

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 24**

РАССМОТРЕНО  
на заседании НМС  
Протокол № 4  
от «13» мая 2024 года

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 24

И.В. Усольцева

Приказ от «17» мая 2024 г.

№ ПП24-13-454/4



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА  
(художественной направленности)**

**«Танцы 21 века»**

Возраст обучающихся: 7-12 лет

Срок реализации программы: 9 месяцев

Срок действия программы: 02.09.24-31.05.25

Количество часов: 76 часов

Автор-составитель программы:

Вротная Надежда Ивановна,  
педагог дополнительного образования

г. Сургут  
2024

## Аннотация

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Танцы 21 века» адресована обучающимся 1-5 классов (7-12 лет) и направлена на развитие у учащихся эстетического вкуса, воспитания нравственных качеств, оказывает существенное влияние на физическое развитие детей. Реализуется программа 9 месяцев, в количестве 76 часов.

Танец – вид искусства, где художественный образ воплощается через музыкально - организованное движение. Особенность искусства танца в том, что содержание любого танцевального произведения раскрывается через пластику человеческого тела. Пластическая природа танца через своеобразную и сложную технику этого искусства раскрывает внутренний мир человека, его лирико-романтические отношения, героические поступки, показывает национальную, стилевую и историческую принадлежность.

## Паспорт программы

Название программы	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Танцы 21 века»
Направленность программы	художественная
Ф.И.О. педагога, реализующего дополнительную общеобразовательную программу	Вротная Надежда Ивановна, педагог дополнительного образования
Год разработки	2024 г.
Где, когда и кем утверждена дополнительная общеобразовательная программа	Утверждена приказом директора МБОУ СОШ № 24 от 17 мая 2024 г. № Ш24-13-454/4
Уровень программы	Базовый
Информация о наличии рецензии	нет
Цель	Создание условий для раскрытия творческого потенциала воспитанников и повышения их технического мастерства и выразительности с помощью современных техник движения.
Задачи	<p><i>Обучающие:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ формировать знания об основных хореографических понятиях;</li> <li>✓ формировать знания по исполнению экзерсиса у станка и на середине;</li> <li>✓ обучать навыкам постановочной и концертной деятельности.</li> </ul> <p><i>Развивающие:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ формировать и развивать специальные навыки и умения по хореографии;</li> <li>✓ формировать и развивать познавательный интерес к хореографическому искусству и общей культуры личности;</li> <li>✓ формировать и развивать способности к самостоятельной и коллективной работе;</li> <li>✓ развивать коммуникативные способности обучающихся через учебно-практическую деятельность;</li> <li>✓ развивать способность творческого выполнения практической деятельности;</li> <li>✓ развивать способность использовать приобретённые предметные знания и опыт практической деятельности для решения задач реальной жизни</li> </ul> <p><i>Воспитательные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ воспитывать эстетическое восприятие;</li> <li>✓ воспитывать всесторонне развитую личность, стремящуюся к саморазвитию и самосовершенствованию;</li> <li>✓ создать условия для общения и адаптации к современной жизни на основе культурных ценностей.</li> </ul>
Ожидаемые результаты освоения программы	<p><i>Личностные результаты:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ готовность и способность к саморазвитию;</li> <li>✓ развитие умений и навыков познания и самопознания;</li> <li>✓ опыт танцевальной деятельности;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ личностное самоопределение;</li> <li>✓ устойчивая мотивация и познавательный интерес к современному танцу и хореографической деятельности.</li> </ul> <p><i>Предметные результаты:</i></p> <p><b>обучающиеся будут уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ ориентироваться в танцевальном зале;</li> <li>✓ следить за внешним видом;</li> <li>✓ выполнять ритмические упражнения;</li> <li>✓ выполнять элементы классического танца;</li> <li>✓ выполнять движения современного танца;</li> <li>✓ выполнять простейшие перестроения;</li> <li>✓ различать музыкальные части;</li> <li>✓ выполнять комплекс упражнений для гибкости;</li> <li>✓ исполнять танцевальный репертуар;</li> <li>✓ передавать содержание танцевального образа движениями;</li> <li>✓ передавать в игре взаимосвязь нескольких персонажей</li> </ul> <p><b>обучающиеся будут владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ элементами музыкальной грамоты;</li> <li>✓ комплексом упражнений для гибкости;</li> <li>✓ танцевальным репертуаром;</li> <li>✓ основными позициями и положениями рук и ног;</li> <li>✓ ритмическими упражнениями, элементами современного танца.</li> </ul> <p><i>Метапредметные результаты:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ способность к построению индивидуальной образовательной траектории;</li> <li>✓ сформированность творческого мышления, навыки продуктивного сотрудничества;</li> <li>✓ владение культурой коллективного общения со сверстниками и взрослыми;</li> <li>✓ владение навыками контроля и самоконтроля;</li> <li>✓ самокритичность в оценке своих способностей.</li> </ul>
Срок реализации программы	1 год
Количество часов в неделю / год	2 часа в неделю. Всего - 76 часов
Возраст обучающихся	7 - 12
Формы занятий	<p>Формы работы: групповая, парная, индивидуальная.</p> <p>Виды уроков: урок, урок – игра, урок-путешествие, сюжетный урок, творческие уроки.</p> <p>Технологии: игровые, здоровьесберегающие, проектная деятельность.</p>
Условия реализации программы (оборудование, инвентарь, специальные помещения, ИКТ и др.)	<p>Методическое обеспечение:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Библиотека по хореографии: учебно-методическая литература для преподавателей.</li> <li>✓ Наглядные пособия: учебные DVD фильмы, нотный материал, CD диски, альбомы, книги по истории танца, персоналии-библиографии.</li> <li>✓ Специальные журналы по хореографии «Балет и Танец» для учащихся.</li> <li>✓ Электронные образовательные ресурсы (мультимедийные презентации, учебные пособия, интернет-контент).</li> </ul> <p>Материально-техническое обеспечение</p>

	<p>Для реализации данной программы необходимы:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Оборудованный балетными станками и зеркалами просторный класс со специальным покрытием пола (паркет, линолеум);</li><li>✓ Раздевалка для обучающихся;</li><li>✓ Наличие специальной танцевальной формы;</li><li>✓ Наличие аудиоаппаратуры с флеш-носителем;</li><li>✓ Наличие музыкальной фонотеки;</li><li>✓ Наличие танцевальных костюмов.</li></ul>
--	---

## Пояснительная записка

Реализация программы происходит на базе МБОУ СОШ 24 в рамках очного обучения в объединении «Танцы 21 века» и создает условия для социального и культурного самоопределения, творческой самореализации личности обучающихся, профессиональной ориентации. При разработке программы использовались следующие нормативно-правовые документы:

1. 1.Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями).
2. 2.Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года».
3. 3.Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
4. 4.Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
5. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утвержденная Правительством Российской Федерации, Распоряжение от 29 мая 2015 г. № 996-р).
6. Концепция общенациональной системы выявления и развития молодых талантов, утвержденная Президентом Российской Федерации Д.А. Медведевым 3 апреля 2012 г. (с планом мероприятий) (garant.ru).
7. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г № 09-3242.
8. Региональный проект «Успех каждого ребенка» от 20 июня 2019 года (iro86.ru).
9. Письмо Министерства просвещения РФ от 18 августа 2022 г. N 05-1403 «О направлении методических рекомендаций» Письмо Министерства просвещения РФ от 18.08.2022 N 05-1403 «О направлении методических рекомендаций» (garant.ru).
10. Основных образовательных программ начального, основного и среднего общего образования, утвержденные приказом от 30.08.2022 г. № Ш24-13-679/2.
11. Учебного плана МБОУ СОШ № 24 на 2024-2025 учебный год.
12. Календарного учебного графика дополнительного образования на 2024-2025 учебный год, утвержденный приказом директора МБОУ СОШ № 24 от 17.05.2024 г.№ Ш24-13-454/4.
13. Положение о дополнительном образовании в МБОУ СОШ № 24.
14. Положение о порядке приема, отчисления и учета движения учащихся объединений дополнительного образования МБОУ СОШ № 24.
15. Положение о режиме занятий обучающихся МБОУ СОШ № 24.

Реализация образовательной (общеразвивающей) программы осуществляется за пределами ФГОС и федеральных государственных требований и не предусматривает подготовку обучающихся к прохождению государственной итоговой аттестации по образовательным программам.

Хореография как сценическое искусство имеет свою специфику и, следовательно, свою систему воспитания и обучения, она очень актуальна в современном мире в силу того, что потребность в движении генетически заложена в человеческом организме и

обусловлена всем ходом его эволюционного развития. Врачи-физиологи утверждают, что без движения человек не может быть абсолютно здоровым. Регулярные занятия способствуют улучшению циркуляции крови и снабжению тканей организма кислородом, повышению мышечного тонуса. С точки зрения медицины танцы – это лекарство от стрессов и депрессий, а также профилактика таких заболеваний, как гипертония и ишемическая болезнь сердца.

*Актуальность* программы обусловлена образовательными потребностями конкретной категории учащихся. Эта объективная заинтересованность в определённых образовательных услугах субъективно выражена в обращённых к системе образования интересах и ожиданиях в отношении современного танца. Современный танец является одним из основных предметов, он развивает физические данные детей, укрепляет мышцы ног и спины, сообщает подвижность суставно-связочному аппарату, формирует технические навыки и основы правильной осанки, тренирует сердечно-сосудистую и дыхательную системы, корректирует физические недостатки строения тела – в этом его значение и значимость.

Общеразвивающая программа «Современная хореография» способствует разрешению этих вопросов, чем и обусловлена её актуальность.

*Новизна* программы состоит в сочетании изучения танца модерн с такими современными танцевальными направлениями как: contemporary, street jazz, flash dance, hip-hop. В основе курса лежит изучение техник современного танца: contemporary, хип-хоп, floor technique/техники работы с полом, импровизация, партнеринг.

Дополнительная образовательная программа «Современная хореография» отнесена к программам художественной направленности. Ее цель и задачи направлены на свободное развитие личности ребёнка, поддержание его физического и психического здоровья, формирование его учебно-предметной, социальной, информационно-коммуникативной, креативной компетентностей, на формирование и развитие желания к продолжению образования и профессиональному самоопределению.

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа «Танец 21 века» ежегодно обновляется с учётом появления новых технологий, развития науки, техники, культуры, экономики и социальной сферы.

Дополнительная общеобразовательная программа имеет *художественную направленность*.

Уровень программы *базовый*.

*Отличительные особенности программы* «Танцы 21 века» от существующих заключаются в том, что обучение ведется на основе классической, народной и современной хореографии с использованием игровых методик и инновационных направлений (музыкально-игровое творчество, импровизация, стилизация современных стилей), которые делают ее интересной и современной. Ведущей идеей программы является обучение технике современного танца в различных сочетаниях современных стилей через танцевально-игровую деятельность (игротанцы, подражательные игры, творческие задания).

Социальная ориентация программы позволяет по итогам учебной и творческой деятельности использовать потенциал учащихся при подготовке и проведении культурно-массовых мероприятий, проводимыми школой и другими организациями.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Танцы 21 века» *адресована* обучающимся 1-5 классов (7-12 лет) и направлена на развитие у учащихся интереса к современным танцам. Количество обучающихся в одной группе – от 12 человек. Срок освоения программы – 9 месяцев. Объем программы – 76 часов. Режим занятий – 2 раза в неделю по 1 часу. Форма обучения – очная.

*Особенности организации образовательного процесса:* при реализации программы используются в основном групповая форма организации образовательного процесса, а также работа по подгруппам, в отдельных случаях – индивидуальная в рамках группы. Занятия по программе проводятся в соответствии с учебными планами в разновозрастных

группах обучающихся, являющихся основным составом объединения. Состав группы является постоянным.

*Педагогическая целесообразность* программы заключается в том, что она обеспечивает общее гармоническое, психологическое, духовное и физическое развитие ребенка; формирование разнообразных умений, способностей и знаний в области современного танца; воспитание у ребенка потребности в здоровом образе жизни.

### **Цели и задачи программы**

**Цель программы:** создание условий для раскрытия творческого потенциала воспитанников и повышения их технического мастерства и выразительности.

#### **Задачи:**

##### *Обучающие:*

- ✓ формировать знания об основных хореографических понятиях;
- ✓ формировать знания по исполнению экзерсиса у станка и на середине;
- ✓ обучать навыкам постановочной и концертной деятельности.

##### *Развивающие:*

- ✓ формировать и развивать специальные навыки и умения по хореографии;
- ✓ формировать и развивать познавательный интерес к хореографическому искусству и общей культуре личности;
- ✓ формировать и развивать способности к самостоятельной и коллективной работе;
- ✓ развивать коммуникативные способности обучающихся через учебно-практическую деятельность;
- ✓ развивать способность творческого выполнения практической деятельности;
- ✓ развивать способность использовать приобретённые предметные знания и опыт практической деятельности для решения задач реальной жизни

##### *Воспитательные:*

- ✓ воспитывать эстетическое восприятие;
- ✓ воспитывать всесторонне развитую личность, стремящуюся к саморазвитию и самосовершенствованию;
- ✓ создать условия для общения и адаптации к современной жизни на основе культурных ценностей.

На занятиях, по данной дополнительной общеобразовательной программе, каждый обучающийся ощущает свою уникальность и востребованность.

##### *Формы обучения:*

1. обучающая,
2. тренинг,
3. сюжетные и игровые занятия,
4. концерты для родителей,
5. открытые занятия,
6. посещение концертов других коллективов,
7. посещение открытых уроков старшей группы,
8. просмотр видео материала,
9. обсуждение концертов,
10. отчетные концерты,
11. беседы,
12. творческие встречи.

*Формы и виды занятий:* групповые, мелкогрупповые, индивидуальные занятия, лекции, экскурсии.

Работа объединения организуется и в каникулярный период от 2 до 6 дней

### **Содержание программы Учебный план**



Содержание программы соответствует возрастным интересами и потребностями учащихся. Диагностика успешности ведется на всех этапах обучения.

Занятия проводятся с полным составом объединения, но по мере роста опыта и знаний детей делается больший упор на групповые занятия. Порядок изучения тем в целом и отдельных вопросов определяется педагогом в зависимости от условий деятельности объединения.

Учащиеся приобретают те необходимые знания, умения и навыки, которые позволят им участвовать в культурно-массовых мероприятиях, концертах.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1.</b>	<b>Организационное занятие</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	
1.1.	Введение в программу	2	1	1	Собеседование, практическая работа
1.2.	Начальный контроль	2		2	Практическое и творческое задание
<b>2.</b>	<b>Азбука танцевальных движений.</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	
2.1.	Мелодия и движение. Такт и затакт.	2	2		Опрос
2.2.	Музыкально-ритмические упражнения	8	-	8	Практическая работа
<b>3.</b>	<b>Элементы классического танца</b>	<b>16</b>	<b>2</b>	<b>14</b>	
3.1	Знакомство с основами классического танца.	2	2	-	Беседа
3.2.	Упражнения у станка	7	-	7	Практическая работа
3.3.	Упражнения для гибкости в партере	7	-	7	Практическая работа
<b>4.</b>	<b>Элементы народных танцев</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	
4.1.	Знакомство с культурой разных народов.	2	2	-	Беседа
4.2.	Положения, движения, комбинации.	8	-	8	Практическая работа
<b>5</b>	<b>Основы современного танца</b>	<b>10</b>	<b>1</b>	<b>9</b>	
5.1.	Стили и направления современной хореографии	1	1	-	Опрос
5.2.	Элементы и движения танцев различных стилей и направлений	9	-	9	Творческая работа
<b>6.</b>	<b>Постановочная и репетиционная работа.</b>	<b>24</b>	<b>2</b>	<b>22</b>	
6.1.	Принципы составления композиции танца	2	2	-	Опрос
6.2.	Постановка танца	24	-	22	Творческое задание
<b>7.</b>	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>		<b>2</b>	
7.1	Итоговое занятие	2		2	Творческий отчет
	<b>Итого</b>	<b>76</b>	<b>10</b>	<b>66</b>	

Содержание программы

Учебный план

Содержание программы соответствует возрастным интересам и потребностями обучающихся. Диагностика успешности ведется на всех уровнях обучения.

## **Раздел 1. Организационное занятие (4 часа).**

### **Тема 1.1 Введение в программу**

*Теория:*

Цели и задачи, содержание и форма занятий в группе. Расписание занятий (количество часов, время занятий). Внешний вид и форма одежды для занятий. Правила поведения в танцевальном зале.

*Формы и методы обучения:* беседа, инструктаж.

*Форма подведения итогов:* опрос.

*Практические занятия:* собеседование.

Знакомство с учащимися, маршрутовка под музыку с целью ознакомления с ритмичностью учащихся.

*Формы и методы обучения:* практическое занятие; наглядно-зрительный, наглядно-слуховой.

*Формы и методы подведения итогов:* практическая работа.

### **Тема 1.2 Начальный контроль**

*Практические занятия:* Комплекс упражнений на выносливость, гибкость.

*Формы и методы обучения:* практическое занятие; наглядно-зрительный, наглядно-слуховой.

*Формы и методы подведения итогов:* практическое и творческое задание.

## **Раздел 2. Азбука танцевальных движений (10 часов).**

### **Тема 2.1. Мелодия и движение. Такт и затакт.**

*Теория:*

Мелодия и движение. Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры 4/4, 2/4, 3/4. Контрастная музыка: быстрая - медленная, весёлая - грустная. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворотов вправо и влево. Такт и затакт.

*Формы и методы обучения:* беседа.

*Форма подведения итогов:* опрос.

### **Тема 2.2. Музыкально-ритмические упражнения**

*Практические занятия:* разучивание и закрепление упражнений, направленных на развитие ритма и координации (умение согласовывать движения частей тела во времени и пространстве под музыку)

Музыкально-пространственные упражнения:

- маршрутовка в темпе и ритме музыки;
- шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево;
- повороты на месте (строевые);
- продвижение на углах, с прыжком (влево, вправо);
- фигурная маршрутовка с перестроениями из колонны в шеренгу и обратно;
- из одного круга в два и обратно;
- продвижение по кругу (внешнему и внутреннему);
- звездочка;
- конверт

Танцевальные шаги:

- с носка на пятку;
- с фигурной маршрутовкой;
- шаги в образах (животных).

*Формы и методы обучения:* практические занятия; словесный, практический, наглядно – зрительный, наглядно – слуховой.

*Форма подведения итогов:* практическая работа.

### **Раздел 3. Элементы классического танца (16 часов).**

#### **Тема 3.1. Знакомство с основами классического танца.**

*Теория:*

Знания и навыки основ классического танца. Специфика танцевального шага и бега. Знакомство с позициями и положениями рук и ног. Выработка правильной осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов.

*Формы и методы обучения:* теоретическое занятие; беседа.

*Форма подведения итогов:* беседа.

#### **Тема 3.2. Упражнения у станка.**

*Практические занятия:* разучивание и закрепление упражнений направленных на выработку правильной осанки; на развитие эластичности, выворотности, силы мышц ног, гибкости корпуса, танцевального шага.

постановка корпуса (в выворотной позиции лицом к станку, со второго полугодия держась за станок одной рукой);

- позиции ног - 1, 2, 3, 5;
- постановка рук 1, 2, 3;
- подготовительное положение;
- деми плие: по 1, 2, 3 позициям;
- батман тандю;
- рон де жамб пар тер по точкам;
- релеве (подъём на полупальцы в 1-ой позиции);
- соте;
- пор де бра (перегибы корпуса).

*Формы и методы обучения:* практические занятия; словесный, наглядный, практический.

*Формы и методы подведения итогов:* практическая работа.

#### **Тема 3.3. Упражнения для гибкости в партере.**

*Практические занятия:*

Разучивание и закрепление комплекса упражнений на растягивание для улучшения гибкости:

- «Макушку тянем к потолку»;
- «Пружинка»;
- «Книжечка»;
- «Угол» (попеременно каждой ногой под 45°);
- «Группировка»;
- «Покажи пяточку»;
- «Лодочка»;
- «Лягушка»;
- «Шпагатик»

*Формы и методы обучения:* практические занятия; наглядный, практический.

*Формы и методы подведения итогов:* практическая работа.

### **Раздел 4. Элементы народных танцев (10 часов).**

#### **Тема 4.1. Знакомство с культурой разных народов.**

*Теория:*

Знакомство с культурой разных народов. Особенности народных движений. Характерные положения рук, особенности открывания и закрывания. Сюжеты и темы «Хоровод» и «Пляски». Костюмы. Прослушивание фольклорной музыки, песен.

*Формы и методы обучения:* беседа.

*Форма и методы подведения итогов:* беседа.

#### **Тема 4.2. Положения, движения, комбинации.**

### *Практические занятия:*

Разучивание и закрепление танцевальных элементов народных танцев, направленных на развитие творческих и созидательных способностей учащихся.

Позиции и положения рук:

- 1, 2, 3;
- руки на поясе;
- подбоченившись «кисти сжаты в кулаки и поставлены на пояс»;
- обе руки скрещены на уровне груди, но не прикасаются к корпусу;
- руки свободно опущены, ладони раскрыты навстречу движению;
- руки убраны за спину.

Шаги:

- танцевальный шаг с носка;
- простой шаг вперед;
- переменный шаг вперед;
- шаг на полупальцах;
- легкий бег.

Притопы:

- тройной;
- одинарные;
- каблуком.

Танцевальные движения:

- припадание на месте с продвижением в сторону;
- боковой галоп;
- прямой галоп;
- подскоки;
- «гармошка»;
- «ковырялочка».

Танцевальные этюды, комбинации.

*Формы и методы обучения:* практические занятия; словесный, наглядный, практический.

*Формы и методы подведения итогов:* практическая работа.

### **Тема 4.3. Промежуточная аттестация**

*Практические занятия:* Комплекс упражнений с элементами народного танца, комплекс упражнений на гибкость.

*Формы и методы обучения:* практические занятия; словесный, наглядный, практический.

*Формы и методы подведения итогов:* творческий отчет.

## **Раздел 5. Основы современного танца (10 часов).**

### **Тема 5.1. Стили и направления современной хореографии**

*Теория:*

Стили и направления современной хореографии. Характер и манера исполнения современных танцев. Прослушивание современной музыки. Знание требований, предъявляемых к исполнению современных танцев: грамотность, музыкальность, выразительность. Значение правил исполнения парных и массовых танцев: понятие об интервалах; понятие о движении по линии танца и против линии танца; согласованность движений.

*Формы и методы обучения:* беседа.

*Форма подведения итогов:* опрос.

### **Тема 5.2. Элементы и движения танца «Весёлая зарядка»**

*Практические занятия:*

Разучивание и закрепление элементов и движений танца на основе простых движений с несложной координацией направленных на развитие творческих способностей учащихся.

Элементы танца «Весёлая зарядка»:

- марш на месте с хлопками рук над головой;
- марш вперёд и назад с движениями и положениями рук;
- хлопки у правого и левого плеча;
- движения головой: наклоны;
- удар пятками по 6-й позиции;
- прыжки на месте и в повороте.

*Формы и методы обучения:* практические занятия; словесный, наглядный, практический.

*Формы и методы подведения итогов:* творческая работа.

### **Тема 5.3. Элементы и движения танца «Тик-так»**

*Практические занятия:*

Разучивание и закрепление элементов и движений танца на основе простых движений с несложной координацией направленных на развитие творческих способностей учащихся

Элементы танца «Тик-так»:

- маршеобразные шаги на месте с продвижением вперед, назад, в повороте;
- сгибание рук в приседании;
- хлопки;
- «завод часов»;
- «циферблат».

*Формы и методы обучения:* практические занятия; словесный, наглядный, практический.

*Формы и методы подведения итогов:* творческая работа.

### **Тема 5.4. Элементы и движения танца «Полька»**

*Практические занятия:*

Разучивание и закрепление элементов и движений танца, направленных на развитие творческих способностей учащихся.

Элементы танца «Полька»:

- подготовка к подскоку;
- подъем на полупальцы;
- сгибание ноги;
- подскоки на месте в повороте, вперед и назад;
- боковой и прямой галоп;
- притопы;
- переступания: переменно, с продвижением вперед – назад, вправо - влево;
- хлопки.

Шаги:

- с подскоком на месте;
- с продвижением;
- в повороте;
- па польки по 6-й и 3-й позициям.

*Формы и методы обучения:* практические занятия; словесный, наглядный, практический.

*Формы и методы подведения итогов:* творческая работа.

## **Раздел 6. Постановочная и репетиционная работа (24 часа).**

### **Тема 6.1. Принципы составления композиции танца.**

*Теория:*

Содержание и характер танца, манера исполнения. Принципы составления композиции танца. Соединение танцевальных движений, поз, переходов, рисунка в танцевальные этюды, комбинации, композиции, фигуры и целый танец. Изучение рисунка танцевальной композиции. *Формы и методы обучения:* беседа.

*Форма и методы подведения итогов:* опрос.

### **Тема 6.2. Постановка танца.**

*Практические занятия:*

Соединение элементов танца в:

- комбинации;
- фигуры;
- композицию (законченное соединение движений).

Положения, позы в танце.

Рисунок танца:

- перестроения (из линии в круг, в две линии, в полукруг);
- проходки.

Постановка:

- танцевальных комбинаций;
- фигур;
- целого танца.

Отработка движений и фигур танца.

Формы и методы: практические занятия; словесный, практический, наглядно – зрительный, наглядно – слуховой.

Форма подведения итогов: творческое задание.

## **Раздел 7. Итоговое занятие (2 часа).**

### **Тема 8.1. Подведение итогов.**

*Теория:*

Подведение итогов работы группы за учебный год. Обсуждение планов на следующий год. Задания на лето.

*Формы и методы обучения:* самоанализ.

*Форма подведения итогов:* опрос.

*Практическое занятие:*

Исполнение разученных танцевальных композиций.

*Формы и методы обучения:* практическая работа.

*Форма подведения итогов:* концерт.

## **Планируемые результаты**

*Личностные результаты:*

- ✓ готовность и способность к саморазвитию;
- ✓ развитие умений и навыков познания и самопознания;
- ✓ опыт танцевальной деятельности;
- ✓ личностное самоопределение;
- ✓ устойчивая мотивация и познавательный интерес к современному танцу и хореографической деятельности.

*Предметные результаты:*

**обучающиеся будут уметь:**

- ✓ ориентироваться в танцевальном зале;
- ✓ следить за внешним видом;
- ✓ выполнять ритмические упражнения;
- ✓ выполнять элементы классического танца;
- ✓ выполнять движения современного танца;
- ✓ выполнять простейшие перестроения;
- ✓ различать музыкальные части;
- ✓ выполнять комплекс упражнений для гибкости;
- ✓ исполнять танцевальный репертуар;
- ✓ передавать содержание танцевального образа движениями;
- ✓ передавать в игре взаимосвязь нескольких персонажей

**обучающиеся будут владеть:**

- ✓ элементами музыкальной грамоты;
- ✓ комплексом упражнений для гибкости;

- ✓ танцевальным репертуаром;
- ✓ основными позициями и положениями рук и ног;
- ✓ ритмическими упражнениями, элементами современного танца.

*Метапредметные результаты:*

- ✓ способность к построению индивидуальной образовательной траектории;
  - ✓ сформированность творческого мышления, навыки продуктивного сотрудничества;
  - ✓ владение культурой коллективного общения со сверстниками и взрослыми;
  - ✓ владение навыками контроля и самоконтроля;
- самокритичность в оценке своих способностей.

### **Календарный учебный график к дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе**

Реализация дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Танцы 21 века»							
Базовый уровень							
1 полугодие			2 полугодие			Итого	
Период	Кол-во недель	Кол-во часов	Период	Кол-во недель	Кол-во часов	Кол-во недель	Кол-во часов
02.09.2024 - 30.12.2024	17 недель	34	09.01.2025 - 31.05.2025	21 неделя	42	38	76
Сроки организации промежуточного контроля						Формы контроля	
18.12.24-28.12.24			20.05.25-30.05.25			Концертные выступления, участие в культурно-массовых мероприятиях различного уровня, практические работы	

### **Условия реализации программы Методическое обеспечение программы**

Методическое обеспечение включает в себя современную учебную и учебно-методическую литературу по туристическому мастерству, наглядные пособия, методический материал (постановочный материал), программное обеспечение и Интернет-ресурсы, обеспечивающих прямой доступ к различным методическим разработкам, тематическим презентациям, электронным библиотекам, мультимедийным документам.

Методическое обеспечение:

- ✓ Библиотека по хореографии: учебно-методическая литература для преподавателей.
- ✓ Наглядные пособия: учебные DVD фильмы, нотный материал, CD диски, альбомы, книги по истории танца, персоналии-библиографии.
- ✓ Специальные журналы по хореографии «Балет и Танец» для учащихся.
- ✓ Электронные образовательные ресурсы (мультимедийные презентации, учебные пособия, интернет-контент).

Материально-техническое обеспечение

Для реализации данной программы необходимы:

- ✓ Оборудованный балетными станками и зеркалами просторный класс со специальным покрытием пола (паркет, линолеум);
- ✓ Раздевалка для обучающихся;
- ✓ Наличие специальной танцевальной формы;
- ✓ Наличие аудиоаппаратуры с флеш-носителем;
- ✓ Наличие музыкальной фонотеки;
- ✓ Наличие танцевальных костюмов.

При реализации программы используются методики:

- ✓ мониторинга усвоения обучающимися учебного материала;
- ✓ диагностики (стимулирования) творческой активности обучающихся;
- ✓ обновления содержания образовательного процесса; воспитательной работы педагога;
- ✓ методика анализа результатов деятельности;
- ✓ методика организации и проведения массового мероприятия (выставки, конкурса, соревнования, игровой программы).

Используемые диагностические методики:

- ✓ методика изучения уровня развития детского коллектива «Какой у нас коллектив» Лутошкина А.Н.;
- ✓ методика оценивания нравственного и психологического климата в детском коллективе;
- ✓ тест рисуночной фрустрации Розенцвейга С.;
- ✓ рейтинговые шкалы Рензулли Д., направленные на диагностику способностей к обучению, творческих и лидерских качеств ребенка;
- ✓ тренинг «Расширение телесного и эмоционального опыта»;
- ✓ игра-тест на проявление интеллектуальной познавательной активности детей;
- ✓ тест на определение специальных знаний и умений;
- ✓ анкетирования удовлетворенности детей и родителей.

### **Список литературы**

1. Ключневая С.А. Детский музыкальный театр. – Волгоград 2020.
2. Джоан Ходоров «Танцевальная терапия и глубинная психология» (Когито-центр Москва 2022)
3. Холл Джим Лучшая методика обучения танцам. - Москва. 2019.
4. Володина О.В. Самоучитель клубных танцев. - Ростов-на-Дону 2020.
5. Прокопов К. Клубные танцы. - Москва 2021.
6. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика». - М.: Линка – Пресс, 2019.
7. В.В. Козлов, А.Е. Гиршон «Интегративная танцевально-двигательная терапия» (СПб.: Речь, 2022)
8. Ю. Андреева «Танцетерапия» (М.; Диля 2019)
9. Э. Гренлюнд, Н. Оганесян «Танцевальная терапия. Теория, методика, практика» (СПб.: Речь, 2019)
10. Пуртова Т. В. и др. Учите детей танцевать: Учебное пособие – М.: Владос, 2023.

### **Интернет-ресурсы**

- ✓ А. Ключковская. Курс: "Секреты" продольного шпагата. Вид "изнутри"!
- ✓ [https://nmdshi.uln.muzkult.ru/media/2018/09/17/1217333993/Klyuchkovskaya\\_A.\\_Kurs\\_Sekrety\\_prodolnogo\\_shpagata.\\_Vid\\_iznutri.pdf](https://nmdshi.uln.muzkult.ru/media/2018/09/17/1217333993/Klyuchkovskaya_A._Kurs_Sekrety_prodolnogo_shpagata._Vid_iznutri.pdf)
- ✓ В.И. Уральская «Рождение танца»
- ✓ [https://horeografiya.com/index.php?route=information/article&id=4\\_1\\_66](https://horeografiya.com/index.php?route=information/article&id=4_1_66)



- ✓ Г.А. Колодницкий. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей.
- ✓ [https://horeografiya.com/index.php?route=information/article&id=4\\_1\\_609](https://horeografiya.com/index.php?route=information/article&id=4_1_609)
- ✓ Е.А. Лукьянова «Дыхание в хореографии» [https://vk.com/wall-50334704\\_190950](https://vk.com/wall-50334704_190950)
- ✓ И. А. Шипилина. «Хореография в спорте: учебник для студентов»
- ✓ <https://www.libfox.ru/170873-inessa-shipilina-horeografiya-v-sporte-uchebnik-dlya-studentov.html>
- ✓ Н. Шереметьевская. Танец на эстраде.
- ✓ <http://dancelib.ru/books/item/f00/s00/z00000000/>
- ✓ Уход за костюмом .статья. Сайт: Интернет – издание о современных танцах, 2017 - [www.idance.com](http://www.idance.com)
- ✓ Е.В. Конорова «Методическое пособие по ритмике»
- ✓ <http://www.openclass.ru/node/47746>
- ✓ <http://pedsovet.org/>
- ✓ [www.ast.ru](http://www.ast.ru)
- ✓ [www.uchitel-izd.ru](http://www.uchitel-izd.ru)
- ✓ [www.dilya.ru](http://www.dilya.ru)
- ✓

### **Литература для детей и родителей**

1. «Современное образование в России: актуальные проблемы и перспективы развития». -ООО «Бланком», 2018г.
2. Васильева Т.К. Секрет танца. - Санкт-Петербург: Диамант, 2017.
3. М.А. Михайлова, Е.В. Горбина. Популярное пособие для родителей и педагогов. – Ярославль: «Академия развития», 2017. – С. 24

Контрольно-измерительные материалы  
для проведения итоговой аттестации обучающихся

**Цель аттестации** – определить уровень теоретической и практической подготовки обучающихся в области современной хореографии.

**Форма проведения аттестации:** тестирование, творческий экзамен, отчетный концерт.

**1 год обучения**

**Тестирование**

**Вопрос № 1.** В каких годах появился хип-хоп?

- 1990-х;
- 1970-х;
- 1980-х;
- 2000-х;

**Вопрос № 2.** Какой из стилей относится к хип-хопу

- Вог;
- Крамп;
- Джаз-фанк;
- Дэнсхолл;

**Вопрос № 3.** Что такое грув?

- Шаг;
- Кач;
- Поворот;
- Спуск в низ;

**Вопрос № 4.** Ап даун - что это?

- Шаг;
- Кач;
- Поворот;
- Спуск в низ;

**Вопрос № 5.** Сколько школ в хип-хопе?

- 1
- 2
- 3
- 4

**Вопрос № 6.** К какой школе относится движение Барт Симсон?

- Олд скул
- Нью скул
- Миддл скул

**Вопрос № 7.** Какое движение относится к Нью скул?

- Виз тач;
- Хэппи фит;
- Стив Мартин;
- Манэстари;

### Задание на творческий экзамен.

1. Задание на импровизационные навыки. Под случайную музыкальную композицию станцевать связку движений, с использованием базовых движений и выразительностью при исполнении.

*Критерий аттестации:* чувство ритма.

2. Задание на самостоятельную постановку. Поставить не большой отрывок танца на 30 секунд, с самостоятельным выбором музыкального сопровождения и использованием 4 базовых движений на усмотрение педагога.

*Критерии аттестации:* чувство ритма, выразительность, постановка корпуса, техника исполнения базовых движений.

№		Критерии аттестации на творческие задания	Баллы оценки
1	Чувство ритма Цель: выявить уровень развития чувства ритма.	Диагностика на развитие чувство ритма Критерии оценки: 1 балл – слабый уровень ритмической регуляции. Танцует не в такт музыки, не слышит мелодию. 2 балла – средний уровень ритмической регуляции. Умение сопоставлять движение ритму музыки 3 балла – высокий уровень ритмической регуляции. Умение сопоставлять движения музыки, чувствовать паузы, затяжные движения под мелодию.	От 1 до 3
2	Выразительность Цель: выявить уровень выразительности.	Диагностика на способность передавать характер движений и настроение музыкальной композиции. Критерии оценки: 1 балл- слабый уровень выразительности. Не может передать характер движений и настроение музыкальной композиции. 2 балл- средний уровень выразительности. Умение передать характер движений. 3 балл- высокий уровень выразительности. Умение передавать характер движений и настроение музыкальной композиции.	От 1 до 3
3	Корпус Цель: выявить уровень постановки корпуса.	Диагностика постановки корпуса. Критерии оценки: 1 балл- не правильная постановка корпуса при выполнении базовых движений. 2 балл- правильная постановка корпуса при выполнении базовых движений.	От 1 до 2

4	Техника исполнения Цель: выявить уровень техники исполнения базовых движений.	Диагностика техники выполнения базовых движений. <i>Критерии оценки:</i> 1 балл- при выполнении, движения не соответствуют технике исполнения. 2 балл- движения выполняются в соответствии с техникой исполнения.	От 1 до 2
---	--	--	-----------

### **Репертуар на отчетный концерт.**

Оценивается умение контролировать собственное исполнение, выражать образ с помощью артистических навыков, уверенно и эмоционально выступать на сцене.

#### **Обработка полученных результатов.**

*Тестирование* - за правильный ответ дается один балл.

Высокий уровень -75%-100% (5-7 правильных ответов)

Средний уровень - 45-74% (3-4 правильных ответов)

Низкий уровень – 44% и ниже (2 правильных ответов)

*Творческий экзамен: 1 задание* - Критерий аттестации: чувство ритма.

Баллы оценки: 1 балл – слабый уровень ритмической регуляции. Танцует не в такт музыки, не слышит мелодию.

2 балла – средний уровень ритмической регуляции. Умение сопоставлять движение ритму музыки.

3 балла – высокий уровень ритмической регуляции. Умение сопоставлять движения музыки, чувствовать паузы, затяжные движения под мелодию.

*2 задание* – оценивается в бальной системе по всем пунктам таблицы критерий аттестации.

Диагностические материалы

1. Выполнение элементов классического экзерсиса:

- Плие (деми, гранд).
- Батман тандю.
- Батман тандю жетэ.
- Ронд де жамб пар тер.
- Адажио.
- Гран батман.
- Прыжки.

2. Развивающие этюды.

3. Выполнение элементов партерной гимнастики:

- складка – И. П. – сидя на полу, прижаться к ногам, обхватив стопы ног, удерживать 10 секунд;
- «Кольцо» (ноги должны касаться головы или лежать на плечах, ребёнок соответственно видит свои носки или пятки);
- мост из положения лёжа;
- поперечный шпагат.
- мост из положения стоя;
- колесо на одной руке (с обеих рук);
- партнёринг – работа в парах (акробатические связки из танцевальных номеров).

Контрольно-измерительный тест

1. Определите позицию ног: обе ступни, соприкасаются внутренними сторонами стоп.

А) 1.

Б) 3.

В) 6.

2. Обведите подготовительную позицию рук.

3. Что означает положение головы «ан фас»?

А) Прямо.

Б) Вполоборота.

В) Боком.

4. Общепринятое французское название для движения ног, которое по-русски обозначается словом «приседание».

А) Plie (Плие).

Б) Battement tendu (Батман тандю).

В) Arabesques (Арабеск).

5. От чего зависит ритмический рисунок и темп танца?

А) От характера музыки.

Б) От инструментов, которые звучат в мелодии.

В) От названия мелодии.