

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ШИЛОВСКИЙ РАЙОННЫЙ ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ – ШИЛОВСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ  
РАЙОН РЯЗАНСКОЙ ОБЛАСТИ**

**Принята**

на педагогическом совете

МБУ ДО Шиловский ДДТ

Протокол №1 от 10.09. 2018 г.



МБУ ДО Шиловский ДДТ

Д.О. Тихонова

Приказ № 19 от 13.09 2018

**Дополнительная  
общеобразовательная общеразвивающая  
программа художественной направленности  
«Современный танец»**

Возраст детей: 5-15 лет

Срок реализации: 1 год

Автор - составитель:

педагог дополнительного образования

Славнова Алина Владиславовна

р.п. Шилово, 2018 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современный танец» модифицированная. Программа составлена на базе авторской программы И.Н.Игумновой.

Направленность программы – художественная.

Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я» как составную часть орудия общества.

Танец органично сочетает в себе различные виды искусства, в частности, музыку, песню, элементы театрального искусства, фольклор. Он воздействует на нравственный, эстетический, духовный мир людей различного возраста. Что же касается непосредственно детей, то танец, без преувеличения, развивает ребенка всесторонне.

Искусство танца – это синтез эстетического и физического развития человека. Общеразвивающие упражнения, упражнения партерной гимнастики, элементы танца исполняются под музыкальное сопровождение. Образность, различный характер музыки, многообразие её жанров повышает эмоциональность детей, питает воображение. Увлекательно, в процессе игры, выполняя различные движения и упражнения, укрепляется опорно-двигательный аппарат, формируется правильная осанка, развиваются координация движений и ориентация в пространстве.

Проблема развития творческих способностей у детей состоит в том, что необходимо продолжать развивать у дошкольников музыкально-ритмические и танцевальные движения, заложенные природой, т.к. музыкально-ритмическое творчество может успешно развиваться только при условии целенаправленного руководства со стороны педагога, а правильная организация и проведение данного вида творчества помогут ребенку развить свои творческие способности.

**Актуальность** данной программы состоит в том, что она представляет собой синтез классической, народной и современной хореографии, то есть обладает широким спектром хореографического образования. Содержание программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения.

**Отличительной особенностью программы** является комплексность подхода при реализации учебно-воспитательных задач, предполагающих, в первую очередь, развивающую направленность программы. Данная комплексность основывается на следующих принципах:



индивидуализации (определение посильных заданий с учётом возможностей ребёнка);  
систематичности (непрерывность и регулярность занятий);  
наглядности (безукоризненный показ движений педагогом);  
повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);  
сознательности и активности (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям).

**Адресат программы:** Дети 5-15 лет.

**Объем программы:** 648 часов

**Срок освоения программы:** 5 лет обучения.

**Форма обучения - очная**

**Виды занятий :**

I. Традиционное занятие ( обучающее, закрепляющее, итоговое).

II. Тематическое занятие

III. Сюжетное занятие

IV. Занятие - игра

V. Занятие – импровизация

**Особенности организации образовательного процесса:**

Для детей, проявивших отличительные способности, умение самостоятельно и качественно работать, предусматриваются индивидуальные занятия, которые позволяют развить способности обучающихся.

**Режим занятий:**

**Занятия проводятся:** 1-й год обучения- 2 раза в неделю по 1 часу.

2-й - 5 -й года обучения: 2 раза в неделю по 2 академических часа. ( час - 30 мин.- дошкольники;45- минут школьники)

1 год обучения - 72 часа

2 год обучения – 144 часа

3 год обучения – 144 часа

4 год обучения – 144 часа

5 год обучения – 144 часа

**Особенности организации образовательного процесса:**

Группы детей, сформированные по возрасту, в количестве 15-18 человек, состав группы – постоянный

Для данной программы не предполагается определенного отбора детей, принимаются все желающие, независимо от танцевальных способностей

### **Особенности организации образовательного процесса:**

Для детей, проявивших отличительные способности, умение самостоятельно и качественно работать, предусматриваются индивидуальные занятия, которые позволяют развить способности обучающихся.

**Цель программы:** Формирование и развитие индивидуальных возможностей и творческих способностей детей посредством хореографии. С помощью искусства танца приобщение учащихся к миру прекрасного, развитие их художественного вкуса.

### **Задачи**

#### **Образовательные:**

1. Обучение навыкам танцевального мастерства.
2. Обучение музыкально-ритмическим навыкам.
3. Обучение правильному дыханию во время танцевальных движений.
4. Обучить специальной терминологии.

#### **Развивающие:**

1. Развитие эмоциональных качеств средствами хореографии.
2. Развитие артистических способностей.
3. Развитие координацию и гибкости, пластичности.
4. Развитие внимательности и наблюдательности, фантазии через упражнения и этюды.
5. Физическое развитие.

#### **Воспитательные:**

1. Воспитание доброжелательности, товарищества.
2. Воспитание чувства ответственности
3. Приобщение ребенка к здоровому образу жизни.
4. Воспитание культуры поведения.
5. Развитие у детей способности к самостоятельной и коллективной работе.



**Учебный план**  
**Первый год обучения**

	Раздел, тема, содержание	Кол-во Часов		
		теория	практика	всего
1	Музыкально-ритмическая деятельность: -упражнения для развития ритмического движения(ритмическая гимнастика) -отмечать движением сильную долю такта прохлопывать несложный ритмический рисунок -построение круг колонна полукруг линия. -упражнение простые вращения по диагонали - переход от быстрого темпа к медленному .	1	14	15
2	Три жанра музыки: детская песня, марш, танец.			
3	Основные положения в танце: -прямая осанка, постановка головы -плавные движения рук и головы по позициям ; -постановка ног( позиции 1-вой по 6- ой)	2	8	10
4	Основные виды движение в танце: -ходьба – с носка, на пяточках ,на полупальцах -бег - галоп из круга в круг, подскоки, на полупальцах, с высокими коленями, с вытянутыми ногами перед собой	5	10	15
5	Навыки выразительного движения -положение рук – на талии, на юбке -танцевальные шаги: простой шаг с носка , с тройными переступаниями, приставной шаг с подниманием ноги, -простые элементы русского народного танца: ковырялочка , присядка, моталочка с переступаниями.	2	11	16
6	Современный танец На середине зала: -подготовительные упражнения на вращения	3	17	20

	<p>рук и головы</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-полупальцы свободная 6 позиция или на ширине плеч</li> <li>-прыжки по свобоной 6 позиции руки вверх и в стороны.</li> </ul> <p>Классический танец.</p> <p>Спиной к станку</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-постановка корпуса</li> <li>-demi plie по 1,2,3 позиции</li> <li>-battement tendu из первой позиции в сторону вперед.</li> </ul>			
7	<p>Творческая деятельность</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- лошадки наездники (галоп из круга в круг)</li> <li>-цыплята (ползают на ногах)</li> </ul>	2	8	10
8	<p>Музыкально- творческая танцевальная деятельность</p> <p>(танцевальные игры)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Встаньте дети в круг.....(используются простые элементы русского народного танца)</li> <li>-упражнение на внимание и усидчивость.....</li> <li>-игра с предметом (платок, шарф и др)</li> </ul>	1	9	10
9	Партерная гимнастика на каждом занятии	2	13	15
10	Репетиционный период	2	23	25
	-освоение сложных движений			
11	Показательные выступление - контрольный урок	2	3	5
	Итого:	22	116	144

## Второй год обучения

	Раздел, тема, содержание	Кол-во часов		Всего
		Теория	Практика	
1	Музыкально-ритмическая деятельность: Ритмический рисунок Хлопки в различном ритме	2	13	15
2	Русский народный танец Элементы русского народного танца - ковырялочка с тройными притопами -подскоки на месте с продвижением -вращение с подскоками - шаг с полупальца с захлестом голени	2	18	20
	Классический танец: -лицом к палке Releve по 1,2,3 поз;.. -demi plie по 1,2,3 позиции -battement tendu крестом Положение ног retire и passé	1	19	20
3	На середине элементы современного танца	2	8	10
4	Постановка танца -изучение основных движений -постановка композиций танца -отработка танцевальных движений	3	27	30
5	Партерная гимнастика на каждом занятии	2	18	20
6	Репетиционный период	1	24	25
7	Контрольный урок	1	3	4
8	итого	14	130	144



### Третий год обучения

	Раздел, тема, содержание	Кол-во		
		теория	практика	всего
1	Музыкально ритмическая деятельность			
2	классический танец . Экзерсис у палки классический Упражнения для рук: 1,2,3 port de bras Раздел прыжков «Allegro» soute, schanjmen Верчения по диагонали	3	22	25
3	Урок народного танца: Экзерсис характерный Диагональ: верчения, комбинации для девочек(дробные), для мальчиков(с хлопучками, с присядками). Верчения по кругу Трюки у мальчиков Комбинации в народном характере	2	28	30
4	Урок современного танца: Партерная гимнастика (шпагаты, мостики и т.д.) Диагональ: верчения, колесо, комбинации в современном характере Комбинации и элементы современного танца на середине зала Современный танец	1	29	30
5	Партерная гимнастика на каждом занятии	2	18	20
6	Репетиционный период	2	35	37

7	Контрольный урок	1	1	2
	Итого:	11	133	144

### Четвертый год обучения.

	Раздел, тема, содержание	Кол-во часов		
		теория	практика	всего
1	<p>Классический танец</p> <p>1. demi plie - (деми плие)-неполное «приседание».</p> <p>2. grand plie-(гранд плие)-глубокое, большое «приседание».</p> <p>3. relevé-(релеве)-«поднимание»</p> <p>4. battement tendu-(батман тандю)-«вытянутый» скользящее движение.</p> <p>5. battement tendu jeté-на крест</p> <p>6. demi rond-(деми ронд)-неполный круг, полукруг (</p> <p>Экзерсис у палки классический одной рукой за палку.</p> <p>Упражнения для рук: 1,2,3 port de bras</p>	2	28	30
2	<p>Прыжки«Allegro»</p> <p>Soute, schanjmen, echappe.</p>	3	12	15
3	<p>Элементы народный танца:</p> <p>Экзерсис классически: 1 полугодие.</p> <p>Характерный:2 полугодие.</p> <p>Диагональ: верчения, комбинации для девочек (дробные), для мальчиков с хлопучками, с присядками).</p>	2	28	30

	Верчения по кругу Трюки у мальчиков Комбинации в народном характере Элементы танцев характерных			
4	Урок современного танца: Партерная гимнастика (шпагаты, мостики и т.д.) Диагональ: верчения, колесо, комбинации в современном характере Комбинации и элементы современного танца на середине зала Поддержки, трюки	2	18	20
5	Партерная гимнастика	1	19	20
6	Репетиционный период	3	22	25
7	Контрольный урок - показ	1	3	4
8	Итого:	14	130	144

### Пятый год обучения

	Тема, содержание	Кол-во		
		теория	практика	всего
1	Классический танец Экзерсис у палки классический одной рукой за палку. Методика изучения движений группы: Betemen tendu Jete Rond	2	23	25



	<p>Sur le cou de pied</p> <p>Developpe</p> <p>Grand betement</p>			
2	<p><b>Раздел прыжков «Allegro»</b></p> <p>Soute, schanjmen, echappe, assamble, pa jete, seson atitud</p>	3	22	25
3	<p><b>Народный танец</b></p> <p>Экзерсис характерный одной рукой за палку:</p> <p>Методика изучения движений группы:</p> <p>Betemen tendu -«персидский»</p> <p>Jete -«итальянский»</p> <p>Rond - «венгерский»</p> <p>Верёвочка -в русском характере</p> <p>Выстукивания - в испанском характере</p> <p>Flic-flac - в цыганском характере</p> <p>Developpe -«испанский»</p> <p>Grand betement -«венгерский»</p> <p>Диagonalь: верчения, комбинации для девочек (дробные), для мальчиков с хлопучками, с присядками).</p> <p>Верчения по кругу</p> <p>Трюки у мальчиков</p> <p>Комбинации в народном характере</p>	2	38	40
4	<p><b>современный танец:</b></p> <p>Партерная гимнастика</p> <p>(шпагаты, мостики и т.д.)</p> <p>Диagonalь: верчения, колесо, комбинации в</p>	3	22	25

	современном характере Комбинации и элементы современного танца на середине зала			
5	Репетиционный период -отработка сложных комбинации -подготовка танцевальных номеров	1	24	25
6	Контрольный урок -показ	1	3	4
	Итого:	12	132	144

**Содержание программы «Современный танец» состоит из 2-х составных частей:**

*Теоретической* - формирующей систему понятий, теоретических знаний, которые должны получить дети в процессе обучения;

*Практической* –направленной на приобретение умений и навыков в области хореографического искусства.

В основу программы положены следующие *принципы*:

- *культуросообразности*, обеспечивающий построение образовательного процесса в контексте лучших образцов мировой и отечественной культур, в том числе музыкальной и хореографической;
- *системности и последовательности*, предусматривающий взаимосвязь и последовательность всех компонентов программы, соблюдение установок «от простого к сложному», «от частного – к общему»;
- *дифференциации и индивидуализации*, предполагающий создание условий для максимального развития задатков и способностей каждого воспитанника;

**Формы проведения занятий:**

- групповые
- по подгруппам
- индивидуальные

### **Структура занятия:**

1. Разминка: упражнение на развитие определенных мышц тела, подготовительные упражнения, работа над растяжкой, над развитием чувства ритма.
2. Изучение основных элементов современного танца
3. Закрепление изученного, в творческие задания (отработка танца, составление композиций, поиск новых элементов)
4. Рефлексия.

### **Планируемые результаты**

К концу первого года обучения, обучающиеся **должны знать:**

- Назначение танцевального зала и правила поведения в нем;
- Специфику танцевального шага;
- Основные танцевальные позиции рук и ног;
- Требования, предъявляемые к исполнению упражнений и движений;
- Технику безопасности поведения на занятиях.

К концу первого года обучения, обучающиеся **должны уметь:**

- Начинать и заканчивать движения вместе с началом и окончанием музыкальной фразы; уметь слушать, воспринимать, оценивать музыку;
- Правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка;
- Исполнять упражнения и движения на середине зала;
- Воспринимать движение, как способ свободного самовыражения;
- Быть самокритичным и критичным.

К концу второго обучения обучающиеся **должны знать:**

- Элементы классического, народного, современного танца;
- Терминологию предмета;
- Позиции рук, ног и корпуса в современной хореографии;
- Технику безопасности и поведения на занятиях.



К концу второго года обучения, обучающиеся **должны уметь:**

- Выполнять простую разминку в начале занятия самостоятельно;
- Работать в соло, в паре, в группе;
- Свободно перемещаться и ориентироваться в пространстве, на сцене;
- Выполнять акробатические элементы по программе;
- Работать синхронно с исполнителями танца;
- Владеть навыком импровизации, актерского мастерства.

К концу третьего обучения обучающиеся **должны знать:**

- Направления элементов (движения) «Брейк-данс»;
- Элементы (движения) современного танца (хип-хоп; хаус);
- Терминологию современного танца;
- Историю зарождения и разные направления танца «Брейк-данс»;
- Технику безопасности и поведения на занятиях.

К концу третьего года обучения, обучающиеся **должны уметь:**

- Выполнять самостоятельно элементы «Брейк-данс»;
- Работать в соло, в паре, в группе;
- Свободно перемещаться и ориентироваться в пространстве, на сцене;
- Выполнять акробатические элементы по программе;
- Работать синхронно с исполнителями танца;
- Выполнять движения современных танцев: «Хип-хоп»; «Хаус».

Владеть навыком импровизации, актерского мастерства.

### **Контроль знаний, умений, навыков**

проводится в форме промежуточной и итоговой аттестации обучающихся.

Аттестация осуществляется в конце каждого года обучения. Задачами являются – оценивание уровня подготовленности обучающегося, динамика усвоения им учебного материала.

**Обучение по программе происходит на основе уровневой дифференциации.**

В соответствии с этим освоение программы происходит на трех уровнях: базовом, творческом и продвинутом.

Критерии уровней освоения программы отражены в протоколе промежуточной и итоговой аттестации .

### **Формы аттестации:**

- выступления детей на открытых мероприятиях,
- участие в тематических праздниках,
- участие в конкурсах,
- контрольные занятия,
- итоговое занятие,
- открытые занятия для родителей,
- отчетный концерт по итогам года.

### **Необходимые условия реализации программы:**

1. Танцевальный зал со специальным покрытием.
2. Специальные станки, зеркала.
3. Музыкальный центр.
4. Подборка CD дисков с музыкальными произведениями.
5. Тренировочная форма.
6. Коврики.
7. Видеозаписи.
8. Иллюстрации, фотографии
9. Подборка упражнений, игр, заданий, тестов.

### **Педагогические технологии на уроках хореографии.**

1. Игровые технологии. Игровые технологии обладают средствами, активизирующими и интенсифицирующими деятельность учащихся. Игровые технологии – основные в процессе обучения детей дошкольного и младшего школьного возраста.

2. Технология обучения в сотрудничестве и развивающее обучение. Данная технология позволяет организовать обучение воспитанников в тех формах, которые традиционно применяются на занятиях хореографией. Технология обучения в сотрудничестве на занятиях по хореографии включает индивидуально-групповую работу и командно-игровую работу. В первом случае занимающиеся разбиваются на группы в несколько человек. Группам дается определенное задание, например, самостоятельно составить танцевальный этюд. Это эффективная работа для усвоения нового материала каждым ребенком.



Разновидностью индивидуально-групповой работы может служить, например, индивидуальная работа в команде. Каждая команда придумывает свой этюд, и показывают друг другу. Члены команды просматривают этюды, ведется обсуждение, указывают на недочеты.

Основные принципы педагогики сотрудничества:

- учение без принуждения;
- право на свою точку зрения
- право на ошибку; -успешность;
- сочетание индивидуального и коллективного воспитания. Для того чтобы ребенок ощущал эмоциональное благополучие, чтобы ему было уютно и комфортно на занятии, должна быть создана нужная атмосфера, важными составляющими которой являются взаимное уважение, искренность, юмор и веселье. При такой атмосфере дети смогут вести себя свободно и реализовывать свои собственные интересы, то есть постепенно начнет создаваться атмосфера сотрудничества.

3. Информационные технологии.

Данные технологии используются для обеспечения материально-технического оснащения. Деятельность танцевального коллектива предполагает постановку танцев и проведение концертных выступлений воспитанников. Для качественного звучания танцевальных фонограмм, соответствующих современным техническим требованиям используются компьютерные технологии.

4. Технология здоровье сберегающего обучения.

Здоровье формирующие образовательные технологии, программы, методы, кот направленные на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни. Для занятий хореографией принимаются дети с различными физическими данными, поэтому возникает необходимость на занятиях заниматься как общим физическим развитием ребенка, так и исправлением (коррекцией) физических недостатков. В процессе обучения в коллективе формируются необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни. Воспитанники учатся использовать полученные знания в повседневной жизни.

дисгармонии, приобщаясь тем самым к различным видам художественной деятельности.

Специально созданные педагогические проекты: конструктивно- практические, информативно-исследовательские, сценарные и творческие проекты способствуют формированию эстетических качеств обучающихся. Это проявляется в повышении интереса к танцевальному искусству, музыке, к отдельным предметам.

В процессе творческой деятельности у обучающихся формируются и развиваются обще-учебные умения: рефлексивные и поисковые (исследовательские);



навыки оценочной самостоятельности и работы в сотрудничестве, а также способности достойно представлять и защищать свой портфолио.

Внедрение этих инноваций в программу позволяет:

- 1.Повысить качество обучения
- 2.Расширить рамки образовательных результатов
- 3.Исполнение хореографических номеров сделать более качественны
- 4.Улучшить процесс самостоятельное творческой деятельности ребенка

В результате, учебная программа в последующие годы обучения становится богаче и насыщеннее по содержанию. Это отражается и в учебном процессе, и в концертном репертуаре коллектива, что способствует достижению высоких творческих результатов. Хочется надеяться, что совместными усилиями представителей всех уровней дополнительного образования в сфере образования инновационный опыт, накопленный педагогами, будет успешно изучен, обобщен, эффективно внедрен в образовательную

## Литература

- Бекина С.И. и др. "Музыка и движение", М., 1983.
- Беке А. Учимся танцам за месяц. Танцкласс от хореографа шоу "Танцы со звездами" на английском канале BBC (+ DVD-ROM) / А. Беке. - М.: Эксмо, 2008. с.
- Борисова В. Гимнастика. Основы хореографии / - М.: Бибком, 2011.
- Безуглая, Г.А. Музыкальный анализ в работе педагога-хореографа: Учебное пособие. Безуглая Г.А. / Г.А. Безуглая. - М.: Лань, Планета музыки, 2015.
- Есаулов И.Г. - М.: Лань, Планета музыки, 2015. -
- Есаулов, И. Г. Педагогика и репетиторство в классической хореографии.
- В.М. Красовская, ст. "О классическом танце", в кн. Н. Базарова, В.Мей "Азбука классического танца", Л., 1983.
- А.М.Мессерер "Танец. Мысль. Время.", М., 1990.
- Портнов, Г. Г. Портнов. Ну-ка, дети, встаньте в круг!.. Танцы народов мира. Пособие для преподавателей ритмики и хореографии, музыкальных руководителей детских дошкольных учреждений / Г. Портнов. - М.: Композитор - Санкт-Петербург, 2008.
- Н.И.Тарасов "Классический танец", М., 1981.
- Смирнова, А. И. Мастера русской хореографии. Словарь / А.И. Смирнова. - М.: Лань, Планета музыки, 2009.
- Филатов С.В. "От образного слова - к выразительному движению", М., 1993.
- Цорн, А. Я. Грамматика танцевального искусства и хореографии / А.Я. Цорн. - М.: Лань, Планета музыки, 2011. - 544 с.
- Краткий словарь танцевальных терминов и понятий. Балет. Танец. Хореография. - М.: Лань, Планета музыки, 2011. - 624 с.