

**ЧАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«ПЕТРОВСКАЯ ШКОЛА»**

Принято
на заседании педагогического совета
протокол №1 от «29» августа 2022 г.

Утверждаю
Генеральный директор
Вяземская Е.К.
Приказ от «29» августа 2022 г.

**Дополнительная общеобразовательная программа
Современный танец «Dance Mix»
на 2022-2023 учебный год**

Возраст обучающихся: 8-11лет

Уровень образования: ознакомительный

Преподаватель: Морозова Л.А.

Срок реализации – 1 год

Москва, 2022 г.

1. Пояснительная записка	4
2. Цель программы, планируемые результаты	5
3. Содержание программы	7
3.1 Учебный план	7
3.2 Календарный учебный график	10
3.3 Рабочая программа модуля 1.	
3.3.1 Вводное занятие программы модулей 1-го года обучения	13
3.3.2 Рабочая программа модуля 2.	
Основы джаз-модерн танца	13
3.3.3 Рабочая программа модуля 3. Разогрев	13
3.3.4. Рабочая программа модуля 4.Кросс	14
3.3.5.Рабочая программа модуля 5.	
Упражнения и танцевальные комбинации на середине зала	14
3.3.6. Рабочая программа модуля 6. Основы импровизации	15
3.3.7.Рабочая программа модуля 7. Постановочные работы	15
3.3.8.Рабочая программа модуля 8.Итоговое занятие по пройденному материалу	15
4. Система оценки достижений обучающихся	16
5.Организационно- педагогические условия реализации программы	18
6. Материально-технические условия реализации программы	19
7. Кадровое обеспечение программы	19
8.Учебно-методическое обеспечение реализации программы	19

1. Пояснительная записка

Общеобразовательная программа «Современный танец «Dance Mix» составлена в соответствии нормативно- правовыми документами:

Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Приказом Министерства образования и науки РФ от 9.11.2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Письма Министерства образования и науки РФ от 11.12.2006 №06-1844 «Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей», Приказа Министерства Просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020 г. № 533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам...», Приказа Министерства Просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020 г. № 533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам...», Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об

утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи», постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания"»

Уровень и направленность общеобразовательной общеразвивающей программы:

Дополнительная общеобразовательная программа детского объединения Современный танец «Dance Mix» имеет художественную направленность, ознакомительный уровень. Тип программы- модифицированная (адаптированная).

Уровень программы- ознакомительный.

Актуальность и целесообразность общеобразовательной общеразвивающей программы заключается:

Актуальность данной образовательной программы обусловлена спросом родителей и обучающихся на подобного рода развивающие программы художественной направленности.

Программа Современный танец «Dance Mix» помогает решать целый комплекс связанный с формированием творческих навыков, удовлетворением индивидуальных потребностей в нравственном, художественном, интеллектуальном совершенствовании подростков, организации их свободного времени.

В процессе занятий обучающийся получает навыки владения своим телом, изучит основы хореографии; знакомится с историей и теорией современного танца; получает возможность для самовыражения в актерской пластике; учится преодолевать физические и технико-

исполнительские трудности, чем совершенствует своё мастерство и свой характер; познает способы коммуникации в коллективе.

В социальном аспекте обучающиеся учатся через партнерство воспринимать других людей, дружно существовать в коллективе, выстраивать взаимоотношения.

1. Цели и задачи.

Цель программы состоит в том, чтобы на основе интереса детей к современным танцам создать благоприятные условия для раскрытия творческих способностей формирующейся личности ребёнка, его способности к самовыражению в танце.

Для реализации данной цели поставлены следующие **задачи:**

Обучающие задачи:

- научить детей чувствовать музыкальный ритм и стиль;
- научить детей основам хореографии;
- научить разным стилям современного танца, а так же умению правильно ориентироваться в них;
- научить правильному дыханию;
- научить самостоятельно составлять танцевальные комбинации с использованием базовых и усложненных движений современной хореографии.

Развивающие задачи:

- развить и укрепить физическое состояние;
- сформировать правильную осанку, красивую походку;
- умение ориентироваться в пространстве;
- развитие зрительной памяти;
- развить эластичность мышц, подвижности суставов;
- развить творческую инициативу и способности к самовыражению в танце;
- развить у детей умение применять разные стили современной хореографии в импровизации, в том числе с элементами актёрского

мастерства;

Воспитательные задачи:

Воспитать у детей такие личностные качества, как:

- волевая активность;
- ответственность и дисциплинированность;
- вера в себя, в свои силы;
- навыки культурного общения друг с другом, в коллективе;
- умение прислушиваться к мнению других;
- уважение к иной точке зрения и умение радоваться чужим успехам;
- уважение к учителю, родителям и взрослым.

Планируемые результаты:

будут знать:

- историю рождения современных танцев;
- историю и географию изучаемых танцев;
- свободно владеть танцевальной терминологией на русском и английском языках.

будут уметь:

- слышать и воспроизводить музыкальный ритм;
- свободно ориентироваться в пространстве зала и относительно друг друга (осуществлять перестроения);
- освоят постановку корпуса, ног, рук;
- будут уметь исполнять элементы современной хореографии;
- будут уметь исполнять современные массовые танцы;
- будут уметь исполнять основы импровизации современного танца
- названия фигур на русском и английском языках;
- танцевать комбинации в разных современных направлениях;
- танцевать в нужном современном стиле танца под определённую музыку.

Категория учащихся:

Возраст учащихся в детском объединении «Современный танец «Dance Mix»
8- 11 лет.

Срок реализации программы:

дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современный танец «Dance Mix»» ознакомительного уровня рассчитана на 1 год обучения.

Режим занятий:

Занятия проводятся 1 раза в неделю по 1 академическому часу. В год 36 академических часа. Академический час равен 40 минутам. После занятия обязательно проветривание помещения в течение 10-15 минут.

3. Содержание программы

3.1 Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации /контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1	1		Опрос
2	Основы джаз-модерн танца	2		2	
2.1	Движения contraction	1		1	Педагогическое наблюдение
2.2	Движения release	1		1	Педагогическое наблюдение
3	Разогрев	6		6	
3.1	Изоляция	2		2	Педагогическое наблюдение
3.2	Координация	4		4	Педагогическое наблюдение
4	Кросс	4		4	

5	Упражнения и танцевальные комбинации на середине зала	11		11	
5.1	Стретчинг	4		4	Педагогическое наблюдение
5.2	Упражнения развивающие гибкость позвоночника	3		3	Педагогическое наблюдение
5.3	Вращения	4		4	Педагогическое наблюдение
6	Основы импровизации	4		4	Педагогическое наблюдение
7	Итоговое занятие по пройденному материалу	1		1	Зачет
8	Постановочные работы	5		5	
8.1	Прослушивание музыки и рассказ о сюжете номера	1	1		Педагогическое наблюдение
8.2	Разучивание отдельных движений и комбинаций	2		2	Педагогическое наблюдение
8.3	Отработка танцевального номера	2		2	Просмотр номеров
9	Концертное выступление	2		2	Концерт
	ИТОГО	36	2	34	

3.2 3.2 Календарный учебный график

№ занятия	Дата занятия	Тема занятия	Форма проведения занятия	Кол-во часов	Форма контроля
1	Сентябрь	Вводное занятие. Техника безопасности. Общие понятия о современном танце	групповая	1	тест

2		Основы джаз-модерн танца. Разминка. Позиции ног 1,2 параллельная.	групповая	1	Творческое задание
3		Основы джаз-модерн танца. Прыжки по 1, 2 позиции	групповая	1	Творческое задание
4		Разогрев. Прямая и обратная координация. Комбинация.	групповая	1	Творческое задание
5	Октябрь	Разогрев. Понятие «Кач» по 1, 2 позиции.	групповая	1	Творческое задание
6		Разогрев. Постановка концертного номера «Стиляги».	индивидуальная	1	Творческое задание.
7		Разогрев. Постановка спины и корпуса.	групповая	1	Творческое задание
8		Разогрев. Позиции рук	групповая	1	Творческое задание
9	Ноябрь	Разогрев. Разминка шеи и плеч	групповая	1	Творческое задание
10		Кросс(передвижение в пространстве). Подготовка тела к танцевальной нагрузке	групповая	1	Творческое задание
11		Кросс (передвижение в пространстве). Разучивание	индивидуальная	1	Творческое задание

		комбинации №1 к танцу «Стиляги».			
12		Кросс. Рисунок танца «Стиляги».	групповая	1	Творческое задание
13	Декабрь	Кросс. Четкое и синхронное исполнение движений в танце «Стиляги».	групповая	1	Творческое задание
14		Упражнения, танцевальные комбинации. Разучивание комбинаций №2 к танцу «Стиляги».	групповая	1	Творческое задание
15		Упражнения, танцевальные комбинации. Разминка колен и стоп	индивидуальная	1	Творческое задание. .
16		Упражнения, танцевальные комбинации. Разучивание комбинации №1 к танцу.	групповая	1	Творческое задание
17	Январь	Упражнения, танцевальные комбинации. Разучивание комбинации №1 к танцу.	групповая	1	Творческое задание

18		Упражнения, танцевальные комбинации. Разучивание комбинации №2 к танцу	групповая	1	Творческое задание
19		Упражнения, танцевальные комбинации. Разучивание комбинации №2 к танцу	групповая	1	Творческое задание
20		Упражнения, танцевальные комбинации. Разучивание комбинации № 3 к танцу.	групповая	1	Творческое задание
21	Февраль	Упражнения, танцевальные комбинации. Разучивание комбинации № 3 к танцу.	групповая	1	Творческое задание
22		Упражнения, танцевальные комбинации. Работа над четким и синхронным исполнением движений в танце.	индивидуальная	1	Творческое задание

23		Упражнения, танцевальные комбинации. Работа над четким и синхронным исполнением движений в танце.	групповая	1	Творческое задание
24		Упражнения, танцевальные комбинации. Работа над четким и синхронным исполнением движений в танце.	групповая	1	Творческое задание
25	Март	Основы импровизации. Комбинации на основе изученного материала	групповая	1	Творческое задание
26		Основы импровизации. Комбинации на основе изученного материала	групповая	1	Творческое задание
27		Основы импровизации. Комбинации на основе изученного материала	Групповая	1	Творческое задание
28		Основы импровизации. Комбинации на основе изученного материала	индивидуальная	1	Творческое задание
29	Апрель	Постановочная работа	Групповая	1	Творческое задание
30		Постановочная работа	индивидуальная	1	Творческое задание
31		Постановочная работа	индивидуальная	1	Творческое задание

32		Постановочная работа	индивидуальная	1	Творческое задание
33	Май	Постановочная работа	индивидуальная	1	Творческое задание
34		Постановочная работа	индивидуальная	1	Творческое задание
35		Постановочная работа	индивидуальная	1	Творческое задание
36		Итоговое занятие	групповая	1	Концерт

3.3 Содержание программы модулей

3.3.1 Рабочая программа модуля 1. Вводное занятие

Теория: Особенности программы 1-го года обучения. Требования и правила освоения программы.

3.3.2 Рабочая программа модуля 2. Основы джаз-модерн танца

3.3.2.1. Движения contraction

Практика: Изучение техники исполнения движений contraction. Отработка взаимосвязи движения и дыхания. На выдохе – contraction – сжатие, уменьшение объёма корпуса и округление позвоночника в центре таза, постепенно захватывая весь позвоночник.

3.3.2.2. Движения release

Практика: Изучение техники исполнения движений release. Отработка взаимосвязи движения и дыхания. Release – расширение объёма тела, которое происходит на вдохе.

3.3.3 Рабочая программа модуля 3.Разогрев

Практика: Выполнение движений для разогрева позвоночника (наклоны и изгибы торса во всех направлениях, упражнения на напряжение и расслабление позвоночника).

Упражнения для рук: скрещение прямых рук перед собой и сбоку; руки сзади скрещены в замке (при этом наклон вперед); ноги «деми плие» по II позиции,

руки от плеч поднимаются вверх-вниз; наклоны: в сторону (рука над головой); вперед (руки в положении «мельница»).

Упражнения для ног: вперед; по диагонали; в сторону на 90^0 (влево и вправо).

3.3.3.1. Изоляция

Практика: Выполнение упражнений отдельными частями тела: голова (наклоны вперед, назад; наклоны вправо, влево; повороты вправо, влево); плечи (подъем одного, двух плеч вверх; движение плеч вперед, назад; твист плеч); грудная клетка (движение из сторон в сторону); пелвис (бедр: движение из стороны в сторону hip lift); руки (движения прямыми руками вверх-вниз; круговые движения «локомотор»; движения с согнутыми локтями); ноги (движения стопы «релевэ»; позиция ног – I параллельная, I аут, II параллельная, II аут).

3.3.3.2. Координация

Практика: Разучивание движений, развивающих координацию рук и ног. Движения руками по схеме А, Б, В – II позиция. Упражнение, развивающее координацию: sauté по свободной позиции по четырем точкам, затем – по двум.

3.3.4. Рабочая программа модуля 4.Кросс

Практика: Передвижение в пространстве: шаги (шаг на месте; шаг в сторону с приставкой); прыжки (по I параллельной; из I-ой во II параллельную). Шаги с трамплинным сгибанием колена и kick ногой на 45^0 во всех направлениях и по квадрату. Техника шагов примитива: джазовый шаг с чередованием прыжков. Шаги примитива в быстром темпе. Шаги различного типа с использованием Contractjon и Release, прыжки, вращения, смена направлений, соединение прыжков и вращений в комбинации и смена уровней.

3.3.5.Рабочая программа модуля 5. Упражнения и танцевальные комбинации на середине зала

Практика: Исполнение упражнений стретчинг-характера с элементами йоги.

3.3.5.1. Упражнения, развивающие гибкость позвоночника

Практика: Изучение техники исполнения движений roll-down и roll-up вперед и в сторону. Примечание: roll down представляет собой постепенное, начиная от головы, закручивание торса вниз (все позвонки, один за другим, должны быть включены в это движение). Roll up – обратное движение, подъем и раскручивание позвоночника в исходное положение.

3.3.5.2. Вращения

Практика: Разучивание вращений на двух ногах и на одной ноге.

3.3.6. Рабочая программа модуля 6. Основы импровизации

Практика: Выполнение упражнений из тренинга актерского мастерства на освобождение от мышечного напряжения и телесного зажима («ртуть», «огонь-лед», «пластилиновые куклы», «марионетки», «спагетти»).

3.3.7. Рабочая программа модуля 7. Постановочные работы

3.3.7.1. Прослушивание музыки и рассказ о сюжете номера

Теория: Общая характеристика современного танца. Прослушивание музыки и рассказ о сюжете танца.

3.3.7.2. Разучивание отдельных движений и комбинаций

Практика: Работа над образом (характер образа, специфика поз: руки, корпус, голова). Разучивание отдельных частей танцевального номера. Отработка под счет и под музыку.

3.3.7.3. Отработка танцевального номера

Практика: Развод рисунка танца. Отработка под счет и под музыку.

Отработка выхода в танце и его концовки. Отработка чистоты движений и характера в танце.

3.3.8. Рабочая программа модуля 8. Итоговое занятие по пройденному материалу

Практика: Подведение итогов за год. Выступление детей перед родителями и другими воспитанниками студии.

4. Система оценки достижений обучающихся

Мониторинг результатов обучающихся проводится 3 раза в год. В начале учебного года (сентябрь) проводится входная диагностика, каждое полугодие (декабрь, май) – промежуточная, в конце курса (май) – итоговая.

Диагностика состоит из двух разделов: теоретическая и практическая части. Теоретическая часть через тестирование позволяет определить уровень усвоения теоретического материала. Практическая часть подразумевает выполнение изученных упражнений и техник, помогает выявить уровень координации и выразительности.

Итоговая аттестация обучающихся проводится с целью контроля (оценки) освоения программы в соответствии с требованиями, установленными к минимуму ее содержания, структуре, условиям, а также срокам реализации. Формы контроля: опрос; просмотр и анализ контрольных хореографических комбинаций, концертных номеров, самостоятельных хореографических постановок.

Изучаемый параметр	Формы и методы диагностики	Инструментарий
1-ой год обучения		
Входная диагностика (10.09-24.09)		
Практическая часть: определение уровня техники исполнения современного танца	выполнение упражнений	Приложение № 1 «Комплекс контрольных заданий и упражнений по современному танцу, для обучающихся 2-го года обучения (8-11 лет)»
Промежуточная диагностика (20.12-30.12)		

Практическая часть: определение уровня техники исполнения современного танца	выполнение упражнений	Приложение № 1 «Комплекс контрольных заданий и упражнений по современному танцу, для обучающихся 1-го
---	--------------------------	--

		года обучения (8-11 лет)»
Определение уровня развития социальной компетентности обучающихся	педагогическое наблюдение	Приложение № 2 «Карта педагогического наблюдения развития социальной компетентности»
Итоговая диагностика (24.04-24.05)		
Теоретическая часть: определение уровня теоретических знаний	тест	Приложение № 1 «Тест по современному танцу для обучающихся 2-го года обучения 8-11 лет)
Практическая часть: определение уровня техники исполнения современного танца	выполнение упражнений	Приложение № 1 «Комплекс контрольных заданий и упражнений по современному танцу, для обучающихся 1-го года обучения (8-11 лет)»

5. Организационно- педагогические условия реализации программы

В программе обучения широко используется метод аналогий с объектами (образ, поза, двигательная имитация), где педагог - режиссер, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга обучающегося, его пространственно-образное мышление, способствует высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

Словесный метод проявляется в беседе о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснении методики исполнения движений, оценке.

Практический метод заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

Наглядный метод – выразительный показ под счет, с музыкой.

В работе с обучающимися обучение идет по спирали, с постепенным усложнением материала. На следующий год обучения педагог возвращается к пройденному материалу на более высоком уровне, на новом музыкальном материале с учетом возрастных особенностей детей.

Формы организации образовательного процесса: групповые занятия.

Формы организации учебного занятия: репетиционные, постановочные, информационные, практическое занятие.

Педагогические технологии: технология игровой деятельности, технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, коммуникативная технология обучения, технология коллективной творческой деятельности.

6. Материально-технические условия реализации программы

Для реализации данной программы необходимы:

- танцевальный класс со специальным покрытием пола (паркет, линолеум);
- Раздевалка для обучающихся;
- Наличие специальной танцевальной формы;
- Наличие аудиоаппаратуры с флеш-носителем;
- Наличие музыкальной фонотеки;
- Наличие танцевальных костюмов.

7. Кадровое обеспечение

Программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий высшее или среднее специальное педагогическое образование, прошедший дополнительное образование в форме курсов повышения квалификации в области дополнительного образования детей художественной направленности.

8. Учебно-методическое обеспечение Программы:

1. Барышникова Т.К. Азбука хореографии-
https://www.studmed.ru/baryshnikova-t-azbuka-horeografii_0644aa8c0da.html
2. Ерохина О.В. Школа танцев для детей-
<https://search.rsl.ru/ru/record/01002431622>
3. Модерн-джаз танец. История . Методика. Практика-
https://nmdshi.uln.muzkult.ru/media/2018/09/17/1217333824/Nikitin_V.Yu._Modern-dzhaz._Istoriya._Metodika._Praktika.pdf
4. Никитин В.Ю. Модерн- джаз танец. История- https://www.studmed.ru/nikitin-vyu-modern-dzhaz-tanec-istoriya-metodika-praktika_83f66f3c29e.html
5. <http://school-collection.edu.ru/>-Коллекция цифровых ресурсов по теме «Хореография»
6. http://window.edu.ru/catalog/?p_rubr=2.2.80.1.12 –танец, хореография.
7. <http://www.horeograf.com/>- все для хореографов и танцоров.
8. <https://dancehelp.ru/>-сообщество хореографу в помощь.