

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
администрации муниципального образования
«Нестеровский муниципальный округ Калининградской области»
Муниципальное автономное учреждение
Замковская средняя общеобразовательная школа

Принята на заседании
педагогического совета
от «28» мая 2024г.
Приказ № 80

Утверждаю:
Директор школы
 М.П. Лысенкова
«28» мая 2024г.


**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа художественной направленности
«Экспромт. Современный танец»**

Возраст учащихся: 7-16 лет
Срок реализации программы: 2 года

Автор программы: социальный педагог
Фур Светлана Владимировна,
п.Ясная Поляна

п.Ясная Поляна 2024г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Описание предмета, дисциплины которому посвящена программа

Музыкальное и хореографическое искусство являются незаменимыми средствами эстетического воспитания, художественного развития, способного глубоко воздействовать на духовный мир ребенка. В воспитании детей танец занимает особое место. Одна из основных целей его – разнообразных эмоций и чувств, являющихся важнейшим условием развития личности. Программа призвана обеспечить освоение учащимися базовых основ хореографии, а также приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и физического здоровья. Получение общего эстетического, морального и физического развития.

Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа

Раскрытие ведущих идей программы заключается в том, что она основывается на постепенном развитии природных способностей детей, строгой последовательности в овладении лексикой танцевального искусства, техническими приемами, систематичностью и регулярностью занятий, целенаправленностью учебного процесса. Программа рассчитана на обучение детей основам хореографии, постановку и исполнение концертных номеров, приобретение танцевальных навыков. Занятия по данной программе приобщают детей к пониманию искусства танца и знакомят с богатейшей художественной культурой прошлого и настоящего России.

Описание ключевых понятий, которыми оперирует автор программы

Ключевые понятия:

Хореография - культура движений, искусство красиво преподнести себя в танце.

Танец – ритмичное движение тела, которое производится, как правило, под музыку в пределах ограниченного пространства, с целью выражения идеи.

Игра - многогранное понятие. Она означает занятия, отдых, развлечение, забаву, потеху, утеху, соревнование, упражнение, тренинг, в процессе которых воспитательные требования взрослых к детям становятся их требованиями к самим себе, значит, активным средством воспитания и самовоспитания.

Общение – это процесс обмена информацией и взаимодействия между людьми, основанный на восприятии и понимании друг друга.

Направленность программы

Дополнительная общеразвивающая программа « Экспромт. Современный танец» имеет художественную направленность.

Уровень освоения программы – базовый

Актуальность образовательной программы

В настоящее время происходит подъем интереса детей и подростков к современному танцу. В данном виде искусства лаконично соединены в одно целое многообразие танцевальных стилей и элементы сценических трюков.

Программа «Современный танец» дает возможность подросткам совершенствовать уровень исполнения современных танцев, создает условия для творческой самореализации через пластику, дальнейшего личностного, творческого, культурного и профессионального самоопределения обучающихся, всестороннего развития личности.

Танец является неотъемлемой частью пластической культуры человека. Он повышает эмоциональное и физическое здоровье, помогает раскрыть внутренний мир, сформировать в подростках уверенность в себе, упорство, трудолюбие, помогает оценить красоту музыки и движения.

Современная хореография предъявляет высокие требования не только к технике выполнения сложнейших элементов, но и к умению донести образ, характер композиции, гармонию движения тела, предмета и музыки. Это требует от исполнителя владения всеми средствами выразительности, навыками сценического движения, актерского мастерства.

Программа «Современный танец» неразрывно связана и является продолжением программы базового уровня обучения «Школа хореографического искусства «Айседора»», логично дополняя и развивая его, направлена на расширение и углубление знаний, умений и навыков в области искусства современной хореографии, развитие творческих способностей, мотивации на дальнейший выбор пути своего профессионального развития.

Педагогическая целесообразность образовательной программы

Занятия современным танцем позволяют обучающимся овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных направлений, в значительной степени расширяют и обогащают их исполнительские возможности, формируя особые исполнительские качества и навыки. Так же занятия современным танцем закладывают основы нравственности, красоты, расширяют культурный кругозор. Способствуют гармоничному развитию подростков, развивают физическую силу, выносливость, ловкость, помогают подросткам снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе.

Современная хореография является действенным методом эстетического и физического воспитания. В процессе обучения подростки совершенствуют навыки музыкальности, пластичности, координации, актерского мастерства.

Реализация данной программы является конечным результатом, а также ступенью для перехода на другой уровень сложности.

Таким образом, образовательная программа рассчитана на создание образовательного маршрута каждого обучающегося. Обучающиеся, имеющие соответствующий необходимым требованиям уровень знаний, умений, навыков могут быть зачислены в программу углубленного уровня.

Практическая значимость образовательной программы

Практическая значимость программы заключается в обобщении методического материала на основе личного опыта работы с детьми при постановке различных танцевальных композиций: этюдов, танцевальных зарисовок, танцевальных миниатюр, которые могут быть использованы, педагогом дополнительного образования. В основу данной программы положен богатейший опыт великих мастеров танца, теоретиков, педагогов – практиков. Используется программа О. Усовой «Театр танца – развитие личности ребенка средствами хореографии». Учебно-методическое пособие «Лечебно-профилактический танец.» Ж. Фирилевой, Е. Сайкиной. Учебно-методическое пособие, Базарова Н. «Азбука классического танца,» Г. Настюков «Народный танец на самодеятельной сцене».

Принципы отбора содержания образовательной программы

Принципы отбора содержания (образовательный процесс построен с учетом уникальности и неповторимости каждого ребенка и направлен на максимальное развитие его способностей):

- принцип единства развития, обучения и воспитания;
- принцип систематичности и последовательности;
- принцип доступности;
- принцип наглядности;
- принцип взаимодействия и сотрудничества;
- принцип комплексного подхода.

Отличительные особенности программы

Отличительная особенность программы заключается в том, что она основывается на постепенном развитии природных способностей детей, строгой последовательности в овладении лексикой танцевального искусства, техническими приемами, систематичностью и регулярностью занятий, целенаправленностью учебного процесса.

Программа рассчитана на обучение детей основам хореографии, постановку и исполнение концертных номеров, приобретение танцевальных навыков. Занятия по данной программе приобщают детей к пониманию искусства танца и знакомят с богатейшей художественной культурой прошлого и настоящего России.

Реализация программы способствует формированию у обучающихся гармонии в различных сферах отношений:

- отношение к своему телу (принимая образ собственного тела) и со своим телом (совершенствую свое тело, двигательные возможности организма);
- отношение к культуре (знакомство с классической и современно культурой через танец, выстраивание собственных эстетических пристрастий), отношение с культурой (формирование собственного стиля функционирования в танцевальной культуре);
- отношение к окружающим людям (обретение в коллективе друзей, субъективно значимых взрослых), отношения с окружающими людьми.

Цель образовательной программы:

изучить основы классического, народного и эстрадного танца, способствовать развитию творческих начал и духовной культуры личности посредством хореографического искусства.

Задачи образовательной программы:

Образовательные:

- научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, основам классического, народного и детского танца, музыкальной грамоте и основам актерского мастерства, научить детей вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;

- познакомить с разными жанрами хореографического искусства: классический танец, сценический танец, современный танец;

- овладеть знаниями, умениями, навыками танцевального искусства.

Развивающие:

- развитие музыкальных и физических данных детей, образного мышления, фантазии и памяти, формирование творческой активности и развитие интереса к танцевальному искусству;

- развивать музыкальные способности детей;

- распознать в ребёнке потенциальные возможности и помочь ему в их развитии;

- развивать творческие, индивидуальные способности духовного мира ребёнка.

Воспитательные:

- воспитание эстетически – нравственного восприятия детей и любви к прекрасному, трудолюбия, самостоятельности, аккуратности, целеустремленности в достижении поставленной цели, умение работать в коллективе и в паре.

- воспитать культурно-образовательную личность.

Психолого-педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предназначена для детей в возрасте 7- 16 лет. Набор детей в объединение – свободный.

Младший школьный возраст совпадает с периодом обучения ребенка в начальной школе. Этот период характеризуется дальнейшим физическим и психофизиологическим развитием ребенка, обеспечивающим ему систематическое обучение в школе. Психология младшего школьного возраста формируется под влиянием обучения. В итоге у детей развивается взаимосвязь обучения и развития; эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности.

Особенности организации образовательного процесса

В объединение принимаются обучающиеся, освоившие программу базового уровня или имеющие уровень специальных знаний, умений и навыков, соответствующий программе углубленного уровня.

Программа объединения предусматривает индивидуальные, групповые

формы работы с детьми. Состав групп для 1 года – 8-22 человек, 2 года – 8-22 человек. Во время приема обучающихся и формирования групп происходит первичная диагностика творческих способностей ребенка, его знаний, умений, навыков и хореографических данных.

Формы обучения по образовательной программе – очная с применением дистанционных технологий.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий.

Общее количество часов для 1 года – 216, 2 года – 216. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 40 минут, между занятиями установлены 5-минутные перемены. Недельная нагрузка на одну группу: 6 часов. Занятия проводятся 3 раза в неделю.

Объем и срок освоения образовательной программы – на полное освоение программы требуется 2 года., 432 часа

Основные методы обучения

Основное обучение программы – это органичное единство развитых природных сил, способностей восприятия, эмоционального переживания, воображения, мышления и художественно-эстетического образования. Главное – создание творческой увлечённости искусством, впечатления, развитие способностей, а также чёткое соблюдение техники безопасности, режима труда и отдыха.

Танец таит в себе огромное богатство для успешного художественно нравственного воспитания, он сочетает в себе не только эмоциональную сторону искусства, приносит радость, как исполнителю, так и зрителю. Трудолюбие, терпение, упорство в достижении результата, уверенности в себе, самостоятельность, открытость, помощь и взаимовыручка, общение друг с другом – ведущие моменты в процессе обучения.

В программе выделено: заинтересовать, увлечь, помочь детям реализовать их богатые потенциальные творческие возможности посредством искусства и культуры (хореография, пластика, музыка, история, литература).

Все занятия тесно взаимосвязаны, дополняют друг друга. Знания, умения и навыки приобретаются детьми на занятиях хореографией, находят широкое применение на других занятиях (межпредметные связи с музыкой, литературой, историей и др.). Умение красиво двигаться, танцевать, понимать и чувствовать музыку одновременно формирует и развивает эстетический вкус и

идеал. Создание эстетических ценностей по законам красоты в искусстве и вне него (в быту, труде, поведении, поступках), необходимых во многих профессиях.

Для выполнения поставленных задач в соответствии методологическими позициями программа преподавания хореографии предусматривает следующие виды занятий:

- обучающее занятие;
- тренировочное занятие;
- коллективно-творческое занятие;
- постановочно-композиционное занятие;
- контрольное занятие («контрольная точка» - осмысление, закрепление и применение знаний на практике);
- индивидуальное занятие;
- беседа по истории танца;
- музыкальное занятие (беседа о музыке, игры и т.п.);
- итоговое занятие;
- неформальное занятие (праздничные чаепития, посещение культурных мероприятий, досуг внутри коллектива)

Планируемые результаты

Образовательные результаты:

- научились владеть своим телом, обучены культуре движения, основам классического, народного и детского танца, музыкальной грамоте и основам актерского мастерства, научились вслушиваться в музыку, различать выразительные средства, согласовывать свои движения с музыкой;

- познакомились с разными жанрами хореографического искусства: классический танец, сценический танец, современный танец;

- овладели знаниями, умениями, навыками танцевального искусства.

Развивающие результаты:

- развиты музыкальные и физические данные детей, образного мышления, фантазии и памяти, сформирована творческая активность и развитие интереса к танцевальному искусству;

- развиваются музыкальные способности детей;

- распознаны в ребёнке потенциальные возможности и оказана помощь ему в их развитии;

- развиты творческие, индивидуальные способности духовного мира ребёнка.

Воспитательные результаты:

- воспитаны эстетически – нравственного восприятия детей и любви к прекрасному, трудолюбия, самостоятельности, аккуратности, целеустремленности в достижении поставленной цели, умение работать в коллективе и в паре.

- воспитана культурно-образовательная личность.

Механизм оценивания образовательных результатов.

Входной контроль осуществляется в начале учебного года и направлен на диагностику начального уровня детей. Для проверки результатов освоения общеобразовательной общеразвивающей программы предполагается промежуточная и итоговая аттестация обучающихся.

Цель аттестации – оценка успешности освоения обучающимися разделов программы. Промежуточный контроль осуществляется в течение года и позволяет выявлять уровень освоения разделов и тем общеразвивающей программы. Промежуточная аттестация обучающихся проводится в середине учебного года.

Формы подведения итогов реализации образовательной программы

Для выявления уровня усвоения содержания программы и своевременного внесения коррекции в образовательный процесс в конце календарного года проводится -открытое занятие концерт; -личные достижения. Итоговый контроль осуществляется в конце учебного года и направлен на выявление уровня освоения разделов программы за весь срок обучения.

Организационно-педагогические условия реализации образовательной программы

Качество реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы « Экспромт. Современный танец» обеспечивается за счет: - доступности, открытости, привлекательности для детей и их родителей (законных представителей) содержания программы; - наличия комфортной развивающей образовательной среды; - применения современных педагогических технологий.

Материально-технические условия. (обеспечение) –

- Класс хореографии -общей площадью не менее 60 кв.м.,
- оснащенный зеркалами;
- оборудованном станками ;
- компьютер;
- музыкальный центр;
- мультимедийное оборудование для изучения теоретического материала;
- сценические костюмы;
- игровой, -танцевальный реквизит.

Кабинет соответствует санитарным нормам СанПин.

Пространственно-предметная среда (станки, зеркала и др.)

Кадровое обеспечение реализации программы

Педагог дополнительного образования, реализующий данную программу, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, без предъявления требований к стажу работы.

Оценочные и методические обеспечение программы

Методика проведения занятий предусматривает теоретическую подачу материала (словесные методы) с демонстрацией визуального ряда, а также практическую деятельность, являющуюся основой, необходимой для закрепления информации в виде танцевальных композиций и выступление на общешкольных мероприятиях.

Педагогические технологии:

- личностные технологии: заключаются в ориентации на свойства личности, её формирования, развития в соответствии с природными способностями; в нахождении методов и средств обучения и воспитания, соответствующих индивидуальным особенностям каждого обучающегося;

- игровые технологии: реализуются по направлениям: цель ставится в форме игровой задачи; учебная деятельность подчиняется правилам игры; в учебную деятельность вводится элемент соревнования, который приводит дидактическую задачу в игровую; успешное выполнение дидактической задачи связывается с игровым результатом;

- инновационные интерактивные технологии обучения: основываются на психологии человеческих взаимоотношений, рассматриваются как способ усвоения знаний, формирования умений и навыков в процессе взаимодействия преподавателя и обучающегося; опираются на процессы восприятия, памяти, внимания, на творческое мышление, общение; обучающиеся учатся общаться друг с другом, мыслить творчески, решать профессиональные задачи.

Применяются следующие формы контроля:

- входной контроль: беседа, опрос, наблюдение;

- промежуточный контроль – диагностический срез, наблюдение, игровые конкурсы;

- итоговый контроль – отчетные концерты, конкурсы.

Качество реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы « Экспромт. Современный танец» обеспечивается за счет:

- доступности, открытости, привлекательности для детей и их родителей (законных представителей) содержания программы;

- наличия комфортной развивающей образовательной среды;

- применение современных педагогических технологий.

Методическое обеспечение

Методика работы с учащимися: беседа, рассказ, игра, метод погружения в образ, показ видеоматериалов, используется система развивающего обучения с направленностью на развитие творческих качеств личности.

Уровневая дифференциация образовательной программы

К базовому уровню относятся дополнительные общеразвивающие программы, которые предоставляются обучающимся в возрасте от 7 до 18 лет,

осваивающим программы начального общего, основного общего, среднего общего образования, программы среднего профессионального образования.

Содержание образовательной программы

2 года (432 часа, 6 часов в неделю)

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Первый год обучения (216 часов, 6 часов в неделю)

1. Раздел «Ведение в программу» (2 ч.).

Теория: знакомство с творческим объединением, режимом работы, основными видами деятельности по программе. Правила техники безопасности на занятиях.

Практика: игры на знакомство, коллективообразование: «Снежный ком», «Агенты 007», «Взаимные презентации», «Пересядьте те, кто...» и др.

2. Раздел «Танцевальная разминка» (16 ч.).

Теория: Техника исполнения. Последовательность построения.

Практика: Движения для разогрева позвоночника и суставов. На первом году комплекс разминки состоит из элементов танца джаз-модерн. Самостоятельное исполнение. Совершенствование техники исполнения движений.

3. Раздел «Классический танец» (45 ч.).

3.1. Passe.

Теория: понятие passe - пересечённый.

Практика: Passe исполняется в воздухе, то есть нога, отведённая в сторону (a la second), или другое положение, сгибается в колене в выворотном состоянии и располагается рядом с углублением в колене. Passe также берётся с приёма retire.

3.2. Battement developpe.

Теория: Battement developpe— разворачивающееся движение — развивает силу ног и выворотность тазобедренного сустава, необходимую для так называемого танцевального шага, вырабатывает изящество основных поз классического танца.

Практика: Battement developpe вперед. Battement developpe в сторону. Battement developpe назад.

3.3. Battement developpetombe

Теория: Battement developpetomb развивает более сложную координацию и является в известной степени подготовкой к большим прыжкам, в частности к grand jeté.

Практика: активно подтянутый корпус перед tombé, работающая нога, открытая по возможности выше, и приземление как можно дальше помогают исполнению перелета в больших прыжках. Тщательно изучить и отработать développé tombé, и только по усвоении его перейти к изучению développé tombé в позах croisée вперед и effacée назад.

3.4. Grand battementjete.

Теория: Grand battement jete— движение с большим броском — как и в

battement releve lent на 90°, развивает силу и легкость ног в танцевальном шаге.

Практика: Grandbattementjete вперед. Grandbattementjete в сторону. Grandbattementjete назад. Grandbattementjete начинают изучать в сторону лицом к палке, затем так же назад; grandbattementjete вперед изучают держась за палку одной рукой.

3.5. Grandbattementjetepointe.

Теория: Повторение grandbattementjete. Grandbattementjetepoint.

Практика: Для начала делается grandbattementjete, но нога не возвращается на место в V позицию, а опускается вытянутая в колене и подъеме на землю в положение, которое она занимает на крайней точке battementtendusimple. После легкого прикосновения к этой точке носком нога снова поднимается и так продолжает движение, лишь при последнем battement возвращаясь в V позицию.

3.6. Grandbattementjetebalance.

Теория: Grandbattementjeté balancé сначала изучают отдельно, учитывая очень сложную его координацию.

Практика: Grandbattementjeté balancé с броском ноги вперед. Grandbattementjeté balancé с броском ноги назад. По усвоению точной координации движения вперед и назад grandbattementjeté balancé исполняют в его настоящем виде.

3.7. Arabesque. 3-йarabesque, 4-йarabesque.

Теория: в arabesque корпус подтянут, плечи, сохраняя ровность, раскрыты и опущены. Руки находятся в arabesque на одном уровне: рука, открытая на вторую позицию, продолжает линию плеча; рука, направленная вперед, выдерживает прямую линию. Кисти, поворачиваясь ладонями вниз, продолжают общую линию рук, локти смягчаются.

Практика: повторение 1-й arabesque и 2-й arabesque. Изучение и отработка 3-йarabesque и 4-йarabesque.

3.8. Pasdebourree. Pasdebourreeendehors, endedans

Теория: Pasdebourree развивает подвижность и живость стопы, а также придает четкость и ловкость движениям ног.

Практика: Pasdebourree начинают изучать лицом к палке. Выработав четкость, его переносят на середину зала. Сначала движение заканчивают, раскрывая руки в направлении второй позиции, затем — в маленькие позы. Изучение и отработка pas de bourree en dehors. Изучение и отработка pasdebourreeendedans.

3.9. Tour с IV позиции. Tour с V позиции. Endehors. Endedans

Теория: подготовительные упражнения, в которых все движения tour изучаются без поворота.

Практика: изучение и отработка tour en dehors с IV позиции. Изучение и отработка tour en dedans с IV позиции. Изучение и отработка tour en dehors с V позиции. Изучение и отработка tour en dedans с V позиции.

3.10. Sissonnesimple.

Теория: Sissonnesimple — простой прыжок с двух ног на одну.

Практика: Вначале sissonne simple изучают лицом к палке, перенося его

на середину зала, как только учащиеся усвоят эластичность *demi plié* и выворотность обеих ног в момент окончания прыжка (принцип *battement fondu*). Корпус и руки спокойны, как и в других прыжках.

3.11. *Sissonneouverte*

Теория: *Sissonneouverte* — открытый прыжок.

Практика: в *sissonne ouverte* в сторону в обратном направлении нога, открываясь из пятой позиции сзади, проходит на вторую позицию через *cou-de-pied* сзади, руки открываются в сторону второй позиции, голова поворачивается к открытой ноге в профиль, то есть без наклона. Усвоив *sissonne ouverte* в сторону, его исполняют вперед и назад *en face*. В *sissonne ouverte* вперед и назад нога открывается точно по прямой, плечи и бедра сохраняют ровность. Руки, повышая подготовительное положение в момент прыжка, открываются в направлении второй позиции вместе с работающей ногой, к ней же поворачивается и голова. Вместе с *demi plié* пятой позиции руки опускаются в подготовительное положение.

3.12. *Sissonnefermee*.

Теория: Сначала *sissonne fermee* исполняется с руками в подготовительном положении, впоследствии руки сопровождают движение: на раз руки, приоткрываясь за тактом, повышают подготовительное положение, вместе с *demi plié* в пятой позиции; на и руки раскрываются в прыжке в направлении второй позиции; на два руки вместе с *demi plié* закрываются в подготовительное положение.

Практика: усвоив *sissonne fermee* с продвижением в сторону ноги, стоящей впереди, переходят к *sissonne fermee* в сторону ноги, стоящей сзади. Затем *sissonne fermee* исполняют в одном направлении подряд с переменной ног во время прыжка: поворот головы меняется в сторону ноги, стоящей впереди в конце прыжка.

3.13. *Sissonnefondue. Sissonnerenverse*

Теория: *Sissonne fondue* - прыжок в больших позах, работающая нога открывается на 90°.

Практика: *Sissonne fondue* на 90° изучают по усвоении *sissonne fermée*. Приемы их исполнения аналогичны. *Sissonne fondue* - прыжок в больших позах, работающая нога открывается на 90°. Естественно, работающая нога приходит в пятую позицию с запозданием, ее мягко подводят к пятой позиции в *demi plié*. Отсюда и название *fondu*, то есть тающий. *Sissonne fondue* с продвижением в сторону. *Sissonne fondue* в позу третьего *arabesque*. Изучение и отработка *sissonne renverse*.

4. Раздел «Гимнастика» (29 ч.).

4.1. Упражнения для стоп.

Теория: техника безопасности при выполнении гимнастических упражнений.

Практика: разучивание и отработка комплекса гимнастических упражнений для разогрева и подвижности суставов стопы. Для повышения эластичности связок.

4.2. Упражнения на выворотность.

Теория: изучение упражнений на выворотность.

Практика: упражнения на выворотность: «бабочка», «угол», «лягушка», «шнур», «выворотная складочка», «складочка с оттягиванием носка», «паучок», «ноги вверх».

4.3. Упражнения на гибкость вперед.

Теория: упражнения для туловища в горизонтальной плоскости, из положения стоя.

Практика: наклоны туловища вперед из положения стоя. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Наклоны туловища вперед из положения сидя с ногами вместе, отдельно.

4.4. Развитие гибкости назад.

Теория: комплекс упражнений на развитие гибкости назад

Практика: разучивание и отработка комплекса упражнений на развитие гибкости назад: наклоны, различные «мостики», «корзиночка», «лодочка» и т. п.

4.5. Силовые упражнения для мышц живота.

Теория: развитие мышц брюшного пресса

Практика: сгибание корпуса в положении лежа + скручивание в противоположную сторону. Сгибание корпуса в положении лежа + скручивание в одноименную сторону. Скручивание в положении сидя. Скручивания в положении лежа. Скручивания, лежа на боку.

4.6. Силовые упражнения для мышц спины.

Теория: разучивание и отработка комплекса упражнений для мышц спины

Практика: разучивание и отработка комплекса упражнений для мышц спины: «мостик бедрами», «собака и птица», «планка на боку», выпады, «сарпасана», поясничные скручивания, поза младенца, удержание ног в статике.

4.7. Силовые упражнения для мышц ног.

Теория: комплекс упражнений для мышц ног.

Практика: приседания с отягощением и без. Сгибание и разгибания ног в коленях. Подъемы и опускания на носках. Подъем на носки "осликом". Подъемы ног вперед, сторону, назад.

4.8. Упражнения на развитие шага.

Теория: комплекс упражнений на развитие танцевального шага.

Практика: Разучивание и отработка комплекса упражнений на развитие танцевального шага.

4.9. Прыжки

Теория: опорные и простые (неопорные) прыжки. Четыре фазы неопорных прыжков: подготовка к толчку, толчок одной или двумя ногами, полет и приземление.

Практика: отработка простых прыжков. Подбивные прыжки.

5. Текущий контроль ЗУН (2 ч.). Проверка знаний и подведение итогов по первому полугодю.

6. Раздел «Современный танец» (10 ч.).

6.1. Stretch – в области ахила, бедер и позвоночника (лицом к

станку)

Теория: Stretch-это система упражнений, основная цель которых – растяжка связок и мышц, а также повышение гибкости тела

Практика: выполнение медленных пружинящих движений, завершающиеся удержанием статических положений в конечной точке амплитуды движения.

6.2. Contract-releasepelvis позвоночника и наклон корпуса вперед (лицом к станку). Contract-release корпуса и наклон вперед

Теория: Contraction / release. Contraction– выдох и сжатие диафрагмы, release– положение обратное contraction, вдох и раскрытие диафрагмы.

Практика: Изучаются движения сначала в партере, затем стоя.

6.3. Plié: demi-plié contract-releaseкорпуса; grand-plié contract-release (лицом к станку); grand-plié с волнообразным перевиванием (лицом к станку); demi-plié relevé с отклонением корпуса назад – диагональ

Теория: Demiplié в выворотных и параллельных позициях ног. Движение аналогично классическому варианту, но имеет больше вариантов, за счет большего количества позиций ног, в котором исполняется.

Практика: изучается сначала лицом к станку по I и II позициям, затем боком к станку, и позже на середине по тем же позициям. К комбинации на plié добавляется перемена позиций рук во время движения. Plié соединяется с наклонами, contraction / release, спиралями в корпусе.

6.4. Battementstendus: point-flex; с последующим twist, верха корпуса и accent бедра опорной ноги (вперед, в сторону); heeldrop-bounce (назад)

Теория: комбинация с использованием battementtendu изучается на середине зала с координацией рук.

Практика: к комбинации на battementtendu добавляется исполнение движения в сочетании с вращениями, сменами уровня и ракурса. К комбинации на battementtendu добавляется смена позиций рук во время движения. Включаются новые движения и положения с последующим twist верха корпуса и accent бедра опорной ноги (вперед и в сторону). Движение соединяется с наклонами, contraction/release, спиралями в корпусе.

6.5. Battementtendujeté pique

Теория: комбинация на battementjeté изучается на середине зала с координацией рук.

Практика: в комбинации на battementtendu и jete усложняются переходы, смена уровня через падение. Движение накладывается на сложный ритмический рисунок. К комбинации на battementjeté добавляется перемена позиций рук во время движения. Движение соединяется с наклонами, contraction/release, спиралями в корпусе.

6.6. Swingbalancoire (вперед-назад)

6.7. Battementfondu в координации с движением рук

Теория: Battement fondu - тающий, текущий батман. Координация - умение согласовывать движения различных частей тела. Отдельные элементы движения соединяются в единое двигательное действие, которое производится не напряженно, пластично, чётко.

Практика: Плавное и мягкое сгибание и вытягивание ног: обе ноги сгибаются и вытягиваются одновременно. Бедро работающей ноги удерживается в выворотном положении, не двигаясь вверх и вниз.

6.8. Battementdéveloppé point-flex

Теория: Développe по всем направлениям. Développe – открытие рабочей ноги через passé в любом направлении

Практика: начинаем изучать движение у станка, затем на середине класса. Движение выполняется в характере adagio по выворотным и параллельным позициям.

6.9. Battementsdéveloppé через passé contract

Теория: battement – бросок ноги на 90° в любом направлении. Сначала изучается в чистом виде, затем добавляются шаги.

Практика:

6.10. Kick. Kickballchange

6.11. Pelvisstretch (лицом к станку)

7. Раздел «Кроссы» (5 ч.).

Теория: (активное передвижение в пространстве). Развивает танцевальность, позволяет приобрести манеру джаз-модерн танца. Виды движений: шаги, прыжки, вращения.

Практика: Шаги в модерн-джаз манере Прыжки («глиссад вперед», «подскоки с противоходом рук», «ножницы», «пистолетик»).

Комбинации шагов + Kick (пинок). Прыжки. Техника вращения. Комбинации усложняются добавлением акробатических элементов, увеличением скорости.

8. Раздел «Импровизация» (2 ч.).

Теория: Композиция и постановка танца. Творческие задания на создание индивидуальных танцевальных композиций.

Практика: Создание образа. Наполнение образа содержанием. Подбор музыкального материала. Сочинение сюжета с применением законов драматургии, подбор движений. Танцевальная импровизация в различных стилях на основе изученного материала.

9. Раздел «Постановка танцевальных номеров» (3 ч.).

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

Практика: Закрепление и отработка изученных синхронных. Основные ходы и движения. Построение рисунков номера. Актерская выразительность во время исполнения танцевальных номеров.

Культура исполнителя. Поведение на сцене.

Участие обучающихся в концертах различного уровня.

10. Раздел «Итоговое занятие» (1 ч.).

Опрос по пройденному материалу. Разбор и оценка практической деятельности обучающихся. Подведение итогов за год. Планы на следующий год.

Открытое занятие для родителей. Выступления, обучающихся с лучшими номерами.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
1 год обучения

/п	Название раздела, темы	Количество часов				Формы аттестации/ контроля
		Тео- рия	Прак- тика	Самостоятел- ьная подготовка	Всего	
.	Введение в программу	1	1		2	Текущий контроль
	Танцевальная разминка	2	14		16	Текущий контроль
	Классический танец	10	35		45	Контрольное занятие
	Гимнастика	5	24		29	Контрольное занятие
	Текущий контроль ЗУН	1	1		2	Текущий контроль
	Современный танец	10	55		65	Контрольное занятие
	Кроссы	3	10		13	Контрольное занятие
	Импровизация	2	20		22	Текущий контроль
	Постановка танцевальных номеров	3	17		20	Анализ результата деятельности
0	Итоговое занятие. Промежуточный контроль ЗУН	1	1		2	Анализ результата деятельности
	Итого	38	178		216	

Задачи первого года обучающихся:

Образовательные:

- познакомить с разнообразием танцевального искусства и «Азбукой классического танца»;

- формировать представление о русском танце и историко-бытовом танце;

Развивающие:

- приобщить к основам современного танца, игровому танцевальному

творчеству, гимнастике с элементами акробатики и партерному экзерсису;

- развивать личность учащегося, способного к творческому самовыражению через овладение основами хореографии;

Воспитательные:

- воспитывать уважительное отношение к национальному достоинству людей, их чувствам, религиозным убеждениям.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2 год обучения (216 часов, 6 часов в неделю)

1. Раздел «Ведение в программу» (2 ч.).

Теория: знакомство с творческим объединением, режимом работы, основными видами деятельности по программе. Правила техники безопасности на занятиях.

Практика: игры на знакомство, коллективообразование: «Снежный ком», «Агенты 007», «Взаимные презентации», «Переседайте те, кто...» и др.

1. Раздел «Танцевальная разминка» (16 ч.).

Теория: Техника исполнения. Последовательность построения.

Практика: Движения для разогрева позвоночника и суставов. На первом году комплекс разминки состоит из элементов танца джаз-модерн. Самостоятельное исполнение. Совершенствование техники исполнения движений.

3. Раздел «Классический танец» (45 ч.).

3.1. Ronddejambeenl'air.Endehors.

EndedansRonddejambeenl'airededans.

Теория: Rond de jambe en l'air переводится как круг ногой в воздухе.

Практика: И. п. – V позиция, правая нога сзади, боком к палке.

Preparation изложено выше. Работающая нога, сгибаясь в колене, описывает дугообразную линию вперед, подводя носок к середине опорной ноги. Далее, без остановки, у икры, описывает дугообразную линию назад, возвращается во II позицию на 45°. Rond de jambe en l'air en dehors. Два вступительных аккорда. На раз правая рука, приоткрываясь за тактом, поднимается в первую позицию. На и работающая нога вытягивается на вторую позицию носком в пол, правая рука открывается на вторую позицию, голова поворачивается направо. На два работающая нога поднимается на вторую позицию на 45°, голова поворачивается enface. На раз и работающая нога, при полной неподвижности своей верхней части, сгибается в колене и, сохраняя выворотность пятки, описывает дугу в том же направлении, что и в ronddejambe par terre en dehors, несколько назад, затем — направляя вытянутый носок к середине икры. На два и работающая нога, усиливая выворотность пятки, вытягиваясь, описывает дугу несколько вперед, заканчивая движение предельно натянутой и выворотной работающей ногой во вторую позицию на высоте 45°. На три и четыре положение сохраняется.

3.2. Grandronddejambejete. Endehors. Endedans.

Теория: Grand rond de jambe jete движение с большим броском Это

упражнение входит в экзерсис у палки.

Практика: Grandronddejambejeté endehors. Исходное положение - первая позиция, левая рука лежит на палке, правая - в подготовительном положении, поворот головы направо. На два вступительных такта правая рука через первую позицию открывается на вторую позицию, одновременно правая нога отводится назад носком в пол, голова поворачивается направо. На раз правая нога скользящим движением через первую позицию выводится вперед на 45°, остается полусогнутой и, не задерживаясь, на и два сильным броском нижней части открывается на 90° в направлении условного effacé вперед. Продолжая движение, отводят работающую ногу через вторую позицию в условное ecarte назад и, завершая круг, на счет и опускаются назад носком в пол, касаясь пола в точке - пятка против пятки опорной ноги, выворотность ноги при этом усиливается. На три и, четыре и положение сохраняется. На раз следующего такта правая нога через первую позицию выводится вперед на 45°, и движение повторяется. Grand rond de jambe jeté en dedans. На два вступительных такта правая рука открывается на вторую позицию, одновременно правая нога вытягивается вперед носком в пол, голова поворачивается направо. На раз правая нога скользящим движением через первую позицию отводится назад на 45°, оставаясь полусогнутой (выворотность верха ноги обязательна) и, не задерживаясь, на и два сильным броском нижней части ноги открывается на 90° в направлении условного ecarte назад. Продолжая движение, работающая нога повышает уровень высоты, выводится через вторую позицию вперед в условное effacé и, завершая круг, на счет и опускается вперед носком в пол, касаясь пола в точке - пятка против пятки опорной ноги, выворотность всей ноги при этом усиливается. На три и, четыре и положение сохраняется. На раз следующего такта правая нога через первую позицию отводится назад на 45°, и движение повторяется.

3.3. Attitude. Attitude croisee. Attitude efface.

Теория: Attitude - поза, положение тела

Практика: Attitude croisee. Исходное положение — epaulement croise, пятая позиция, левая нога впереди, руки в подготовительном положении, поворот головы налево.

На раз и, два и руки, приоткрываясь за тактом, поднимаются через подготовительное положение в первую позицию, голова наклоняется направо, взгляд направлен на кисти рук, работающая правая нога поднимается через soude-pied сзади до колена. На три и, четыре и работающая нога сильным отводом колена назад, стремясь возможно выше подняться вверх, наполовину вытягивается назад, оставаясь в полусогнутом положении, корпус усиливает подтянутость при ровных, раскрытых и опущенных плечах и, сдерживая неизбежный наклон, устремляется вверх, правая рука поднимается в третью позицию, левая — открывается на вторую позицию, голова поворачивается налево. На раз и, два и второго такта attitude croisee сохраняется. На три и — правая рука открывается на вторую позицию, правая нога вытягивается назад, корпус сохраняет подтянутость, обе руки опускаются одновременно с ногой. На четыре и движение заканчивают в исходное положение. Attitude effacee.

Исходное положение — *epaulement efface*, правая нога сзади, руки в подготовительном положении, поворот головы направо. На раз и, два и руки, приоткрываясь за тактом, поднимаются через подготовительное положение в первую позицию, голова наклоняется влево, взгляд направлен на кисти рук, работающая правая нога поднимается через *cou-de-pied* сзади до колена.

3.4. Ecartee. Ecartee назад. Ecartee вперед.

Теория: *Ecartee* – поза классического танца, развернутая по диагонали вперед или назад.

Практика: работающая нога вытягивается в позу и возвращается в пятую позицию по правилам *battement tendu*. С основными позами классического танца проходят и так называемые маленькие позы, сопутствующие ряду движений классического экзерсиса. В таких позах соблюдают характер и правила основных поз. Поза *ecartee* вперед. Поза *ecartee* назад.

3.5. Tour с preparation degage.

Теория: *DE GAGE* - перенос тяжести корпуса с одной ноги на другую по *PREPARATION* - подготовительное движение

Практика: Эти *tours* изучаются по диагонали, а потом по кругу, тогда левая нога *sur le cou-de-pied* сзади правой. Корпус в начале исполнения повернуть *efface*. Ногу во время *tour* держать *sur le cou-de-pied* сзади. Затем изучают *tour* с IV позиции, который благодаря *preparation* с IV позиции удается легче, чем следующая разновидность — *tour* с V позиции.

3.6. Adagio на середине.

Теория: это упражнение на середине зала, состоящее из комбинации различных поз, наклонов и перегибов корпуса, поворотов, вращений и других движений в спокойном темпе, задача которого - выработка устойчивости, выразительности, музыкальности, чувства позы, гармонии и плавности

Практика: упражнения на середине зала начинают с маленького *adagio*, не загружая его большим количеством поз и положений. В маленьком *adagio* новые движения сочетают с уже пройденными, как, например, с *туром lent*, с *port de bras-préparation* и т. д. Большое *adagio* исполняют перед *allegro*, оно значительно сложнее. В большом *adagio* необходимо уделять внимание художественной координации движений. Переходы из одного положения в другое окрашиваются свободными движениями корпуса, головы и особенно рук, это развивает танцевальность.

3.7. Ведение полупальцев у станка и на середине.

Теория: развитие устойчивости.

Практика: введение полупальцев у станка. Введение полупальцев в некоторые движения на середине зала. Ускорение темпа исполнения движений (некоторые движения исполняются восьмыми долями).

3.8. Pasdebasque. Pasdebasque назад.

Теория: *Pas de basque* буквально — движение из национального танца испанской народности басков. Это движение встречается и во многих других народных плясках. В классическом танце оно подверглось стилизации.

Практика: *Pas de basque* назад. В затакте три восьмых. На первую

восьмую — *demi plié* в пятой позиции; руки, приоткрываясь, возвращаются в подготовительное положение. На вторую восьмую правая нога вытягивается скользящим движением в направлении точки 6 плана класса. На третью восьмую натянута правая нога, скользя носком, описывает по полу полукруг на вторую позицию, левая, сохраняя *demi plié*, направляет пятку вперед, выравниваясь *en face*; руки открываются на вторую позицию, тотчас же левая нога в коротком прыжке сильно вытягивает колено, подъем и пальцы.

3.9. Grandpasdebasque. Grandpasdebasque назад.

Теория: чтобы дать прыжку больше силы, это *pas* делается с руками, вскинутыми вверх.

Практика: для начала вскинуть руки на II позицию и, проводя их через подготовительное положение и через I позицию, поднять на III. Ноги проделывают все движения на больших позах. Правой ногой описать большой полукруг *en dehors* на 90°, левая — на *demi-plié*; доведя правую до II позиции, сделать большой прыжок на правую ногу (руки на III позицию), левую согнуть высоко и выбросить вперед на 90°, раскрывая постепенно руки на II позицию. Опустить левую ногу на пол вперед на *croisé* и подтянуть ноги к заключительной позе, как в малом *pas de basque*. Для окончательной отделки этого *pas* в начале движения пригнуть голову и корпус вперед и поднять их в тот момент, когда руки выбрасываются на III позицию.

3.10. Pasballonne. Grandballonne.

Теория: *Ballon* (воздушный шар) — способность танцовщиков фиксировать разные позы в прыжке. *Pasballonne* прыжок на одной ноге, с продвижением в сторону, вперед, назад за рабочей ногой, которая вытягивается во время прыжка, так же как и опорная нога, затем возвращается в положение *sur le sou-de-pied*.

Практика: разучивание и отработка *Grandballonne*.

3.11. Pasballotte.

Теория: это движение очень трудноисполнимо в его правильной форме, оно требует силы ног и корпуса и редко удается танцовщицам.

Практика: удобнее приступать к изучению *ballotté*, начиная с V позиции; сделав *demi-plié*, соединяя ноги в прыжке в V позиции, крепко сомкнуть ступни с вытянутыми пальцами в начале прыжка и в таком виде отлететь вперед от точки, на которой стоял вначале, упасть на левую ногу на *plié*, правая нога открыта на *effacé* вперед на 45°. Закончить, сделав *assemblé*. Затем в такой же форме *ballotté* исполняется и назад, т. е. после прыжка с V позиции отлететь двумя ногами назад от точки, на которой стоял вначале, упасть на правую ногу на *plié*, левая открыта на *effacé* на 45°, закончить *assemblé*.

3.12. Cabriole. Grandcabriole.

Теория: *Cabriole* (кабриоль, франц. – прыжок), один из сложных прыжков в классическом танце, когда одна нога ударяется о другую снизу вверх.

Практика: исполняется во всех позах на 45° и 90°. Как правило, подходом к C. служат шаг, *glissade*, *coupé*, *sissonne tombé*, *sissonne ouverte* и другие. Существует C. *fermée* и C. *fouetté*. Разучивание и отработка *Grande cabriole*.

4. Раздел «Гимнастика» (29 ч.).

4.1. Упражнения для стоп.

Теория: техника безопасности при выполнении гимнастических упражнений.

Практика: разучивание и отработка комплекса гимнастических упражнений для разогрева

4.2. Упражнения на выворотность.

Теория: изучение упражнений на выворотность.

Практика: упражнения на выворотность: «бабочка», «угол» «лягушка», «шнур», «выворотная складочка», «складочка с оттягиванием носка», «паучок», «ноги вверх».

4.3. Упражнения на гибкость вперед.

Теория: упражнения для туловища в горизонтальной плоскости, из положения стоя.

Практика: наклоны туловища вперед из положения стоя. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Наклоны туловища вперед из положения сидя с ногами вместе, отдельно.

4.4. Развитие гибкости назад.

Теория: комплекс упражнений на развитие гибкости назад

Практика: разучивание и отработка комплекса упражнений на развитие гибкости, наклоны назад, различные «мостики», «корзиночка», «лодочка» и т. п.

4.5. Силовые упражнения для мышц живота.

Теория: развитие мышц брюшного пресса

Практика: сгибание корпуса в положении лежа + скручивание в противоположную сторону. Сгибание корпуса в положении лежа + скручивание в одноименную сторону. Скручивание в положении сидя. Скручивания в положении лежа. Скручивания, лежа на боку.

4.6. Силовые упражнения для мышц спины.

Теория: разучивание и отработка комплекса упражнений для мышц спины

Практика: разучивание и отработка комплекса упражнений для мышц спины: «мостик бедрами», «собака и птица», «планка на боку», выпады, «сарпасана», поясничные скручивания, поза младенца, удержание ног в статике.

4.7. Силовые упражнения для мышц ног.

Теория: комплекс упражнений для мышц ног.

Практика: приседания с отягощением и без. Сгибание и разгибания ног в коленях. Подъемы и опускания на носках. Подъем на носки "осликом". Подъемы ног вперед, сторону, назад.

4.8. Упражнения на развитие шага.

Теория: комплекс упражнений на развитие танцевального шага.

Практика: Разучивание и отработка комплекса упражнений на развитие танцевального шага.

4.9. Прыжки

Теория: опорные и простые (неопорные) прыжки. Четыре фазы неопорных прыжков: подготовка к толчку, толчок одной или двумя ногами, полет и приземление.

Практика: отработка простых прыжков. Подбивные прыжки.

5. Текущий контроль ЗУН (2 ч.).

Проверка знаний и подведение итогов по первому полугодю.

6. Раздел «Современный танец» (65 ч.).

6.1. Stretch – в области ахила, бедер и позвоночника (лицом к станку) Теория: Stretch-это система упражнений, основная цель которых – растяжка связок и мышц, а также повышение гибкости тела

Практика: выполнение медленных пружинящих движений, завершающиеся удержанием статических положений в конечной точке амплитуды движения.

6.2. Contract-releaselpelvis позвоночника и наклон корпуса вперед (лицом к станку). Contract-release корпуса и наклон вперед

Теория: Contraction / release. Contraction– выдох и сжатие диафрагмы, release– положение обратное contraction, вдох и раскрытие диафрагмы.

Практика: Изучаются движения сначала в партере, затем стоя.

6.3 .Plié: demi-plié contract-releaseкорпуса; crand-plié contract-release (лицом к станку); grand-plié с волнообразным перевиванием (лицом к станку); demi-plié relevé с отклонением корпуса назад – диагональ

Теория: Demiplies в выворотных и параллельных позициях ног. Движение аналогично классическому варианту, но имеет больше вариантов, за счет большего количества позиций ног, в котором выполняется.

Практика: изучается сначала лицом к станку по I и II позициям, затем боком к станку, и позже на середине по тем же позициям. К комбинации на plié добавляется перемена позиций рук во время движения. Plié соединяется с наклонами, contraction / release, спиралями в корпусе.

6.4. Battementstendus: point-flex; с последующим twist, верха корпуса и accent бедра опорной ноги (вперед, в сторону); heeldrop-bounce (назад)

Теория: комбинация с использованием battementtendu изучается на середине зала с координацией рук.

Практика: к комбинации на battementtendu добавляется исполнение движения в сочетании с вращениями, сменами уровня и ракурса. К комбинации на battementtendu добавляется смена позиций рук во время движения. Включаются новые движения и положения с последующим twist верха корпуса и accent бедра опорной ноги (вперед и в сторону). Движение соединяется с наклонами, contraction/release, спиралями в корпусе.

6.5. Battementtendujeté piqe

Теория: комбинация на battementjeté изучается на середине зала с координацией рук.

Практика: в комбинации на battementtendu и jete усложняются переходы, смена уровня через падение. Движение накладывается на сложный ритмический рисунок. К комбинации на battementjeté добавляется перемена позиций рук во время движения. Движение соединяется с наклонами,

contraction/release, спиралями в корпусе.

6.6. Swingbalancoire (вперед-назад)

6.7. Battementfondu в координации с движением рук

Теория: Battement fondu - тающий, текучий батман. Координация - умение согласовывать движения различных частей тела. Отдельные элементы движения соединяются в единое двигательное действие, которое производится не напряженно, пластично, чётко.

Практика: Плавное и мягкое сгибание и вытягивание ног: обе ноги сгибаются и вытягиваются одновременно. Бедро работающей ноги удерживается в выворотном положении, не двигаясь вверх и вниз.

6.8. Battementdéveloppé point-flex

Теория: Développe по всем направлениям. Développe – открытие рабочей ноги через passé в любом направлении

Практика: начинаем изучать движение у станка, затем на середине класса. Движение выполняется в характере adagio по выворотным и параллельным позициям.

6.9. Battementsdéveloppé через passé contract

Теория: battement – бросок ноги на 90° в любом направлении. Сначала изучается в чистом виде, затем добавляются шаги.

Практика:

6.10. Kick. Kickballchange

6.11. Pelvisstretch (лицом к станку)

7. Раздел «Кроссы» (13 ч.).

Теория: (активное передвижение в пространстве). Развивает танцевальность, позволяет приобрести манеру джаз-модерн танца. Виды движений: шаги, прыжки, вращения.

Практика: Комбинации прыжков. Вращение как способ перемещения в пространстве.

Комбинации шагов, соединенных с вращениями.

Использование всего пространства класса Шаги с координацией 3-4х центров.

Шаги с использованием contraction и release.

Смена направлений в комбинации шагов. Соединение шагов, прыжков, вращений в единые комбинации. Изучение вращений по кругу и со сменой уровней.

8. Раздел «Импровизация» (22 ч.).

Теория: дыхание (каждое движение построено на дыхании). Работа с движением по «синусоиде» Импровизация с движением (разноритмическая схема) Импровизация эмоциональная сторона техники (неосознанность движения, этюд «воображение – состояние – явление – образ-отклик тела...») Контактная импровизация, контакт в дуэте: - физический контакт (направление движения партнёра, сила импульса, «придумывание» позировок, движение от импульса с продолжением) - эмоциональный контакт в движении («некасание», уход от касания партнёра, «не любовь», «заигрывание») Центр

веса тела в поддержке Приёмы поддержки в дуэте: «Перетекание» - Танец от разных частей тела.

Практика: Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней Танцевальные этюды

9. Раздел «Постановка танцевальных номеров» (20 ч.).

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

Практика: Закрепление и отработка изученных синхронизаций. Основные ходы и движения. Построение рисунков номера. Актерская выразительность во время исполнения танцевальных номеров. Культура исполнителя. Поведение на сцене. Участие обучающихся в концертах различного уровня.

10. Раздел «Итоговое занятие» (2 ч.).

Аттестация выпускников. Разбор и оценка практической деятельности обучающихся. Подведение итогов за год. Открытое занятие для родителей. Выступления, обучающихся с лучшими номерами. Подведение итогов и вручение сертификатов.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 2 год обучения

п/п	Название раздела, темы	Количество часов				Формы аттестации/контроля
		Теория	Практика	Самостоятельная подготовка	Всего	
	Введение в программу	1	1		2	Текущий контроль
	Танцевальная разминка	2	14		16	Текущий контроль
	Классический танец	10	35		45	Контрольное занятие
	Гимнастика	5	24		29	Контрольное занятие
	Текущий контроль ЗУН	1	1		2	Текущий контроль
	Современный танец	10	55		65	Контрольное занятие
	Кроссы	3	10		13	Контрольное занятие
	Импровизация	2	20		22	Текущий контроль

	Постановка танцевальных номеров	3	17		20	Анализ результата деятельности
0	Итоговое занятие. Промежуточный контроль ЗУН	1	1		2	Анализ результата деятельности
	Итого	8	178		216	

Задачи второго года обучения

Обучающие:

- обучать искусству хореографии, в ее стилевом многообразии классического танца, народно-сценического и современного танца;

Развивающие:

- развивать психофизические качества, способствующие успешной самореализации;

Воспитательные:

- воспитывать волевые качества учащихся: целеустремленность, выдержка, дисциплинированность.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

рок обучения	начало учебного года	окончание (17 недель)	форма контроля	именный каникулярный период	окончание (19 недель)	форма контроля	Продолжительность учебного периода (аудиторные занятия)	Летний каникулярный период	
								Срок (01.06-31.08)	6 недель
год	7.09	7.09-30.12	екущий контроль	1.12-09.01	0.01-31.05	Промежуточный контроль	34 учебных недель	Виды деятельности	
								аудиторные	внеаудиторные
год и последние учебные	1.09	1.09-30.12	екущий контроль	1.12-09.01	0.01-31.05	Итоговая аттестация	34 учебных недель	Л ОЛ, мастер-классы, хобби-клубы, конкурсы, ультурационные	Самостоятельная работа над темой проектов, рефератов; учеб

								осуго ые М еропри ятия; П росмот р Ф ильмов и С пектакл ей	но- иссл едовательс кая деят ельность по напр авленности
--	--	--	--	--	--	--	--	---	--

Календарный учебный график

№	Режим деятельности	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Экспромт. Эстрадный танец»
1	Начало учебного года	1 сентября
2	Продолжительность учебного периода	36 учебных недель
3	Продолжительность учебной недели	5 дней
4	Периодичность учебных занятий	3 раза в неделю
5	Количество часов	216 часа
6	Окончание учебного года	31 мая
7	Период реализации программы	01.09.2024-31.05.2026

Рабочая программа воспитания

Воспитательный компонент осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

- гражданско-патриотическое;
- нравственное и духовное воспитание;
- воспитание положительного отношения к труду и творчеству;
- интеллектуальное воспитание;
- здоровьесберегающее воспитание;
- правовое воспитание и культура безопасности;
- воспитание семейных ценностей;

- формирование коммуникативной культуры;
- экологическое воспитание.

Цель – формирование гармоничной личности с широким мировоззренческим кругозором, с серьезным багажом теоретических знаний и практических навыков, посредством информационно-коммуникативных технологий.

Используемые формы воспитательной работы: викторина, экскурсии, игровые программы, диспуты, общественные акции, семейные гостиные.

Методы: информационно-развивающий, проблемно-поисковый, минивикторина наблюдения, столкновения взглядов и позиций, проектный, дискуссионный.

Планируемый результат: повышение мотивации к творчеству, импровизации; сформированность настойчивости в достижении цели, стремление к получению качественного законченного результата; умение работать в команде; сформированность нравственного, познавательного и коммуникативного потенциалов личности.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия, события	Направления воспитательной работы	Форма проведения	Сроки проведения
1.	Инструктаж по технике безопасности при работе с компьютерами робототехническим конструктором, правила поведения на занятиях	Безопасность и здоровый образ жизни	В рамках занятий	Сентябрь
2.	Игры на знакомство и командообразование	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь -май
3.	Беседа о сохранении материальных ценностей, бережном отношении к оборудованию	Гражданско-патриотическое воспитание, нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь -май
4.	Защита проектов внутри группы	Нравственное воспитание, трудовое воспитание	В рамках занятий	Октябрь-май
5.	Участие в соревнованиях	Воспитание интеллектуально-	В рамках	Октябрь-май

	различного уровня	познавательных интересов	занятий	
6.	Беседа о празднике «День защитника Отечества»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Февраль
7.	Беседа о празднике «8 марта»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Март
8.	Открытые занятия для родителей	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству; интеллектуальное воспитание; формирование коммуникативной культуры	В рамках занятий	Декабрь, май

Список литературы

Нормативные правовые акты:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-03.
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599.
3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.
4. Распоряжение Правительства РФ от 30 декабря 2012 г. №2620-р.
5. Проект межведомственной программы развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года.
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.43172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Нормативные акты образовательной организации

1. Устав МАОУ Замковской СОШ

2. Положение о порядке организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам в МАОУ Замковской СОШ

3. Положение об аттестации учащихся детских творческих объединений МАОУ Замковской СОШ

Для педагога дополнительного образования:

1. Барышникова Т.А. Азбука хореографии. – Санкт-Петербург, 2013.
2. Васильева Т.К. Секрет танца. – Санкт-Петербург, 2016.
3. Васильева Е. Танец: книга для учителей. – М., 2016.
4. Пуртова Т.В. Учите детей танцевать. - М., 2013.
5. Смирнова М.В. Классический танец. – М., 2014.
6. Бурмистрова И., Силаева К. Школа танца для юных. – М., 2016.
7. Козлов В.В. Физическое воспитание детей в учреждениях дополнительного образования: Акробатика. – М., 2013.
8. Коренева Т.Ф. Музыкальные ритмопластические спектакли для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – М., 2015.
9. Левин М.В. Гимнастика в хореографической школе. – М., 2017.
10. Миллер Э., Блэкман, К. Упражнения на растяжку. – М., 2016.
11. Михайлова М. А., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль, 2017.
12. Попова Е. Г. Общеразвивающие упражнения в гимнастике. – М., 2017.

Для обучающихся и родителей

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. (Внимание: дети). - М.: Ральф, 2000.
2. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. - Л.: Искусство, 1983.
3. Бекина С. и др. Музыка и движение - М.: Просвещение, 1984.
4. Васильева Т. Балетная осанка. Методическое пособие. - М.: Высшая школа изящных искусств.
5. Зацепина К., Климов А. и др. Народно-сценический танец. Учебно-методическое пособие. - М.: Искусство, 1976.
6. Пинаева Е. Новые детские диско-танцы. Учебно-методическое пособие. - М : ПБОЮЛ Монастырская М.В., 2003.
7. Пинаева Е. Образные танцы для детей Учебно-методическое пособие. - Пермь: ОЦХТУ «Росток», 2005.
8. Пинаева Е. Польки, вальсы, марши для детей. Учебно-методическое пособие. - Пермь: ОЦХТУ «Росток», 2005.
9. Пинаева Е. Танцы современных ритмов для детей. Учебно-методическое пособие. - Пермь: ОЦХТУ «Росток», 2005.

10. Пинаева Е. Массовые композиции для детей. Учебно-методическое пособие. - Пермь: ОЦХТУ «Росток», 2005.

11. Пуртова Т. В. и др. Учите детей танцевать: Учебное пособие –М.: Владос, 2001. – 256 с.

12. Федорова Г.П. Танцы для детей. - СПб.: Детство-пресс, 2000. – 40 с.

Интернет-ресурсы:

□ Игумнова И.Н. Дополнительная образовательная программа «Современный танец»

<http://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/dopolnitelnaya-obrazovatel'naya-programma-sovremennyy-tanec>.

□ Щёголева О. В. «Программа по модерн-джаз танцу»
<http://festival.1september.ru/articles/525396>

□ Гремпель О.А. Образовательная программа «Современные танцы»
<http://pandia.ru/text/78/084/84981.php>