращения, прыжков и пластических элементов;
- комбинации с использованием элементов всех стилей современного танца;
- комбинации с использованием пластических рисунков («робот», «глайды», «волны», «египетская» пластика, «мультипликация» и т.д.)
- задание на импровизацию: составить этюд на 1,5-2 мин с использованием какого-либо вида пластики.

4. Постановочно-репетиционная и концертная деятельность

Теория:

Передача сценического образа с помощью элементов костюма, полного костюма, грима, аксессуаров. Профессии «режиссер», «костюмер», «гример».

Практика:

Постановочная работа. Разучивание танцев, входящих в репертуар коллектива:

- «Dancer»;
- «Ямайка»;
- «Стиляги»;
- «Джексон».

5. Итоговое занятие

Практика:

Отчетный концерт (показ 5-6 комбинаций в стиле современного танца, а также 3-4 танцевальных номера). Анализ результатов обучения по программе.

Планируемые результаты 5-го года обучения

Предметные

К концу 5-го года обучения учащийся

будет уметь:

- определять цели и задачи своей деятельности;
- самостоятельно подбирать музыку в стиле современного танца;
- импровизировать в стиле современного танца;
- свободно двигаться под музыку;
- выдерживать учебные физические нагрузки;
- сохранять устойчивость темпа во время исполнения;
- различать музыкальные размеры;
- выполнять базовые комбинации;
- передавать образ, настроение с помощью танца;
- исполнять одни и те же движения в различных стилевых настроениях и пластических

характерах;

- связывать комбинации современного танца в единые стилистические композиции;
- выражать эмоции через пластику;

будет знать:

- правила постановки номеров;
- методику выполнения проученных движений танца;
- различные позиции и положения рук, ног, головы в стиле современного танца;
- правила постановки танцевальных композиций;
- терминологию изученных упражнений;
- изученные в ходе занятий комбинации;
- приемы поддержания хорошей физической формы;
- музыкальные размеры;

Метапредметные

- получит коммуникативные навыки (научится работать в коллективе);
- получит навыки анализа, рефлексии, самооценки и самоопределения в ситуациях учебной и иной деятельности;
- получит навыки взаимодействия с окружающими, работы в группе, владения различными социальными ролями в коллективе;
- овладевает минимально необходимыми для жизни в современном обществе навыками социальной активности и функциональной грамотности;
- освоит способы физического, духовного и интеллектуального саморазвития, эмоциональной само регуляции и само поддержки.

Личностные

- сформируется творческое воображение и фантазия;
- возникнет интерес к постановочной деятельности, устойчивый интерес к занятиям и саморазвитию посредством самотренировок;
- станет физически сильнее и выносливее;
- будет дисциплинированным, трудолюбивым, самостоятельным, аккуратным, ответственным;
- будет иметь потребность в здоровом образе жизни.
- приобретет большой опыт участия в публичных выступлениях;

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Для реализации программы в работе с воспитанниками, применяются следующие методы:

1. Словесные:
 - методические указания по выполнению движений;
 - обмен мнениями и анализ просмотренных выступлений⁴
 - методы психологического воздействия: убеждение, внушение.
2. Наглядные:
 - показ педагогом движений танца;
 - просмотр видеоматериала.
3. Практические:
 - тренаж;
 - танцевальные комбинации;
 - творческие задания:
 - этюды;
 - комбинации;
 - импровизации.

Приемы:

- комментирование;
- инструктирование;
- корректировка.

Для успешного обучения и создания особой творческой атмосферы на занятиях применяются методы стимулирования и мотивации:

- *метод коммуникативного обучения*, подразумевающий создание условий для творческого раскрепощения детей, уважение к чужому мнению, внимание к любым творческим предложениям, идеям;
- *эмоциональный метод стимулирования*, заключающийся в предоставлении ребенку свободы выбора;
- *метод создания ситуации успеха* с помощью психолого-педагогических приемов, «авансирования» и «персональной исключительности», что изменяет психологическое состояние детей с заниженной самооценкой, проявляющееся в появлении у них чувства уверенности в себе, интереса к предмету. Особенно этот метод применим в концертной деятельности ЦИ «Эдельвейс».

Дидактический материал:

- видеозаписи концертов ЦИ «Эдельвейс», а также выступлений других танцевальных коллективов;
- фотографии с выступлений;
- аудиозаписи, используемые во время занятий;
- подборка фотографий на тему современного танца;
- специальная литература по современному танцу.

Информационные источники

Список литературы для педагогов

1. Белкина С.И., Ломова Т.П., Соковина Е.Н. Пластика и движения. – М., 1983.
2. Гиршон А. Импровизация и хореография. Контактная импровизация. Альманах 1. 1999.
3. Дени Ш., Дассвиль Л. Все танцы. – М., 1955.
4. Ивлева Л.Д. Методика обучения хореографии в старшей возрастной группе. – Челябинск, 1997.

5. Ивлева Л.Д. Руководство воспитательным процессом в хореографическом коллективе. Учебное пособие. – Челябинск, 1989.
6. Лукьянова Л.А. Дыхание в хореографии. – М: «Искусство», 1979.
7. Мессерер А. Танец. Мысль. Время. – М., Искусство, 1990.
8. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец// Я вхожу в мир искусств. – 1998. - №4.
9. Никитин Ю.В. Методика преподавания модерн танца// Я вхожу в мир искусств. - 2001. - №4.
10. Панферов В.И. Пластика современного танца. Учебное пособие. – Челябинск, 1996.
11. Полятков С. С. Основы современного танца. - Изд.: Феникс, 2005.
12. Риттер-М. Клейнганс. Гимнастика позвоночника. – М: «Сигма-пресс», 1997.
13. Степанова Л.Г. Современные танцы. - М.: Советская Россия, 1967.
14. Фисанович Т.М. Танцы. - Москва: Астрель - АСТ, 2000.

Список литературы для учащихся и их родителей

1. Белкина С.И., Ломова Т.П., Соковина Е.Н. Пластика и движения. – М., 1983.
2. Дени Ш., Дассвиль Л. Все танцы. – М., 1955.
3. Иваницкий М.Ф. Анатомия человека. - М., Физкультура и спорт, 1985.
4. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. - М., Академия, 2000.
5. Современность в танце. - М.: "Искусство", 1964.
6. Фисанович Т.М. Танцы. - Москва: Астрель - АСТ, 2000.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Достижение ожидаемых результатов можно проверить путем:

- анализа сохранения контингента учащихся и его стабильности;
- анализа участия коллектива в концертах, праздниках, фестивалях;
- коллективного анализа выступлений в хореографических композициях.

В процессе освоения учебной программы предусмотрены разные **виды контроля** результатов обучения, которые позволяют определить эффективность обучения по программе, внести изменения в учебный процесс.

- 1) Входной контроль. Проводится в сентябре с целью определения природных физических данных (слух, ритм, шаг, прыжок, выносливость, артистичность). Методы: прослушивание (слух, ритм), наблюдение за выполнением ребенком конкретного движения (гибкость выносливость, прыжок).
- 2) Промежуточная аттестация. Проводится в конце каждого полугодия с целью выявления уровня освоения программы учащимися в форме зачета, открытого занятия для родителей и педагогов.
- 3) Итоговый контроль. Проводится в конце обучения по программе в форме открытого занятия для педагогов и родителей. Учащиеся должны продемонстрировать уровень овладения теоретическим и практическим программным материалом.
 Формы: викторина, конкурс знатоков, концерт, творческий показ.
 Среди критериев, по которым оценивается качество выполнения практического задания, выделяется:
 - танцевальная память;
 - артистичность, выразительность;
 - музыкальность;
 - техника исполнения танцевального материала.

Формы подведения итогов реализации программы

- Концерт

- Открытое занятие
- Творческие задания

Итогом реализации программы можно считать:

- Стабильность контингента;
- Качество выступлений на итоговых занятиях, концертах;
- Желание детей в дальнейшем продолжить занятия в танцевальном коллективе;
- Удовлетворенность родителей образовательными результатами.