

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ЛИЦЕЙ №144
КАЛИНИНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

ПРИНЯТО

Педагогическим советом
ГБОУ лицея №144
Протокол № 1
от 30.08.2023

УТВЕРЖДАЮ

Приказ №14 до
от 01.09.2023 г.
директор ГБОУ лицея №144
Федорова Л. А.

**Дополнительная общеразвивающая программа
«Современная хореография»
Срок освоения: 648 академических часов
Возраст обучающихся: 11-15 лет**

Разработчик программы:
Владыкина Ксения Владимировна,
педагог дополнительного образования

**ГБОУ лицей № 144
Калининского района
Санкт-Петербурга**

**Подписано электронной подписью
01.09.2023 10:28**

директор

Федорова Лолита Анатольевна

7804140160-15-1717054389-20240530-150-4-1033-09

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность.

Данная программа имеет *художественную направленность*.

К объединениям, реализующим программы художественной направленности, относятся объединения, направленные на развитие интереса детей к миру хореографии, ориентирована на развитие общей и эстетической культуры воспитанников, а также художественных способностей и склонностей в хореографическом искусстве.

Адресат программы.

По данной программе могут обучаться как мальчики, так и девочки. Возраст 11-15 лет. На данную программу зачисляются дети, успешно освоившие программу «Основы классического танца» или те, кто обладает достаточными умениями, знаниями и навыками для поступления и обучения по данной программе (см. приложение № 3). Учащимся, не справляющимся с программой обучения, рекомендуется остаться еще на один год на прежнем этапе обучения.

Запись в группу производится с разрешения врача, а в течение всего периода обучения проводится диагностика показателей развития физических качеств и двигательных навыков детей.

Актуальность программы.

Современный танец становится все более популярным, актуальным и востребованным среди детей и молодёжи. В программе используются наиболее интересные отечественные и зарубежные материалы в области современной хореографии, соответствующие возрастным, психологическим и физиологическим особенностям детей и подростков, а также уровню их подготовки.

Сами принципы обучения и воспитания в коллективе построены так, что каждый учащийся получает полную возможность творческой самореализации, приобретает навыки социально-активной личности, возможность проявить себя творчески, инициативно и уверенно не только в хореографии, но и в любой другой деятельности. Каждый имеет возможность проявить своё творческое начало и как исполнитель, и как постановщик и помощник педагога, постигнув основы методики постановочной работы. В современном мире это актуально, в связи с инфантилизацией общества. Не замыкаясь в рамках урочного занятия, творчество детей проявляется на концертных площадках города, также на мастер-классах и семинарах Российских и зарубежных хореографов во время различных конкурсов и фестивалей.

Отличительные особенности программы.

В программе «Современная хореография» широко раскрываются и оттачиваются индивидуальные способности воспитанников: владение техникой джаз-модерн танца, пластическая и музыкальная выразительность, творческое мышление. Отличительной особенностью является то, что повзрослевшие дети уже вовлечены в процесс познания движений и работу над собой. Они осознанно, зрело и с желанием постигают искусство хореографии и способны на самостоятельный творческий подход.

Определяющим направлением этой программы является педагогика сотрудничества и сотворчества, когда ребенок – это мастер, способный работать наравне с педагогом. Это создает особый психологический климат, способствующий раскрепощению учащихся, их сближению друг с другом, познанию своей личности и раскрытию своего внутреннего мира. На этом этапе наиболее ярко прослеживается новый подход к танцу, при котором важен не столько результат, сколько процесс самопознания и самовыражения в танце.

В программе используются наиболее эффективные отечественные и зарубежные методики в области обучения современной хореографии. Программа соответствует возрастным, психологическим и физиологическим особенностям детей и подростков, а также уровню их подготовки.

Новизна программы.

Новизна данной образовательной программы предполагает новое решение проблем дополнительного образования: увеличение охвата детей в свободное, в том числе каникулярное, время; вовлечение детей в хореографическое творчество.

Уровень освоения программы – общекультурный.

Объем и срок освоения программы.

Программа рассчитана на 648 академических часов.

Цель.

Совершенствование у учащихся танцевальных и творческих способностей, способствующих наиболее яркому раскрытию их личности и профориентации посредством углублённого изучения современной хореографии.

Задачи.

Обучающие:

- изучить принципы полицентрики и полиритмии - законов движения в джаз- танце в танцевальных композициях и комбинациях, поставленных как педагогом, так и самостоятельно;
- совершенствовать техники правильного дыхания в различных танцевальных стилях;
- изучить применение техники джазового танца и техники танца body- awakeness Х.Лимона;
- совершенствовать практические навыки поиска новых форм движения посредством сольной и контактной импровизации;
- обучить выразительно и стилистически разнообразно исполнять танцевальные композиции и этюды;
- обучать правильно ориентироваться в принципиальном различии стилей хореографии при просмотре танцевальных номеров, видеоматериалов и на мастер- классах;

Развивающие:

- развивать координацию, подвижность двигательного аппарата, укреплять мышечный аппарат;
- развивать чувства ритма, динамики, выразительности, формы и стиля танца;
- формировать необходимые для занятий личностные качества (выносливость, концентрацию внимания, волевые качества и др.);
- развивать образное мышление, расширять творческий диапазон и желание импровизировать;
- способствовать развитию общей культуры учащихся.

Воспитательные:

- прививать чувство правильного этического и эстетического восприятия не только хореографического, но и искусства в целом, а также окружающего мира;
- воспитание трудолюбия и самодисциплины;
- формировать навыки коллективной работы;
- способствовать формированию у учащихся активного, творческого отношения к жизни, самостоятельности и инициативности;
- прививать интерес к новому современному искусству;
- воспитывать чувство ответственности по отношению к делу, коллективу, отношения к реквизиту, костюмам и всему что имеет отношение к хореографии и коллективу.

Планируемые результаты освоения программы.

Предметные результаты изучения хореографии отражают опыт учащихся в танцевальной деятельности, а именно:

- развитие художественного вкуса, устойчивый интерес к танцевальному искусству и различным видам танцевально-творческой деятельности;

- общее понятие о роли хореографии в жизни учащегося и его духовно- нравственном развитии, знание основных закономерностей хореографического искусства;

- представление о художественной картине мира на основе освоения отечественных традиций и постижения историко-культурной, этнической, религиозной самобытности танцевального искусства разных народов;

- использование элементарных умений и навыков при воплощении художественно-образного содержания танцевальных произведений в различных видах хореографической и учебно-творческой деятельности;

- готовность применять полученные знания и приобретенный опыт творческой деятельности при реализации различных проектов;

- участие в создании танцевально-пластических композиций, хореографических постановок, импровизаций, танцевальных фестивалей, концертов, конкурсов и др.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности универсальных учебных действий учащихся, проявляющихся в познавательной и практической деятельности, и отражают:

- формирование знаний о роли хореографии для укрепления здоровья (физического, социального и психического), о положительном влиянии танца на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о хореографии как факторе успешной учебы и социализации;

- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья, показателями основных физических качеств (быстроты, координации, гибкости, выносливости);

- формирование навыка обнаружения ошибок при выполнении учебных заданий;

- формирование навыка взаимодействия со сверстниками;

- формирование умения планирования занятий физическими упражнениями в режиме дня, организации отдыха и досуга с использованием средств хореографии;

- осуществление анализа и объективной оценки выступлений своих сверстников, а также результатов собственного труда;

- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях человека;

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые они должны приобрести в процессе освоения данного курса, а именно:

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, а также уважительного отношения к истории и культуре других народов;

- овладение навыками сотрудничества со взрослыми и сверстниками;

- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях и условиях;

- проявление дисциплинированности, внимательности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;

- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Язык реализации программы: русский

Форма обучения: очная

Особенности реализации программы:

Особенностью программы является реализация ее воспитательного потенциала. В программу включены мероприятия:

1. Направленные на развитие гражданской активности (участие в концерте ко Дню единства России, и Дню Победы и т.д.)

2. Направленные на здоровье сбережение учащихся (беседы о гигиене, о правильном питании, о ЗОЖ, и т.д.)

3. Направленные на профориентацию (возможность поставить самостоятельно постановки к капустникам, беседы о профессиях хореографа, режиссера, актера и т.д.)

• Проведение праздников с участием родителей: международный женский день, День защитника отечества, открытые занятия

• организация массовых мероприятий таких как: посвящение в танцоры, новогодний капустник, чемпионат импровизаций, отчетный концерт.

• в каникулярный период реализация ДОП проходит на учебно-тренировочных сборах в осенние, весенние каникулы. А так же организуются поездки на хореографические конкурсы, и летняя танцевальная смена для учеников коллектива.

Условия набора в коллектив: На данную программу зачисляются дети, успешно освоившие программу «Основы классического танца» или те, кто обладает достаточными умениями, знаниями и навыками для поступления и обучения по данной программе (см. приложение № 3). Учащимся, не справляющимся с программой обучения, рекомендуется остаться еще на один год на прежнем этапе обучения.

Запись в группу производится с разрешения врача, а в течение всего периода обучения проводится диагностика показателей развития физических качеств и двигательных навыков детей.

Условия формирования групп:

Группы формируются разновозрастные. Возможен дополнительный набор учащихся на второй и последующие годы обучения по итогам индивидуального прослушивания и выявления уровня подготовки в соответствии с требованиями к результатам предыдущего года обучения по данной программе. Перевод на второй год обучения осуществляется по результатам промежуточной аттестации в конце первого учебного года.

Возможен дополнительный набор учащихся в группы при наличии опыта результативной творческой деятельности (участие в конкурсах и фестивалях).

Количество обучающихся в группе

Списочный состав групп формируется с учетом вида деятельности, санитарных норм, особенностей реализации программы.

по норме наполняемости: не менее 15 человек на первом году обучения,

не менее 12 человек на втором году обучения,

не менее 10 человек на третьем и последующих годах обучения.

Норма наполняемости может быть снижена в связи с материально-техническим оснащением!

Особенности организации образовательного процесса:

Формы организации занятий

занятия в объединениях могут проводиться по группам, индивидуально или всем составом объединения. Групповые занятия проводятся еженедельно. Индивидуальные занятия проводятся с учениками перед Новогодним капустниками и чемпионатами на импровизацию. Репетиции всем составам проводятся перед класс-концертами, отчетными концертами или конкурсами в которых участвует 2 и более группы.

Программой могут предусматриваться как аудиторные, так и внеаудиторные, в т.ч. самостоятельные, занятия, которые проводятся по группам или индивидуально.

Аудиторные занятия – занятия в пределах учебного класса, задания выполняются под непосредственным руководством педагога. Внеаудиторные - занятия, проводимые вне стен образовательной организации (конкурсы, походы в театр и т.п.) как под руководством педагога, так и без его непосредственного участия (самостоятельная работа над проектами, подготовкой к конкурсам и другим образовательным мероприятиям), но по разработанному педагогом

заданию. Внеаудиторные занятия могут быть как по учебному плану, так и за рамками часов учебного плана.

Формы проведения занятий

Основной формой организации деятельности в дополнительном образовании является учебное занятие. Оно может быть построено как традиционно, так могут быть использованы и другие формы: встреча, гостиная, игра, концерт, конкурс, круглый стол, лабораторное занятие, лекция, мастер-класс, праздник, презентация, репетиция, семинар, соревнование, спектакль, творческая мастерская, творческий отчет, тренинг, турнир, фестиваль, чемпионат, экзамен, экскурсия, и др.

Формы организации деятельности учащихся: на занятии используются следующие виды деятельности:

- фронтальная: работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, показ, объяснение и т.п.);

- групповая: организация работы (совместные действия, общение, взаимопомощь) в малых группах, в т.ч. в парах, для выполнения определенных задач; задание выполняется таким образом, чтобы был виден вклад каждого учащегося (группы могут выполнять одинаковые или разные задания, состав группы может меняться в зависимости от цели деятельности);

- коллективная (ансамблевая): организация проблемно- поискового или творческого взаимодействия между всеми детьми одновременно (репетиция, постановочная работа, концерт, создание коллективного панно и т.п.);

- индивидуальная: организуется для работы с одаренными детьми, солистами, для коррекции пробелов в знаниях и отработки отдельных навыков.

Материально-техническое оснащение программы

Занятия по программе ведёт педагог дополнительного образования в области хореографии.

Для реализации программы требуется следующее материально-техническое обеспечение:

| № п/п | Оборудование | Примечания |
|-------|----------------------------------|------------|
| 1. | Зал для занятий хореографией | 1 |
| 2. | Магнитофон (музыкальный центр) | 1 |
| 3. | Удлинитель | 2 |
| 4. | Коврики гимнастические | 16 |
| 5. | Утяжелители | 32 |
| 6. | Ленты эластичные для растяжки | 10 |
| 7. | Скакалки | 16 |
| 8. | Шпаги | 12 |
| 9. | Подсолнухи (цветы искусственные) | 24 |
| 10. | Костюмы | |

Для занятий необходимо:

1. Оборудование зала:
 - станок
 - покрытие пола (паркет, сплошной линолеум или спец. покрытие).
 - зеркала
 - магнитофон
2. Форма одежды:
 - девочки: трико, черные купальники, юбочки, балетные туфли мягкие, народныетуфли, джазовки;
 - мальчики: черные лосины и белые майки, допускаются подтяжки. Мягкая обувья для классического танца. Джазовки.

Учебный план 1 года обучения

| № п/п | Название раздела, темы | Количество часов | | | Формы контроля |
|-------|-----------------------------------|------------------|-----------|------------|---|
| | | Всего часов | Теория | Практика | |
| 1. | Вводное занятие | 2 | 1 | 1 | Наблюдение, входная диагностика (приложение 2) |
| 2. | Основы джаз-танца | 96 | 32 | 66 | Наблюдение, результаты замеров 1 раз в месяц (приложение 3) |
| 3. | Классический exersice | 34 | 10 | 26 | Наблюдение, открытые занятия (3 раза в год), контрольное занятие (2 раза в год) |
| 4. | Постановочно-репетиционная работа | 68 | 26 | 48 | Наблюдение |
| 5. | Концертная деятельность | 14 | 2 | 12 | Участие в концертной деятельности, концертно-репертуарная карта (приложение 1) |
| 6. | Итоговое занятие | 2 | 1 | 1 | Итоговая диагностика (приложение 2) |
| | Итого: | 216 | 72 | 144 | |

Учебный план 2 года обучения

| № п/п | Название раздела, темы | Количество часов | | | Формы контроля |
|-------|-----------------------------------|------------------|-----------|------------|--|
| | | Всего часов | Теория | Практика | |
| 1. | Вводное занятие | 2 | 1 | 1 | Наблюдение, входная диагностика |
| 2. | Джаз-танец | 64 | 24 | 40 | Наблюдение, открытые занятия (2 раза в год), контрольные занятия |
| 3. | Основы танца-модерн | 34 | 10 | 24 | Наблюдение, открытые занятия (2 раза в год), контрольные занятия |
| 4. | Классический exercise | 34 | 8 | 26 | Наблюдение, открытые занятия (2 раза в год), контрольные занятия |
| 5. | Постановочно-репетиционная работа | 64 | 28 | 36 | Наблюдение |
| 6. | Концертная деятельность | 16 | 2 | 14 | Участие в концертной деятельности, концертно-репертуарная карта |
| 7. | Итоговое занятие | 2 | 1 | 1 | Итоговая диагностика |
| | Итого: | 216 | 74 | 142 | |

Учебный план 3 года обучения

| № п/п | Название раздела, темы | Количество часов | | | Формы контроля |
|----------|-----------------------------------|------------------|-----------|------------|--|
| | | Всего часов | Теория | Практика | |
| 1. | Вводное занятие | 2 | 1 | 1 | Наблюдение, входная диагностика |
| 2. | Джаз-танец | 46 | 12 | 34 | Наблюдение, открытые занятия (2 раза в год), контрольные занятия |
| 3. | Танец-модерн | 46 | 12 | 34 | Наблюдение, открытые занятия (2 раза в год), контрольные занятия |
| 4. | Импровизация | 34 | 16 | 18 | Наблюдение |
| 5. | Классический exercise | 34 | 8 | 26 | Наблюдение, открытые занятия |
| 6. | Постановочно-репетиционная работа | 34 | 12 | 22 | Наблюдение |
| 7. | Концертная деятельность | 18 | 2 | 16 | Участие в концертной деятельности, концертно-репертуарная карта |
| 8. | Итоговое занятие | 2 | 1 | 1 | Итоговая диагностика |
| | Итого: | 216 | 64 | 152 | |

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

1 год обучения

Особенности организации образовательного процесса.

В программе «Современная хореография» широко раскрываются и оттачиваются индивидуальные способности воспитанников: владение техникой джаз- модерн танца, пластическая и музыкальная выразительность, творческое мышление. Отличительной особенностью является то, что повзрослевшие дети уже вовлечены в процесс познания движений и работу над собой. Они осознанно, зрело и с желанием постигают искусство хореографии и способны на самостоятельный творческий подход.

Определяющим направлением этой программы является педагогика сотрудничества и сотворчества, когда ребенок – это мастер, способный работать наравне с педагогом. Это создает особый психологический климат, способствующий раскрепощению учащихся, их сближению друг с другом, познанию своей личности и раскрытию своего внутреннего мира. На этом этапе наиболее ярко прослеживается новый подход к танцу, при котором важен не столько результат, сколько процесс самопознания и самовыражения в танце.

В программе используются наиболее эффективные отечественные и зарубежные методики в области обучения современной хореографии. Программа соответствует возрастным, психологическим и физиологическим особенностям детей и подростков, а также уровню их подготовки.

Задачи 1 года обучения:

Обучающие:

- изучить принципы полицентрики и полиритмии - законов движения в джаз- танце в танцевальных композициях и комбинациях, поставленных как педагогом, так и самостоятельно;
- совершенствовать техники правильного дыхания в различных танцевальных стилях;
- изучить применение техники джазового танца и техники танца body- awakenss

Х.Лимона

Развивающие:

- развивать координацию, подвижность двигательного аппарата, укреплять мышечный аппарат;
- развивать чувства ритма, динамики, выразительности, формы и стиля танца;
- формировать необходимые для занятий личностные качества (выносливость, концентрацию внимания, волевые качества и др.);

Воспитательные:

- прививать чувство правильного этического и эстетического восприятия не только хореографического, но и искусства в целом, а также окружающего мира;
- воспитание трудолюбия и самодисциплины;
- формировать навыки коллективной работы;

Содержание

ДОП «Современная хореография»

1 год обучения

1. Вводное занятие.

Теория. Беседа о коллективе, планах на текущий год, просмотр видео, фотоматериалов. Инструктаж по технике безопасности.

Практика. Упражнение «ХакиЗумба» на командообразование.

Форма контроля. Наблюдение. Входная диагностика. (Приложение 2)

2. Основы джаз-танца.

Теория. Основные позиции рук и ног, джазовый exercise и джазовые элементы на середине зала

Практика. Основные позиции ног: I, II, III и VI.

Plie по I, II параллельным позициям и I, II out-позициям.

Основные позиции рук: пресс-позиция, I, II, III и V.

Releve по I, II параллельным позициям и I, II out- позициям.

Flat back вперед на прямых ногах

Flat back вперед на plie.

Техника изоляции.

Jump по I, II параллельным и out-позициям

Battement tendu по I out и параллельной позициям.

Battement tendu jeté по I out и параллельной позициям.

Pas de bourrée.

Passé на полной стопе по I параллельной и out-позиции.

Curve и arch.

Комбинации с использованием curve и arch.

Roll-down и roll-up.

Flat back, side stretch, deep body bend.

Body roll-боковая волна сверху вниз.

Body roll-фронтально сверху вниз.

Stretch в положении in-position, out- position.

Contraction и release.

Pas chassée

Step ball change.

Kick ball change.

Battement releve lent в tilt.

Battement developpe.

Основные виды уровней.

Комбинации с переменной уровней.

Frog-position

Положение high release.

Jazz split.

Stretch в упражнениях на коленях.

Floor levels.

Спиральи торса на всех уровнях.

Основные принципы смены уровней

Flat step. Tap step. Cross step.

Повороты на различных уровнях.

Комбинации с изменением направления вращения.
Кросс-комбинации.

Форма контроля. Наблюдение. Фиксация результатов замеров. (Приложение 3)

3. Классический Exercice.

Теория. Exercice у станка, exercice на середине зала.

Практика.

Battements tendus: в маленьких и больших позах.

Battements tendus jetes в больших и маленьких позах.

Demi - rond et rond de jambe на 45 en dehors et en dedans на demi- plie.

Battements fondus double на всей стопе и на полупальцах.

Battements frappes et battements doubles frappes на полупальцах.

Pas tombe с продвижением.

Battement releves lents и battement developpes в большие позы и на полупальцах.

2-е port de bras

Полуповороты на полупальцах en dehors et en dedans на двух ногах.

Preparation к pirouette sur le cou-de-pied en dehors et en dedans с V позиции.

Pirouette с V позиции en dehors et en dedans.

Экзерсис на середине зала. Battements tendus en tournant

Battements tendus jetes en tournant

Flic flac без поворота.

Demi - rond et rond de jambe на 45 en dehors et en dedans en tournant

Battements fondus en fase и в маленьких позах.

Pas de bourree носком в пол и на 45.

Preparation к pirouette en dehors et en dedans с IV позиции. Pirouette en dehors et en dedans с IV позиции

Форма контроля. Наблюдение. Открытое занятие.

4. Постановочно-репетиционная работа.

Теория. Работа над репертуаром

Практика. Разучивание постановки «Опять двойка»

Форма контроля. Наблюдение. Фото, видео фиксация.

5. Концертная деятельность.

Теория. Рассказ о правилах поведения на сцене, о методиках контроля над волнением.

Практика. Выступления на школьных мероприятиях, а так же конкурсах и фестивалях.

Форма контроля. Концертно-репертуарная карта. (Приложение 1)

6. Итоговое занятие.

Теория. Итоговая диагностика

Практика. Игровая программа «Танец – наше все»

Форма контроля. Наблюдение. Входная диагностика. (Приложение 2)

Планируемые результаты

1 года обучения

Предметные:

- развитие художественного вкуса, устойчивый интерес к танцевальному искус-

ству и различным видам танцевально-творческой деятельности;

- общее понятие о роли хореографии в жизни учащегося и его духовно- нравственном развитии, знание основных закономерностей хореографического искусства;

- представление о художественной картине мира на основе освоения отечественных традиций и постижения историко-культурной, этнической, религиозной самобытности танцевального искусства разных народов;

- использование элементарных умений и навыков при воплощении художественно- образного содержания танцевальных произведений в различных видах хореографической и учебно-творческой деятельности;

- готовность применять полученные знания и приобретенный опыт творческой деятельности при реализации различных проектов;

участие в создании танцевально-пластических композиций, хореографических постановок, импровизаций, танцевальных фестивалей, концертов, конкурсов и др.

Метапредметные:

- формирование знаний о роли хореографии для укрепления здоровья (физического, социального и психического), о положительном влиянии танца на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о хореографии как факторе успешной учебы и социализации;

- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья, показателями основных физических качеств (быстроты, координации, гибкости, выносливости);

- формирование навыка обнаружения ошибок при выполнении учебных заданий;

- формирование навыка взаимодействия со сверстниками;

- формирование умения планирования занятий физическими упражнениями в режиме дня, организации отдыха и досуга с использованием средств хореографии;

- осуществление анализа и объективной оценки выступлений своих сверстников, а также результатов собственного труда;

видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях человека;

Личностные:

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, а также уважительного отношения к истории и культуре других народов;

- овладение навыками сотрудничества со взрослыми и сверстниками;

- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях и условиях;

- проявление дисциплинированности, внимательности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;

После 1 года обучения по дополнительной общеобразовательной программе «Современная хореография» учащиеся должны знать теоретически и показать практически:

- знать и иметь четкое представление о правильном выстраивании основания скелета, знать принципы правильного дыхания, основные принципы импровизации. Правильное дыхание в импровизации. Знать терминологию, основные принципы и понятия техники BODY-AWAKENESS. Разбираться в стилистических различиях танцевальных направлений. Знать восемь базовых типов усилий и 6 моделей рождения движений, основанных на связях техники LMA.

- уметь исполнять комбинации со сменой Levels с использованием contraction, release, спирали, твиста торса. Уметь практически использовать эмоциональное состояние, настроение

при выполнении комбинации движений в технике Х.Лимона. Уметь взаимодействовать с партнером, с пространством, временем, работать с весом, инерцией, падением и вращением, выполнять комбинации в парах и с большим количеством участников. Уметь исполнять и выступать на сцене с танцевальными этюдами и композициями.

- овладеть техникой исполнения напряжении-расслаблении тела во время движения, техническими навыками исполнения вращений, перемещений, основных принципов импровизации, партнеринга и техники BODY- AWAKENESS.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

2 год обучения

Особенности организации образовательного процесса.

В программе «Современная хореография» широко раскрываются и оттачиваются индивидуальные способности воспитанников: владение техникой джаз- модерн танца, пластическая и музыкальная выразительность, творческое мышление. Отличительной особенностью является то, что повзрослевшие дети уже вовлечены в процесс познания движений и работу над собой. Они осознанно, зрело и с желанием постигают искусство хореографии и способны на самостоятельный творческий подход.

Определяющим направлением этой программы является педагогика сотрудничества и сотворчества, когда ребенок – это мастер, способный работать наравне с педагогом. Это создает особый психологический климат, способствующий раскрепощению учащихся, их сближению друг с другом, познанию своей личности и раскрытию своего внутреннего мира. На этом этапе наиболее ярко прослеживается новый подход к танцу, при котором важен не столько результат, сколько процесс самопознания и самовыражения в танце.

В программе используются наиболее эффективные отечественные и зарубежные методики в области обучения современной хореографии. Программа соответствует возрастным, психологическим и физиологическим особенностям детей и подростков, а также уровню их подготовки.

Задачи 2 года обучения:

Обучающие:

- Освоение элементов классического танца.
- Освоение движений в технике джаз-танца.
- Освоение элементов народно-характерного танца и техники их исполнения.
- Изучение специальной терминологии.
- Обучение выразительному исполнению.

Развивающие:

- Развитие музыкально – образного мышления.
- Развитие познавательных интересов.
- Развитие эмоциональной сферы.
- Развитие специальных способностей.
- Сохранение и укрепление психического здоровья детей.

Воспитательные:

- Воспитание трудолюбия, ответственности и др. личностных качеств.
- Совершенствование навыков публичного выступления.
- Создание комфортного психологического климата, благоприятной ситуации успеха.

Содержание

ДОП «Современная хореография»

2 год обучения

1. Вводное занятие.

Теория. Теоретические знания о природе движения, смысле танца, о логике построения танцевальных композиций в современной хореографии.

Инструктаж по технике безопасности.

Практика. Упражнение «Броуновское движение» на концентрацию внимания.

Форма контроля. Наблюдение. Входная диагностика. (Приложение 2)

2. Джаз-танец.

Теория. Джазовый exercise

Практика.

Наклоны торса в сочетании с plie, bodi roll.
Battement tendu по I параллельной позиции.
Battement tendu с pas tombe по I параллельной позиции.
Battement tendu с pas tombe на II параллельную позицию.
Degage по II, IV позиции с demi-plie.
Перенос тяжести тела с ноги на ногу на разных уровнях.
Подготовка к вращениям.
Battement tendu jete с tombe на 45° вперед, в сторону, назад
Rond de jambe par terre в сочетании с руками.
Kick boll chenge на 45 гр. И 90 гр. С растяжкой
Упражнения на развитие подвижности позвоночника.
Выпады на разные уровни, выход в par terre.
Практика правильного падения.
Plie по прямым и параллельным позициям с комбинациями рук.
Grand pas jete.

Форма контроля. Наблюдение. Открытые занятия, контрольные задания.

3. Народно-характерный танец.

Теория. История народно-характерного танца

Практика. Раскрытие и открытие рук, Переменные шаги. Элементы «Гармошка». «Ковырялочка». Боковой шаг с выносом ноги на каблук. Притопы. Перескоки с ноги на ногу. Прыжки с поджатыми ногами. «Уральские молоточки». «Моталочка». Припадание. Дробные движения. Вращения на переступаниях по VI позиции. Элементы итальянского танца «Тарантелла». Элементы белорусского танца. Элементы украинского танца. Элементы прибалтийских танцев.

Форма контроля. Наблюдение. Открытые занятия, контрольные задания.

4. Классический exersice.

Теория. Методика выполнения классического exersice

Практика. Demi plie по I, II, V, IV боком к палке на 1 такт 4/4. Grand plie по I, II, V позициям боком к палке на 2 такта 4/4. Battement tendu simple по V на 2 такта 2/4. Passe par terre из I и V позиции на 2 такта 4/4. Battement tendu jete по V позиции боком к палке на 1 такт 2/4. Rond de jambe par terre на 4 такта 3/4, на 1 такт 4/4 боком к палке. Battement frappe на 25* боком к палке на 2 такта 4/4. Petit battement на 2 такта 2/4 боком к палке. Releve lent на 90* боком к палке на 2 такта 4/4, 8 тактов 3/4. Grand battement jete по V боком к палке на 2 такта 2/4, 4 такта 3/4. Releve по I, II, V, IV на 2 такта 4/4. Port de bras в упражнениях у станка. Battement tendu с passe par terre. Battement tendu с demi-plie на II поз. ног. Battement developpes в сторону (4/4-2т.). Battement developpes назад (4/4-2т.). Releve на полупальцы в V поз. ног с plie на plie. Tour. Pirouette.

Форма контроля. Наблюдение. Открытые занятия, контрольные задания

5. Постановочно-репетиционная деятельность.

Теория. Правила построения танца, композиция постановки танца.

Практика. Разучивание танца «А река течет»

Форма контроля. Наблюдение.

6. Концертная деятельность.

Теория. Техники снятия зажимов при выступлении на сцене.

Практика. Выступления на школьных мероприятиях, а так же участие в конкурсах.

Форма контроля. Концертно-репертуарная карта. (Приложение 1)

7. Итоговое занятие.

Теория. Повторение пройденного

Практика. Выходная диагностика, заполнение опросника

Форма контроля. Наблюдение. Итоговая диагностика.

Планируемые результаты

2 года обучения

Предметные:

- знать правила исполнения упражнения у станка и на середине;
- знать основные принципы построения хореографического номера;
- понимать и различать основные танцевальные направления;
- знать названия упражнений на французском и английском языке;
- исполнять коллективные танцы в различных стилях.

Метапредметные:

- ориентироваться в системе знаний по хореографии: отличать новое от уже изученного;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую (инструкция - движения);
- учиться самостоятельно проводить разминку, выполнять новые движения по образцу.
- потребность в общении со сверстниками на темы, связанные с хореографией. ориентированность в культурном многообразии окружающей действительности, участие в жизни микро - и макросоциума (группы, класса, школы, города, региона и др.);
- овладение способностью к творческой реализации собственных творческих замыслов через понимание целей, выбор способов решения проблем поискового характера;
- применение знаково-символических средств для решения коммуникативных и познавательных задач.

Личностные:

- укрепление культурной, этнической и гражданской идентичности в соответствии с духовными традициями семьи и народа;
- овладение навыками сотрудничества со взрослыми и сверстниками;
- формирование этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.
- развитие мотивации к танцевально-учебной деятельности и реализация творческого потенциала в процессе коллективного творчества;
- продуктивное сотрудничество (общение, взаимодействие) со сверстниками --
- при решении различных творческих задач, в том числе танцевальных;
- Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат.

После 2 года обучения по дополнительной общеобразовательной программе «Модерн-джаз танец. Радость творчества» учащиеся должны знать теоретически и показать практически:

- знать и иметь представление о правильном выстраивании основания скелета, знать принципы правильного дыхания, основные принципы импровизации. Правильное дыхание в импровизации. Знать терминологию, основные принципы и понятия техники BODY-AWAKENESS, техники Х.Лимона. Понимать стилистические различия танцевальных направлений. Знать основные понятия партнеринга - «Сила», «вес»,

«напряжение», «освобождение», «инерция». Знать лексику, методику обучения основным принципам модерн-джаз танца, методику репетиционной работы. Иметь основные знания экспериментальной анатомии и связей в теле для достижения эффективного способа движения.

- уметь исполнять комбинации со сменой Levels с использованием contraction, release, спирали, твиста торса. Иметь умение продемонстрировать практические навыки и способность вести поиск новых форм движения посредством сольной и контактной импровизации.

- уметь взаимодействовать с партнером, с пространством, работать с весом, инерцией, падением и вращением, выполнять комбинации в парах и с большим количеством участников. Иметь умение применять и использовать в движении и композициях техники BODY-AWAKENESS, Х.Лемона и LMA/ BF. Уметь грамотно исполнять и эмоционально насыщенно выступать на сцене с танцевальными этюдами и композициями.

- овладеть техникой движения, техническими навыками исполнения вращений, перемещений, основных принципов импровизации, партнеринга и техники BODY-AWAKENESS. Овладеть техникой воздействия руками на собственное или тело партнера, позволяющее ему лучше почувствовать то или иное движение, техникой развивать внутреннюю силу, не прибегая к напряжению в теле. Овладеть техникой исполнения танцевальных композиций в различных техниках современного танца и гармоничном соединении этих видов техник.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

3 год обучения

Особенности организации образовательного процесса.

В программе «Современная хореография» широко раскрываются и оттачиваются индивидуальные способности воспитанников: владение техникой джаз-модерн танца, пластическая и музыкальная выразительность, творческое мышление. Отличительной особенностью является то, что повзрослевшие дети уже вовлечены в процесс познания движений и работу над собой. Они осознанно, зрело и с желанием постигают искусство хореографии и способны на самостоятельный творческий подход.

Определяющим направлением этой программы является педагогика сотрудничества и сотворчества, когда ребенок – это мастер, способный работать наравне с педагогом. Это создает особый психологический климат, способствующий раскрепощению учащихся, их сближению друг с другом, познанию своей личности и раскрытию своего внутреннего мира. На этом этапе наиболее ярко прослеживается новый подход к танцу, при котором важен не столько результат, сколько процесс самопознания и самовыражения в танце.

В программе используются наиболее эффективные отечественные и зарубежные методики в области обучения современной хореографии. Программа соответствует возрастным, психологическим и физиологическим особенностям детей и подростков, а также уровню их подготовки.

Задачи 3 года обучения:

Обучающие:

- выработать у обучающихся комплекс навыков и умений, способствующих свободному и выразительному овладению различными техниками и стилями современной хореографии;
- познакомить с историей танца, различными танцевальными культурами;
- сформировать исполнительскую культуру и навыки ориентации в сценическом пространстве.

Развивающие:

- раскрыть и развить творческие способности обучающихся, эмоциональную отзывчивость на музыку, способность к импровизации;
- содействовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата, формированию правильной осанки, профилактике плоскостопия, функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма;
- развить мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности обучающихся.

Воспитательные:

- привить интерес к танцевальному творчеству;
- воспитать культуру общения, способствовать установлению и укреплению дружеских взаимоотношений в коллективе;
- воспитать чувство ответственности за индивидуальное и коллективное творчество;
- приобщить к здоровому образу жизни;

Содержание

ДОП «Современная хореография»

3 год обучения

1. Вводное занятие.

Теория. Теоретические знания о природе движения, смысле танца, о логике построения танцевальных композиций в современной хореографии.

Инструктаж по технике безопасности.

Практика. Игровая программа «Танцевальный колейдоскоп»

Форма контроля. Наблюдение. Входная диагностика. (Приложение 2)

2. Джаз-танец.

Теория. Методика исполнения джаз-танца

Практика. Экзерсис на середине. Партер. Изоляция. Полицентрия. Полиритмия. Plie releve , relevent, adajio, attitude, grand battement jete по позициям ног: выворотные и параллельные. Переходы из параллельной позиции в выворотную и обратно. Танцевальные комбинации. Растяжка-stretch, side stretch. Вращения, вращения в воздухе, вращения с переменной уровня. "Levels". Особые Levels change. "Кросс". Перемещения в пространстве. Техника BODY- AWAKENESS. Техника Х.Лимона (Limon technique). Техника LMA/BF (Laban movement analysis/Bartenieff fundamentals).

Форма контроля. Наблюдение. Открытое занятие

3. Народно-характерный танец

Теория. Методика исполнения народно-характерного танца.

Практика. Plie, grand-plié в венгерском характере. Bt-tendu (I, II, III вид) в русском, белорусском характере. Rond des jambes в восточном характере. Подготовка к веревочке в русском характере. Grand battement jeté, jeté-pointe в белорусском характере. Grand battement с падением на рабочую ногу в украинском характере. Grand plie с port des bras в восточном характере. Develloppement с ударом в опорной ноге в венгерском характере. Упражнения на середине: молдавский танец. Положения рук, ног, основные ходы. Татарский танец. Положения рук, ног, основные танцевальные ходы. Цыганский танец. Положения рук, ног, основные танцевальные ходы. Испанский танец. Положения рук, ног, основные танцевальные ходы.

Форма контроля. Наблюдение. Открытые занятия, контрольные задания.

4. Импровизация.

Теория. Виды импровизаций. Техники дыхания.

Практика. Работа с дыханием как основой импровизации. Сольная импровизация. Контактная импровизация. Партнеринг. Самостоятельные постановочные работы.

Форма контроля. Наблюдение. Проведение конкурса самостоятельных работ.

5. Классический exsercice

Теория. Методика исполнения классического танца

Практика. Rond на 45 en dehors et en dedans на полупальцах. Battements relevent et battements develloppement в большие позы epaulment. Grand battement jete developer («мягкие») на всей стопе. Flic-flac en face. Battements tendus en tournant en dehors, en dedans по- 1/8, 1/4 круга. Temps lie на 90 с переходом на всю стопу. 5-е port de bras. 6-е port de bras. Pas de bourree dessus-dessous en face. Pirouettes en dehors et en dedans. Прыжок Sissonne simple (вперед). Прыжок Sissonne ouverte.

Форма контроля. Наблюдение. Открытое занятие.

6. Постановочно-репетиционная деятельность.

Теория. Композиция постановки танца, хореографические приемы и рисунки

Практика Разучивание лирического этюда

Форма контроля. Наблюдение.

8. Концертная деятельность.

Теория. Повторение правил поведения на сцене, техники снятия мышечного напряжения перед выступлением

Практика. Выступление на школьных мероприятиях и конкурсах.

Форма контроля. Концертно-репертуарная карта. (Приложение 1)

9. Итоговое занятие.

Теория. Итоговая диагностика

Практика. Игровая программа «Танец это маленькая жизнь!»

Форма контроля. Наблюдение. Итоговая диагностика.

Планируемые результаты

3 года обучения

Личностные

- выполняют свои права и обязанности как обучающиеся: правила поведения на занятиях, соблюдают чистоту, сохраняют имущество;
- проявляют активный интерес к хореографическому искусству, современному и классическому танцу;
- сформировано эстетическое и нравственное отношение к окружающему миру в общекультурной компетенции.

Метапредметные

- проявляют творческие способности и способности к самоорганизации;
- корректируют свою деятельность в соответствии с заданиями и замечаниями педагога, контролируют собственное исполнение, согласовывая его с коллективным;
- анализируют музыкальный материал;
- соблюдают культуру поведения на сцене, этику, эстетику в коммуникативной компетенции;
- владеют элементарными навыками здорового образа жизни и гармонии тела

После 3 года обучения по дополнительной общеобразовательной программе «Модерн-джаз танец. Радость творчества» учащиеся должны знать теоретически и показать практически:

- знать и иметь четкое представление о правильном выстраивании основания скелета, знать принципы правильного дыхания, основные принципы импровизации. Знать терминологию, основные принципы и понятия техники BODY-AWAKENESS, техники Х.Лимона, LMA. Разбираться в стилистических различиях танцевальных направлений. Знать лексику, методику обучения основным принципам современного танца, методику репетиционной работы. Иметь знания экспериментальной анатомии и связей в теле для достижения эффективного способа движения.

- уметь исполнять комбинации со сменой Levels с использованием contraction, release, спирали, твиста торса. Иметь умение продемонстрировать практические навыки и способность вести поиск новых форм движения посредством сольной и контактной импровизации.

- уметь взаимодействовать с партнером, с пространством, временем, работать с весом, инерцией, падением и вращением, выполнять комбинации в парах и с большим количеством участников. Иметь умение применять и использовать в движении и композициях техники BODY-AWAKENESS, Х.Лимона и LMA/ BF. Уметь технически грамотно исполнять и выступать на сцене с танцевальными композициями.

- овладеть техникой движения, техническими навыками исполнения вращений, перемещений, основных принципов импровизации, партнеринга и техники BODY-AWAKENESS и LMA. Овладеть техникой энергии внутренней силы, инерции, расслабления, не прибегая к напряжению в теле. Овладеть техникой исполнения танцевальных композиций в различных техниках современного танца и гармоничном соединении этих видов техник.

МЕТОДИЧЕСКИЕ и ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Используемые практики, технологии и методы.

групповые и индивидуальные методы обучения

| Года обучения | Недельная нагрузка | Направления деятельности | Кол-во часов | | Формы и методы |
|---------------|--------------------------------|---|--------------|----------------------------|---|
| | | | всего | В том числе | |
| 1-ый год | 3 раза по 2 академических часа | <ul style="list-style-type: none"> • Основы джаз-танца • Классический экзерсис • Работа над репертуаром • Концертная деятельность | 216 | 96 34 68 14 | Объяснение, репетиция, концерт; аттестационное занятие; посещение театра; выезды на каникулы в ДОЛ. |
| 2-ой год | 3 раза по 2 академических часа | <ul style="list-style-type: none"> • Основы танца-модерн • Джаз-танец • Работа над репертуаром • Классический экзерсис • Концертная деятельность | 216 | 34 64 64 34 16 | Объяснение, репетиция, концерт; конкурс, фестиваль, аттестационное занятие; посещение театра; выезды на каникулы в ДОЛ. |
| 3-ий год | 3 раза по 2 академических часа | <ul style="list-style-type: none"> • Джаз-танец • Танец-модерн • Импровизация • Работа над репертуаром • Классический экзерсис | 216 | 46 46 34 34 34 | Объяснение, репетиция, концерт; конкурс, фестиваль, аттестационное занятие; посещение театра; выезды на каникулы в ДОЛ. |

Дидактические средства.

- учебные пособие

Электронные образовательные ресурсы.

<https://danceacademyrussia.ru/> - Танцевальная академия Россия

Список литературы:

Литература для педагога:

1. Александрова Н.А. Балет. Танец. Хореография. – СПб: Лань, Планета музыки, 2008. - 416с.
2. Базарова Н.П. Классический танец. - Л.: Искусство, 1984. -199с.
3. Базарова Н.П. Мей В. Азбука классического танца. - М.: Искусство, 1983. -208с.
4. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. – М.: Айрис-пресс, 2000.
5. Васильева Н. Танец. – Москва, 2000. - 100с.

6. Вихрева Н.А. Экзерсис на полу для подготовки к занятиям классическим танцем. – М.: Театралис, 2004. -82с.
7. Головкина С.Н. Уроки классического танца в старших классах. – М.: Искусство, 1989. - 123с
8. Зихлинская Л. Мей В. Первые шаги. – Киев: Логос, - 2004. - 358с.
9. Цорн А.Я. Грамматика танцевального искусства и хореографии. 2-е изд., испр. – СПб.: Издательство «Планета музыки»; Издательство «Лань»,2011
10. Костровицкая В. 100 уроков классического танца. – Л.: Искусство, - 1972. -239с.

Для родителей и учащихся:

1. «Современное образование в России: актуальные проблемы и перспективы развития». -ООО «Бланком», 2010г.
2. Васильева Т.К. Секрет танца. - Санкт-Петербург: Диамант, 2017.
3. М.А. Михайлова, Е.В. Горбина. Популярное пособие для родителей и педагогов. – Ярославль: «Академия развития», 2007. – С. 24

Интернет-источники:

1. «В помощь хореографу» <https://dancehelp.ru/>.
2. Видео уроки канала Кристины Мацкевич https://www.youtube.com/channel/UCNMс6uzQYq_mR8bHy2YLzAg

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Входной контроль (при необходимости)

Стартовая диагностика способностей ребенка

Текущий контроль

1. Иметь хороший шаг, поставленный корпус
2. Иметь хорошую гибкость
3. Быть выносливым и трудоспособным
4. Уметь быстро запоминать хореографический текст
5. Знать базовую терминологию современного танца
6. Уметь хорошо ориентироваться в пространстве сцены
7. Иметь хороший музыкальный слух, уметь просчитывать музыку и двигаться в темп.
8. Иметь Развитые хореографические данные

Критерии оценки

Как правило, оценка качества выставляется на итоговом занятии. В оценке качества исполнения учитывается следующее:

- техническая правильность движения;
- изящество, танцевальность и выразительность исполнения;
- образ, созданный воспитанником при исполнении;
- исходные природные данные;
- качественный рост по сравнению с предыдущим исполнением.

Все перечисленные критерии не обязательно используются одновременно. Самое главное в оценке результативности учитывать исходные природные данные и результативность занятий, по сравнению с более ранними сроками обучения.

Контроль проводится:

- текущий (оценки выставляются в журнал в день проведения контроля);

1. Индивидуальные задания;
 2. Задание по отдельным группам;
 3. Задание на всю группу воспитанников;
 4. Индивидуальные задания на объяснение пройденного материала другим воспитанникам;
 5. проверка самостоятельно поставленных композиций.
- итоговый (на основе текущих оценок выставляется итоговая оценка за учебную

четверть, а на основе четвертных оценок – итоговая оценка за год).

Способы проверки результатов:

1. Участие в конкурсных мероприятиях;
2. Итоговые занятия.