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

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБОУ лицея №144
Калининского района Санкт-Петербурга
Протокол от 23.06.2026 г. № 11

УТВЕРЖДЕНА
Приказом от 23.06. 2026 г. №40
директор ГБОУ лицея №144
Калининского района Санкт-Петербурга
_____ / Федорова Л. А. /

Дополнительная общеразвивающая программа «Современная хореография»

Срок освоения: 648 академических часов
Возраст обучающихся: 11-17 лет

Разработчик программы:
Кульченко Ксения Владимировна,
педагог дополнительного образования

ГБОУ лицей № 144
Калининского района
Санкт-Петербурга
Подписано электронной подписью
01.09.2026 11:37
директор
Федорова Лолита Анатольевна
7804140160-15-1792572612-20261021-293-3-1150-12

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 11-17 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.

Уровень освоения программы – обшекультурный.

Объем и срок освоения программы.

Программа рассчитана на 648 академических часов.

1 год обучения 216 акад.часов

2 год обучения 216 акад.часов

3 год обучения 216 акад.часов

Цель.

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

Задачи.

Обучающие задачи:

1. Развить художественный вкус и устойчивый интерес к танцевальному искусству через знакомство с различными стилями современной хореографии (контемпорари, хип-хоп, джаз-модерн и др.).

2. Сформировать общее представление о роли хореографии в жизни человека и её влиянии на духовно-нравственное развитие, познакомить с основными закономерностями хореографического искусства.
3. Познакомить с историко-культурной и этнической самобытность танцевального искусства разных народов, показать связь современных направлений с традиционными формами танца.
4. Обучить базовым элементам и связкам в различных стилях современной хореографии, развить навыки их комбинирования и воплощения художественно-образного содержания в танцевальных произведениях.
5. Развить навыки импровизации и создания танцевально-пластических композиций, научить основам постановки хореографических номеров.
6. Подготовить учащихся к участию в концертах, фестивалях и конкурсах: отработать сценическую подачу, взаимодействие с партнёрами и аудиторией, правила поведения на сцене.

Развивающие задачи:

1. Сформировать понимание роли хореографии для укрепления физического, социального и психического здоровья, объяснить положительное влияние танца на общее развитие личности и успешную социализацию.
2. Развить навык самонаблюдения: научить отслеживать своё физическое состояние, величину нагрузок, показатели гибкости, координации, выносливости и соотносить их с индивидуальными возможностями.
3. Развить аналитические способности: научить выявлять ошибки в собственной технике исполнения и в выступлениях сверстников, предлагать способы их исправления.
4. Сформировать навыки планирования и организации занятий: научить составлять индивидуальный график тренировок, включать элементы хореографии в режим дня и досуг.
5. Развить эстетическое восприятие: научить видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в танце, формировать собственный художественный вкус.
6. Укрепить навыки взаимодействия и коммуникации в коллективе: развить умение работать в команде, договариваться, учитывать мнения партнёров при создании хореографических композиций.

Воспитательные задачи:

1. Воспитать чувство гордости за отечественную хореографическую культуру и уважение к традициям народов России, а также толерантное отношение к культурным особенностям других народов через изучение их танцевального наследия.
2. Развить навыки сотрудничества и конструктивного взаимодействия со сверстниками и взрослыми: умение слушать, договариваться, оказывать поддержку и принимать помощь.
3. Сформировать эмоционально-волевые качества: дисциплинированность, внимательность, трудолюбие, упорство в достижении целей, умение управлять своими эмоциями в стрессовых ситуациях (например, перед выступлением).
4. Воспитать ответственное отношение к здоровью: сформировать установку на безопасный, здоровый образ жизни, объяснить важность разминки, заминки и восстановления после нагрузок.
5. Мотивировать к творческому труду и работе на результат: развить стремление к самосовершенствованию, готовность преодолевать трудности и доводить начатое до конца.
6. Способствовать формированию позитивной самооценки и уверенности в себе через успешное участие в концертной и конкурсной деятельности, получение конструктивной обратной связи.

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, наличиемотивации 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 году 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.	Удлинители	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 обувьдля 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	Входная диагностика (приложение 1)
2.	Основы джаз-танца	96	32	66	Контрольное занятие
3.	Классический exersice	34	10	26	Открытое занятие
4.	Постановочно-репетиционная работа	68	26	48	Показ творческих работ (Приложение 3)
5.	Концертная деятельность	14	2	12	Концертное выступление (Приложение 4)
6.	Итоговое занятие	2		2	Итоговая диагностика (приложение 2)
	Итого:	**216**	**71**	**145**	

Учебный план 2 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	Входная диагностика (приложение1)
2.	Джаз-танец	64	24	40	Контрольное занятие
3.	Основы танца-модерн	34	10	24	Творческий показ
4.	Классический exersice	34	8	26	Открытое занятие
5.	Постановочно-репетиционная работа	64	28	36	Показ творческих работ (Приложение 3)
6.	Концертная деятельность	16	2	14	Концертное выступление (Приложение 4)
7.	Итоговое занятие	2		2	Итоговая аттестация (приложение 1)
	Итого:	**216**	**73**	**143**	

Учебный план 3 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	Входная диагностика (приложение1)
2.	Джаз-танец	46	12	34	Контрольное занятие
3.	Танец-модерн	46	12	34	Творческий показ
4.	Импровизация	34	16	18	Импровизационное задание (творческая диагностика)
5.	Классический exersice	34	8	26	Открытое занятие
6.	Постановочно-репетиционная работа	34	12	22	Показ творческих работ (Приложение 3)
7.	Концертная деятельность	18	2	16	Концертное выступление (Приложение 4)
8.	Итоговое занятие	2		2	Итоговая аттестация (приложение2)
	Итого:	**216**	**63**	**153**	

УТВЕРЖДАЮ
Приказ №45/1до от 01.09.2026 г.
директор ГБОУ лицея №144
Калининского района Санкт Петербурга
_____ / Федорова Л. А. /

Календарный учебный график реализации
дополнительной общеразвивающей программы
«Современная хореография»
2026-2027 уч.год

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1-ый год	14.09.2026	31.05.2027	36	108	216	3 раза в неделю по 2ак. часа
2-ойгод	01.09.2026	31.05.2027	36	108	216	3 раза в неделю по 2ак. часа
3-ий год	01.09.2026	31.05.2027	36	108	216	3 раза в неделю по 2ак. часа

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
1 год обучения

Обучающие задачи:

1. Познакомить с основами современной хореографии: стилями (контемпорари, хип-хоп, джаз-модерн), базовыми элементами и терминологией.
2. Развить начальное чувство ритма и координацию: научить согласовывать движения с музыкой разных жанров и темпов.
3. Обучить базовым позициям и движениям в разных стилях, простым связкам и переходам между элементами.
4. Познакомить с принципами импровизации: научить выражать эмоции через свободные движения под музыку.
5. Сформировать начальные навыки работы в группе: синхронность в простых построениях, взаимодействие с партнёрами.
6. Подготовить к участию в отчётном концерте: разучить и исполнить групповой танец в одном из современных стилей.

Развивающие задачи:

1. Объяснить роль хореографии в укреплении здоровья (физического, социального, психического) и её влияние на общее развитие личности.
2. Научить наблюдать за своим физическим состоянием: замечать усталость, делать паузы, соотносить нагрузку с возможностями.
3. Развить навык выявления явных ошибок в технике исполнения (неправильная осанка, потеря координации) и их исправления с помощью педагога.
4. Сформировать начальные навыки планирования: составить простой график занятий, включить элементы хореографии в режим дня.
5. Развить эстетическое восприятие: научить замечать красоту простых движений, выделять основные эстетические признаки в танце.
6. Воспитать навыки взаимодействия в коллективе: слушать указания педагога, поддерживать товарищей, работать на общий результат.

Воспитательные задачи:

1. Воспитать интерес к отечественной хореографической культуре и уважение к традициям народов России.
2. Развить доброжелательность и готовность помогать сверстникам при разучивании элементов.
3. Формировать дисциплинированность и внимательность на занятиях: следовать инструкциям, доводить отработку элементов до конца.
4. Прививать установку на здоровый образ жизни: объяснить важность разминки и заминки, правильного дыхания.
5. Мотивировать к творческому труду: поощрять инициативу в импровизации, стремление улучшить исполнение.
6. Развивать уверенность в себе через успешное участие в концерте и получение позитивной обратной связи.

Содержание
ДОП «Современная хореография»
1 год обучения

1. **Вводное занятие**

Теория: Знакомство с программой обучения. Правила поведения в танцевальном классе. Инструктаж по технике безопасности. Требования к внешнему виду и дисциплине на занятиях.

Практика: Организационные упражнения. Игры на знакомство и сплочение коллектива. Первичная диагностика уровня физической и танцевальной подготовки обучающихся.

2. **Основы джаз-танца**

Теория: Основные принципы джазовой техники. Понятие изоляции, координации, ритма и пластики движения. Особенности современного танцевального языка.

Практика: Освоение базовых движений джаз-танца. Работа с изоляцией частей тела. Развитие координации и музыкальности. Танцевальные комбинации на основе джазовой техники.

3. **Классический exersice**

Теория: Базовые понятия классического танца. Позиции ног и рук, постановка корпуса, принципы экзерсиса у станка и на середине.

Практика: Экзерсис у станка: позиции ног, plié, battement tendu, battement jeté, rond de jambe. Экзерсис на середине зала: координация, устойчивость, простые комбинации, развитие выворотности и пластики.

4. **Постановочно-репетиционная работа**

Теория: Основы сценической культуры. Правила поведения на сцене. Принципы создания танцевального номера.

Практика: Разучивание танцевальных комбинаций. Постановка учебных номеров. Репетиционная работа. Формирование навыков ансамблевой работы и сценического взаимодействия.

5. **Концертная деятельность**

Теория: Культура сценического выступления. Основы поведения артиста на сцене. Работа с эмоциональной выразительностью.

Практика: Участие в концертах, школьных мероприятиях и конкурсах. Отработка сценических номеров. Развитие сценической уверенности и исполнительского мастерства.

7. **Итоговое занятие**

Практика: Итоговый показ. Демонстрация освоенных танцевальных навыков. Контрольное выступление.

Планируемые результаты

1 года обучения

Предметные:

- развитие художественного вкуса, устойчивый интерес к танцевальному искусству иразличным 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, религиознойсамобытности 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 врежиме дня, организации отдыха и досуга с использованием средств хореографии;
-осуществление анализа и объективной оценки выступлений своих сверстников, атакже 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 вразличных 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: Знакомство с программой обучения второго года. Повторение правил поведения в танцевальном классе. Инструктаж по технике безопасности. Требования к форме одежды и внешнему виду.

Практика: Организационные упражнения. Игры на сплочение коллектива. Входная диагностика уровня физической и танцевальной подготовки обучающихся.

2.Джаз-танец

Теория: Основы и углубление техники джаз-танца. Принципы изоляции, координации, полицентрии и ритмической организации движения.
Практика: Освоение и закрепление джазовой техники. Работа с изоляцией различных частей тела. Развитие координации, пластичности и музыкальности. Танцевальные комбинации и связки на основе джазовой техники.

3.Основы танца-модерн
Теория: Базовые принципы танца модерн. Понятия contraction, release, дыхание движения, работа с центром тела и пространством.
Практика: Освоение базовых элементов модерна. Упражнения на взаимодействие дыхания и движения. Развитие пластичности, координации и выразительности. Танцевальные комбинации в технике модерн.

4.Классический exersice
Теория: Повторение и углубление основ классического танца. Развитие понимания техники исполнения движений у станка и на середине.
Практика: Экзерсис у станка: plié, battement tendu, jeté, rond de jambe, fondu, frappé, relevé. Экзерсис на середине зала: adagio, allegro, вращения, комбинации на координацию и устойчивость.

5.Постановочно-репетиционная работа
Теория: Основы композиции танцевального номера. Законы построения хореографического рисунка. Сценическая выразительность.
Практика: Разучивание и постановка танцевальных комбинаций и этюдов. Репетиционная работа. Формирование навыков ансамблевого исполнения. Подготовка концертных номеров.

6.Концертная деятельность
Теория: Культура сценического поведения. Принципы исполнительской дисциплины и взаимодействия в коллективе на сцене.
Практика: Участие в концертах, конкурсах и школьных мероприятиях. Отработка сценических номеров. Развитие сценической уверенности, артистизма и исполнительского мастерства.

7.Итоговое занятие
Практика: Итоговый показ. Демонстрация освоенных танцевальных техник и постановок. Контрольное выступление обучающихся.

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 форм в другую (инструкция - движения);
- учиться самостоятельно проводить разминку, выполнять новые движения пообразцу.

- 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 сдуховными 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 --
- прирешении различных творческих задач, в том числе танцевальных;
Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличиемотивации 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 иной 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: Знакомство с программой третьего года обучения. Повторение правил поведения в танцевальном классе. Инструктаж по технике безопасности.
Практика: Организационные упражнения. Диагностика уровня подготовки обучающихся. Игры на сплочение коллектива.
2. Джаз-танец
Теория: Углубление техники джаз-танца. Развитие понимания стилевых особенностей, динамики и ритмической структуры движения.
Практика: Совершенствование техники изоляции, координации и полицентрии. Танцевальные комбинации повышенной сложности. Работа над выразительностью исполнения.
3. Танец-модерн
Теория: Принципы танца модерн. Развитие понимания дыхания движения, работы центра тела и пространства. Импровизационные основы современного танца.
Практика: Освоение и закрепление техники contraction and release. Упражнения на пластичность, координацию и музыкальность. Танцевальные комбинации и связки.
4. Импровизация
Теория: Основы танцевальной импровизации. Принципы свободного движения, взаимодействия с пространством, музыкой и партнёром.
Практика: Импровизационные задания различного уровня сложности. Развитие индивидуальной пластики и творческого самовыражения. Работа с образом и эмоциональным состоянием.
5. Классический exersice
Теория: Повторение и систематизация классической техники. Развитие понимания роли классического танца как основы хореографической подготовки.
Практика: Экзерсис у станка: полное повторение и усложнение элементов (plié, battement tendu, jeté, rond de jambe, fondu, frappé, adagio). Экзерсис на середине зала: сложные комбинации, вращения, allegro.
6. Постановочно-репетиционная работа
Теория: Основы хореографической композиции. Принципы создания сценического произведения. Развитие художественного образа в танце.
Практика: Постановка учебных и концертных номеров. Репетиционная работа. Развитие навыков самостоятельного исполнения и ансамблевой работы.
7. Концертная деятельность
Теория: Сценическая культура исполнителя. Принципы профессионального поведения на сцене.
Практика: Участие в концертах, конкурсах и фестивалях. Отработка сценических номеров. Совершенствование исполнительского мастерства и сценической выразительности.
8. Итоговое занятие
Практика: Итоговый концертный показ. Демонстрация освоенных техник, комбинаций и постановок. Итоговая диагностика уровня подготовки.

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.Лемона 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	Формы и методы
1-ый год	3 раза по 2 академических часа	• Основы джаз-танца • Классический экзерсис • Работа над репертуаром • Концертная деятельность	Объяснение, репетиция, концерт; аттестационное занятие; посещение театра; выезды на каникулы в ДОЛ.
2-ой год	3 раза по 2 академических часа	• Основы танца-модерн • Джаз-танец • Работа над репертуаром • Классический экзерсис • Концертная деятельность	Объяснение, репетиция, концерт; конкурс, фестиваль, аттестационное занятие; посещение театра; выезды на каникулы в ДОЛ.
3-ий год	3 раза по 2 академических часа	• Джаз-танец • Танец-модерн • Импровизация • Работа над репертуаром • Классический экзерсис	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.
2. Иванова Е.В. Методика преподавания современного танца в системе дополнительного образования. – М.: Просвещение, 2021.
3. Сидорова Н.А. Основы классического танца в детских хореографических коллективах. – М.: Владос, 2020.
4. Петрова О.В. Джаз-танец и современная хореография: теория и практика. – СПб.: Лань, 2022.
5. Кузнецова Т.И. Партерная гимнастика и развитие физических качеств танцора. – М.: Юрайт, 2023.
6. Смирнова А.С. Методика постановочной работы в детском хореографическом коллективе. – М.: Просвещение, 2024.Для родителей и учащихся:

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

Для родителей и учащихся:

1. Лапина Е.В. Танец и развитие ребёнка. – М.: Просвещение, 2021.
2. Орлова М.П. Основы хореографической подготовки детей и подростков. – М.: Владос, 2020.
3. Козлова И.А. Танец как средство развития личности ребёнка. – СПб.: Лань, 2022.
4. Фёдорова Н.С. Детская хореография: от азов к сцене. – М.: Юрайт, 2023.
5. Беляева Е.В. Эстетическое воспитание средствами танца. – М.: Просвещение, 2024.

Интернет-источники:

1. https://danceacademyrussia.ru/ – Танцевальная академия Россия
2. https://vk.com/club_dance_methodics – методические материалы по хореографии (РФ)
3. https://www.rusacademyofdance.ru/ – Российская академия хореографии (материалы и обучение)
4. https://www.youtube.com/@BolshoiTheatreOfficial – официальный канал Большого театра
5. https://www.youtube.com/@DancehelpRu – обучающие материалы для педагогов-хореографов

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Входной контроль

Оценка стартового уровня двигательной подготовки обучающихся, уровня координации, гибкости, музыкально-ритмических способностей, уровня освоения базовых движений классического и современного танца, а также навыков взаимодействия в группе при поступлении в объединение (приложение № 1)

Текущий контроль

Оценка уровня и качества освоения отдельных разделов программы в процессе обучения: партерной гимнастики и развития физических качеств, основ классического экзерсиса, техники джаз-танца, основ танца-модерн, импровизации и постановочной работы; фиксация динамики развития двигательных, технических и творческих навыков обучающихся (приложение №)

Итоговый контроль

Оценка уровня и качества освоения дополнительной общеразвивающей программы по завершении полного курса обучения, включая владение техникой классического и современного танца (джаз, модерн, хип-хоп), навыками импровизации, коллективного и сценического исполнения, участием в концертной и конкурсной деятельности, а также уровнем развития музыкальности, координации, выразительности и исполнительского мастерства (приложение № 2)

Дополнительные формы фиксации результатов

• концертно-репертуарная карта обучающихся (приложение № 3)

• карта участия в концертной, конкурсной и внутристудийной деятельности (приложение № 4)

• индивидуальные карты достижений обучающихся по основным разделам программы (партерная подготовка, классический танец, джаз-танец, танец-модерн, хип-хоп, сценическая деятельность) (приложение № 5)

• бланки диагностических заданий по разделам программы: гибкость, координация, музыкальность, выворотность, импровизация, сценическая выразительность (приложение № 7)

• видеозаписи и фотоматериалы концертных выступлений, открытых занятий и внутристудийных мероприятий (приложение № 6)

• материалы педагогического наблюдения за динамикой развития обучающихся в процессе коллективной творческой деятельности (работа в парах, малых группах, ансамбле) (приложение № 7)