

УТВЕРЖДАЮ

Принято на заседании
Педагогического совета

Директора МБУ ДО «ЦДТ
«Восход» г.о. Самара

Протокол № 4 от 29 мая 2024г.



МБУ ДО
/О.В. Горшкова/
г.о. Самара

Приказ от 29 мая 2024г. № 253-од

М.П.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«АЗБУКА ТАНЦА»**

Направленность: художественная

Уровень программы: базовый

Возраст обучающихся: 6-10 лет

Срок реализации: 2 года

Разработчик программы:
Севостьянова Юлия Александровна,
педагог дополнительного образования

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Хореография - это искусство, позволяющее решать задачи физического, музыкально-ритмического, эстетического, и, в целом, психического развития детей. Между тем хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития.

Хореографическое искусство учит детей красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу, выносливость, ловкость и смелость. Приобщение к искусству хореографии включает ознакомление учащихся с источниками танцевальной культуры, самобытностью национальных танцев, связанных с укладом жизни народов.

Занятия хореографией помогают детям снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе, развить выразительность, научиться двигаться в соответствии с музыкальными образами, что необходимо для сценического выступления, а также воспитать в себе выносливость, скорректировать осанку, координацию, постановку корпуса, что необходимо не только для занятия танцем, но и для здоровья в целом.

Нормативные основания для создания программы:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
2. Указ Президента РФ от 21.07.2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»
3. Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р)
4. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Утверждена Распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015г. № 996-р)
5. План мероприятий по реализации в 2021-2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 № 2945-р)
6. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»
7. Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
8. Приказ Министерств просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»
9. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"
10. Стратегия социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Самарской области от 12.07.2017 № 441)

11. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»)
12. Письмо Министерства образования и науки Самарской области от 30.03.2020 № МО-16-09-01/434-ТУ (с «Методическими рекомендациями по подготовке дополнительных общеобразовательных программ к прохождению процедуры экспертизы (добровольной сертификации) для последующего включения в реестр образовательных программ, включенных в систему ПФДО»)

1.1 Направленность и уровень программы

Программа «Азбука танца» художественной направленности. Уровень программы – базовый.

1.2 Актуальность программы. Новизна. Педагогическая целесообразность

В последнее время заметна тенденция возросшего интереса к танцевальной культуре. Танцевальное искусство в современное время становится одним из самых действенных факторов формирования гармонически развитой, духовно богатой личности.

Благодаря систематическому хореографическому образованию и воспитанию учащиеся приобретают общую эстетическую и танцевальную культуру, а развитие танцевальных и музыкальных способностей помогает более тонкому восприятию профессионального хореографического искусства. Актуальность программы заключается в том, что на современном этапе развития общества она отвечает запросам учащихся и родителей, оказывает комплексное обучающее, развивающее, воспитательное и здоровье сберегающее воздействие, способствует формированию эстетических и нравственных качеств личности, приобщает учащихся к творчеству. Движение и музыка, одновременно влияя на учащегося, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Учащийся познает многообразие танца: классического, народного, современного и др. Хореография воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, она развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Программа вводит детей в большой и удивительный мир хореографии, посредством игры знакомит с некоторыми жанрами, видами, стилями танцев. Помогает им влиться в огромный мир музыки - от классики до современных стилей, и попытаться проявить себя посредством пластики близкой детям. Путем танцевальной импровизации под понравившуюся музыку у детей развивается способности к самостоятельному творческому самовыражению. Формируется умение передать услышанный музыкальный образ в рисунке, пластике.

Новизна программы состоит в том, что в ней учтены и адаптированы к возможностям детей в возрасте 6-10 лет основные направления танца и пластики, включающие: гимнастику, элементы классического, народно-сценический и современный танцев, что позволяет ознакомить детей со многими танцевальными стилями и направлениями. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента детей, а также на развитие их сценической культуры.

Педагогическая целесообразность обусловлена важностью художественного образования, использования познавательных и воспитательных возможностей хореографических занятий, формирующих у обучающихся творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус, нравственность. Также педагогическая целесообразность программы объясняется основными принципами, на которых

основывается вся программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия. Программный материал нацелен на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.).

Данная программа направлена на решение педагогических и воспитательных задач, соответствующих приоритетным направлениям социально-экономическому и социально-культурному развитию Самарской области.

1.3 Цель и задачи программы

Цель программы: Содействовать всестороннему развитию детей (формирование знаний, умений, навыков, способностей и качеств личности) средствами музыки и танца.

Задачи:

Обучающие (предметные):

- научить ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки;
- обучить элементарным двигательным навыкам, добиваясь простоты, естественности и выразительности исполнения танцевальных движений;
- сформировать первоначальные хореографические навыки; -научить различать направления хореографического искусства (классический танец, народно-сценический танец, эстрадный и детский танцы);
- умение слышать в движении метр (сильную долю такта), простейший ритмический рисунок, менять движения в соответствии с двух- и трехчастной формой, и музыкальными фразами;
- сформировать знания о здоровом образе жизни.

Развивающие:

- развивать творческие способности воспитанников;
- развивать двигательные качества и умения: гибкость, пластичность, ловкость,
- координацию движений, силу, выносливость;
- развивать танцевальные способности;
- развивать потребности самовыражения в движении под музыку;
- способствовать укреплению здоровья детей;
- способствовать развитию опорно-двигательного аппарата: формировать правильную осанку; содействовать профилактике плоскостопия; содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания;
- формировать творческие способности: воображение и фантазию;
- содействовать формированию нравственно- коммуникативных качеств личности: умения сопереживать другим, чувства такта и культурного поведения.

1.4 Возраст детей

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа рассчитана на детей дошкольного, младшего и среднего школьного возраста.

1.5 Срок реализации программы - программа рассчитана на полную реализацию в течение двух лет. Объем программы: 144 часа – в год. Итого 288 часов полного обучения.

1.6 Формы организации деятельности и режим занятий.

По количеству учащихся программой предусматривается групповая форма обучения.

Продолжительность занятий - два академических часа, разделенных десятиминутными перерывами для отдыха детей.

1.7 Ожидаемый результат

Личностные результаты, отражающие отношение к учебной деятельности и к социальным ценностям	Метапредметный результат, регулятивные, познавательные, коммуникативные УУД	Предметные результаты, отражающие опыт решения проблем и творческой деятельности в рамках конкретного предмета
<p>- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;</p> <p>- осознанный выбор вида деятельности;</p> <p>- выражение положительного отношения к процессу познания: проявление внимания, удивления, желания больше узнать;</p> <p>- способность адекватную самооценку и корректную оценку качества выполнения работ другими людьми;</p> <p>- овладение навыками сотрудничества со взрослыми и сверстниками; - формирование эстетических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимание и сопереживание чувствами других людей;</p> <p>- проявление дисциплинированности, внимательности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;</p> <p>развитие художественно-эстетического вкуса, проявляющееся в эмоционально-ценностном отношении к искусству;</p> <p>- реализация творческого потенциала в процессе коллективного (или индивидуального) исполнения танцевальных образов;</p> <p>- позитивная самооценка своих танцевальных и творческих способностей</p>	<p><u>Регулятивные</u></p> <p>Обучающиеся научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принимать и выполнять поставленную задачу; - удерживать цель деятельности до получения её результата; - планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; - анализировать эмоциональные состояния, полученные от успешной (неуспешной) деятельности, оценивать их влияние на настроение человека; - оценивать результаты деятельности (чужой, своей); оценивать уровень владения тем или иным учебным действием (отвечать на вопрос «что я не знаю и не умею?») - в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи; <p><u>Познавательные</u></p> <p>Обучающиеся научатся: - выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;</p> <ul style="list-style-type: none"> - научатся дифференцировать работу различных групп мышц, владеть навыками по различным видам передвижений по залу - приобретут определенный «запас» выразительных движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях; научатся воплощать образы посредством пластики, элементов актерской игры, импровизации, пантомимы; - научиться находить, 	<p>Обучающиеся научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - соблюдать правила поведения в объединении, правила техники безопасности - формировать знания о роли хореографии для укрепления здоровья (физического, социального и психического), о положительном влиянии танца на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о хореографии и здоровье как факторах успешной учебы и социализации; - находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; - планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств хореографии; - подготавливаться к участию в смотрах-конкурсах, фестивалях; - подготавливать собственные комплексы и показательные выступления на базе изученных элементов; - осуществлять объективную оценку выступлений своих сверстников; - оценивать результаты собственного труда, искать возможности и способы их улучшения; - находить отличительные особенности в техническом выполнении упражнений разными обучающимися; - понимать сущность

	<p>анализировать ошибки и исправлять их. -накапливать представления о ритме, синхронном движении. - наблюдать за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности</p> <p><u>Коммуникативные</u> Обучающиеся научатся: - сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении различных музыкально-творческих задач, принимать на себя ответственность за результаты своих действий. - допускать возможность существования у людей различных точек зрения, не совпадающих с его собственной; - формулировать собственное мнение и позицию.</p>	<p>выбранной дополнительной программы обучения, проявлять к процессу изучения танцевальных техник, устойчивый интерес; -работать в коллективе и команде; -воспринимать развитие музыкальных образов и выражать их в движениях, согласовывать с характером музыки; -определять музыкальные жанры. - технически правильно выполнять двигательные движения; -усвоить правильную постановку корпуса, владением центром тяжести тела, ориентироваться в пространстве, - выполнять танцевальные комбинации; - соотносить темп движений с темпом музыкального произведения.</p>
--	--	--

2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ

1 год обучения				
№ п/п	Наименование модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Учебно-тренировочная работа	72	12	60
2	Классический танец	24	8	16
3	Народный танец	24	8	16
4	Современный танец	24	6	18
	Итого	144	34	110
2 год обучения				
№ п/п	Наименование модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Учебно-тренировочная работа	36	7	29
2	Классический танец	24	4	20
3	Народный танец	36	6	30
4	Современный танец	48	10	38
	Итого	144	27	117

3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1 год обучения

3.1. Модуль № 1 «Учебно-тренировочная работа»

Данный модуль начинается со вступительной беседы, в которой раскрываются цели

и задачи программы, определяются основные правила этики, безопасности и гигиены.

Цель модуля: включить все тело в активное движение, разогреть мышцы, повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.

Задачи:

-изучить основные танцевальные ходы, танцевальный бег, основные танцевальные упражнения.

-совершенствование ритмичности (умения создавать, выявлять и воспринимать ритм).

-практическое освоение понятия «мелодия и движение».

-изучить правила выполнения упражнений, последовательность, образное восприятие всех выполняемых движений, которые вырабатывают гибкость, выворотность, растяжку.

Ожидаемые результаты

Знать:

1.Правила поведения в объединении, правила техники безопасности;

2. Главную цель работы в объединении;

3. Название основных музыкально-ритмических движений и их элементов;

4. Иметь представление о двигательных функциях отдельных частей тела (головы, плеч, рук, ног, корпуса);

5.Терминологию партерного экзерсиса;

Уметь:

1.Взаимосвязывать движения, ритм и музыку;

2.Правильно выполнять различные виды шага и бега;

3. Исполнять упражнения партерного экзерсиса

Учебно-тематический план модуля № 1 «Учебно-тренировочная работа»

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Развитие «мышечного чувства»	6	2	4	Наблюдение. Практический показ.
2	Партерный экзерсис.	36	6	30	Наблюдение. Практический показ.
3	Музыкально-ритмические упражнения	24	4	20	Наблюдение. Практический показ.
4	Обобщение и закрепление пройденного материала.	6		6	Наблюдение. Практический показ.
	ИТОГО:	72	12	60	

Содержание модуля № 1 «Учебно-тренировочная работа»

Тема 1: Развитие «мышечного чувства».

-движения для головы;

-движения плеч;

-движения корпуса;

-подготовка к прыжкам: «пружинка», полуприседание и подъём на полупальцы.

-поднимание согнутой в колене ноги.

Тема 2: Партерный экзерсис.

-упражнения для стоп (натяжение и сокращение стоп одновременное и попеременное, круговое движение);

- наклоны корпуса к ногам (ноги вместе, стопы вывернуты, стопы сокращены, ноги в положении «лотос», колени на полу);
- упражнения из положения «лёжа на спине» (броски поочередно и вместе двумя ногами, «разножка», «велосипед», «плуг»);
- упражнения в положении «лёжа на животе» (поднимание ног вместе и поочередно, поднимание плеч, «лодочка», «пловец», «коробочка», «фонарик»);
- упражнения для развития выворотности («бабочка», «лягушка»);
- упражнения на развитие шага.

Тема 3: Музыкально-ритмические упражнения.

- упражнение на повторение ритмического рисунка;
- упражнения на определение сильной доли такта, с постепенным увеличением темпа;
- упражнение: тактирование на $\frac{3}{4}$, с акцентами.

Тема 4: Обобщение и закрепление пройденного материала. Повторение и отработка ранее изученных упражнений. Оработка техники исполнения.

3.2. Модуль № 2 «Классический танец»

Реализация данного модуля направлена на формирование интереса к танцевальному искусству через знакомство с классическим танцем, а также знакомство с простыми элементами классического танца, развитие физических и творческих способностей детей.

Цель модуля: Формировать танцевальные способности детей средствами классического танца.

Задачи.

- сформировать первоначальное представление о классическом танце;
- знакомить с простыми элементами классического танца;
- развивать внимательное отношение к исполнению танцевальных движений;
- развивать устойчивость (апломб) и координацию движений;
- разучивать элементы экзерсиса классического танца у станка и на середине.

Ожидаемые результаты:

Знать:

1. Правила постановки корпуса;
2. Положения и позиции рук;
3. Позиции ног;
4. Методику исполнения движений классического танца.

Уметь:

- 1.Методично выполнять движения классического экзерсиса.
2. Держать апломб при выполнении упражнений классического танца.

Учебно-тематический план модуля № 2 «Классический танец»

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Постановка корпуса. Изучение позиций рук, ног.	4	2	2	Наблюдение. Практический показ.
2	Экзерсис у станка.	8	4	4	Наблюдение. Практический показ.
3	Экзерсис на середине зала.	4	2	2	Наблюдение. Практический показ.
4	Обобщение и	8		8	Наблюдение.

	закрепление пройденного материала.				Практический показ.
	ИТОГО:	24	8	16	

Содержание модуля № 2 «Классический танец»

Тема 1: Постановка корпуса. Изучение позиций рук, ног

Работа над постановкой корпуса. Изучение позиций рук, ног классического танца.

Тема 2: Экзерсис у станка: Plie, Battement tendu, Battement tendu jete, Rond de jambe par terre.

Тема 3: Экзерсис на середине зала: Plie, Battement tendu, Battement tendu jete, маленькие прыжки.

Тема 4: Обобщение и закрепление пройденного материала. Повторение и отработка ранее изученных упражнений. Отработка техники исполнения.

3.3. Модуль № 3 «Народный танец»

Модуль предусматривает знакомство с культурой, бытом и нравами русского народа, с историей возникновения русского народного танца, прослушивание русских народных мелодий разных по темпу и характеру звучания, освоения основных элементов русского народного танца и элементов народно-сценического экзерсиса, изучения основных танцевальных рисунков- фигур.

Цель модуля: Формировать танцевальные способности детей средствами народного танца.

Задачи.

- сформировать первоначальное представление о народном танце;
- знакомить с простыми элементами народного танца;
- развитие коммуникативных способностей и разносторонних качеств личности обучающихся путём приобщения их к культурному наследию своей страны;
- развитие танцевальной координации;
- обучение выразительному и эмоциональному исполнению в танцевальной практике.

Ожидаемые результаты:

Знать:

1. Знать правила постановки корпуса;
2. Положения и позиции рук в народном танце;
3. Позиции ног;
4. Методику исполнения движений народного танца.

Уметь:

1. Методично выполнять движения народного экзерсиса.
2. Выполнять упражнения в характере русского танца.
3. Координировать движения рук и ног при выполнении элементов народного танца.

Учебно-тематический план модуля № 3 «Народный танец»

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Постановка корпуса. Изучение позиций рук, ног.	6	2	4	Наблюдение. Практический показ.
2	Экзерсис у станка.	6	2	4	Наблюдение. Практический показ.
3	Экзерсис на середине зала.	8	2	6	Наблюдение. Практический

					показ.
4	Обобщение и закрепление пройденного материала.	4		4	Наблюдение. Практический показ.
	ИТОГО:	24	6	18	

Содержание модуля № 3 «Народный танец»

Тема 1: 1 Работа над постановкой корпуса. Изучение позиций и положений рук, ног народного танца.

Тема 2: Экзерсис у станка:

- приседание по I, II позициям;
- упражнения с напряженной стопой;
- маленькие броски;
- подготовка к «веревочке»;
- большие броски в сторону на 90°

Тема 3: Экзерсис на середине зала включает в себя: танцевальные ходы (переменный, боковой, припадание), дроби (одинарные, двойные, 1ключ, дроби на месте). За основу взяты движения русского народного танца. На основе изученных движений, элементов постепенно выстраиваются танцевальные комбинации.

Тема 4: Обобщение и закрепление пройденного материала. Повторение и отработка ранее изученных упражнений. Отработка техники исполнения.

3.4. Модуль № 4 «Современный танец»

Целью данного модуля является формирование танцевальной культуры личности учащихся посредством техники исполнения современного танца.

Задачи:

- познакомить детей с историей возникновения и развития современного танца.
- сформировать понятийный аппарат в области современной хореографии (основные понятия, термины).
- сформировать основные навыки и умения в области современной хореографии.
- сформировать навыки правильного выразительного исполнения движений.
- развивать двигательные навыки и умения, чувство темпа и ритма, хореографическую и логическую память, внимание, координацию, пространственное и творческое мышление, танцевальные данные (сила мышц, выносливость, выворотность, пластичность, устойчивость, прыжок, шаг).
- развивать у детей интерес к современному танцу.

Ожидаемые результаты:

Знать:

1. Знать правила постановки корпуса.
2. Положения и позиции рук в танце модерн и джаз танце;
3. Позиции ног;
4. Методику исполнения движений в технике джазового танца и танца модерн

Уметь:

1. Методично выполнять движения современного танца в партере, в продвижении, в пространстве.
2. Импровизировать, сохраняя постоянную точку контакта с партнером.
3. Координировать движения рук и ног при выполнении элементов джаз танца.

Учебно-тематический план модуля № 4 «Современный танец»

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Постановка корпуса. Изучение позиций и положений рук, ног в джаз- модерне.	4	2	2	Наблюдение. Практический показ.
2	Основные техники джазового танца и танца модерн	6	2	4	Наблюдение. Практический показ.
3	Контактная импровизация	2		2	Наблюдение. Практический показ.
4	Партнерные перекаты (транзишен)	4	1	3	Наблюдение. Практический показ.
5	Кроссовые упражнения	4	1	3	Наблюдение. Практический показ.
6	Обобщение и закрепление пройденного материала.	4		4	Наблюдение. Практический показ.
ИТОГО:		24	6	18	

Содержание модуля № 4 «Современный танец»

Тема 1: Работа над постановкой корпуса. Изучение позиций и положений рук, ног танца джаз- модерн.

Тема 2: Основные техники джазового танца и танца модерн: наклоны торса:

- изгибы торса (Curve Arch, Twist торса, Roll down и roll up);
- спирали (body roll ("волна»);
- contraction, release (high release, tilt, lay out);
- наклоны торса (Flat back, Deep body bend).

Тема 3: Контактная импровизация. Понятие «точка контакта». Упражнение на передвижение в пространстве с сохранением постоянной точки контакта с партнером. Упражнение «Зеркало».

Тема 4: Изучение техники исполнения движений партера

- Перекаты из положения: сидя в группировки, через «лягушку», через поперечный шпагат (поза ученика)
- Поза «зародыша»
- Прямые повороты на полу

Тема 5: Кросс: передвижение в пространстве.

- комбинации прыжков, исполняемых по диагонали; с 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 выворотные.

Тема 6: Обобщение и закрепление пройденного материала. Составление танцевальных комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации.

2 год обучения

3.5. Модуль № 1 «Учебно-тренировочная работа»

Повторение ранее изученных движений. Изучение движений, способствующих развитию «мышечного чувства».

Цель модуля: включить все тело в активное движение, разогреть мышцы, повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.

Задачи:

-совершенствование навыков выполнения ранее изученных танцевальных ходов, танцевального бега, основных танцевальных. Сочетание движений. Упражнений.

-совершенствование ритмичности (умения создавать, выявлять и воспринимать ритм).

- изучить правила выполнения упражнений для усиленной растяжки гибкости, выворотности, шага.

Ожидаемые результаты

Знать:

3. Название основных музыкально-ритмических движений и их элементов;

4. Иметь представление о двигательных функциях отдельных частей тела (головы, плеч, рук, ног, корпуса);

5. Терминологию партерного экзерсиса;

Уметь:

1. Взаимосвязывать движения, ритм и музыку;

2. Правильно выполнять различные виды шага и бега, уметь их комбинировать.

3. Исполнять упражнения партерного экзерсиса.

Учебно-тематический план модуля № 1 «Учебно-тренировочная работа»

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Развитие «мышечного чувства»	4	1	3	Наблюдение. Практический показ.
2	Партерный экзерсис.	20	4	16	Наблюдение. Практический показ.
3	Музыкально-ритмические упражнения	8	2	6	Наблюдение. Практический показ.
4	Обобщение и закрепление пройденного материала.	4		4	Наблюдение. Практический показ.
	ИТОГО:	36	7	29	

Содержание модуля № 1 «Учебно-тренировочная работа»

Тема 1: Развитие «мышечного чувства»

-движения для головы;

-движения плеч;

-движения корпуса;

-подготовка к прыжкам: «пружинка», полуприседание и подъём на полу пальцы.

-поднимание согнутой в колене ноги;

- расслабление мышц плечевого пояса;

- движения для тазобедренного сустава;

- круговые движения рук (в кистях, локтях, от плеча).

Тема 2: Партерный экзерсис.

- упражнения для стоп (натяжение и сокращение стоп одновременное и попеременное, круговое движение);
- наклоны корпуса к ногам (ноги вместе, стопы вывернуты, стопы сокращены, ноги в положении «лотос», колени на полу);
- упражнения из положения «лёжа на спине» (броски поочерёдно и вместе двумя ногами, «разножка», «велосипед», «плуг»);
- упражнения в положении «лёжа на животе» (поднимание ног вместе и поочерёдно, поднимание плеч, «лодочка», «пловец», «коробочка», «фонарик»);
- упражнения для развития выворотности («бабочка», «лягушка»);
- упражнения на развитие шага;
- упражнения на развитие гибкости спины («браслет», «мостик»)
- упражнений лёжа на животе («окошечко», «змейка»)

Тема 3: Музыкально-ритмические упражнения. Выполнение танцевальных шагов, (сочетание шагов с хлопками и др. движениями) по одному, в паре под различных муз. сопровождение(2/4,3/4,4/4).

Тема 4: Обобщение и закрепление пройденного материала.

3.6. Модуль № 2 «Классический танец»

Реализация данного модуля направлена на совершенствовании ранее изученных движений классического танца, а также знакомство с более сложными элементами классического танца, развитие физических и творческих способностей детей.

Цель модуля: Совершенствование танцевальных способностей детей средствами классического танца.

Задачи.

- совершенствование ранее изученных простых элементов классического танца;
- развивать внимательное отношение к исполнению танцевальных движений;
- развивать устойчивость (апломб) и координацию движений;
- разучивать элементы экзерсиса классического танца у станка и на середине.

Ожидаемые результаты:

Знать:

- 1.Методику исполнения экзерсиса у станка и на середине зала.
2. Сочетание движений экзерсиса.

Уметь:

- 1.Методично выполнять движения классического экзерсиса.
2. Держать апломб при выполнении более сложных упражнений классического танца.

Учебно-тематический план модуля № 2 «Классический танец»

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Экзерсис у станка.	10	2	8	Наблюдение. Практический показ.
2	Экзерсис на середине зала.	8	2	6	Наблюдение. Практический показ.
3	Обобщение и закрепление пройденного материала.	6		6	Наблюдение. Практический показ.

	ИТОГО:	24	4	20	
--	---------------	----	---	----	--

Содержание модуля № 2 «Классический танец»

Тема 1: Экзерсис у станка. Grand battement jete. Положение surle cou de pied, Battement frappe в сторону, в пол, Battement fondu в сторону, Releve lent

Тема 2: Экзерсис на середине зала. Rond de jambe par terre, Grand battement jete. , маленькие прыжки, por de bras для рук.

Тема 3: Обобщение и закрепление пройденного материала.

Модуль № 3 «Народный танец»

Цель модуля: Совершенствовать танцевальные способности детей средствами народного танца.

Задачи.

- изучение технически сложных движений экзерсиса народного танца.
- развитие танцевальной координации;
- обучение выразительному и эмоциональному исполнению в танцевальной практике.

Ожидаемые результаты:

Знать:

1. Методику исполнения экзерсиса у станка и на середине зала.
2. Сочетание движений экзерсиса.
3. Методику выполнения техники вращения

Уметь:

1. Методично выполнять движения народного экзерсиса.
2. Выполнять упражнения в характере русского танца.
3. Координировать движения рук и ног при выполнении элементов народного танца.
4. Комбинировать ранее изученные движения.

Учебно-тематический план модуля № 3 Народный танец»

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Экзерсис у станка.	14	2	12	Наблюдение. Практический показ.
2	Экзерсис на середине зала. Техника вращения.	16	4	12	Наблюдение. Практический показ.
3	Обобщение и закрепление пройденного материала	6		6	Наблюдение. Практический показ.
	ИТОГО:	36	6	30	

Содержание модуля № 3 «Народный танец»

Тема 1: Экзерсис у станка:

- повторение пройденного материала.
- приседание по V позиции;
- раскрывание ноги на 90°
- большие броски на 90° крестом.

Тема 2 Экзерсис на середине зала.

- повторение пройденного материала;
- дроби (ключи, дроби на месте и с продвижением);

- вращения на середине зала;
- подготовка к «каблучному»;
- танцевальные комбинации, на основе изученных движений.

Тема 3: Обобщение и закрепление пройденного материала

Модуль № 4 «Современный танец»

Цель модуля: совершенствование танцевальной культуры личности учащихся посредством техники исполнения современного танца.

Задачи:

- познакомить детей с изоляцией центров в современном танце.
- формировать понятийный аппарат в области современной хореографии.
- формировать основные навыки и умения в области современной хореографии.
- формировать навыки правильного выразительного исполнения движений.
- развивать двигательные навыки и умения, чувство темпа и ритма, хореографическую и логическую память, внимание, координацию, пространственное и творческое мышление, танцевальные данные.
- развивать у детей интерес к современному танцу.

Ожидаемые результаты:

Знать:

1. Упражнения на contraction и release, спирали и твисты торса.
2. Основные уровни современного танца.
3. Развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней.
4. Методику исполнения движений в технике джазового танца и танца модерн

Уметь:

- 1.Методично выполнять движения современного танца в партере, в продвижении, в пространстве.
2. Импровизировать, сохраняя постоянную точку контакта с партнером, в пространстве.
- 3.Комбинировать техник движения современного танца.
- 4 Изолировать различные центры.

Учебно-тематический план модуля № 4 «Современный танец»

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Основные техники джазового танца и танца модерн	4	2	2	Наблюдение. Практический показ.
2	Изоляция	8	2	6	Наблюдение. Практический показ.
3	Партерные перекаты	8	2	6	Наблюдение. Практический показ.
4	Кроссовые упражнения	8	2	6	Наблюдение. Практический показ.

5	Контактная импровизация	10	2	8	Наблюдение. Практический показ.
6	Обобщение и закрепление пройденного материала.	10		10	Наблюдение. Практический показ.
	ИТОГО	48	10	38	

Содержание модуля № 4 «Современный танец».

Тема 1: Основные техники джазового танца и танца модерн. Повторение пройденного материала. Используются основные уровни: стоя, сидя на корточках, стоя на коленях, сидя и лежа. в партере - упражнения стрэтч-характера, т. е. растяжки. В уровнях "сидя" и "лежа" достаточно много упражнений на contraction и release, спирали и твисты торса.

Тема 2: Изоляция.

-положение коллапса;

-изолированная работа головы, плеч, рук, стоп, бедер, ног в положении стоя;

-изоляция каждого центра. все движения изучаются в "чистом" виде;

-соединение движений одного центра в простейшие комбинации: крест, квадрат, круг, полукруг.

Тема 3: Партерные перекаты. Повторение пройденного материала.

- перекаты, с переходом в основные уровни;

- подготовительные упражнения к

перекату через одно плечо;

- перекаты через .

Тема 4: Кроссовые упражнения. Развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней, различных способов вращений и прыжков;

-броски ног в различные направления с наклоном корпуса в противоположную сторону;

-переходы из параллельных позиций ног в выворотные;

- прыжки в сочетании с бегом.

Тема 5: Контактная импровизация. Упражнение «Пазлы» Упражнение «Плот» (поиск партнера). Упражнения в паре с контактной импровизацией. Упражнения на освоение пространства.

Тема 6: Обобщение и закрепление пройденного материала. Составление танцевальных комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Виды оценки результатов, обучающихся: контроль - входной, промежуточный, итоговый.

Способы определения результативности. Методами отслеживания результативности служит педагогическое наблюдение, выполнение обучающимися диагностических заданий, опросы, зачеты, участие в мероприятиях (концертах), активность обучающихся на занятиях и т.д.

Требования к личностному результату.

1) готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к обучению и познанию;

2) сформированность художественно-эстетического вкуса, проявляющееся в эмоционально-ценностном отношении к искусству;

3) Владение терминологией и знание основных правил исполнения движений, изучаемых по программе

- 4) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 5) овладение практическими умениями и навыками в восприятии, анализе и оценке произведений искусства;

Формы подведения итогов. За период обучения, учащиеся получают определенный объем знаний, умений и навыков, качество которых проверяется два раза в год.

В процессе изучения курса дети знакомятся с основами танцевального искусства, осваивают репертуар, показывают свое мастерство на праздниках и концертах. Ежегодно в танцевальном объединении проводится творческий отчет о работе педагога и детей, проделанной за весь учебный год. Отчет проводится в форме концерта для родителей.

Педагог поводит итог всей учебно-воспитательной работы, делает анализ творческих достижений детей. Работы детей, соответствующие основным требованиям, участвуют в конкурсах, фестивалях различных уровней.

На протяжении всего процесса обучения дети учатся правильно анализировать и оценивать свою работу, их оценочная деятельность предусматривает следующие этапы:

- оценка педагога;
- совместная оценка учащегося и педагога;
- самооценка;

Продуктивные формы: выступления на праздниках;

Документальные формы: дневники и портфолио достижений каждого обучающегося.

5. РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.

5.1 Методическое обеспечение программы, дидактические материала:

- фонотека произведений классической, современной и народной музыки, звуков природы (шум дождя, пение птиц, морской прибой, колокольной музыки);
- фото, изображения национальных народных костюмов, атрибутов, используемых в танце.

5.2 Материально-техническое обеспечение программы:

- 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).

6. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Алексеева О.И. Народная хореография как составная компонента музыкального фольклорного наследия. // Наука. Искусство. Культура. 2014. № 3.
2. Александрова, Н.А. Классический танец для начинающих: Учебное пособие / Н.А. Александрова, Е. А Малашевская. - СПб.: Планета музыки, 2014.
3. Амелина, М.Н. Классический танец в системе дополнительного образования / М.Н. Амелина, В.Н. Карпенко, И.А. Карпенко. - М.: Русайнс, 2018.
4. Меднис, Н.В. Введение в классический танец: Учебное пособие, стер / Н.В. Меднис, С.Г. Ткаченко. - СПб.: Лань, 2016
5. Звездочкин, В.А. Классический танец / В.А. Звездочкин. - СПб.: Планета музыки, 2011
6. Бачинин, В. Введение в классический танец / В. Бачинин, Ю. Сандулов. - СПб.: Планета Музыки, 2016.

7. Курников Д.В. Современная хореография как средство саморазвития личности. // Вестник новосибирского государственного педагогического университета. 2012. № 2. Том 6
8. Цорн А.Я. Грамматика танцевального искусства и хореографии. 2-е изд., испр. – СПб.: Издательство «Планета музыки»; Издательство «Лань», 2011.
9. Матвеев, В. Ф. Русский народный танец. Теория и методика преподавания. (Учебники для вузов. Специальная литература) – СПб: Планета музыки, Лань, 2010.
10. Богданов Г.Ф. Сказ о русском традиционном хореографическом фольклоре. Методическое пособие. – М.: ВЦХТ («Я вхожу в мир искусств»), 2012.
11. Зыков, А. И. Современный танец. Учебное пособие для студентов театральных вузов : учебное пособие / А. И. Зыков. — 4-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Планета музыки, 2018.
12. Никитин, В. Ю. Мастерство хореографа в современном танце : учебное пособие / В. Ю. Никитин. — 5-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Планета музыки, 2019.
13. Александрова, Н. А. Джаз-танец. Пособие для начинающих : учебное пособие / Н. А. Александрова, Н. В. Макарова. — Санкт-Петербург : Планета музыки, 2015.
14. Александрова, Н. А. Танец модерн. Пособие для начинающих / Н. А. Александрова, В. А. Голубева. — 4-е, стер. — Санкт-Петербург : Планета музыки, 2020
15. Палилей, А.В. Русский народный танец : учебно-методическое пособие / А.В. Палилей ; Министерство культуры Российской Федерации, Кемеровский государственный институт культуры, Институт музыки, Кафедра народного хорового пения. – Кемерово : Кемеровский государственный институт культуры (КемГИК), 2016.
16. Стуколкина, Н. М. Четыре экзерсиса. Уроки характерного танца : учеб. пособ. / Н. М. Стуколкина. - СПб. : Лань; Планета музыки, 2017.