

УПРАВЛЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И
МОЛОДЁЖНОЙ ПОЛИТИКИ г. КАЛУГИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКО-ПОДРОСТКОВЫЙ ЦЕНТР «СОДРУЖЕСТВО»

Принята
на методическом совете
«27» августа 2021 г.

Протокол № 12
от «27» августа 2021 г.

Утверждаю
директор МБОУДО
«ДПЦ «Содружество»



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА
«ХОРЕОГРАФИЯ ДЛЯ ПОДРОСТКОВ»

Возрастная категория – 16-25 лет

Срок реализации – 4 года

Педагоги дополнительного образования:

Алексеева Наталья Игоревна

Семина Оксана Анатольевна

г. Калуга
2019 год

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Полное название программы	Дополнительная общеразвивающая программа «Хореография для подростков»
Автор программы	Алексеева Наталья Игоревна Семина Оксана Анатольевна
Должность автора	Педагог дополнительного образования
Название объединения	Хореография для подростков
Учреждение, реализующее программу	МБОУДО «ДПЦ «Содружество»
Структурное подразделение учреждения, реализующее программу	ДПК «Фестивальный»
Адрес структурного подразделения учреждения, реализующего программу	Ул. Рылеева 34
Год разработки	2019
Вид программы	Модифицированная
Форма содержания и процесса педагогической деятельности программы	Комплексная программа
Срок реализации программы	4 года
Учебно-тематическое планирование	1 год обучения - 216 часов 2 год обучения - 216 часов 3 год обучения - 216 часов 4 год обучения - 216 часов
Уровень освоения программы	Углубленный
Возрастная категория	16 - 25 лет
Направление и вид деятельности	Художественное, хореографическое искусство
Форма реализации	Очная
Даты внесения изменений и дополнений в программу	Новая редакция 2021 г. Приложение № 2 от 01.06.2022 г.

Приложение № 3 от 30.05.2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная программа разработана в соответствии с Положением о дополнительных общеразвивающих программах муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Детско-подростковый центр «Содружество».

Фундаментальным отличием данной образовательной программы хореографической студии от других образовательных программ, направленных на воспитание и развитие у подростков танцевальной техники, является то, что обучение ведется не только на основе классической хореографии, а так же на основе специально разработанных методов современной хореографии, направленных на развитие работоспособности, готовности к труду, повышению выносливости и силы.

Важнейшей частью этой программы является разучивание танцевальных движений в характере танцев разных народов, на основе современного танца (народный стилизованный танец).

Актуальность программы

Актуальность данной программы состоит в том, чтобы развить у подростков координацию движения, музыкальный слух, танцевальность, эмоциональность, артистичность, чувство ансамбля, умение достойно держаться на сцене.

Основой для изучения хореографического искусства является классический, народный и современный танец, упражнения для позвоночника, уровни, кросс (передвижение в пространстве) комбинация или импровизация..

Классический танец является фундаментом обучения для всего комплекса танцевальных дисциплин. Он развивает физические данные учащихся, формирует необходимые технические навыки, является источником высокой исполнительской культуры, воспитывает навык правильной осанки, гармонично развивая всё тело, раскрепощая движение, вырабатывает академизм.

Народный танец направлен на воспитание нравственно-эстетического отношения к танцевальной культуре народов мира, на приобретение основ исполнения народного танца. Обучение народному танцу совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, развивая те группы мышц, которые мало участвуют в процессе классического тренажа. Кроме того, занятия народным танцем позволяют учащимся овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных народов, в значительной степени расширяют и обогащают их исполнительские возможности, формируя особые исполнительские качества и навыки.

Современный танец можно бесконечно варьировать, сочинять, учитывая возможности, особенности темперамента обучающихся, максимально выявляя индивидуальные возможности каждого в разнообразных современных направлениях танца. Современные танцы с их стремительными ритмами, необычными и сложными положениями тела хорошо тренируют выносливость, вестибулярный аппарат, систему дыхания и сердце. Поэтому современный танец интересен и близок молодому поколению.

Теоретическая часть каждого раздела содержит перечень знаний, которые должны получить подростки в процессе обучения (методика исполнения и выразительности языка танца).

Новизна программы

Особенность программы в том, что она разработана для обучающихся общеобразовательной школ, учреждений среднего и высшего образования, которые сами стремятся научиться красиво танцевать. При этом подростки не только разного возраста, но и имеют разные физические способности. В данных условиях программы - это механизм, который определяет методы работы педагога по формированию и

развитию танцевальных умений и навыков, приемы воспитания танцоров.

Новизна программы в первую очередь в том, что в ней представлена структура индивидуального педагогического воздействия на формирование танцевальных навыков обучающихся, последовательности, сопровождающей систему практических занятий.

Педагогическая целесообразность программы

Педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что занятия хореографией развивают художественные способности подростков, формируют эстетический вкус, улучшают физическое развитие и эмоциональное состояние, развивают трудолюбие, дисциплину и ответственность.

Цель программы: закрепить и развить устойчивый интерес к хореографическому искусству, привить конкретные умения и навыки, выработать потребность в дальнейших занятиях и возможность профессиональной ориентации в будущем.

Задачи программы

Образовательные:

- закрепить и приумножить музыкально-пластические навыки;
- обучить навыкам индивидуальной и коллективной деятельности;
- расширить знания о многообразии хореографических направлений;
- найти интересные и оригинальные приемы подачи материала в обучении;
- укрепить умение передавать эмоции хореографическими выразительными средствами.

Развивающие:

- развить физические данные: силу, выносливость, координацию, осанку, стопу, выворотность, гибкость, прыжок, музыкальность, танцевальный шаг;
- развить исполнительскую культуру с учетом возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей;
- развить работоспособность, готовность к труду, волевые качества личности;
- развить эмоциональную отзывчивость при восприятии музыки;
- развить технику исполнения;
- развить выносливость и силу;
- развить творческие способности, внимание, мышление, фантазию и воображение.

Воспитательные:

- воспитать умение слушать, воспринимать материал данный педагогом;
- воспитать чувство стремления к четкому, правильному, красивому выполнению задания, что в свою очередь требует организованности и внимания;
- воспитать толерантный подход к изучению других национальных хореографических культур;
- воспитать силу воли, самостоятельность, стремление доводить начатое дело до конца, понимать результатов своего творчества;
- воспитать общую музыкальную культуру;
- воспитать организаторские способности, чувство ответственности и коллективизма.

При решении воспитательных задач работа осуществляется следующими способами:

- участие в концертах, фестивалях, акциях и конкурсах;
- посещение выставок, концертов, музеев, кинотеатров и т. д.;
- участие в делах коллектива;
- участие в мероприятиях клуба;
- участие в субботниках;
- проведение тематических лекций, бесед, диспутов;
- проведение родительских собраний.

Вид и направленность программы

Данная программа является модифицированной и имеет художественную направленность на развитие вкуса, способностей и склонностей к различным видам

искусства, творческого подхода, эмоционального восприятия и образного мышления. В основу положена типовая программа, разработанная другим автором, но измененная с учетом особенностей образовательного учреждения, возраста и уровня подготовки подростков, режима и временных параметров осуществления деятельности, нестандартности индивидуальных результатов обучения и воспитания. Программа предусматривает демонстрацию достижений обучающихся, например отчетные концерты, выставки, выступления на соревнованиях, конкурсах, фестивалях и т.д.

На любом уровне обучения возможен дополнительный набор в группы, а также перевод из группы в группу, согласно решению педагога, исходя из уровня подготовки обучающегося, физических данных, его потенциала и индивидуальных особенностей, а также с согласия родителя или законного представителя.

Особенности программы

Программа дана по годам обучения, в течении которых занимающимся следует усвоить определенный объём умений, знаний, навыков, сведений по искусству танца.

На каждом этапе обучения дается материал по основным разделам:

- партерная гимнастика;
- классический танец;
- народный танец;
- современный танец;
- танцевально-художественная работа.

Программа предусматривает преподавание материала по «восходящей спирали», то есть каждый год в определенных темах мы возвращаемся к пройденному на более высоком и сложном уровне.

Если отдельные учащиеся легко овладевают учебной программой, то у них есть возможность освоить последующие этапы обучения экстерном. И наоборот. Если не справляются, несмотря на все усилия и дополнительные занятия, возможно, из-за отсутствия природных данных или по состоянию здоровья, часто пропускают занятия хореографией в связи с плохой успеваемостью в школе, то всегда есть возможность остаться на второй год и повторить год обучения. После освоения программы обучающиеся могут продолжить занятия в коллективе, совершенствуя свое мастерство. А также могут продолжить обучение в других хореографических коллективах и студиях.

Программа предусматривает дистанционное обучение. Основным элементом системы дистанционного обучения является цифровой образовательный ресурс, разрабатываемый с учетом требований законодательства об образовании. В качестве основного информационного ресурса в дистанционном образовательном процессе используется страница в социальной сети <https://vk.com/fest40>. При использовании дистанционного обучения обучающийся имеет возможность получать консультации педагога дополнительного образования, выполнять домашние задания по соответствующей программе через электронную почту, используя для этого все возможные каналы выхода в интернет.

При обучении с применением дистанционных образовательных технологий используются следующие виды образовательной деятельности: лекции, консультации, практическое занятие, самостоятельная работа. Самостоятельная работа обучающихся может включать просмотр видеоматериалов, прослушивание аудиоматериалов, изучение печатных и других методических материалов.

Возраст обучающихся

Программа рассчитана на подростков в возрасте от 16 до 25 лет. Форма занятий - групповые. Группы формируются по возрастным категориям и допускаются группы разновозрастного состава.

Особенности набора обучающихся

Набор и формирование групп происходит в начале учебного года с «запасом», так как в течение года происходит естественный отсев (смена места жительства, изменение интересов обучающегося, по семейным обстоятельствам и др. причинам). В

студию принимаются не только те подростки, которые обладают способностями и природными данными (т.е. гибкость, растяжка, выворотность, музыкальный слух) для занятий хореографией, а все желающие заниматься танцами (за исключением тех, у которых есть медицинские противопоказания). Так же допускается дополнительный набор обучающихся на второй, третий и четвёртый годы обучения. Прием происходит на основании результатов тестирования физических данных поступающего, его общего уровня развития и индивидуальных особенностей, а также имеющих определенную подготовку в направлении хореография (например, переход из другого коллектива). Таким образом, для вновь поступающего подбирается группа, в которую он может быть зачислен на любом этапе обучения, не только в самом начале учебного года, но и в середине года (т.е. именно в момент его прихода) при наличии мест в группах. Основными требованиями, предъявляемыми к обучающимся являются: регулярное посещение занятий, настойчивость, трудолюбие, добросовестность, доброжелательное отношение друг к другу.

Количество обучающихся в группах 1- 4 годов обучения – 8 человек и более.

Срок реализации программы

Программа рассчитана на 4 года обучения:

1 - 4 год обучения - 216 часов в год.

Режим занятий

1 - 4 годов обучения предусмотрено 6 часов в неделю (3 раза по 2 часа).

Продолжительность занятий:

у обучающихся возрастом 16 - 25 лет - 45 мин.

Формы обучения

- групповая форма;
- мелкогрупповая форма;
- ансамблевая (сводные репетиции)

Групповая форма - это занятия, в которых участвует вся группа. Руководитель и педагог непосредственно воздействует на всех обучающихся, предоставляя возможность для творческого развития личности в коллективе. На групповых занятиях изучаются новые движения, массовые танцы.

Мелкогрупповая форма – это занятия, в которых участвует от 3 до 5 человек. Применяются для отработки конкретных движений, комбинаций, танцевальных номеров.

Ансамблевая форма - совместные постановочные номера. Участники из разных возрастных групп объединяются в одну, и проводится сводная репетиция, где происходит постановочно-репетиционная работа, отрабатывается совместный концертный номер.

Структура урока

Теоретическое занятие.

Объяснить правила исполнения движений, танцевальных элементов, характер исполнения номеров. Анализ конкурсных и концертных выступлений.

Практическое занятие.

Выполнение экзерсисов у станка и на середине зала, партерная гимнастика, постановочная работа, репетиции.

Ожидаемый результат

- освоение усложненных упражнений партерной гимнастики (работа стопы, выворотность, танцевальный шаг, гибкость, эластичность мышц и т. д.);
- освоение и отточенность элементов классического танца (упражнения у станка и на середине зала, прыжковая часть);
- освоение объёма движений народного танца;
- освоение элементов современного танца;
- выработка правильности и чистоты исполнения танцевального материала;
- обладать чувством коллективизма

Эффективность занятий оценивается педагогом в соответствии с учебной программой, исходя из того, освоил ли ученик за учебный год все то, что должен был

освоить. В повседневных занятиях самостоятельная отработка учениками танцевальных движений позволяет педагогу оценить, насколько понятен учебный материал, внести соответствующие изменения. Важным параметром успешного обучения является устойчивый интерес к занятиям, который проявляется в регулярном посещении занятий каждым учеником, стабильном составе групп. Эти показатели постоянно анализируются педагогом и позволяют ему корректировать свою работу.

Для отслеживания образовательного процесса с целью выявления и оценивания его промежуточных результатов, факторов влияния на них, а также принятия и реализации управления решений по урегулированию и коррекции образовательного процесса проводится мониторинг. Цель мониторинговых исследований - диагностика обучения и развития воспитанников, результаты которых позволяют сделать выводы о качестве усвоения образовательного материала, развитии способностей, необходимости внесения изменений в организацию образовательного процесса.

1- 4 год обучения - итоговый контроль (апрель - май).

План мониторинга (Приложение 1)

Формы отслеживания результатов обучения:

- педагогический контроль;
- контрольный урок (проводится 1 раз в полугодие);
- концерт, показательное выступление;
- конкурсные выступления.



Утверждаю
директор МБОУДО
«ДПО «Содружество»

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
1 год обучения

Название разделов и тем занятий	Кол-во часов		
	всего	теория	практика
Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Мониторинг	4	2	2
Раздел 1. Массовый народный и современный танец	52	12	40
Тема 1.1 Современный танец	26	6	20
Тема 1.2 Народный танец	26	6	20
Раздел 2. Партерная гимнастика	26	4	22
Тема 2.1 Стретчинг	14	2	12
Тема 2.2 Силовые упражнения	12	2	10
Раздел 3. Элементы классического танца	30	4	26
Тема 3.1 Экзерсис у станка	14	2	12
Тема 3.2 Экзерсис на середине зала	16	2	14
Раздел 4. Танцевально-художественная работа	92	20	72
Тема 4.1 Постановка	36	10	26
Тема 4.2 Репетиции	30	10	20
Тема 4.3 Концерты, конкурсы, фестивали.	26		26
Мероприятия воспитательно-познавательного характера	8	4	4
Отчетное мероприятие. Мониторинг	4		4
Итого:	216	46	170

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1 год обучения

Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Мониторинг

Цель: ознакомление обучающихся с правилами техники безопасности.

Теория: вступительная беседа о правилах поведения в тренировочном зале, обращении с электроприборами, технике пожарной безопасности.

Раздел 1. Массовый народный и современный танец

Цель: обучить движениям народного и современного танцев.

Тема 1.1 Современный танец

Теория: ознакомить с движениями новых стилей и направлений.

Практика:

- совершенствование танцевального мастерства;
- кросс;
- изучение движений эстрадного танца;
- изучение движений в стиле контемп;
- передвижение в пространстве в прыжках и вращениях.

Прыжки:

Прыжки отрабатываются и усложняются, добавляются шаги и вращения.

- с двух ног на две (jump) в повороте на 720 градусов;
- с одной ноги на другую с продвижением по кругу (leap);
- с одной ноги на ту же ногу (hop) в повороте на 720 градусов;
- с двух ног на одну в повороте на 720 градусов.

Вращения:

Вращения усложняются за счёт скорости и амплитуды вращения в продвижении по диагонали и по кругу.

- двойной пируэт en dehors, en dedans;
- повороты по кругу вокруг воображаемой оси;
- повороты на различных уровнях;
- шане по кругу (увеличиваем темп);
- шане по диагонали (увеличиваем темп).

Комбинации или импровизация

- комбинации в партере;
- комбинации на основе движений, заимствованных из модных стилей хореографии.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Тема 1.2 Народный танец

Теория: объяснить правильное выполнение движений.

Практика:

- расширение знаний по народному танцу происходит за счет увеличения нагрузки на все группы мышц;
- расширение знаний по народному танцу происходит за счет увеличения темпа музыки;
- изучение движений танцев народов мира: мексиканский, танго;
- усложнённые дробное выстукивания;
- изучения вращений в характере различных народных танцев.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Раздел 2. Партерная гимнастика

Цель: развитие физических данных, укрепление мышечного корсета.

Тема 2.1 Стретчинг

Теория: объяснение техники исполнения.

Практика:

- совершенствование танцевального шага («шпагаты», растяжка с эластичными лентами);
- упражнения для улучшения гибкости позвоночника;
- упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра;
- упражнения для эластичности мышц и связок верхней часть туловища.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Тема 2.2 Силовые упражнения

Теория: объяснение техники исполнения, об элементах акробатики с элементами хореографии.

Практика:

- упражнения на укрепление мышц спины;
- упражнения на развитие мышц ног;
- укрепления мышц пресса;
- упражнение на развитие силы рук;
- различные соединения акробатических упражнений;
- отработка переворота вперед на одну ногу;
- отработка переворота назад с двух ног;
- фляк;
- танцевальные упражнения: соединения элементов акробатики с элементами хореографии;

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Раздел 3. Элементы классического танца

Цель: обучить движениям классического танца, развить выворотность, силу, равновесие, прыжок.

Тема 3.1 Экзерсис у станка

Теория: изучить термины классического экзерсиса, объяснить правильность выполнения движений.

Практика: расширение знаний по классическому танцу происходит за счет увеличения темпа музыки и увеличением нагрузки.

- экзерсис у станка на полупальцах из-за такта и в разных темпоритмах;
- туры на 720 градусов;
- пируэты на 720 градусов (endehors, endedans);
- растяжка у станка с подниманием на полупальцы;
- перегибы корпуса на полупальцах.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Тема 3.2 Экзерсис на середине зала

Теория: изучить термины классического экзерсиса, объяснить правильность выполнения движений.

Практика: расширение знаний по классическому танцу происходит за счет увеличения темпа музыки и увеличением нагрузки. Добавляются комбинации с использованием изученных упражнений. Большое внимание уделяется большим прыжкам, при которых нарабатывается сила, натянность, выворотность ног, а так же

вращениям на середине зала и в продвижении по диагонали и по кругу.

Прыжки:

- Grand Jeter поперечный;
- Grand Jeter продольный
- Grand Jeter в повороте на 360 градусов;
- Ballotter;
- двойные заноски;

Вращения:

- вращение в больших позах;
- двойные tour из 2 и 5 позиции en dehors и en dedans;
- двойные fouette;
- шане по диагонали и по кругу.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Раздел 4. Танцевально-художественная работа

Цель: добиться соответствия эмоциональной выразительности музыкальных и танцевальных образов средствами сценической и пластической выразительности. При этом обязательно учитываются физические данные исполнителя. Процесс создания танцев творческий. Исполнение осмысленное.

Тема 4.1 Постановка

Теория: показать новые усложнённые рисунки танца, объяснить правильное исполнение движений танца, передать задуманный образ.

Практика: проучивание новых танцевальных номеров, показать правильное исполнение всех движений танца, добиться синхронности и четкости исполнения. Постановочная работа ведется по двум направлениям: создание танцевального образа (поиск выразительной пластики) и выстраивание музыкально-пластических композиций.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые..

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, концертное выступление.

Тема 4.2 Репетиции

Теория: объяснение, показ.

Практика: отработка рисунка танца, добиться синхронности и четкости исполнения.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, концертное выступление.

Тема 4.3 Концерты, конкурсы, фестивали.

Концертные выступления необходимы для реализации творческого потенциала учащихся, приобретение опыта творческой деятельности и публичных выступлений, организация досуга, сплочение коллектива.

Практика:

- концертные выступления;
- участие в фестивалях;
- участие в региональных, областных, всероссийских и международных конкурсах.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Мероприятия воспитательно-познавательного характера

Цель: формирование нравственного сознания, формирование общественного поведения.

Практика: посещение музеев, выставок, концертов, занятий других коллективов, просмотр видеороликов, фильмов по хореографии, тематические беседы с учащимися, индивидуальные беседы с родителями.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Отчетное мероприятие. Мониторинг

Цель: подведение итогов года.

Практика: участие в отчетном концерте.



Утверждаю
директор МБОУДО
«ДНЦ «Содружество»

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 2 год обучения

Название разделов и тем занятий	Кол-во часов		
	всего	теория	практика
Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Мониторинг	4	2	2
Раздел 1. Массовый народный и современный танец	52	12	40
Тема 1.1 Современный танец	26	6	20
Тема 1.2 Народный танец	26	6	20
Раздел 2. Партерная гимнастика	26	4	22
Тема 2.1 Стретчинг	14	2	12
Тема 2.2 Силовые упражнения	12	2	10
Раздел 3. Элементы классического танца	30	4	26
Тема 3.1 Экзерсис у станка	14	2	12
Тема 3.2 Экзерсис на середине зала	16	2	14
Раздел 4. Танцевально-художественная работа	92	20	72
Тема 4.1 Постановка	32	10	22
Тема 4.2 Репетиции	30	10	20
Тема 4.3 Концерты, конкурсы, фестивали.	30		30
Мероприятия воспитательно-познавательного характера	8	4	4
Отчетное мероприятие. Мониторинг	4		4
Итого:	216	46	170

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2 год обучения

Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Мониторинг

Цель: ознакомление обучающихся с правилами техники безопасности.

Теория: вступительная беседа о правилах поведения в тренировочном зале, обращении с электроприборами, технике пожарной безопасности. Мониторинг

Раздел 1. Массовый народный и современный танец

Цель: обучить движениям народного и современного танцев.

Тема 1.1 Современный танец

Теория: ознакомить с движениями новых стилей и направлений.

Практика:

- совершенствование танцевального мастерства;
- кросс;
- изучение движений эстрадного танца;
- изучение движений в стиле контемп;
- передвижение в пространстве в прыжках и вращениях.

Прыжки:

Прыжки отрабатываются и усложняются, добавляются шаги и вращения.

- с двух ног на две (jump) с тройным поворотом;
- с одной ноги на другую с продвижением по кругу (leap);
- с одной ноги на ту же ногу (hop) на разных уровнях;
- с двух ног на одну в повороте на 720 градусов.

Вращения:

Вращения усложняются за счёт скорости и амплитуды вращения в продвижении по диагонали и по кругу.

- двойной пируэт en dehors, en dedans;
- повороты по кругу вокруг воображаемой оси;
- двойные повороты на различных уровнях;
- шане по кругу (увеличиваем темп);
- шане по диагонали (увеличиваем темп).

Комбинации или импровизация

- комбинации в партере и на середине зала;
- комбинации на основе движений, заимствованных из модных стилей хореографии.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Тема 1.2 Народный танец

Теория: объяснить правильное выполнение движений.

Практика:

- расширение знаний по народному танцу происходит за счет увеличения нагрузки на все группы мышц;
- расширение знаний по народному танцу происходит за счет увеличения темпа музыки;
- изучение движений народного стилизованного танца;
- дробные выстукивания;
- усложнение вращений в характере различных народных танцев.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Раздел 2. Партерная гимнастика

Цель: развитие физических данных, укрепление мышечного корсета.

Тема 2.1 Стретчинг

Теория: объяснение техники исполнения.

Практика:

- совершенствование танцевального шага («шпагаты», растяжка с эластичными лентами);
- упражнения для улучшения гибкости позвоночника;
- упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра;
- упражнения для эластичности мышц и связок верхней часть туловища.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Тема 2.2 Силовые упражнения

Теория: объяснение техники исполнения, об элементах акробатики с элементами хореографии.

Практика:

- упражнения на укрепление мышц спины;
- упражнения на развитие мышц ног;
- укрепления мышц пресса;
- упражнение на развитие силы рук;
- различные соединения акробатических упражнений;
- отработка переворота вперед на одну ногу;
- отработка переворота назад с двух ног;
- танцевальные упражнения: соединения элементов акробатики с элементами хореографии;

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Раздел 3. Элементы классического танца

Цель: обучить движениям классического танца, развить выворотность, силу, равновесие, прыжок.

Тема 3.1 Экзерсис у станка

Теория: изучить термины классического экзерсиса, объяснить правильность выполнения движений.

Практика: расширение знаний по классическому танцу происходит за счет увеличения темпа музыки и увеличением нагрузки.

- экзерсис у станка на полупальцах из-за такта и в разных темпоритмах;
- туры на разных уровнях;
- пируэты на 720 градусов (endehors, endedans);
- растяжка у станка с подниманием на полупальцы;
- перегибы корпуса на полупальцах.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Тема 3.2 Экзерсис на середине зала

Теория: изучить термины классического экзерсиса, объяснить правильность выполнения движений.

Практика: расширение знаний по классическому танцу происходит за счет увеличения темпа музыки и увеличением нагрузки. Добавляются комбинации с

использованием изученных упражнений. Большое внимание уделяется большим прыжкам, при которых нарабатывается сила, натянность, выворотность ног, а так же вращениям на середине зала и в продвижении по диагонали и по кругу.

Прыжки:

- Grand Jeter с подменой ног через согнутое колено;
- Grand Jeter с подменой ног с прямой ногой;
- Grand Jeter в повороте на 360 градусов;
- двойные заноски;

Вращения:

- двойные tour из 2 и 5 позиции en dehors и en dedans;
- двойные fouette;
- шане по диагонали и по кругу.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Раздел 4. Танцевально-художественная работа

Цель: добиться соответствия эмоциональной выразительности музыкальных и танцевальных образов средствами сценической и пластической выразительности. При этом обязательно учитываются физические данные исполнителя. Процесс создания танцев творческий. Исполнение осмысленное.

Тема 4.1 Постановка

Теория: показать новые усложнённые рисунки танца, объяснить правильное исполнение движений танца, передать задуманный образ.

Практика: проучивание новых танцевальных номеров, показать правильное исполнение всех движений танца, добиться синхронности и четкости исполнения. Постановочная работа ведется по двум направлениям: создание танцевального образа (поиск выразительной пластики) и выстраивание музыкально-пластических композиций.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, концертное выступление.

Тема 4.2 Репетиции

Теория: объяснение, показ.

Практика: отработка рисунка танца, добиться синхронности и четкости исполнения.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, концертное выступление.

Тема 4.3 Концерты, конкурсы, фестивали.

Концертные выступления необходимы для реализации творческого потенциала учащихся, приобретение опыта творческой деятельности и публичных выступлений, организация досуга, сплочение коллектива.

Практика:

- концертные выступления;
- участие в фестивалях;
- участие в региональных, областных, всероссийских и международных конкурсах.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Мероприятия воспитательно-познавательного характера

Цель: формирование нравственного сознания, формирование общественного поведения.

Практика: посещение музеев, выставок, концертов, занятий других коллективов, просмотр видеороликов, фильмов по хореографии, тематические беседы с учащимися, индивидуальные беседы с родителями.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Отчетное мероприятие. Мониторинг

Цель: подведение итогов года.

Практика: участие в отчетном концерте.



Утверждаю
директор МБОУДО
ДШИ «Содружество»

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 3 год обучения

Название разделов и тем занятий	Кол-во часов		
	всего	теория	практика
Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Мониторинг	4	2	2
Раздел 1. Массовый народный и современный танец	48	12	36
Тема 1.1 Современный танец	24	6	18
Тема 1.2 Народный танец	24	6	18
Раздел 2. Партерная гимнастика	22	4	18
Тема 2.1 Стретчинг	12	2	10
Тема 2.2 Силовые упражнения	10	2	8
Раздел 3. Элементы классического танца	30	4	26
Тема 3.1 Экзерсис у станка	14	2	12
Тема 3.2 Экзерсис на середине зала	16	2	14
Раздел 4. Танцевально-художественная работа	100	20	80
Тема 4.1 Постановка	38	10	28
Тема 4.2 Репетиции	32	10	22
Тема 4.3 Концерты, конкурсы, фестивали.	30		30
Мероприятия воспитательно-познавательного характера	8	4	4
Отчетное мероприятие. Мониторинг	4		4
Итого:	216	46	170

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

3 год обучения

Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Мониторинг

Цель: ознакомление обучающихся с правилами техники безопасности.

Теория: вступительная беседа о правилах поведения в тренировочном зале, обращении с электроприборами, технике пожарной безопасности.

Раздел 1. Массовый народный и современный танец

Цель: обучить движениям народного и современного танцев.

Тема 1.1 Современный танец

Теория: ознакомить с движениями новых стилей и направлений.

Практика:

- совершенствование танцевального мастерства;
- кросс;
- изучение движений эстрадного танца;
- изучение движений в стиле контемп;
- передвижение в пространстве в прыжках и вращениях.

Прыжки:

Прыжки отрабатываются и усложняются, добавляются шаги и вращения.

- с двух ног на две (jump) с тройным поворотом;
- с одной ноги на другую с продвижением по кругу (leap);
- с одной ноги на ту же ногу (hop) на разных уровнях;
- с двух ног на одну в повороте на 720 градусов.

Вращения:

Вращения усложняются за счёт скорости и амплитуды вращения в продвижении по диагонали и по кругу.

- тройной пируэт en dehors, en dedans;
- повороты по кругу вокруг воображаемой оси;
- двойные повороты на различных уровнях;
- шане по кругу (увеличиваем темп);
- шане по диагонали (увеличиваем темп).

Комбинации или импровизация

- комбинации в партере и на середине зала;
- комбинации на основе движений, заимствованных из модных стилей хореографии.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Тема 1.2 Народный танец

Теория: объяснить правильное выполнение движений.

Практика:

- расширение знаний по народному танцу происходит за счет увеличения нагрузки на все группы мышц;
- расширение знаний по народному танцу происходит за счет увеличения темпа музыки;
- изучение движений народного стилизованного танца;
- дробные выстукивания;
- усложнение вращений в характере различных народных танцев.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Раздел 2. Партерная гимнастика

Цель: развитие физических данных, укрепление мышечного корсета.

Тема 2.1 Стретчинг

Теория: объяснение техники исполнения.

Практика:

- совершенствование танцевального шага («шпагаты»), растяжка с эластичными лентами);
- упражнения для улучшения гибкости позвоночника;
- упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра;
- упражнения для эластичности мышц и связок верхней часть туловища.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Тема 2.2 Силовые упражнения

Теория: объяснение техники исполнения, об элементах акробатики с элементами хореографии.

Практика:

- упражнения на укрепление мышц спины;
- упражнения на развитие мышц ног;
- укрепления мышц пресса;
- упражнение на развитие силы рук;
- различные соединения акробатических упражнений;
- отработка переворота вперед на одну ногу;
- отработка переворота назад с двух ног;
- танцевальные упражнения: соединения элементов акробатики с элементами хореографии;

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Раздел 3. Элементы классического танца

Цель: обучить движениям классического танца, развить выворотность, силу, равновесие, прыжок.

Тема 3.1 Экзерсис у станка

Теория: изучить термины классического экзерсиса, объяснить правильность выполнения движений.

Практика: расширение знаний по классическому танцу происходит за счет увеличения темпа музыки и увеличением нагрузкой.

- экзерсис у станка на полупальцах из-за такта и в разных темпоритмах;
- туры на разных уровнях;
- пируэты на 720 градусов (endehors, endedans);
- растяжка у станка с подниманием на полупальцы;
- перегибы корпуса на полупальцах.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Тема 3.2 Экзерсис на середине зала

Теория: изучить термины классического экзерсиса, объяснить правильность выполнения движений.

Практика: расширение знаний по классическому танцу происходит за счет увеличения темпа музыки и увеличением нагрузкой. Добавляются комбинации с использованием изученных упражнений. Большое внимание уделяется большим прыжкам, при которых нарабатывается сила, натянутость, выворотность ног, а так же вращениям на середине зала и в продвижении по диагонали и по кругу.

Прыжки:

- Grand Jeter с подменной ног через согнутое колено;
- Grand Jeter с подменной ног с прямой ногой;
- Grand Jeter в повороте на 360 градусов;
- двойные заноски;

Вращения:

- двойные tour из 2 и 5 позиции en dehors и en dedans;
- двойные fouette;
- шане по диагонали и по кругу.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Раздел 4. Танцевально-художественная работа

Цель: добиться соответствия эмоциональной выразительности музыкальных и танцевальных образов средствами сценической и пластической выразительности. При этом обязательно учитываются физические данные исполнителя. Процесс создания танцев творческий. Исполнение осмысленное.

Тема 4.1 Постановка

Теория: показать новые усложнённые рисунки танца, объяснить правильное исполнение движений танца, передать задуманный образ.

Практика: проучивание новых танцевальных номеров, показать правильное исполнение всех движений танца, добиться синхронности и четкости исполнения. Постановочная работа ведется по двум направлениям: создание танцевального образа (поиск выразительной пластики) и выстраивание музыкально-пластических композиций.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, концертное выступление.

Тема 4.2 Репетиции

Теория: объяснение, показ.

Практика: отработка рисунка танца, добиться синхронности и четкости исполнения.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, концертное выступление.

Тема 4.3 Концерты, конкурсы, фестивали.

Концертные выступления необходимы для реализации творческого потенциала учащихся, приобретение опыта творческой деятельности и публичных выступлений, организация досуга, сплочение коллектива.

Практика:

- концертные выступления;
- участие в фестивалях;
- участие в региональных, областных, всероссийских и международных конкурсах.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Мероприятия воспитательно-познавательного характера

Цель: формирование нравственного сознания, формирование общественного поведения.

Практика: посещение музеев, выставок, концертов, занятий других коллективов, просмотр видеороликов, фильмов по хореографии, тематические беседы с учащимися, индивидуальные беседы с родителями.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Отчетное мероприятие. Мониторинг

Цель: подведение итогов года.

Практика: участие в отчетном концерте.



Утверждаю
директор МБОУДО
«ЦНЦ «Содружество»

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 4 год обучения

Название разделов и тем занятий	Кол-во часов		
	всего	теория	практика
Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Мониторинг	4	2	2
Раздел 1. Массовый народный и современный танец	48	12	36
Тема 1.1 Современный танец	28	6	22
Тема 1.2 Народный танец	20	6	14
Раздел 2. Партерная гимнастика	22	4	18
Тема 2.1 Стретчинг	12	2	10
Тема 2.2 Силовые упражнения	10	2	8
Раздел 3. Элементы классического танца	26	4	22
Тема 3.1 Экзерсис у станка	12	2	10
Тема 3.2 Экзерсис на середине зала	14	2	12
Раздел 4. Танцевально-художественная работа	104	20	84
Тема 4.1 Постановка	38	10	28
Тема 4.2 Репетиции	36	10	26
Тема 4.3 Концерты, конкурсы, фестивали.	30		30
Мероприятия воспитательно-познавательного характера	8	4	4
Отчетное мероприятие. Мониторинг	4		4
Итого:	216	46	170

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

4 год обучения

Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Мониторинг

Цель: ознакомление обучающихся с правилами техники безопасности.

Теория: вступительная беседа о правилах поведения в тренировочном зале, обращении с электроприборами, технике пожарной безопасности.

Раздел 1. Массовый народный и современный танец

Цель: обучить движениям народного и современного танцев.

Тема 1.1 Современный танец

Теория: ознакомить с движениями новых стилей и направлений.

Практика:

- совершенствование танцевального мастерства;
- кросс;
- изучение движений эстрадного танца;
- изучение движений в стиле контемп;
- передвижение в пространстве в прыжках и вращениях.

Прыжки:

Прыжки отрабатываются и усложняются, добавляются шаги и вращения.

- с двух ног на две (jump) с тройным поворотом;
- с одной ноги на другую в разные точки зала (leap);
- с одной ноги на ту же ногу (hop) на разных уровнях;
- с двух ног на одну в повороте.

Вращения:

Вращения усложняются за счёт скорости и амплитуды вращения в продвижении по диагонали и по кругу.

- тройной пируэт en dehors, en dedans;
- повороты по кругу вокруг воображаемой оси;
- двойные повороты на различных уровнях;
- шане по кругу (увеличиваем темп);
- шане по диагонали (увеличиваем темп).

Комбинации или импровизация

- комбинации в партере и на середине зала;
- комбинации на основе движений, заимствованных из модных стилей хореографии.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Тема 1.2 Народный танец

Теория: объяснить правильное выполнение движений.

Практика:

- расширение знаний по народному танцу происходит за счет увеличения нагрузки на все группы мышц;
- расширение знаний по народному танцу происходит за счет увеличения темпа музыки;
- изучение движений народного стилизованного танца;
- дробные выстукивания;
- усложнение вращений в характере различных народных танцев.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Раздел 2. Партерная гимнастика

Цель: развитие физических данных, укрепление мышечного корсета.

Тема 2.1 Стретчинг

Теория: объяснение техники исполнения.

Практика:

- совершенствование танцевального шага («шпагаты»), растяжка с эластичными лентами);
- упражнения для улучшения гибкости позвоночника;
- упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра;
- упражнения для эластичности мышц и связок верхней часть туловища.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Тема 2.2 Силовые упражнения

Теория: объяснение техники исполнения, об элементах акробатики с элементами хореографии.

Практика:

- упражнения на укрепление мышц спины;
- упражнения на развитие мышц ног;
- укрепления мышц пресса;
- упражнение на развитие силы рук;
- танцевальные упражнения: соединения элементов акробатики с элементами хореографии;

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, открытое занятие.

Раздел 3. Элементы классического танца

Цель: обучить движениям классического танца, развить выворотность, силу, равновесие, прыжок.

Тема 3.1 Экзерсис у станка

Теория: изучить термины классического экзерсиса, объяснить правильность выполнения движений.

Практика: расширение знаний по классическому танцу происходит за счет увеличения темпа музыки и увеличением нагрузки.

- экзерсис у станка на полупальцах из-за такта и в разных темпоритмах;
- туры на разных уровнях;
- пируэты на 720 градусов (endehors, endedans);
- растяжка у станка с подниманием на полупальцы;
- перегибы корпуса на полупальцах.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Тема 3.2 Экзерсис на середине зала

Теория: изучить термины классического экзерсиса, объяснить правильность выполнения движений.

Практика: расширение знаний по классическому танцу происходит за счет увеличения темпа музыки и увеличением нагрузки. Добавляются комбинации с использованием изученных упражнений. Большое внимание уделяется большим прыжкам, при которых нарабатывается сила, натянутость, выворотность ног, а так же вращениям на середине зала и в продвижении по диагонали и по кругу.

Прыжки:

- Grand Jeter с подменной ног через согнутое колено;
- Grand Jeter с подменной ног с прямой ногой;

- Grand Jeter с подменной ног с прямой ногой в поперечный шпагат;
- двойные заноски;
Вращения:
- тройные tour из 2 и 5 позиции en dehors и en dedans;
- тройные fouette;
- шане по диагонали и по кругу.
Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.
Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Раздел 4. Танцевально-художественная работа

Цель: добиться соответствия эмоциональной выраженности музыкальных и танцевальных образов средствами сценической и пластической выразительности. При этом обязательно учитываются физические данные исполнителя. Процесс создания танцев творческий. Исполнение осмысленное.

Тема 4.1 Постановка

Теория: показать новые усложнённые рисунки танца, объяснить правильное исполнение движений танца, передать задуманный образ.

Практика: проучивание новых танцевальных номеров, показать правильное исполнение всех движений танца, добиться синхронности и четкости исполнения. Постановочная работа ведется по двум направлениям: создание танцевального образа (поиск выразительной пластики) и выстраивание музыкально-пластических композиций.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, концертное выступление.

Тема 4.2 Репетиции

Теория: объяснение, показ.

Практика: отработка рисунка танца, добиться синхронности и четкости исполнения.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение, концертное выступление.

Тема 4.3 Концерты, конкурсы, фестивали.

Концертные выступления необходимы для реализации творческого потенциала учащихся, приобретение опыта творческой деятельности и публичных выступлений, организация досуга, сплочение коллектива.

Практика:

- концертные выступления;
- участие в фестивалях;
- участие в региональных, областных, всероссийских и международных конкурсах.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые, ансамблевые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Мероприятия воспитательно-познавательного характера

Цель: формирование нравственного сознания, формирование общественного поведения.

Практика: посещение музеев, выставок, концертов, занятий других коллективов, просмотр видеороликов, фильмов по хореографии, тематические беседы с учащимися, индивидуальные беседы с родителями.

Формы работы: групповые, мелкогрупповые.

Формы контроля знаний: педагогическое наблюдение.

Отчетное мероприятие. Мониторинг

Цель: подведение итогов года.

Практика: участие в отчетном концерте.

УЧЕБНО – МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Для достижения поставленной цели и реализации задач образовательной программы используются следующие методы обучения:

- ✓ Словесный (объяснение, разбор, анализ);
- ✓ Наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся танцовщиц, танцовщиков, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития обучающегося);
- ✓ Практический (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);
- ✓ Аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
- ✓ Эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений);
- ✓ Индивидуальный подход к каждому ученику с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

Перечисленные методы работы в рамках образовательной программы являются наиболее продуктивными при реализации поставленных целей и задач и основаны на проверенных методиках и сложившихся традициях в хореографическом образовании.

Для успешной реализации данной программы, руководителем используются следующие материалы:

- видеоролики и видеофильмы по направлению хореография;
- методические пособия по классическому танцу;
- методические пособия по современному танцу;
- методические пособия по народному танцу.

Программа представляет собой систему обучения с постепенным нарастанием сложности заданий, темпа, ритма, физической нагрузки. Обучение по данной программе позволяет осваивать материал поэтапно и последовательно, накладывая новые технические приемы на уже освоенные ранее движения, постепенно их усложняя. Преподаватель имеет возможность регулировать осуществление программных требований, исходя из психологических, физических и эмоциональных особенностей учащихся на конкретный период времени.

МАТЕРИАЛЬНО – ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень материально-технического обеспечения:

- наличие специального зала, оснащенного зеркалами, тренировочными станками;
- качественное освещение в дневное и вечернее время;
- аккомпанемент концертмейстера;
- музыкальная аппаратура, аудиозаписи;
- спортивный инвентарь (палки, коврики, обручи)
- специальная форма и обувь для занятий (для занятий партером - коврик);
- костюмы для концертных номеров (решение подобных вопросов осуществляется совместно с родителями).

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНФОРМАЦИОННЫХ ИСТОЧНИКОВ

Список для педагога:

1. Богаткова Л. «Танцы разных народов» 2010г.
2. Базарова Н. «Классический танец» 2006г.
3. Ваганова А.Я. «Основы классического танца...» «Искусство» 1980г.
4. Гусев Г. П. «Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка» 2006г.
5. Есаулов «Устойчивость и координация в хореографии» 2007г.
6. Захаров Р. «Искусство балетмейстер» 1954г.
7. Ивашковский А.А. «Хореококорекция (теоретические практические основы)»Калуга. 2006г.
8. Климов А. «Основы народного танца» 1994г.
9. Коркин В. П. «Акробатика» 2012г.
10. Коротеева Е. И. «Искусство и ты» 2000г.
11. Никитин В. Ю. «МОДЕРН-ДЖАЗ ТАНЕЦ. Этапы развития. Метод. Техника» 2017г.
12. Ткаченко Т. «Народные танцы» 2000г.
13. Шереметьевская Н. «Танец на эстраде» 2018г.
14. https://m.vk.com/ballet_exiton?from=quick_search
15. https://m.vk.com/zhiznbaleriny?from=quick_search
16. https://m.vk.com/beautifulsport?from=quick_search
17. https://m.vk.com/gymnandstretch?from=quick_search
18. <https://nsportal.ru/blog/obshcheobrazovatel'naya-tematika/all/2012/09/23/nuzhnye-knigi-po-khoreografii-i-tantsam>
19. <http://spisok-literaturi.ru/istoriya-sozdannyh-spiskov-literatury/spisok-literaturyi-na-temu-tanets-balet-horeografiya-214065.html>
20. <https://edu.tatar.ru/nkamsk/dou50/page2088438.htm>
21. <https://infourok.ru/programma-dopolnitelnogo-obrazovaniya-horeografiya-klass-2617021.html>
22. <https://m.vk.com/videos-30688891>
23. https://m.vk.com/chris_revolution?from=quick_search
24. https://m.vk.com/vdoxnovenie_fesf?from=groups
25. https://m.vk.com/ballet_exiton?from=groups%253Ftab%253Dgroups
26. https://www.youtube.com/channel/UCHMc6uzQYq_mR8bHy2YLzAg

Список для обучающихся:

1. «Балет. Иллюстрированная энциклопедия» - «Конец века», 1995г.
2. Васильева Т.И. «Тем, кто хочет учиться балету» 2006г.
3. Волынский А. Л. «Книга ликований. Азбука классического танца» 1994г.
4. Есаулов И. Г. «Устойчивость и координация в хореографии» 2015г.
5. Журнал «Dance»
6. Каминская Н. М. «История костюма» 2010г.
7. Левинон А. «Мастера балета» 2001г.
8. Рябчиков А., Фирилева Ж. «Словарь терминов гимнастики и основ хореографии» 1996г.
9. «Я танцевать хочу...»// Молодёжная эстрада, № 1, 2001г.
10. https://www.youtube.com/channel/UCHMc6uzQYq_mR8bHy2YLzAg
11. https://m.vk.com/chris_revolution?from=quick_search
12. https://m.vk.com/ballet_exiton?from=quick_search

Список для родителей:

1. Андреева Ю. «Танцетерапия» 2001г.
2. Барышникова Т. «Азбука хореографии» 2000г.
3. Библиотека "Любителю балета" (комплект из 75 книг) Радуга, Центрполиграф, Просвещение, 2015г.
4. Вашкевич Н. «История хореографии» 1982г.
5. Дешкова И. «Иллюстрированная энциклопедия балета в рассказах и исторических анекдотах для детей и их родителей» М.: Конец века, 2015г.
6. Лукьянова «Дыхание в хореографии» 2002г.
7. Пасютинская В. «Волшебный мир танца» - М.: Просвещение, 2015г.
8. Подольская Е. И. «Профилактика плоскостопия и нарушения осанки у старших дошкольников» 1998г.
9. Уральская В. И. «Рождение танца» 1994г.
10. Худеков С.Н. «Всеобщая история танца» 1996г.
11. https://www.youtube.com/channel/UCHMc6uzQYq_mR8bHy2YLzAg
12. https://m.vk.com/chris_revolution?from=quick_search
13. https://m.vk.com/ballet_exiton?from=quick_search
14. https://m.vk.com/beautifulsport?from=quick_search

ПРИЛОЖЕНИЕ К ПРОГРАММЕ

Приложение 1

Мониторинг результатов обучения по программе

В настоящей программе мониторинг рассматривается как система мер по непрерывному отслеживанию качества результатов освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной программы в области хореографического искусства. Мониторинг проводится в форме просмотра комплекса упражнений по учебным предметам обязательной части учебного плана.

1. Партерная гимнастика
2. Элементы классического танца
3. Массовый народный и современный танец
4. Концертные выступления

Мониторинг является наиважнейшим обобщающим показателем всего комплекса приобретенных знаний, умений, навыков, полученных обучающимися в процессе обучения. Мониторинг концертных выступлений даёт возможность приобретения учащимся неопределимого сценического опыта, демонстрации исполнительской культуры, выучки, грамотности, умения работать в коллективе; на практике доказать свою конкурентоспособность; формирования самооценки своих возможностей, проявления творческой индивидуальности.

Для вновь поступающих

- первичный контроль (сентябрь);
- итоговый контроль (апрель - май).

1 - 4 год обучения

- итоговый контроль (апрель - май).

Первичный контроль

Первичный контроль проводится в сентябре (по окончанию набора и формирования учебных групп) для вновь поступающих подростков.

Цель – определение уровня физических и творческих способностей, учащихся в начале учебного года.

Определение уровня физических и творческих способностей необходимо для распределения в уже существующие группы.

Формы проведения контроля: беседа с подростком и его родителями, наблюдение за выполнением данных педагогом упражнений.

Итоговый контроль

Итоговый контроль проводится в апреле – мае для обучающихся всех годов обучения.

Цель – определение уровня подготовки и уровня развития творческих способностей обучающихся в конце учебного года.

Формы проведения контроля: открытое занятие, контрольный урок, конкурсные выступления, отчетный концерт.

Уровни оценки результативности:

Оценка 5 предполагает высокий уровень - успешное выполнение всех элементов, хорошее развитие физических данных, проявление интереса к обучению, имеет богатое воображение и актерские способности, показывает высокие результаты деятельности. Имеет высокие творческие достижения и призовые места в региональных, областных, всероссийских, и международных конкурсах.

Оценка 3 - 4 предполагает средний уровень - хорошее выполнение всех элементов, средний уровень развитие физических данных, проявление интереса к обучению, имеет среднее воображение и актерские способности, показывает средние результаты деятельности. Имеет творческие достижения и призовые места в региональных, областных, всероссийских, и международных конкурсах.

Оценка 1 - 2 предполагает низкий уровень – низкий уровень развития физических данных, не проявляет интереса к обучению, плохое воображение и актерские способности. Не имеет творческих достижений.

Первичный контроль (для вновь поступающих.)

№	Ф. И.	Критерии оценки			
		гибкость	выворотность	чувство ритма	танцевальный шаг
1.					
2.					
3.					
4.					

Итоговый контроль (1 -4 годов обучения)

№	Ф. И.	Критерии оценки				
		Партерная гимнастика	Элементы Классического танца	Современный танец	Народный танец	Концертная деятельность
1.						
2.						
3.						
4.						

Высокий уровень	5
Средний уровень	3 - 4
Низкий уровень	1 - 2

Изменения и дополнения
рассмотрены и приняты
на методическом совете
Протокол № 20
от «26» августа 2022 г.



Утверждаю
директор МБОУДО
«ДПЦ «Содружество»
О.В. Колянко

Лист изменений и дополнений
к дополнительной общеразвивающей программе
«Хореография для подростков»

Возрастная категория – 16-25 лет
Срок реализации – 4 года
Педагог дополнительного образования:
Алексеева Наталья Игоревна
Семина Оксана Анатольевна
Год разработки: 2019 год

Вносимые изменения (дополнения):

№	Разделы программы	Внесение изменений
1.	Список литературы и информационных источников: Список для педагогов: Список для обучающихся: Список для родителей:	<ol style="list-style-type: none">1. Гиршон А. Импровизация и хореография. Контактная импровизация. - Альманах 1. – 2012г.2. Гришона А. "Танцевальная импровизация", М., 2014г.3. Рунин Б. М. "О психологии импровизации", М., 2011г.4. Фельденкрайз М. Искусство движения. Уроки мастера. Москва, ЭКСМО, 2013г. <ol style="list-style-type: none">1. В.Е. Баглай – Этническая хореография народов мира. Учебное пособие о-Доп «Феникс» 2007г.2. А.Г. Колесников. Ю. Григорович. Путь русского хореографа Краснодар 2007г.3. Захаржевская. Костюм для сцены. Сб. 1986г.4. Когтев. Грим и сценический образ. 1984г. <ol style="list-style-type: none">1. Герасимова И.А. Философское понимание танца // Вопросы философии. 2010г.2. Гленн Вильсен. Психология артистической деятельности. Москва, Когито-центр, 2013г.

Приложение № 3
от 30.05.2023г.

Изменения и дополнения
рассмотрены и приняты
на методическом совете
Протокол № 26
от «23» августа 2023г.



Утверждаю
директор МБОУДО
«ДПЦ «Содружество»
О.В. Колинько

**Лист изменений и дополнений к
дополнительной общеразвивающей программе
«Хореография для подростков»**

*Возрастная категория – 16-25 лет
Срок реализации – 4 года
Педагоги дополнительного образования:
Алексеева Наталья Игоревна,
Семина Оксана Анатольевна
Год разработки: 2019 год*

Вносимые изменения (дополнения):

№	Разделы программы	Внесение изменений
1.	Список литературы и информационных источников: Список для педагога: Список для обучающихся:	Добавлено: Громов Ю. И. Воспитание танцем – СПб 2006. Никитин В.Ю. Модерн-джаз. - М., 2005. Левин М.В. «Гимнастика в хореографической школе». Терра спорт. М., 2001 Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные движения и комбинации на середине зала. - М., 2004. Крейн Уильям. Психология развития человека. 25 главных теорий. – СПб «Прайм-Еврознак, 2007.