

ПРИНЯТА
на педагогическом совете
Протокол № 1 от 29.08.2024г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ № 44
А.В.Воробьева
Приказ № 159 от 29.08.2024 г.



**Дополнительная
общеобразовательная (общеразвивающая)
программа танцевальной студии
"Современный танец"**

Направленность: художественная
Возраст обучающихся 6-12 лет
Срок реализации: 3 года

Автор-составитель:
Гребенщикова Татьяна Юрьевна,
педагог дополнительного образования

г. Реж
2024 г.

Пояснительная записка

Направленность образовательной программы «Современный танец» — художественная.

Цель программы:

способствовать развитию личности ребенка с формированием эстетических, культурных и нравственных ценностей, посредством обучения современному танцу.

Задачи программы:

Обучающие:

- приобретение базовых знаний, качеств, навыков исполнения танцевальных элементов;
- формирование у детей музыкально – ритмических навыков правильного и выразительного движения в области современной самостоятельной и коллективной деятельности;
- изучение упражнений для развития тела и укрепления здоровья.

Воспитательные:

- воспитание эстетического вкуса, интереса к творческой деятельности;
- воспитание активной и жизненной позиции лидерских качеств;
- формирование сплоченного коллектива;
- воспитание трудолюбия и стремления к преодолению препятствий.

Развивающие:

- развитие внимания, памяти, пространственного мышления;
- развитие творческих и организаторских способностей;
- развитие координации и пластики;
- развитие творческой активности и артистизма.

Актуальность и педагогическая целесообразность программы

базируются на анализе детского и родительского спроса, и заключается в систематизации принципов работы с воспитанниками групп в направлении современных танцев, т.к. у современных школьников ярко выражен интерес к танцевальному искусству.

Программа актуальна в связи с тем, что в последнее время национально-культурные традиции, которые являются источником формирования морально-этических норм и связывают народ с историческими корнями, требуют сохранения и развития.

Актуальность данной программы обусловлена также ее практической значимостью: обучающиеся регулярно демонстрируют свои умения, выступая на традиционных школьных мероприятиях.

Педагогическая целесообразность обусловлена важностью художественного образования, использования познавательных и воспитательных возможностей хореографических занятий, формирующих у обучающихся творческие способности, чувство прекрасного, эстетический вкус, нравственность.

Место в учебном плане

Всего на изучение современных танцев выделяется 306 часов в год, из них дети первого, второго и третьего года обучения по 102 часа (из расчета

по 3 часа в неделю для каждой группы, 34 учебные недели). Занятия проходят в разновозрастных группах: 6-8 лет, 9-10, 11-12 лет.

Общая характеристика

Ключевым понятием программы является термин «танец», который представляет (от нем. Tanz): пластические и ритмические движения, ряд таких движений, определенного темпа и формы, исполняемых в такт определенной музыке.

Современные танцы приобщают ребенка к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус, совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костно – мышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Главная задача педагога – помочь детям проникнуть в мир музыки и танца, а не подготовить их к профессиональной сцене.

Программа нацелена на создание условий для развития обучающихся, формирование культуры творческой личности, на приобщение учащихся к общечеловеческим ценностям через собственное творчество, создание условий для социального, культурного и профессионального самоопределения, творческой самореализации. Содержание программы расширяет представления учащихся о танцевальных стилях и направлениях, знакомит с историей джаз-модерна, формирует чувство гармонии, способствует укреплению физического здоровья.

Основные средства хореографического воспитания – физические упражнения. Они формируют двигательные умения и навыки, способствуют развитию двигательного аппарата, улучшают кровообращение и обмен веществ, благотворно влияют на дыхание.

Занятия хореографией при их правильной организации развивают умственные способности воспитанников, расширяют их художественный кругозор. Формируют нравственные представления и содействуют формированию творческого отношения к окружающему миру.

Работа по хореографическому воспитанию отличается большим многообразием форм, которые требуют от воспитанников проявления организованности, самостоятельности, инициативы, что способствует воспитанию организационных навыков, активности, находчивости.

Танец, как литература и музыка, раскрывает многогранность национальных традиций народа. С помощью танцевальной лексики можно раскрыть историю народа, его настоящее и будущее, показать все позитивные и негативные стороны человеческой натуры. Танец повышает эмоциональное и физическое здоровье человека, т.е. гармоничное единство тела, разума и души, помогает раскрыть внутренний мир человека, сформировать в детях уверенность в себе, упорство и трудолюбие, помогает оценить красоту музыки и движения. Через изучение основ хореографии дети приобщаются к танцевальной и музыкальной культуре, формируется эстетический вкус.

Занятия современной хореографией помогают детям снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе, развить выразительность, научиться двигаться в соответствии с музыкальными образами, что необходимо для сценического выступления, а также воспитать в себе выносливость. Скорректировать осанку, координацию, постановку корпуса, что необходимо не только для занятия танцем, но и для здоровья в целом. Современный танец - это зрелищное представление, вызывающее огромный интерес у молодого поколения. В данном виде искусства лаконично соединены в одно целое многообразие танцевальных стилей и элементы сценических трюков.

Программа направлена на предоставление учащемуся начального профессионального образования, в том числе, на предоставление возможности ребенку выразить себя в танце, развитие умения добиваться творческого выражения эмоций через пластику.

Разогрев. Задача этой части занятия привести двигательный аппарат в рабочее состояние, разогреть все мышцы. В отличие от классического тренажа с определенной последовательностью упражнений, в современном танце существуют различные способы разогрева: у станка, на середине зала и в партере (на полу).

Изоляция. Эта часть занятия более насыщена упражнениями, чем предыдущая. И если в разогреве все тело активизируется, то при изоляции происходит глубокая работа с мышцами различных частей тела. Основная задача педагога во время изучения движений изолированных центров следить за тем, чтобы движения у воспитанников были действительно изолированными, чтобы во время движения одного центра не двигался другой. Эта на первый взгляд простая задача вызывает трудности, т.к. анатомически все центры тесно связаны.

Стретчинг. Система специальных упражнений для растягивания мышц и повышения подвижности в суставах. Необходимо сделать важное замечание: занятия стретчингом проводятся только после выполнения силовых или иных упражнений. То есть, это не разминка, которая открывает тренировку, а, напротив, комплекс упражнений, которым стоит завершать тренировку для получения наилучших результатов. Учащиеся выполняют упражнения для стопы и голеностопного сустава: вытягивание носочков вперед и на себя; круговые движения стопы; раскрытие стопы в I позиции. Упражнения для гибкости: «кошечка»; «свечка», «свечка» с переворотом назад; «мостик», «мостик» на одну руку. Растяжки: «лягушка» в положении сидя и лежа; полушпагаты в положении сидя и на одной ноге; продольный и поперечные шпагаты.

Кросс. Передвижение в пространстве. Этот раздел урока развивает танцевальность и позволяет приобрести манеру и стиль исполнения модерн-джаз танца. Воспитанники должны уметь передвигаться в пространстве шагами, прыжками и вращениями по заданной педагогом схеме. В этом разделе занятия воспитанники должны освоить шаги в модерн-джаз манере, в

рок-манере, в мюзикл-джаз манере, различные прыжки с двух ног на две (jump), с одной ноги на другую с продвижением (leap), с одной ноги на ту же ногу (hop) и с двух ног на одну. Основные виды поворотов: на двух ногах, на одной ноге и повороты по кругу вокруг воображаемой оси.

Репетиционно – постановочная работа. Последним, завершающим разделом занятия, является комбинация. Здесь все зависит от фантазии педагога и его балетмейстерских способностей. Однако главная задача педагога научить воспитанников танцевальности, умению слушать музыку (развитие музыкальности), умению использовать определенный рисунок, заданный педагогом (ориентация воспитанника в пространстве), четко исполнять направления и ракурсы, правильно дышать во время исполнения комбинаций (связь движения с дыханием), а также, самое главное, научить ребят использовать средства танцевальной выразительности.

Формы и методы обучения

- учебное занятие (теория, практика);
- открытое занятие (в середине года, где оценивается уровень полученных знаний, умений и навыков);
- концертные выступления в течении и в конце года;
- самостоятельная работа;
- здоровьесберегающие технологии.

Ценностные ориентиры

Содержание курса «Современный танец» направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

Уроки «Современный танец», как и художественное образование в целом, предоставляют детям возможности для культурной и творческой деятельности, позволяют сделать более динамичной и плодотворной взаимосвязь образования, культуры и искусства. Освоение предмета как духовного наследия человечества предполагает формирование опыта эмоционально-образного восприятия, начальное овладение различными видами танцевальной деятельности, приобретение знаний и умений, овладение универсальными учебными действиями, что становится фундаментом обучения на дальнейших ступенях общего образования, обеспечивает введение учащихся в мир современного искусства и понимание неразрывной связи танцевальных движений и жизни.

Уже на начальном этапе постижения танцевального искусства младшие школьники понимают, что танец открывает перед ними возможности для познания чувств и мыслей человека, его духовно-нравственного становления, развивает способность сопереживать, встать на позицию другого человека, вести диалог, участвовать в обсуждении значимых для человека явлений жизни и искусства, продуктивно сотрудничать со сверстниками и взрослыми.

Результаты изучения курса

В результате изучения курса дополнительного образования на ступени начального общего образования будут сформированы личностные, регулятивные, познавательные и коммуникативные универсальные учебные действия как основа умения учиться.

Личностные:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах толерантности, уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- устанавливать значение ритмических упражнений для удовлетворения потребности в движении, в общении со сверстниками, в повышении уровня физической подготовленности, эстетического развития, в формировании устойчивых мотивов самосовершенствования.

- формирование социальной роли учащегося для всестороннего развития личности;

- формирование положительного отношения к обучению.

Метапредметные:

- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

- перерабатывать полученную информацию: сравнивать и группировать предметы и их образы;

- волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном;

- проговаривать последовательность действий на занятии;

- потребность в общении с учителем;

- умение слушать и вступать в диалог;

- ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже изученного;

- преобразовывать информацию из одной форм в другую (инструкция - движения).

- волевая саморегуляция, как способность к волевому усилию;

- учиться самостоятельно проводить разминку, выполнять новые движения по образцу.

- потребность в общении с учителем;

- умение донести свою позицию до других.

Предметные

- формирование навыков работы в области хореографии, применения приемов и методов работы по Программе, воспитание основ культуры труда, приобретение опыта творческой и проектной деятельности.

Содержание занятий:

1 год обучения

Организационное занятие. Техника безопасности. Введение в общеразвивающую программу. Инструктаж по технике безопасности. Выявление хореографических и музыкальных данных. Диагностика спортивной подготовки. Базовые элементы современной хореографии. Образно-игровые и ритмические упражнения. Развитие чувства ритма и музыкальности.

Понятие о характере музыки (быстрая, медленная), об эмоциональной окраске (веселая, грустная), о простейших пространственных построениях (линия, круг). Представление о красоте осанки, легкости шага, делающих движение красивыми и грациозными.

Музыкально-ритмические упражнения – ходьба в ритме и темпе музыки на месте и в пространственных построениях, а также вокруг себя, направо и налево. Танцевальный шаг с носка, ход с вытянутыми коленями, поднимая колени, на полу-пальцах. Различные плие (деми, гранд).

Построения и переходы в простейшие фигуры. Базовые элементы современной хореографии и балета: пластика (изучение различных волн); работа ног, построенная на базе прыжковых элементов, дорожек шагов и сложной координации. Основной задачей танцора является «обыграть» звучащую композицию. Силовые музыкально-хореографические движения под счет и ритм музыки, овладение базовыми акробатическими танцевальными композициями.

Основы музыкальных ритмов. Понятия: такт, сильная и слабая доля. Основные музыкальные размеры 2/4, 3/4, 4/4, выделение сильной доли, понятие паузы, движение в заданных размерах.

Партерная гимнастика. Упражнения на полу, направленные на выработку правильной осанки, развитие и укрепление мышц, силы и выворотности ног, гибкости, подвижности суставов и натянутости ног в колене, подъеме и пальцах, а также выработки хорошего танцевального шага. Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на достижение максимально высоких результатов в соревновательной деятельности. Расслабление позвоночника (свинговое раскачивание, грор). Силовые упражнения. Способы соединения движений стретчинга в единую комбинацию.

Шаги - pas de bourre - pas chasse. Прыжки - jump по I, II параллельным и out позициям - hop: рабочая нога принимает положение passé по I параллельной позиции - трамплинные прыжки. Вращения: поворот на трех шагах. Силовые упражнения на все группы мышц. Развитие силы и силовой выносливости. Упражнения на ловкость и координацию.

Постановка и отработка концертных номеров. Изучение танцевальных блоков и объединение их в номерах, постановка танцевальных групп, дуэтов и соло. Начиная с первого года обучения, дети пробуют выходить на сцену. Подготовка к этим мероприятиям – отработка номеров и подготовка костюмов. Концертная деятельность.

Культура исполнителя. Поведение на сцене. Участие в концертах различного уровня.

Итоговое занятие. Подведение итогов за год. Планы на следующий год. Выступления обучающихся с лучшими номерами.

2 год обучения

Проводится общее собрание группы, знакомство с программой. Повторяются правила техники безопасности и правила поведения до, во время и после занятий. Обучающиеся знакомятся с возможными перспективами.

Основные виды разогрева у станка, на середине класса, в партере. Функциональные задачи разогрева: Разогрев ног (стопа, колено, пах). Разогрев позвоночника (наклоны, изгибы, твисты торса).

Изоляция – основной прием техники джаз-танца. Изолированные центры и ареалы центров (части центров). Положение коллапса (свободное держание тела) во время изоляции.

Упражнения на полу, направленные на выработку правильной осанки, развитие и укрепление мышц, силы и выворотности ног, гибкости, подвижности суставов и натянутости ног в колене, подъеме и пальцах, а также выработки хорошего танцевального шага. Базовые акробатические упражнения: «мостик» из положения лежа и стоя, «березка», «складка», кувырки в различных направлениях, шпагаты с правой и левой ноги. Комплекс специальных упражнений, связанных с сохранением равновесия (балансирования) и вращением тела с опорой и без опоры (прыжки, падения, перекаты, сальто). Стойка на голове, стойка на руках. Изучение парных упражнений, изучение поддержек. Общая физическая подготовка. Упражнения, направленные на достижение максимально высоких результатов в соревновательной деятельности. Прыжки в высоту и в длину, упражнения на пресс (поднятие корпуса от пола, поднятие прямых ног от пола).

Шаги: - grand battements вперед на 90°, - pas de bourre en tournent. Прыжки - jump: во время взлета arch торса, - hop: рабочая нога принимает положение passé, в корпусе спираль. Вращения: -chaînés, -preparation к пируэтам. Упражнения на ловкость и координацию. Постановка и отработка концертных номеров. Изучение танцевальных блоков и объединение их в номерах, постановка танцевальных групп, дуэтов и соло.

Концертная деятельность. Участие обучающихся в концертах различного уровня. Культура исполнителя. Поведение на сцене. Итоговое занятие. Подведение итогов за год. Планы на следующий год. Выступления

обучающихся с лучшими номерами. Повторение танцевальной программы первого года обучения, и полноценный концерт всех танцев поставленных, пройденных и отработанных за два года обучения.

3 год обучения

Вводное занятие. Техника безопасности. Проводится общее собрание группы, знакомство с программой. Повторяются правила техники безопасности и правила поведения до, во время и после занятий. Обучающиеся знакомятся с возможными перспективами. Напоминания: во время занятий нельзя принимать пищу, выполнять трюки и сложные элементы танца без указаний педагога самостоятельно; обязательно разогревать мышцы и свое тело.

Исполнение различных комбинаций. Импровизация и свой стиль. На третьем году обучения дети под любую новую музыку передают настроение, ритм и динамику через свой наработанный опыт и отработанные комбинации занятий и выученных танцев. Особенно учитывается в сольном выходе (так называемый «свой выход») в номинациях: танцевальность и музыкальность, артистизм, креативность, универсальность и индивидуальность. Базовые акробатические упражнения: «мостик» из положений лежа и стоя, «березка», «стойка-краб» с прямыми ногами и широко разведенными в сторону на одной и двух руках, «складка», кувырки в различных направлениях, шпагаты с правой и левой ноги, «колесо вперед» (плюс колесо в разные стороны с разных рук), «циркуль», прыжок через ногу «узел», переворот в воздухе на руках всем телом, «полу-свайсп» («бочка»). Комплекс специальных упражнений, связанных с сохранением равновесия (балансирования) и вращением тела с опорой и без опоры (прыжки, падения, перекаты, сальто). Стойка на голове, стойка на руках. Изучение парных упражнений, изучение поддержек. Приседание на одной ноге. Развитие равновесия (стойка на одной ноге на полупальцах) с разведенными руками во 2-й позиции.

Упражнения на полу, направленные на выработку правильной осанки, развитие и укрепление мышц, силы и выворотности ног, гибкости, подвижности суставов и натянутости ног в колене, подъеме и пальцах, а также выработки хорошего танцевального шага.

Усложненные комбинации с разученными движениями: скольжениями, вращениями, твистами, спиралями торса, прыжками, падениями и перекатами Шаги: - grand battements во всех направлениях на 90°, - pas de bourre с preparation к пируэтам. Прыжки: - jump: во время взлета arch торса, - hop: рабочая нога в положении passé, во время взлета arch торса, - hop: рабочая нога открывается в сторону на 45°, - leap с трамплинным зависанием в воздухе. Вращения: - chaînés на plie, на полной стопе, - пируэт en dehors, en dedans.

Постановка и отработка концертных номеров. На занятиях с помощью комбинаций мы отработываем движения и координацию, а затем составляем танцевальные этюды, которые при отработке становятся

концертными номерами. Развитие чувства пространства и понимание сцены. Каждому дается индивидуальная возможность проявить себя лично в соло, в дуэте и всем коллективом. Особенно важным акцентом на выступлениях 3 года обучения является легкость, танцевальность, синхронность и музыкальность. Концертная деятельность. Культура исполнителя. Поведение на сцене. Участие учащихся в концертах различного уровня. Итоговое занятие. Подведение итогов и проведение отчетного концерта.

Тематическое планирование (всего 306 часов):

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Характеристика деятельности
1ый год обучения			
1	Организационное занятие	2	Выучить правила поведения в учреждении и на занятии. Пройти инструктаж по технике безопасности.
2	Основы современного танца	58	Делать простые перестроения. Исполнять небольшие танцевальные комбинации под руководством педагога. Выполнять комплекс растяжки 1го года обучения под руководством педагога. Выполнять разогрев самостоятельно. Владеть корпусом во время исполнения движений. Освоить постановку корпуса, позиции ног, рук.
	Разогрев	18	
	Растяжка	20	
	Кросс. Передвижение в пространстве	20	
3	Репетиционно постановочная работа	42	Исполнять сложные комбинации и соединять их в одно целое.
Итого: 102 часа			
2ой год обучения			
1	Организационное занятие	6	Повторить правила поведения в учреждении и на занятии. Показать выступление для педагога, на основе выученного материала за прошлый год.
2	Основы современного танца	60	Закрепить пройденный материал. Отрабатывать технику движения в постановках.
	Разогрев	10	
	Изоляция	20	
	Стретчинг	20	

	Кросс. Передвижение в пространстве	10	<p>Владеть корпусом во время поворотов.</p> <p>Импровизировать, используя базовые движения.</p> <p>Выполнять комплекс упражнений стретчинга.</p> <p>Выделить синкопу, передать хлопками ритмический рисунок.</p>
	Репетиционно–постановочная работа	36	<p>Исполнять сложные комбинации и соединять их в одно целое.</p> <p>Передавать характер номера.</p> <p>Применять координацию и синхронность в комбинациях.</p>
Итого: 102 часа			
3ий год обучения			
1	Организационное занятие	6	<p>Повторить технику безопасности.</p> <p>Показать выступление для педагога, на основе пройденного материала за прошлый год.</p> <p>Использовать культуру сценического облика.</p>
	Основы современного танца	60	<p>Закрепить пройденный материал</p> <p>Выполнять наклоны и повороты торса.</p> <p>Использовать расслабление торса в различных направлениях.</p> <p>Применять разогрев различных групп мышц.</p> <p>Выполнять упражнения для разогрева стопы и голеностопа, наклоны, упражнения на расслабление и напряжение, упражнения для разогрева позвоночника.</p> <p>Использовать работу с мышцами различных частей тела.</p> <p>Следить за тем, чтобы</p>
	Разогрев	10	
	Изоляция	10	
	Стретчинг	20	
	Кросс. Вращения	20	

			<p>движения были действительно изолированными, чтобы во время движения одного центра не двигался другой.</p> <p>Применять манеру и стиль исполнения модерн-джаз танца. Передвигаться в пространстве шагами, прыжками и вращениями по заданной педагогом схеме.</p> <p>Выполнять шаги в модерн-джаз манере, в рок-манере, в мюзикл-джаз манере, различные прыжки с двух ног на две (jump), с одной ноги на другую с продвижением (leap), с одной ноги на ту же ногу (hop) и с двух ног на одну.</p> <p>Выполнять повороты по кругу вокруг воображаемой оси.</p>
	Репетиционно– постановочная работа	36	<p>Отрабатывать отдельные движения.</p> <p>Уверенно и эмоционально выступать на сцене перед различными категориями зрителей.</p> <p>Передавать характер номера</p> <p>Применять координацию и синхронность в комбинациях.</p>
Итого: 102 часа			

Календарно-тематический план (1 год обучения)

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов		
			План	факт
1	Организационное занятие	2		
	Правила поведения в учреждении и на занятии. Инструктаж по технике безопасности.	2		
2	Основы современного танца	58		
	Разогрев	18		
	Музыкальное оформление. Размер	1		
	Музыкальное оформление. Темп	1		

	Музыкальное оформление. Ритмичность	1		
	Характеристика музыки	1		
	Основные танцевальные позиции ног и рук	1		
	Назначение разогрева, его последовательность	4		
	Понятие «Ровная спина»	1		
	Понятие «Вытянутая стопа»	1		
	Работа над стопой. Движения на полупальцах	1		
	Упражнения: «Наклоны в стороны», «Заводим руку за голову», «Тянемся вперед», «Заводим ногу назад», «Наклон вперед», «Тянемся к солнцу»	4		
	Владение корпусом во время исполнения движений	2		
	Растяжка	20		
	Комплекс упражнений на полу, направленные на выработку правильной осанки, развитие и укрепление мышц, силы и выворотности ног, гибкости, подвижности суставов и натянутости ног в колене, подъеме и пальцах	6		
	Развитие мышц, силовые упражнения укрепление мышц спины и брюшного пресса, развитие подвижности и гибкости позвоночника	6		
	Выработка хорошего танцевального шага	6		
	Динамическое растягивание сидя	2		
	Кросс. Передвижение в пространстве	20		
	Шаги	4		
	Прыжки	4		
	Точки и направления в хореографическом классе	2		
	Понятие «Линия»	2		
	Понятие «Колонна»	2		
	Понятие «Диагональ»	2		
	Понятие «Круг»	2		
	Правила и логика перестройки из рисунка в другой рисунок	2		
3	Репетиционно - постановочная работа	42		
	Понятие «Музыкальное вступление»	1		
	Понятие «Танцевальный образ»	1		

Работа над репертуаром	2		
Разучивание танцевальных комбинаций на основе пройденных движений	4		
Репетиционная работа	6		
Разучивание танца, основные движения танца	4		
Отработка движений и элементов танца	2		
Работа над композицией танца	2		
Синхронность и координация движений	2		
Разучивание танца, основные движения танца	4		
Отработка движений и элементов танца	2		
Работа над композицией танца	2		
Синхронность и координация движений	2		
Работа с отстающими	2		
Концертная деятельность	6		

Календарно-тематический план (2 год обучения)

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во часов		
			План	факт
1	Организационное занятие	6		
	Правила поведения в учреждении и на занятии. Инструктаж по технике безопасности.	2		
	Повторение пройденного материала	3		
	Показательное выступление для педагога, отражающее усвоение материала за первый год обучения	1		
2	Основы современного танца	60		
	Разогрев	10		
	Понятие «Синкопа» и «Ритмический рисунок»	1		
	Понятие «Образ»	1		
	Понятие «Сюжет танца»	1		
	Упражнения на свободу и координацию частей тела	2		
	Разогрев, его последовательность	4		
	Основные термины современного танца	1		
	Изоляция	20		
	Изоляция и координация	4		
	Ритмичность	2		

	Динамика	2		
	Базовые движения	6		
	Голова, плечи, грудная клетка, бедра, руки, ноги	6		
	Стретчинг	10		
	Комплекс упражнений на полу, направленные на выработку правильной осанки, развитие и укрепление мышц, силы и выворотности ног, гибкости, подвижности суставов и натянутости ног в колене, подъеме и пальцах	3		
	Развитие мышц, силовые упражнения укрепление мышц спины и брюшного пресса, развитие подвижности и гибкости позвоночника	3		
	Выработка хорошего танцевального шага	4		
	Кросс. Передвижение в пространстве	10		
	Шаги	2		
	Прыжки	2		
	Вращения	2		
	Владение телом во время поворотов	2		
	Сложные комбинации шагов, бега, прыжков, с движениями рук и головы	2		
3	Репетиционно - постановочная работа	36		
	Работа над репертуаром	2		
	Разучивание танцевальных комбинаций на основе пройденных движений	4		
	Репетиционная работа	4		
	Разучивание танца, основные движения танца	4		
	Отработка движений и элементов танца	2		
	Работа над композицией танца	2		
	Синхронность и координация движений	2		
	Разучивание танца, основные движения танца	4		
	Отработка движений и элементов танца	2		
	Работа над композицией танца	2		
	Синхронность и координация движений	2		
	Концертная деятельность	6		

Календарно-тематический план (3 год обучения)

№ п/п	Наименование разделов, тем	Кол-во	
-------	----------------------------	--------	--

		часов	План	факт
1	Организационное занятие	6		
	Правила поведения в учреждении и на занятии. Инструктаж по технике безопасности.	2		
	Повторение пройденного материала	2		
	Показательное выступление для педагога, отражающее усвоение материала за первый год обучения	1		
	Культура сценического облика	1		
2	Основы современного танца	60		
	Разогрев	10		
	Упражнения на свободу и координацию частей тела	2		
	Виды и жанры хореографии	1		
	Понятие «Стиль музыки», «Образность»	2		
	Понятие об основных законах драматургии	1		
	Разогрев, его последовательность	2		
	Возможности человеческого тела	2		
	Изоляция	10		
	Изоляция и координация	2		
	Ритмичность	1		
	Динамика	1		
	Колоритность	2		
	Базовые движения	2		
	Голова, плечи, грудная клетка, бедра, руки, ноги	2		
	Стретчинг	20		
	Комплекс упражнений на полу, направленные на выработку правильной осанки, развитие и укрепление мышц, силы и выворотности ног, гибкости, подвижности суставов и натянутости ног в колене, подъеме и пальцах	6		
	Развитие мышц, силовые упражнения укрепление мышц спины и брюшного пресса, развитие подвижности и гибкости позвоночника	6		
	Выработка хорошего танцевального шага	8		
	Кросс. Вращения	20		
	Шаги	3		
	Прыжки	3		

	Вращения	3		
	Владение телом во время поворотов	4		
	Сложные комбинации шагов, бега, прыжков, с движениями рук и головы	4		
	«Координация», «Импровизация», «Изоляция», «Стретчинг», «Вращения», «Кросс»	3		
3	Репетиционно - постановочная работа	36		
	Работа над репертуаром	2		
	Разучивание танцевальных комбинаций на основе пройденных движений	4		
	Репетиционная работа	4		
	Разучивание танца, основные движения танца	4		
	Отработка движений и элементов танца	2		
	Работа над композицией танца	2		
	Синхронность и координация движений	2		
	Разучивание танца, основные движения танца	4		
	Отработка движений и элементов танца	2		
	Работа над композицией танца	2		
	Синхронность и координация движений	2		
	Концертная деятельность	6		

Требования к уровню подготовки обучающихся:

Должны знать	Должны уметь
1 год обучения	
Правила поведения в хореографическом классе	Ориентироваться в хореографическом классе, делать простые перестроения
Требования к внешнему виду на занятиях	Ритмично двигаться, передавая хлопками ритмический рисунок
Технику безопасности на занятиях	Исполнять небольшие танцевальные комбинации под руководством педагога
Музыкальные размеры, темп и характеристику музыки	Исполнять комплекс растяжки 1го года обучения под руководством педагога

Основные танцевальные позиции ног и рук	Исполнять разогрев самостоятельно
Понятия «Линия», «Колонна», «Диагональ», «Круг»	Владеть корпусом во время исполнения движений
Понятия «Ровная спина», «Вытянутая стопа»	Понимать учебную задачу, сохранять ее содержание в процессе ее выполнения
Назначение разогрева, кросса его последовательность	Освоить постановку корпуса, позиции ног, рук
Понятие «Музыкальное вступление», «Танцевальный образ», «Ритмичность»	
2 год обучения	
Правила сценической этики	Самостоятельно отрабатывать технику движения в постановках
Понятие «Образ», «Сюжет»	Координировать и контролировать свое тело
Упражнения на свободу и координацию частей тела	Владеть корпусом во время поворотов
Комплекс упражнений стретчинга	Работать в коллективе
Основные термины современного танца	Импровизировать, используя базовые движения
Базовые движения	Быстро ориентироваться в хореографическом классе, делать различные перестроения
Понятия «Ритмичность» и «Динамика»	Выполнять комплекс упражнений стретчинга
Изоляция и координация	Выделить синкопу, передать хлопками ритмический рисунок
	Исполнять сложные комбинации из шагов, бега, прыжков в различных ритмических рисунках и направлениях, сочетая их с движениями рук и головы
3 год обучения	

Понятия «Ритмичность», «Динамика», «Колоритность»	Самостоятельно исполнять основные элементы
Свободу и координацию частей тела	Овладеть основными элементами и техникой современного танца
Виды и жанры хореографии	Выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца
Понятие «Стиль музыки», «Образность»	Уверенно и эмоционально выступать на сцене перед различными категориями зрителей
Понятие об основах законах драматургии	Работать в паре, малой группе, большой группе
Возможности человеческого тела	
«Координация», «Импровизация», «Изоляция», «Стретчинг», «Вращения», «Кросс»	

Материально – техническое обеспечение:

1. Спортивный зал
2. Акустическая система
3. Аудио видео материалы
4. Мультимедийный проектор
5. Ноутбук

Использование видеоматериалов с видеохостингов: YouTube, RuTube, Яндекс.видео, Видео@mail.ru.

Список литературы для педагога:

1. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. История, методика, практика. ГИТИС, М., 2000. 7. Н.Е. Шереметьевская «Длинные тени».- редакция журнала «Балет», 2009г.
2. Н.А. Александрова, В.А. Голубева «Танец модерн». Лань, Планета музыки 2011г. Возрастная и педагогическая психология: Детство, отрочество, юность - М.: Академия, - 2000г. - 624с.
3. Ерохина, О. В. Школа танцев для детей : [Фольклор, классика, модерн] / Ерохина О.В. - Ростов н/Д. : Феникс, 2003. - 223 с. :
4. Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец : История. Методика. Практика / В.Ю. Никитин. - М. : ГИТИС, 2000. - 438с.
5. Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец: Методика преподавания / В.Ю. Никитин. - М. : Всерос. Центр худож. творчества учащихся и работников нач. проф. образования, 2002. - 158 с.
6. От внешкольной работы - к дополнительному образованию детей : Сб. нормат. и метод. материалов для доп. образования детей / [Ред.-сост. И.В. Калиш]; Науч. ред. А.К. Бруднов. - М. : ВЛАДОС, 1999. - 541, [1] с.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ
ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат	603332450510203670830559428146817986133868575797
Владелец	Воробьева Лариса Викторовна
Действителен	С 24.03.2021 по 24.03.2022