

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Центр детского (юношеского) технического творчества
Кировского района Санкт – Петербурга

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» 08 2023 г.
Протокол № 1

УТВЕРЖДЕНА
Приказом № 70-ОД от «31» 08 2023 г.
Директор ГБУ ДО ЦДЮТТ
Ясинская Е.С.

Дополнительная общеразвивающая программа
«ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ ОЛИМП»

Возраст учащихся: 12-18 лет
Срок реализации: 3 года

Разработчик:
Уварова Е.И.,
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Танцевальный Олимп» разработана согласно требованиям следующих документов:

- ✓ Федерального Закона от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- ✓ Концепции развития дополнительного образования детей (Распоряжение правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);
- ✓ СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей». (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41);
- ✓ Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013г. №1008 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- ✓ Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию (Распоряжение Комитета по образованию от 01.03.2017г. № 617-р).

Современная хореография формировалась на протяжении всего XX века и в настоящее время продолжает развиваться. Главное отличие современного танца от классического и народного - в отсутствии канонов и жестких правил. Современный танец состоит из огромного количества видов и подвидов танцевальных течений, поэтому считается самым обширным разделом в хореографическом искусстве. Каждое направление современного танца (модерн, джаз, contemporary) представляет собой самостоятельную образно-пластическую систему. Современный танец основывается на естественном положении тела, чередует состояния напряжения и расслабления. Методами данной хореографической подготовки возможно исправить многие эти дефекты физического развития, помочь детям приобрести уверенность в себе, развить физическую и умственную работоспособность, координацию, обогатить эстетическим и нравственным опытом.

Современный танец имеет импровизационный характер, яркое эмоциональное содержание, поэтому дает возможность самовыражения учащимся с разными физическими данными, служит средством арт-терапии для психологического развития личности.

Направленность программы – физкультурно-спортивная

Уровень освоения программы -продолжающий.

Актуальность программы

Содержание программы соответствует государственной политике в области дополнительного образования и социальному заказу общества, ориентированному на вовлечение детей в различные спортивные и творческие коллективы.

Актуальность программы в популярности направления современного танца - модерн. Это эмоциональный танец, который исходит из естественного природного движения головы, рук, ног, корпуса, благодаря чему каждый ребёнок, независимо от способностей, может красиво двигаться, развивать в танце свою выразительность и неповторимость.

Обучаясь по программе «Танцевальный Олимп», ребёнок будет изучать классический и модерн танцы, актерское мастерство и стретчинг, продолжить изучать различные стили современного танца (Джазовый танец, Клубный танец, Hip-Hop, Джампстайл, Спортивный танец), откроет для себя различные типы движения. В процессе обучения у воспитанника развивается гибкость, выносливость, пластичность, прекрасная осанка, чувство ритма и координация движений.

Отличительные особенности программы

- Программа объединяет разные виды практической и духовной деятельности.
- Программа может реализовываться в разновозрастных группах. Образовательная программа «Танцевальный Олимп» направлена на изучение танцевальной техники модерн танца, укрепление физических возможностей тела, пластичности,

координации, выносливости и уверенности в себе воспитанника.

Адресат программы

В творческое детское объединение принимаются девочки в возрасте от 12 до 18 лет, желающие продолжить освоение танца модерн, обучиться навыкам сценического движения. Специальной подготовка и специальные знания требуются.

Цель программы

формирование и развитие художественных, физических и коммуникативных способностей, при изучении комплекса танцевальных дисциплин, стретчинга и актерского мастерства.

Задачи программы

Обучающие:

- обучить технике выполнения упражнений стретчинга;
- обучить технике исполнения элементов классического и современного танца;
- обучить технике исполнения элементов модерн танца;
- обучить основам актерского мастерства;
- Обучить навыкам самостоятельной работы над танцевальными композициями и физическими упражнениями;

Развивающие:

- Развить выносливость, ловкость, внимание, пластичность, координацию, гибкость;
- Развить чувство музыкального ритма, темпа, умение эмоционального выражения, импровизации;
- Развить актёрскую выразительность;

Воспитательные:

- Воспитать устойчивый интерес к хореографической деятельности;
- Воспитать доброжелательное и внимательное отношение друг к другу, навыки коллективного взаимодействия;
- Воспитать чувство ответственности в выполнении задания, терпеливое отношение к творческому процессу.

Объем и срок реализации программы

Программа рассчитана на 3 года, 648 учебных часа.

Условия реализации программы

Программа (её объём, содержание и сроки освоения) составлена с учётом возрастных особенностей учащихся и требований СанПиН 2.4.4.3172-14

условия набора в коллектив:

- принимаются все желающие базовой танцевальной подготовкой. Прием в коллектив осуществляется на основании заявления родителей.

условия формирования групп:

- группы формируются с учётом возраста и подготовленности учащегося;
- состав группы разновозрастный. 12-18 лет;

наполняемость групп:

- 1 год обучения – не менее 15 чел.

Обучение в группах бесплатное. Программа может ежегодно корректироваться, в зависимости от нагрузки педагога (на основании локального акта Учреждения), набранного контингента и уровня его подготовки к данному виду творчества.

Форма проведения занятий

Основная форма проведения занятий – групповая. При подготовке учащихся к конкурсной деятельности допускается организация индивидуально-ансамблевых занятий для подготовки конкурсного материала. Создание собственных проектов, обучающихся может рассматриваться как самостоятельная работа на занятии. Такая работа фиксируется в индивидуальном образовательном маршруте обучающегося.

Формы организации деятельности, учащихся на занятии:

- *фронтальная* – одновременная работа со всеми учащимися (рассказ, беседа, объяснение и т. д.);
- *индивидуально-фронтальная* – чередование индивидуальных и фронтальных форм работы;
- *коллективная* – организация творческого взаимодействия между всеми учащимися одновременно (репетиция, постановка, концерт);
- *групповая* – организация работы в группах (при выполнении различных заданий);
- *индивидуальная* – выполнение индивидуальных заданий учащимися.

Материально-техническое оснащение

Для успешной реализации программы необходимы:

- Отдельный, хорошо освещенный, хорошо проветриваемый кабинет, с зеркальной стеной (Помещение, соответствующее санитарно-гигиеническим нормам и технике безопасности);
- Шкаф-стеллаж для хранения реквизита, методических материалов и наглядных пособий: иллюстраций, книг, печатной продукции;
- Оборудование: гимнастические палки, гимнастические коврики;
- Музыкальная аппаратура.

Необходима форма для занятий: удобная обувь: чешки, балетки, кеды, черная одежда, не стесняющая движений.

Кадровое обеспечение программы

По данной программе может работать педагог дополнительного образования с уровнем образования и квалификации, соответствующим обозначениям таблицы пункта 2 Профессионального стандарта.

Планируемые результаты по окончании 1 обучения:

Предметные

- Выразительно исполнять танцевальные композиции в стиле модерн танца;
- Выполнять правильно упражнения стретчинг-гимнастики,
- Использовать движения классического и современного танца, актерского мастерства в подготовке самостоятельных танцевальных композиций;

Метапредметные

- умение договариваться в совместной деятельности;
- способность осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;
- умение работать с партнёром;
- способность к анализу собственной деятельности;
- получение опыта решения проблем творческого характера;
- способность к самостоятельной организации творческого процесса;

Личностные

- наличие мотивации к творческому труду, работе на результат;
- приобретение навыков сотрудничества и бесконфликтного участия в совместной учебной работе;
- способность к эмоциональному контролю;
- сформированность чувства ответственности за результаты своих действий;
- повышение коммуникативной компетентности

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие.	2	1	1	Практическая работа Наблюдение
2	Музыкальная грамотность	46	4	42	Упражнения. Тренинг
3	Элементы классического танца	52	4	48	Упражнения. Тренинг
3	Стретчинг	46	4	42	Упражнения. Тренинг
4	Элементы модерн танца	38	4	34	Тренинг Практическая работа
5	Постановочная и репетиционная работа	30	4	26	
6	Зачетные и открытые занятия.	1	1	-	
8	Итоговое занятие	1	-	1	контрольный показ
9	ИТОГО	216	22	194	

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Всего учебных недель	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1 год	10.09.	31.08	36	216	3 раза в неделю по 2 часа

Рабочая программа

Задачи 1 года обучения

Обучающие:

- познакомить учащихся с правилами безопасного поведения на занятиях, личной гигиены, здорового образа жизни;
- обучать детей выполнению упражнений стретчинга;
- обучать элементам классического и модерн танца;
- обучать музыкальной грамотности.

Развивающие:

- развивать пластические способности;
- развивать память, внимание, мышечную свободу;

Воспитательные:

- вырабатывать навык работать коллективно;
- воспитывать уважительное отношение друг к другу;
- воспитывать дисциплинированность, ответственность и привычку работать на результат.

Содержание программы I года обучения

№	Тема	Содержание программы
1	Вводное занятие	<i>Теория:</i> Общее понятие о танцевальном искусстве. Понятие о современной хореографии. Особенности танцевальных жанров и направлений. Правила поведения и требования к занятиям. Знакомство с воспитанниками коллектива в игровой форме. Просмотр видеоматериала о стиле модерн танец. <i>Практика:</i> Учимся убирать своё рабочее место и оставлять зал в чистоте.
2	Музыкальная грамотность	<i>Теория:</i> Понятие музыкальных форм и их использование в импровизации и постановочном процессе <i>Практика:</i> Упражнения под музыкальное сопровождение разных музыкальных форм. Музыкально-пространственные упражнения.
3	Элементы классического танца	<i>Теория:</i> классическая терминология. Основные понятия старших классов <i>Практика:</i> Базовые знания классического танца старших классов
4	Стретчинг	<i>Теория:</i> методические рекомендации к исполнению <u>упражнений стретчинга.</u> <i>Практика:</i> Упражнения на развитие гибкости и эластичности суставов.
5	Элементы модерн танца	<i>Теория:</i> История развития модерн танца и его принципы. <i>Практика:</i> изоляция и полиритмия различных частей тела, контракция и релакс
6	Постановочная и	<u>Постановка танцевальных номеров</u>

	репетиционная работа	<i>Теория:</i> Постановка танцевальных этюдов. Технология, этапы. <i>Практика:</i> Прослушивание музыкального материала. Обсуждение и анализ этюда. Определение характеристики героев. Подбор костюмов и реквизита. Построение этюда.
7	Зачетные и открытые занятия	<i>Теория:</i> Подведение итогов Ответы на вопросы учащихся, объяснения и т.д. <i>Практика:</i> Показ разминки, танцевальных композиций для родителей.
10	Итоговое занятие	Праздник внутри коллектива (творческий показ)

Планируемые результаты по окончании 1-го года обучения

Предметные:

- сформированность представления о танцевальных дисциплинах (музыкальной грамотности, классического танца, стретчинг, элементы модерн танца)
- знание основных приемов раскрепощения и преодоления стереотипов поведения;
- способность к выразительному жесту, выразительной пластике и действию на сцене;
- приобретение навыка публичных выступлений.

Метапредметные

- получение опыта решения проблем творческого характера;
- интерес к танцевальным дисциплинам;
- способность к анализу;
- повышение адаптивных возможностей;
- способность мыслить образно.

Личностные

- наличие мотивации к творческому труду, работе на результат;
- развитие эстетического восприятия через освоение творческой деятельности эстетического характера;
- приобретение навыков сотрудничества и бесконфликтного участия в совместной учебной работе;
- способность к эмоциональной саморегуляции;
- сформированность чувства ответственности за результаты своих действий;
- повышение коммуникативной компетентности;
- наличие нравственных ориентиров

Календарно-тематическое планирование

Группа № _____

I год обучения

Дата занятия		Название раздела, темы	Всего (час)	Примечание
Планируемая	Фактическая			
Вводные занятия			2	
		Знакомство с предметом. ТБ на занятиях. Организационные вопросы.	1	
		Знакомство с предметом. ТБ на занятиях. Организационные вопросы.	1	
Тема №1. Музыкальная грамотность			46	
		Одночастная форма	2	
		Одночастная форма	2	
		Одночастная форма	2	
		Одночастная форма	2	
		Двухчастная форма	2	
		Двухчастная форма	2	
		Двухчастная форма	2	
		Двухчастная форма	2	
		Двухчастная форма	2	
		Трехчастная простая форма	2	
		Трехчастная простая форма	2	
		Трехчастная простая форма	2	
		Трехчастная простая форма	2	
		Трехчастная простая форма	2	
		Трехчастная простая форма	2	
		Вариации	2	
Тема №2. Классический танец			52	
		Demi plie и grand plie	2	
		Demi plie и grand plie	2	
		Demi plie и grand plie	2	
		Battement tendu	2	
		Battement tendu	2	
		Battement tendu jete	2	
		Battement tendu jete	2	
		Battement fondu	2	
		Battement fondu	2	
		Battement fondu	2	
		Adagio	2	
		Adagio	2	
		Adagio	2	
		Grand battement	2	
		Grand battement	2	

		контракция и релакс	2	
		контракция и релакс	2	
Постановочная и репетиционная работа			30	
		Прослушивание музыкального материала.	2	
		Прослушивание музыкального материала.	2	
		Обсуждение и анализ этюда.	2	
		Создание образа, характера	2	
		Создание образа, характера	2	
		Создание образа, характера	2	
		Создание образа, характера	2	
		Построение этюда	2	
		Построение этюда	2	
		Построение этюда	2	
		Построение этюда	2	
		Определение характеристики героев. Подбор костюмов и реквизита.	2	
		Определение характеристики героев. Подбор костюмов и реквизита.	2	
		Определение характеристики героев. Подбор костюмов и реквизита.	2	
		Определение характеристики героев. Подбор костюмов и реквизита.	2	
Зачетные и открытые занятия			1	
		Показ разминки, танцевальных композиций для родителей.	1	
Итоговое занятие.			1	
		Итоговое занятие.	1	
ИТОГО			216	

Планируемые результаты по окончании 2 года обучения:

Предметные

- Выразительно исполнять танцевальные композиции в стиле модерн танца;
- Выполнять правильно упражнения стретчинг-гимнастики,
- Использовать движения классического и современного танца,
- актерского мастерства в подготовке самостоятельных танцевальных композиций;

Метапредметные

- умение договариваться в совместной деятельности;
- способность осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;
- умение работать с партнёром;
- способность к анализу собственной деятельности;
- получение опыта решения проблем творческого характера;
- способность к самостоятельной организации творческого процесса;

Личностные

- наличие мотивации к творческому труду, работе на результат;
- приобретение навыков сотрудничества и бесконфликтного участия в совместной учебной работе;
- способность к эмоциональному контролю;
- сформированность чувства ответственности за результаты своих действий;
- повышение коммуникативной компетентности

Учебный план 2 год обучения

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие.	2	1	1	Практическая работа Наблюдение
2	Элементы классического танца	44	4	40	Упражнения. Тренинг
3	Стретчинг	42	4	38	Упражнения. Тренинг
4	Элементы модерн танца	54	4	50	Тренинг Практическая работа
5	Актерское мастерство	28	8	20	Тренинг Практическая работа
6	Постановочная и репетиционная работа	44	4	40	Тренинг Практическая работа
7	Зачетные и открытые занятия.	1	1	-	Тренинг Практическая работа
8	Итоговое занятие	1	-	1	контрольный показ
9	ИТОГО	216	22	194	

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Всего учебных недель	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1 год	10.09.	31.08	36	216	3 раза в неделю по 2 часа

Рабочая программа

Задачи 2 года обучения

Обучающие:

- познакомить учащихся знания по правилам безопасного поведения на занятиях в танцевальном коллективе, правилам здорового образа жизни, основным принципам модерн-танца, его истории, основам актёрского мастерства;
- обучить детей выполнять упражнения стретчинга;
- обучать элементам классического и модерн танца;
- обучать основам актерского мастерства.

Развивающие:

- развивать пластические способности;
- Развить координацию движений, гибкость, правильную осанку учащихся, умение передавать характер и настроение заданного сказочного персонажа в танце
- развивать память, внимание, мышечную свободу;

Воспитательные:

- вырабатывать навык работать коллективно;
- воспитывать уважительное отношение друг к другу;
- воспитывать дисциплинированность, ответственность и привычку работать на результат.

Содержание программы 2 года обучения

№	Тема	Содержание программы
1	Вводное занятие	<i>Теория:</i> Особенности стиля модерн танец. Правила поведения и требования к занятиям. Просмотр видеоматериала о стиле модерн танец. Цели и задачи данного года обучения. <i>Практика:</i> Учимся убирать своё рабочее место и оставлять зал в чистоте.
2	Элементы классического танца	<i>Теория:</i> Классическая терминология. Основные понятия. Лекция «Виды сценического танца». Повторение пройденного материала за первый год обучения. <i>Практика:</i> Движения классического танца. Усложненные элементы классического танца. Изучение поз Epaulement cruise u efface.

		<p><u>Экзерсис:</u> 1,2,3 port de bras по 5 позиции; Rond de jambe par terre на 2/4; Полуповорот в 5 позиции на полупальцах к палке и от палки; Adagio на целой стопе; Pas de bourree без перемены ног из стороны в сторону;</p>
3	Стретчинг	<p><u>Теория:</u> методические рекомендации к исполнению упражнений стретчинга.</p> <p><u>Практика:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Упражнения для выворотности и подвижности голеностопных суставов: «Бег» лежа на спине, сгибание коленей в быстром темпе, сгибание и вытягивания стоп, полукруг стопой через первую позицию, вращение стоп, «Волна». • Упражнения для развития гибкости позвоночника и поясного сустава: «Кошечка», «Ежики», «Стрела», «Качалка», «Свечка», «Книжка», «Кораблик», «Мостик», мостик на плечах и одной ноге, «Русалка», различные контракции лёжа и сидя. • Упражнения на укрепления мышц брюшного пресса: Стойка на плечах, поднимания верхней части корпуса, поднятия нижней части корпуса, одновременное поднимание корпуса и ног. • Упражнения для улучшения подвижности и растягивания тазобедренного сустава мышц бедра: Круговые движения ногами, колено на колене, passé с перегибом корпуса, «Часы», «Циркуль», «Ножницы», «Удочка». • Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага: «Лягушка», «Бабочка», поднимание ноги в сторону лежа на животе, «Ножницы», отдельное растягивание правой и левой ноги, grand battements по всем направлениям, шпагаты, махи ногами назад и в сторону.
4	Элементы модерн танца	<p><u>Теория:</u> Лекция на тему: «Техника М.Грэхем, Д.Хамфри и Х.Лимона».</p> <p><u>Практика:</u> Изоляция. Комбинация на координацию. Упражнения для спины. Body roll торса. Прыжки. Движения с продвижением.</p>
5	Актерское мастерство	<p><u>Теория:</u> Принцип актёрского искусства. Внешнее перевоплощение: грим, костюм, маска. Внутреннее перевоплощение: тело, пластика, моторика, голос.</p> <p><u>Практика:</u> Постановка этюдов и актерские тренировки</p>
6	Постановочная и репетиционная работа	<p><u>Теория:</u> Просмотр и анализ видеозаписей репетиционного процесса, концертных выступлений, исправление, допущенных ошибок, в процессе постановки и репетиции номеров</p> <p><u>Практика:</u> Постановка и отработка танцевальных композиций в стиле модерн и свободная пластика.</p>

7	Зачетные и открытые занятия	<u>Теория:</u> Подведение итогов Ответы на вопросы учащихся, объяснения и т.д. <u>Практика:</u> Показ разминки, танцевальных композиций для родителей.
10	Итоговое занятие	Праздник внутри коллектива (творческий показ)

Календарно-тематическое планирование

Группа № _____

2-год обучения

Дата занятия		Название раздела, темы	Всего (час)	Примечание
Планируемая	Фактическая			
Вводные занятия			2	
		Особенности стиля модерн танец. ТБ на занятиях. Просмотр видеоматериала о стиле модерн танец. Цели и задачи данного года обучения	1	
		Особенности стиля модерн танец. ТБ на занятиях. Просмотр видеоматериала о стиле модерн танец. Цели и задачи данного года обучения..	1	
Тема №1. Основы классического танца			44	
		1 port de bras по 5 позиции;	2	
		1 port de bras по 5 позиции;	2	
		1 port de bras по 5 позиции;	2	
		1 port de bras по 5 позиции;	2	
		2 port de bras по 5 позиции;	2	
		2 port de bras по 5 позиции;	2	
		2 port de bras по 5 позиции;	2	
		3 port de bras по 5 позиции;	2	
		3 port de bras по 5 позиции;	2	
		Rond de jambe par terre на 2/4;	2	
		Rond de jambe par terre на 2/4;	2	
		Полуповорот в 5 позиции на полупальцах Battement fondu с ногой в пол;	2	
		Полуповорот в 5 позиции на полупальцах Battement fondu с ногой в пол;	2	
		Полуповорот в 5 позиции на полупальцах Battement fondu с ногой в пол;;	2	
		Adagio на целой стопе;	2	
		Adagio на целой стопе;	2	
		Adagio на целой стопе;	2	
		Adagio на целой стопе;	2	
		Pas de bourree	2	
		Pas de bourree	2	
		Pas de bourree	2	

		Pas de bourree		
		Pas de bourree	2	
Тема №2. Стретчинг			42	
		Упражнения для выворотности	2	
		Упражнения для выворотности	2	
		Упражнения для выворотности	2	
		Упражнения для выворотности	2	
		Упражнения для развития гибкости	2	
		Упражнения для развития гибкости	2	
		Упражнения для развития гибкости	2	
		Упражнения для развития гибкости	2	
		Упражнения для развития гибкости	2	
		Упражнения на укрепления мышц брюшного пресса	2	
		Упражнения на укрепления мышц брюшного пресса	2	
		Упражнения на укрепления мышц брюшного пресса	2	
		Упражнения на укрепления мышц брюшного пресса	2	
		Упражнения на укрепления мышц брюшного пресса	2	
		Упражнения на укрепления мышц брюшного пресса	2	
		Упражнения для развития танцевального шага	2	
		Упражнения для развития танцевального шага	2	
		Упражнения для развития танцевального шага	2	
		Упражнения для развития танцевального шага	2	
		Упражнения для развития танцевального шага	2	
		Упражнения для развития танцевального шага	2	
Тема №3. Элементы модерн танца			54	
		Изоляция	2	
		Комбинация на координацию	2	
		Комбинация на координацию	2	
		Комбинация на координацию	2	
		Комбинация на координацию	2	
		Комбинация на координацию	2	
		Упражнения для спины. Body roll торса.	2	
		Упражнения для спины. Body roll торса.	2	
		Упражнения для спины. Body roll торса.	2	
		Упражнения для спины. Body roll торса.	2	
		Упражнения для спины. Body roll торса.	2	
		Прыжки.	2	
		Движения с продвижением.	2	
		Движения с продвижением.	2	

Планируемые результаты по окончании 3 года обучения:

Предметные

- Выразительно исполнять танцевальные композиции в стиле модерн танца;
- Выполнять правильно упражнения стретчинг-гимнастики,
- Использовать движения классического и современного танца, основы актерского мастерства в подготовке самостоятельных танцевальных композиций;

Метапредметные

- умение договариваться в совместной деятельности;
- способность осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;
- умение работать с партнёром;
- способность к анализу собственной деятельности;
- получение опыта решения проблем творческого характера;
- способность к самостоятельной организации творческого процесса;

Личностные

- наличие мотивации к творческому труду, работе на результат;
- приобретение навыков сотрудничества и бесконфликтного участия в совместной учебной работе;
- способность к эмоциональному контролю;
- сформированность чувства ответственности за результаты своих действий;
- повышение коммуникативной компетентности

Учебный план 3 год обучения

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие.	2	1	1	Практическая работа Наблюдение
2	Элементы классического танца	28	4	24	Упражнения. Тренинг
3	Стретчинг	34	4	30	Упражнения. Тренинг
4	Элементы модерн танца	48	4	44	Тренинг Практическая работа
5	Элементы современного танца	36	4	32	Тренинг Практическая работа
6	Актерское мастерство	20	8	12	Тренинг Практическая работа
7	Постановочная и репетиционная работа	46	4	42	Тренинг Практическая работа
7	Зачетные и открытые занятия.	1	1	-	Тренинг Практическая работа

8	Итоговое занятие	1	-	1	контрольный показ
9	ИТОГО	216	30	186	

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Всего учебных недель	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1 год	10.09.	31.08	36	216	3 раза в неделю по 2 часа

Рабочая программа

Задачи 2 года обучения

Обучающие:

- дать учащимся знания по правилам безопасного поведения на занятиях в танцевальном коллективе, основным принципам движений модерн танца, его истории, основам движений других направлений современного танца (джазовый танец, спортивный, клубный танец, Джампстайл, Нip-Нор);
- обучить детей выполнению упражнений стретчинга;
- обучать элементам классического и модерн танца;
- обучать основам актерского мастерства.

Развивающие:

- развивать пластические способности;
- Развить координацию движений, гибкость, правильную осанку учащихся, умение передавать характер и настроение заданного сказочного персонажа в танце
- развивать память, внимание, мышечную свободу;

Воспитательные:

- укрепить стремление учащихся к занятиям модерн танцем, развитию собственных художественных способностей в области танца;
- вырабатывать навык работать коллективно;
- воспитывать уважительное отношение друг к другу;
- воспитывать дисциплинированность, ответственность и привычку работать на результат.

Содержание программы 3 года обучения

№	Тема	Содержание программы
1	Вводное занятие	<i>Теория:</i> Правила поведения и требования к занятиям. Особенности стиля модерн танец. Просмотр видеоматериала о различных школах и направлениях,

		танцовщиках данного стиля. Цели и задачи данного года обучения. <i>Практика:</i> Учимся убирать своё рабочее место и оставлять зал в чистоте.
2	Элементы классического танца	<i>Теория:</i> Лекция «Балет в России 20 века». Просмотр одноактных балетных спектаклей Михаила Фокина: «Павильон Армиды», «Шопениана», «Египетские ночи». <i>Практика:</i> Повторение пройденного материала за третий год обучения. Усложнение и добавление элементов классического танца. <i>Экзерсис:</i> Port de bras с растяжкой вперёд и назад; позы epaulement cruise u efface; Туры en dehors u en dedans; Rond de jambe en l*air Прыжки
3	Стретчинг	<i>Теория:</i> Система упражнений, предназначенных для развития и укрепления всего тела <i>Практика:</i> Комплекс упражнений, разделённых на группы: • Упражнения для выворотности и подвижности голеностопных суставов: «Бег» лежа на спине, сгибание коленей в быстром темпе, сгибание и вытягивания стоп, круг стопой через первую позицию, вращение стоп, «Волна», «Качалочка», стойка на руках и ноге, вытягивание колена и стопы. • Упражнения для развития гибкости позвоночника и поясного сустава: «Кошечка», «Ежики», «Стрела», «Качалка», «Свечка», «Книжка», «Кораблик», «Мостик», мостик на плечах и одной ноге, «Русалка», повороты корпуса, «Раскладушка», различные контракции лёжа и сидя. • Упражнения на укрепления мышц брюшного пресса: Стойка на плечах, поднимания верхней части корпуса, поднятия нижней части корпуса, одновременное поднятия корпуса и ног, «Маятник» из стороны в сторону, «Кресло-качалка», скручивание пресса, упор на руках спереди и сзади. • Упражнения для улучшения подвижности и растягивания тазобедренного сустава мышц бедра: Круговые движения ногами, колено на колене, passé с перегибом корпуса, «Часы», «Циркуль», «Ножницы», «Удочка», «Неваляшка», повороты таза, растяжка с поворотом корпуса к ноге, полукруг ногой по полу, выпад вперёд. • Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага: «Лягушка», «Бабочка», поднятия ноги в сторону лежа на животе, «Ножницы», отдельное растягивание правой и левой ноги, grand battements по всем направлениям,

		шпагаты, махи ногами назад и в сторону стоя на руках и ногах, растяжка вперёд и контракция.
4	Элементы модерн танца	<p><u>Теория:</u> Лекция на тему: «Постмодерн».</p> <p><u>Практика:</u> Повторение пройденного материала.</p> <p>Экзерсис на середине зала:</p> <p>Изоляция. Изолированные движения головы, плеч, грудной клетки, тазобедренной частью, выполняются крестом, квадратом, круг, полукругом в медленном сжатии и расширении или резко достичь нужного положения, твист, шейк, «восьмёрка», движения shimmy, jelly roll, диагональный крест.</p> <p>Спирали</p> <p>Комбинация на координацию трёх центров.</p> <p>Упражнения для спины. Наклоны, изгибы, body roll, contraction, release корпуса, tilt и lay out.</p> <p>Прыжки jump, leap, hop с несколькими центрами, перегибом и контракцией корпуса. Большие прыжки.</p> <p>Движения с продвижением. Шаг flat step, camel walk, шаг ча-ча-ча, Latin walk, шаг в модерн-джаз манере, шаги в рок-манере, прыжки, grands battements jete, повороты на двух ногах, на одной ноге и поворот corkscrew.</p> <p>3 танцевальные композиции со всеми пройденными элементами модерн танца</p>
5	Элементы современного танца	<p><u>Теория:</u> Различные виды современного танца. Этапы развития.</p> <p><u>Практика:</u> Основные элементы, позы, правила и принципы исполнения движения.</p> <p>Джазовый танец;</p> <p>Клубный танец;</p> <p>Нір-Нор;</p> <p>Джампстайл;</p> <p>Спортивный танец.</p>
6	Актерское мастерство	<p><u>Теория:</u> Принцип актёрского искусства. Внешнее перевоплощение: грим, костюм, маска. Внутреннее перевоплощение: тело, пластика, моторика, голос.</p> <p><u>Практика:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Постановка этюдов и актерские тренировки на развитие внимания, наблюдательности, сосредоточенности, навыков общения, артистизма. • Импровизация на тему: «Очеловечивание образов животного мира», «Эмоции и настроение человека» умение чувствовать и проживать заданный образ. • Подвижные игры для развития у ребенка памяти, внимания, воображения, выразительности внутренней и внешней пластики.
7	Постановочная и репетиционная работа	<p><u>Теория:</u> Просмотр концертных номеров детских хореографических коллективов. Просмотр и анализ видеозаписей репетиционного процесса, концертных выступлений, исправление, допущенных ошибок, в процессе постановки и репетиции номеров</p> <p><u>Практика:</u></p> <p>Постановка и отработка танцев в стиле модерн танец, клубный танец и хип-хоп. Практика направлена на</p>

		приобретение у воспитанников практических навыков исполнения хореографии, навыков сценического общения и владения сценическим пространством, развитие индивидуальных способностей и совершенствование актерского мастерства. Отработка танцевального номера на сценической площадке. Участие в концертах, конкурсах.
7	Зачетные и открытые занятия	<u>Теория:</u> Подведение итогов Ответы на вопросы учащихся, объяснения и т.д. <u>Практика:</u> Показ разминки, танцевальных композиций для родителей.
10	Итоговое занятие	Праздник внутри коллектива (творческий показ)

Календарно-тематическое планирование
Группа № _____
3 год обучения

Дата занятия		Название раздела, темы	Всего (час)	Примечание
Планируемая	Фактическая			
Вводные занятия			2	
		Особенности стиля модерн танец. ТБ на занятиях. Просмотр видеоматериала о стиле модерн танец. Цели и задачи данного года обучения	1	

		Особенности стиля модерн танец. ТБ на занятиях. Просмотр видеоматериала о стиле модерн танец. Цели и задачи данного года обучения..	1	
Тема №1. Элементы классического танца			28	
		Port de bras с растяжкой вперёд и назад;	2	
		Port de bras с растяжкой вперёд и назад;	2	
		Port de bras с растяжкой вперёд и назад;	2	
		Port de bras с растяжкой вперёд и назад;	2	
		Port de bras с растяжкой вперёд и назад;	2	
		Rond de jambe en l*air	2	
		Rond de jambe en l*air		
		Rond de jambe en l*air	2	
		Туры	2	
		Туры	2	
		Туры	2	
		Grand changement de pieds	2	
		<u>Grand changement de pieds</u>	2	
		Grand changement de pieds	2	
Тема №2. Стретчинг			34	
		Упражнения для выворотности	2	
		Упражнения для выворотности	2	
		Упражнения для выворотности	2	
		Упражнения для выворотности	2	
		Упражнения для развития гибкости	2	
		Упражнения для развития гибкости	2	
		Упражнения на укрепления мышц брюшного пресса	2	
		Упражнения на укрепления мышц брюшного пресса	2	
		Упражнения на укрепления мышц брюшного пресса	2	
		Упражнения на укрепления мышц брюшного пресса	2	
		Упражнения на укрепления мышц брюшного пресса	2	
		Упражнения на укрепления мышц брюшного пресса	2	
		Упражнения для улучшения подвижности и растягивания тазобедренного сустава мышц бедра	2	
		Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага	2	
		Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага	2	
		Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага	2	
		Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага	2	
Тема №3. Элементы модерн танца			48	
		Изоляция	2	
		Изоляция	2	
		Изоляция	2	

	Изоляция	2	
	Спирали	2	
	Adagio.	2	
	Adagio.	2	
	Комбинация на координацию трёх центров.	2	
	Комбинация на координацию трёх центров.	2	
	Упражнения для спины. Наклоны, изгибы, body roll, contraction, release корпуса, tilt и lay out.	2	
	Прыжки jump, leap, hop	2	
	Прыжки jump, leap, hop	2	
	Прыжки jump, leap, hop	2	
	Движения с продвижением	2	
	3 танцевальные композиции со всеми пройденными элементами модерн танца	2	
	3 танцевальные композиции со всеми пройденными элементами модерн танца	2	
	3 танцевальные композиции со всеми пройденными элементами модерн танца	2	
	3 танцевальные композиции со всеми пройденными элементами модерн танца	2	
Тема №4. Элементы современного танца		36	
	Джазовый танец	2	
	Клубный танец	2	
	Клубный танец	2	
	Клубный танец	2	
	Клубный танец	2	
	Клубный танец	2	
	Нір-Нор	2	
	Нір-Нор	2	
	Нір-Нор	2	
	Джампстайл	2	
	Джампстайл	2	
	Джампстайл	2	
	Спортивный танец.	2	
	Спортивный танец.	2	
Тема № 4. Актерское мастерство		20	
	Постановка этюдов и актерские тренировки	2	
	Постановка этюдов и актерские тренировки	2	
	Постановка этюдов и актерские тренировки	2	
	Постановка этюдов и актерские тренировки	2	

		модерн		
		Отработка танцевальных композиций в стиле модерн	2	
Зачетные и открытые занятия			1	
		Показ разминки, танцевальных композиций для родителей.	1	
Итоговое занятие.			1	
		Итоговое занятие.	1	
		ИТОГО	216	

Оценочные и методические материалы

Оценочные материалы

Система контроля результативности обучения

Вид контроля	Срок	Форма выявления	Форма фиксации	Форма предъявления результатов
ПРЕДМЕТНЫЕ ДОСТИЖЕНИЯ				
<i>Входной</i>	Сентябрь 1-года обучения	Педагогическое наблюдение, анализ качества выполнения практических заданий педагога.	Протокол фиксации результатов входного контроля. Диагностическая карта оценки предметных и личностных достижений. Универсальная диагностическая карта ЦДЮТТ	Протокол фиксации результатов входного контроля. Диагностическая карта оценки предметных и личностных достижений. Универсальная диагностическая карта ЦДЮТТ
<i>Текущий</i>	В течение 1,2,3 учебного года	Анализ творческих работ учащихся, наблюдение, беседа, опрос. Конкурс, показ, спектакль	Фото, видеоматериалы. Грамоты, дипломы.	Фото, видеоматериалы. Конкурс, показ, спектакль. Грамоты, дипломы.
<i>Промежуточный</i>	Ноябрь 1-го года обучения	Творческая аттестация	Фото, видеоматериалы. Отзывы	Фото, видеоматериалы. Отзывы Открытое занятие
	Ноябрь 2-	Творческая	Фото, видеоматериалы.	Фото,

го года обучения	аттестация (праздник-концерт)	Отзывы	видеоматериалы. Отзывы Праздник-концерт
Ноябрь 3-го года обучения	Творческая аттестация (конкурс актерского мастерства)	Фото, видеоматериалы. Отзывы. Грамоты и дипломы	Фото, видеоматериалы. Отзывы. Открытое занятие. Грамоты и дипломы
Декабрь-январь 1,2,3 года обучения	Анализ творческих работ учащихся, наблюдение, беседа, опрос. Конкурс, показ, спектакль	Фото, видеоматериалы. Грамоты и дипломы. Диагностическая карта оценки предметных и личностных достижений. Протокол фиксации результатов промежуточного контроля Универсальная диагностическая карта ЦДЮТТ	Грамоты и дипломы. Фото, видеоматериалы. Открытое занятие. Диагностическая карта оценки предметных и личностных достижений. Протокол фиксации результатов промежуточного контроля Универсальная диагностическая карта ЦДЮТТ
Апрель 1-го года обучения	Творческая аттестация	Фото, видеоматериалы. Отзывы Диагностическая карта оценки предметных и личностных достижений. Протокол фиксации результатов промежуточного контроля Универсальная диагностическая карта ЦДЮТТ	Фото, видеоматериалы. Отзывы Открытое занятие Диагностическая карта оценки предметных и личностных достижений. Протокол фиксации результатов промежуточного контроля Универсальная диагностическая карта ЦДЮТТ
Апрель 2-го года обучения	Творческая аттестация (мастер-класс, открытое занятие, показ спектакля, сказки, литературной композиции и др.)	Фото, видеоматериалы. Отзывы Диагностическая карта оценки предметных и личностных достижений. Протокол фиксации результатов	Фото, видеоматериалы. Отзывы. Открытое занятие Диагностическая карта оценки предметных и личностных

			промежуточного контроля Универсальная диагностическая карта ЦДЮТТ	достижений. Протокол фиксации результатов промежуточного контроля Универсальная диагностическая карта ЦДЮТТ
<i>Итогов</i> <i>ый</i>	Апрель 3-го года обучения	Творческая аттестация (спектакль, показ, театральная миниатюра и др.)	Фото, видеоматериалы. Отзывы Грамоты и дипломы. Диагностическая карта оценки предметных и личностных достижений. Протокол фиксации результатов итогового контроля. Универсальная диагностическая карта ЦДЮТТ	Открытое занятие Фото, видеоматериалы. Отзывы. Грамоты и дипломы. Диагностическая карта оценки предметных и личностных достижений. Протокол фиксации результатов итогового контроля. Универсальная диагностическая карта ЦДЮТТ
ЛИЧНОСТНЫЕ КАЧЕСТВА УЧАЩИХСЯ				
<i>Входной</i>	Сентябрь 1-года обучения	Педагогическое наблюдение, беседа	Диагностическая карта оценки предметных и личностных достижений. Универсальная диагностическая карта ЦДЮТТ.	Диагностическая карта оценки предметных и личностных достижений. Универсальная диагностическая карта ЦДЮТТ.
<i>Текущий</i>	В течение 1,2,3 учебного года	Педагогическое наблюдение. Конкурс, показ, спектакль	Тетрадь наблюдений педагога	Тетрадь наблюдений педагога
<i>Промежуточный</i>	Декабрь 1,2,3 года обучения. Май 1,2 года обучения	Педагогическое наблюдение, беседа с родителями. Конкурс, показ, спектакль	Диагностическая карта оценки предметных и личностных достижений. Универсальная диагностическая карта ЦДЮТТ.	Диагностическая карта оценки предметных и личностных достижений. Универсальная диагностическая карта ЦДЮТТ.

<i>Итоговы й</i>	Май 3-го года обучения	Педагогическое наблюдение, беседа с родителями. Конкурс, показ, спектакль	Диагностическая карта оценки предметных и личностных достижений. Универсальная диагностическая карта ЦДЮТТ.	Диагностическая карта оценки предметных и личностных достижений. Универсальная диагностическая карта ЦДЮТТ.
ВЗАИМООТНОШЕНИЯ В КОЛЛЕКТИВЕ				
<i>Входной</i>	Октябрь 1-года обучения	Педагогическое наблюдение	Тетрадь наблюдений педагога	Тетрадь наблюдений педагога
<i>Текущий</i>	В течение 1,2,3 учебного года	Педагогическое наблюдение.	Тетрадь наблюдений педагога	Тетрадь наблюдений педагога
<i>Промежу точный</i>	Декабрь 1,2,3 года обучения. Май 1,2 года обучения	Педагогическое наблюдение	Тетрадь наблюдений педагога	Аналитическая справка
<i>Итоговы й</i>	Май 3-го года обучения	Педагогическое наблюдение	Тетрадь наблюдений педагога	Аналитическая справка.

Универсальная диагностическая карта, разработанная для всех педагогов ЦДЮТТ, включает в себя образовательный и воспитательный компонент и содержит 6 параметров: самостоятельность при выполнении заданий, сложность выполненных заданий, качество выполнения заданий, культура поведения, творческие способности, активность на занятиях в коллективе. Каждый из параметров оценивается по 4-ём уровням: 2 балла - самый низкий уровень, 5 баллов – наивысший уровень.

Кроме того, фиксация результатов входного контроля осуществляется по трем параметрам: сценическая свобода, коммуникативные навыки, творческая активность; фиксация результатов промежуточного и итогового контроля освоения программы производится по 5 параметрам: теоретическая подготовка, практическая подготовка, личностные и поведенческие качества, учебно-коммуникативные умения и опыт творчества. Каждый параметр оценивается по трехбалльной шкале: 1 – низкий уровень, 2 – средний, 3 – высокий. Заполнение происходит в программе Excel, производится подсчет количества учащихся, находящихся на том или ином уровне освоения программы.

К личностным достижениям относятся: усвоение социальных норм, коммуникативные умения, способность рассуждать, ответственность и дисциплинированность, потребность в саморазвитии, творческая активность, эмоциональная саморегуляция, доброжелательность и чуткость, уверенность в себе.

Каждый из показателей оценивается по 3х балльной системе, где 3 балла – низкий уровень, 4 балла – средний, 5 – высокий.

Срез делается три раза в год.

Проводится творческая аттестация воспитанников, позволяющая определить уровень приобретенных знаний и навыков. Она проходит в **2 этапа** в течение учебного года.

Для группы первого, **второго и третьего года обучения** устанавливается следующий график аттестации:

1 этап – ноябрь

2 этап - апрель

Этапы проходят в форме **открытых занятий** по изученному материалу, при успешной аттестации на первом году обучения возможен и 3ий этап проверки результатов: спектакль. Условия и сроки показа устанавливаются педагогом по результатам аттестации 1 ого этапа.

Критерии оценки – творческая самостоятельность, творческая инициатива, способность работать коллективно и ответственно относиться к порученному делу.

Методические материалы

Используемые методы, приемы, технологии

Методы обучения:

- словесный (устное изложение, беседа, рассказ, объяснение и т.д.)
- наглядный (наблюдение, показ (выполнение) педагогом, работа по образцу и др.)
- практический (выполнение работ самостоятельно)
- объяснительно-иллюстративный – дети воспринимают и усваивают (запоминают) готовую информацию;
- репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности, работая по образцу;
- частично-поисковый – творческая работа по собственному замыслу.

Методы стимулирования и мотивации учебно-познавательной деятельности: творческие задания, комфортная среда занятия, творческие мастерские и др.

Методы воспитания: беседы, метод примера, педагогическое требование, побуждение, создание воспитательных ситуаций, соревнование, поощрение.

Методы контроля - контрольные задания в виде творческих работ, участие в конкурсах.

Основные приемы: рассказ, беседа, практическая работа, демонстрация практических приемов работы, творческая работа, коллективное обсуждение, обращение к личному опыту, устный обучающий контроль, игровой элемент

Используемые современные педагогические технологии:

- личностноориентированные (подбор индивидуальных заданий с учетом возрастных и индивидуальных возможностей детей)
- игровая технология (этюды, ролевые игры, викторины и т.д.)
- информационно-коммуникационные технологии (показ видео, презентаций и т.д.)

Информационные источники

Списки литературы 1 год обучения

Для педагога:

1. Барышникова Т. Азбука хореографии / Т. Барышникова. – М.: Рольф, 1999. -272 с., с илл. (Внимание: дети!).
2. Александрова Н.А., Голубева В.А Танец модерн: Пособие для начинающих / «Лань» Планета музыки 2007. – 128с.
3. Захаров Р. Сочинение танца / Р. Захаров. – М.: Искусство, 1983. – 233 с.
4. А.Я Ваганова Основы классического танца/ 9-е изд., стер.- СПб.:Изд. «Лань», 2007.- 192с.:ил.- (Учебник для вузов .Специальная литература).
5. Никитин В. Ю. Модерн-джаз танец / В. Ю. Никитин.– М.: Один из лучших, 2004.
6. Пасютинская Л. Волшебный мир танца/ Л. Пасютинская.– М.: Просвещение, 1986.- 256 с.
7. Пилатес. 9 программ для всех уровней подготовки/ Кэтрин Мураками ;(пер. с англ. А.Антоновой).-М.: Эксмо, 2010.-232 с.
8. И.Э. Кох Основы сценического движения./ И.Э. Кох . Искусство 1970. -568с.

Для детей и родителей:

1. Константиновский В. Учить прекрасному / В. Учись прекрасному В.Константиновский.- М., 1999г.-
2. Барышникова Т. Азбука хореографии / Т. Барышникова.– М.: Рольф, 1999.-272 с., с илл. (Внимание: дети!).
3. Александрова Н.А., Голубева В.А Танец модерн: Пособие для начинающих / «Лань» Планета музыки 2007. – 128с.
4. Назарова А.Г. «Игровой стретчинг» / А.Г.Назарова,- М. 2006г.
5. А.Я Ваганова Основы классического танца/ 9-е изд., стер.- СПб.:Изд. «Лань», 2007.- 192с.:ил.- (Учебник для вузов .Специальная литература).

6. Никитин В. Ю. Модерн-джаз танец / В. Ю. Никитин.– М.: Один из лучших, 2004.
7. Пасютинская Л. Волшебный мир танца/ Л. Пасютинская.– М.: Просвещение, 1986.-
256 с.

Интернет - источники

1. http://www.theatre-library.ru/files/g/gippius_sv/gippius_sv_1.html
2. <http://edunews.ru/additional-education/dopolnitelnoe-obrazovanie-detej.html>
3. Группа в интернет сети «В КОНТАКТЕ»

Диагностическая карта оценки предметных и личностных достижений учащихся по программе «Танцевальный Олимп»
20__ - 20__ учебный год __ группа
 Дата _____

Предметные достижения						Личностные достижения											
№	Ф.И	Навыки основ музыкальной драматичности	Навыки классического танца	Навыки стретчинга	Сценическая свобода	Навыки основ модерн танца	Усвоение социальных норм (поведение, общение)	Коммуникативные навыки	Способность выражать мысли рассуждать.	Ответственность и дисциплинированность.	Творческая активность	Потребность в саморазвитии	Доброежелательность и чуткость	Уверенность в себе	Эмоциональная саморегуляция	Всего в баллах.	Уровень
1	Панова Алиса																

Критерии оценок: «3» уровень (низкий)
 «4» уровень (средний)
 «5» уровень (высокий)

Подпись педагога _____ / _____