

*Администрация Поспелихинского района
Муниципальное казённое учреждение дополнительного образования
«Поспелихинский районный Центр детского творчества»
Поспелихинского района Алтайского края*

Принята на заседании
Методического совета
от «28» августа 2020г.
Протокол №1



Утверждена приказом директора
Е. В. Аксенченко
Приказ №28
от «31» августа 2020г.

Дополнительная общеобразовательная развивающая
программа художественной направленности
«Партер»
возраст обучающихся: 5 – 10 лет.
срок реализации: 4 года.

Автор - составитель: Пономарева
Дарья Александровна, педагог
дополнительного образования

с. Поспелиха, 2020г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной программы.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель, задачи, ожидаемые результаты	6
1.3. Содержание программы	8
2. Комплекс организационно - педагогических условий.....	21
2.1. Календарный учебный график.....	21
2.2. Условия реализации программы	22
2.3. Формы аттестации.....	22
2.4. Оценочные материалы.....	23
2.5. Методические материалы.....	23
2.6. Воспитательная работа.....	24
3. Список литературы	29
Приложение	31

«Забота о здоровье – это важнейший труд педагога. От здоровья и жизнедеятельности детей зависит их духовная жизнь, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».
В. А. Сухомлинский.

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной программы

1.1. Пояснительная записка

Нормативные правовые основы разработки ДООП:

- Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Приказ об утверждении методических рекомендаций по разработке дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ от 19.03.2015 №535.
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (зарегистрировано в Минюсте РФ 20 августа 2014 г., рег. № 33660).
- Концепция развития дополнительного образования детей в Алтайском крае на период до 2020 года.
- Устав МКУДО «Поспелихинский районный Центр детского творчества» Поспелихинского района Алтайского края.
- Основная образовательная программа МКУДО «Поспелихинский районный Центр детского творчества» Поспелихинского района Алтайского края.

Актуальность:

Актуальность программы обусловлена потребностью в реализации творческого потенциала детей через искусство хореографии, а также тем, что большинство современных детей и подростков имеют различные патологические отклонения в физическом развитии. Малоподвижный образ жизни современных детей ведёт к нарушению опорно-двигательного аппарата, к психическим расстройствам, пагубно влияет на функциональное состояние и здоровье. Поэтому особую актуальность приобретают

педагогические технологии, направленные на сохранение и укрепление здоровья, формирование здорового образа жизни обучающихся, так называемые здоровьесберегающие технологии.

Педагогическая целесообразность программы заключается не только в укреплении здоровья, развитии общефизических и хореографических навыков обучающихся, но и в развитии творческих и коммуникативных качеств личности обучающихся: целеустремленности, стремления к самосовершенствованию и дальнейшей самореализации.

Обучение включает в себя следующий предмет:

- хореография – способствует укреплению здоровья, правильному физическому развитию ребёнка и умению владеть собственным телом.

Вид ДООП:

Модифицированная программа, разработанная на основе методической разработки Никитина В.Ю. «Модерн – джаз танец: Этапы развития. Метод. Техника».

Направленность ДООП:

Данная программа, имея художественную направленность, позволяет выработать такие необходимые для современных малоподвижных детей качества как: выносливость, сила, гибкость и растяжка, музыкальность, чувство ритма, координацию и выразительность движений. В связи с этим смешение данных направлений является оптимальным вариантом для формирования жизненно важных двигательных навыков и умений, приобретения специальных знаний, воспитания моральных и волевых качеств.

Адресат ДООП:

Программа рассчитана на обучающихся 6 - 10 лет, желающих получить знания и навыки современной хореографии – направления, объединяющего в себе разнообразные хореографические стили, не имеющего строгих границ и правил, включающего в себя элементы классического танца, модерна, сюжетно-характерного танца, гимнастики, ритмики, а также многих других направлений хореографического искусства.

Программа предназначена для обучения детей с любым уровнем исходных природных данных (наличие выворотности, танцевального шага, пропорционального телосложения и т. д.).

Комплектование групп происходит исходя из подготовленности обучающихся, таким образом идет запись в соответствующий год обучения.

Форма организации учебно-воспитательного процесса: *групповая*.
Количество обучающихся 15 – 20 человек.

Срок и объем освоения ДООП:

4 года, 864 педагогических часов, из них:

«Стартовый уровень» - 2 года 432 педагогических часов (216 педагогических часов в год 3 раза в неделю по 2 академических часа);

«Базовый уровень» - 2 года, 432 педагогических часов, 3 раза в неделю по 2 академических часа.

Количество часов и занятий в неделю может меняться.

После окончания курса программы «Партер» дети, желающие получить дальнейшее развитие в современной хореографии, переходят на следующий уровень обучения, на программу «Партер. Красота движения».

Форма обучения:

Очная.

Таблица 1.1.1

Режим занятий

Предмет	Стартовый уровень		Базовый уровень	
	1 год	2 год	3 год	4 год
Хореография	6 часов в неделю; 216 часов в год.	6 часов в неделю; 216 часов в год.	6 часов в неделю; 216 часов в год.	6 часов в неделю; 216 часов в год.

1.2. Цель, задачи, ожидаемые результаты

Цель: создание благоприятных условий для формирования базовых танцевальных знаний, умений и навыков.

Задачи:

образовательные:

- сформировать представление о современной хореографии, как о виде искусства;
- дать необходимые знания в области современной хореографии.

личностные:

- содействовать всестороннему, гармоничному физическому развитию и укреплению здоровья;
- помогать в познании своего тела посредством танца в соответствии с возрастными особенностями;
- способствовать развитию умения осознанного пользования образно-выразительными средствами для решения творческих задач;
- развивать физические и специальные качества (сила, гибкость, выносливость, координация, прыгучесть, равновесие);
- способствовать выработке необходимых качеств, таких как: чувство ритма, свобода тела, ориентация в сценическом пространстве;
- развивать стремление к творческой самореализации средствами художественной деятельности.

метапредметные:

- воспитывать чувство дружбы и товарищества, достоинства и чести, долга и ответственности, дисциплинированности и требовательности к себе;
- воспитывать качества, необходимые для активной жизненной позиции, взаимодействия с партнером и для работы в группе, проявления индивидуальных качеств;
- воспитывать творческую индивидуальность исполнения и культуру поведения.

Ожидаемые результаты:

Таблица 1.2.1

Ожидаемые результаты

	Стартовый уровень		Базовый уровень	
	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения	4 год обучения
Знать	Основные понятия музыкальной терминологии.	Основные понятия танцевальной терминологии.	Основные упражнения классического танца. Основные упражнения для развития гимнастических и акробатических навыков.	Правила построения танцевального рисунка для развития ориентировки в пространстве.
Уметь	Ориентироваться в пространстве. Выполнять различные танцевальные шаги. Выполнять базовые элементы и упражнения.	Создавать образ согласно характеру музыки. Раскрепощённо взаимодействовать в коллективе. Согласовывать движения с музыкой.	Выполнять основные элементы классического танца. Исполнять движения и связки в различных стилях. Выполнять рисунки построения танца, ориентироваться в пространстве.	Выполнять упражнения на развитие силы и эластичность мышц, выворотности суставов. Коллективно исполнять танцевальные комбинации и композиции.
Владеть	Постановкой корпуса, рук, ног, головы, элементарной координацией движений. Элементарными навыками синтеза получаемых знаний и умений.	Понятием о культуре общения и навыками эффективного взаимодействия в коллективе.	Техникой выполнения базовых гимнастических и акробатических элементов.	Самостоятельным выполнением задания. Элементарными навыками исполнения элементов современного танца.

1.3. Содержание программы
«Партер»
Стартовый уровень (2 года обучения)

Учебный план

Таблица 1.3.1

1 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение	2	1	1	зачет
2	Художественная гимнастика	24	6	18	зачет
3	Базовая хореография	40	8	32	зачет
4	Музыкально-ритмические упражнения	8	2	6	зачет
5	Акробатика	20	4	16	зачет
6	Общая физическая подготовка	16	2	14	зачет
7	Постановочная работа	32	6	26	зачет
8	Итоговое занятие	2	1	1	выступление
	Итого:	216	12	204	

Содержание учебного плана

1. Вводное занятие

Теория: Современная хореография. Цели и задачи. Техника безопасности. Знакомство в игровой форме.

2. Художественная гимнастика

Теория:

Основные гимнастические движения и упражнения.

Практика:

- танцевальные шаги: (с носка, на носках, на пятках, с перекатом пятки на носок, приставные, острые, пружинные шаги.)
- прыжки: на двух ногах, на правой и левой ноге, подскоки, с подниманием ног вперед, в стороны, назад; из приседа вверх.

- упражнение на расслабление: шеи, рук, туловища, ног (выполнять последовательно).
- ОРУ: наклоны головы и туловища вперед, в сторону, назад; круговые движения головой, руками, туловищем; повороты туловища, головы вправо, влево; выпады.
- повороты: выполняются на месте (на 90^0 , 180^0 , 360^0) на двух ногах, с переступанием;
- упражнения на внимание: выполнение каких-либо заданий под счет или под хлопки педагога; изменения направления бега под хлопки; повтор детьми упражнений, показанных педагогом в медленном и быстром темпе.

3. Базовая хореография

Теория:

Основные правила исполнения хореографических элементов тренажа.

Практика:

- изучение основных классических позиций рук (I, II, III), ног (I, III, VI).
- упражнения у опоры: поднимание на полу пальцы на двух ногах, на одной ноге.
- плие (деми-, гран- из одной позиции).
- батман тандю – вперед, в сторону, назад из одной позиции.
- пордэ бра вперед, в сторону, назад.
- прыжки из 1 позиции в 1.
- растяжка.

4. Музыкально-ритмические упражнения

Теория:

Музыка. Характер. Оттенки характера музыкальных произведений (веселый, спокойный, энергичный, торжественный). Строение музыкального произведения.

Практика:

- Прослушивание музыкального материала. Характер музыки, темп, ритм, музыкальный размер;
- Динамические оттенки в музыке (громко, тихо), характер исполнения;
- Строение музыкальной речи, длительность звука, такт, фраза, предложение;
- Создание образов, задания на развитие воображения.
- Ритмические упражнения.
- Выполнение упражнений в различном темпе (быстро, медленно).

5. Акробатика

Теория:

Физические способности для исполнения акробатических элементов.

Практика:

- упражнения на гибкость: мост лежа, по стенке, стоя; стойка на лопатках; перекат из моста через грудь.
- упражнения из положения стоя: стойка на руках (у стенки), колесо.
- Упражнения на растяжку: выпады на полу вперед, в сторону; шпагаты на полу, с низкой скамейки.

6. Общая физическая подготовка (ОФП)

Теория:

Общая физическая подготовка. Сила. Выносливость. Быстрота. Ловкость. Гибкость.

Практика:

- упражнения для плечевого пояса и рук: рывки, выкруты, маховые движения, круговые движения.
- упражнения для туловища: упражнения лежа на спине, поднятие ног за голову; поднятие туловища; упражнения лежа на животе, поднятие туловища, лодочки, качалочки, группировки.
- упражнения для ног: приседы, полу приседы, прыжки.

7. Постановочная работа

Теория:

Разбор и обсуждение элементов современных танцев, композиций, этюдов, которые могут стать основой репертуара для сценической практики; а так же экзерсиса у станка и на середине.

Практика:

Предполагает изучение разноплановых элементов современных танцев, композиций, этюдов, которые могут стать основой репертуара для сценической практики; а так же экзерсиса у станка и на середине.

8. Итоговое занятие

Теория:

Подведение итогов.

Практика:

Показательные выступления и мероприятия.

Стартовый уровень (2 года обучения)

Учебный план

Таблица 1.3.2

2 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Всего	Всего	
1	Введение	3	1	2	зачет
2	Художественная гимнастика	27	4	23	зачет
3	Хореография	30	4	26	зачет
4	Музыкально-ритмические упражнения	12	4	8	зачет
5	Эстрадно-спортивный танец	39	6	33	зачет
6	Акробатика	27	4	23	зачет
7	Общая физическая подготовка	45	7	38	зачет
8	Постановочная работа	30	4	26	выступление
9	Итоговое занятие	3	1	2	зачет
	Всего	216	32	184	

Содержание учебного плана

1. Введение

Теория:

Представление о современной хореографии. Цели и задачи. Техника безопасности. Знакомство с вновь прибывшими в игровой форме.

2. Художественная гимнастика

Теория:

Основные гимнастические движения и упражнения. Методика исполнения.

Практика:

– танцевальные шаги: галоп, полька, вальсовые шаги; острый шаг и бег; бег с вальсовым шагом; широкий шаг и бег.

– прыжки: со сменой ног, с высоким подниманием ног, закрытые, открытые, с подскоком одной ногой на две.

– повороты: одноименный поворот на 360^0 толчком с двух ног на носке одной ноги, другую к щиколотке опорной; повороты на двух ногах, переступанием на 360^0 .

– равновесия: медленное поднимание на носки в различных стойках с последующим опусканием на всю стопу, круглый присед без опоры; поднимание прямой и согнутой ноги вперед, назад с различным положением рук; переднее равновесие, заднее равновесие.

– волны: лицом к опоре выполнять боковую и переднюю волну, держась руками за опору.

– упражнения на пружинность и расслабление.

3. Хореография

Теория:

Методика исполнения упражнений классического танца.

Практика:

Основные упражнения классического танца:

- реливэ на полу пальцы.
- батманы: тэндю, - тэндю-жете.
- плие: дэми-, гран, - с рэливэ и пордэбра из II и V позиций.
- прыжки из I, II, V позиций у опоры.
- повороты на 180^0 у опоры на двух и одной ноге.
- работа с руками: на плавность и мягкость.
- упражнения на координацию движений и соответствие движений

музыке.

4. Музыкально-ритмические упражнения

Теория:

Характер музыки, темп, ритм, музыкальный размер.

Практика:

- Прослушивание музыкального материала;
- Динамические оттенки в музыке (громко, тихо), характер исполнения;
- Строение музыкальной речи, длительность звука, такт, фраза, предложение;
- Создание образов, задания на развитие воображения.
- Ритмические упражнения.

Выполнение упражнений в различном темпе (быстро, медленно).

5. Эстрадно – спортивный танец

Теория:

Элементы современного и эстрадного танцев.

Практика:

- разучивание танцевальных комбинаций.
- постановка и разучивание эстрадно-спортивных танцев.

6. Акробатика

Теория:

Упражнения на гибкость, на растяжку и в группировке.

Практика:

- упражнения на гибкость из положения стоя: перевороты вперед; назад через грудь; совершенствование колеса и стойки на руках.
- упражнения на растяжку: выполнение моста с уменьшением расстояния между кистями и стопами; стойка на груди.
- упражнения в группировке: кувырок вперед, назад; перекаты вправо, влево.

7. Общая физическая подготовка (ОФП)

Теория:

Необходимость и методика выполнения упражнений, укрепляющих различные мышцы.

Практика:

- упражнения для укрепления мышц рук: отжимания от стен, от высокого стула, ходьба на руках в парах, держа идущего на руках за ноги.
- упражнения для укрепления мышц ног: приседание с небольшим грузом; поднимания на носки, pistolеты, прыжки из приседа вверх.
- упражнения для укрепления мышц живота: поднимание ног за голову, лежа на спине; поднимание туловища, лежа на спине, руки за голову.
- упражнения для укрепления мышц спины: поднимание туловища и ног лежа на животе; лодочки с удержанием до 1 минуты.
- Увеличивать количество подходов и повторений (2 подхода по 10 раз).

8. Постановочная работа

Теория:

Разбор и обсуждение элементов современных танцев, композиций, этюдов.

Практика:

Предполагает изучение разноплановых элементов современных танцев, композиций, этюдов, которые могут стать основой репертуара для сценической практики; а так же экзерсиса у станка и на середине.

9. Итоговое занятие

Теория:

Подведение итогов.

Практика:

Показательные выступления и мероприятия.

Базовый уровень (2 года обучения)

Учебный план

Таблица 1.3.3

3 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Всего	Всего	
1	Введение	3	1	2	зачет
2	Музыкально-ритмическая подготовка	18	4	14	зачет
3	Общая физическая подготовка	36	6	30	зачет
4	Танцевальная азбука	24	6	18	зачет
5	Основы современного танца	93	18	75	зачет
6	Постановочная работа	39	6	33	зачет
7	Итоговое занятие	3	1	2	выступление
	Всего	216	42	174	

Содержание учебного плана

1. Введение

Теория:

Представление о современной хореографии. Цели и задачи. Техника безопасности. Знакомство с вновь прибывшими.

2. Музыкально-ритмическая подготовка

Теория:

Общий характер музыки: характер (веселый - грустный), жанр (песня-марш-танец). Понятие ритма, темпа. Строение музыкальной речи, метроритм. Динамические оттенки (громко - тихо).

Практика:

Танцевальные связки аэробики: ритм и важность ритма в танце. Танцевальные упражнения на развитие чувства ритма.

3. Общая физическая подготовка

Теория:

Общеразвивающие упражнения. Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.

Практика:

Разминка на середине:

- наклоны *головы* вперед, назад и в стороны, повороты головы вправо-влево, круговые движения головой по полукругу;
- подъем *плеч* вверх-вниз, круговые движения плечами вперед-назад;
- работа *грудной клетки* вперед-назад (контракция), квадрат грудной клетки;
- круговые движения *бедер* вправо-влево, «восьмерка», полукруг;
- Releve по I, II, VI позициям;
- подъем согнутой в колене ноги;
- прыжки по VI позиции, с поджатыми «разножки», из *demi-plie* в «звезду»;
- stretch: в сторону, через бок, flatback;
- наклоны: flatback и наклон к ноге: вперед и назад;
- roll: вперед с flatback и в сторону с *demi-plie*.

Экзерсис на полу практически через все упражнения нацелен на укрепление мышц спины, в стремлении добиться прямой осанки, вытянутости ног в коленях и стопе.

Каждый из разделов преследует выполнение следующих задач:

1.«Упражнения, сидя на полу»: укрепление мышц спины, постановка осанки, вытянутость ног в колене и в стопе, растяжение ахиллового сухожилия.

2.«Упражнения, лёжа на спине»: укрепление мышц брюшного пресса, выворотности бедер.

3.«Упражнения, лёжа на боку»: развитие шпагата в сторону, выворотности бедер.

4.«Упражнения, лёжа на животе»: развитие гибкости корпуса, укрепление мышц спины, укрепление голеностопа.

5.«Упражнения, стоя на коленях»: развитие гибкости, развитие подъема, растяжение ахиллового сухожилия.

6.«Упражнения парами»: развитие гибкости спины, укрепление мышц спины, развитие выворотности, укрепление брюшного пресса, растяжка.

4. Танцевальная азбука

Теория:

Элементы разминки по кругу.

Практика:

Разминка по кругу: шаг с носка, шаг на п/пальцах и на пятках, легкий бег на п/пальцах.

Положения и движения ног: опорная нога, свободная нога, полупальцы. Техника выполнения:

- базовых шагов: бодрый и тихий, скользящий и приставной, быстрый шаг, высокий;

- бега: лёгкий и стремительный бег
- галопов (лицом в круг и спиной);
- подскоков и прыжков: лёгкие и пружинные прыжки, прыжки с одной ноги на другую, с двух ног на одну и др.

5. Основы современного танца

Теория:

Позиции рук и ног в современном танце, основная терминология.

Практика:

Позиции рук в современном танце:

- I – руки согнуты в локтях, близко к диафрагме, локти в сторону;
- II – руки в сторону, ладони вниз;
- III – руки вверх, ладони «смотрят» друг на друга.

Позиции ног:

- I – пятки вместе, носки врозь;
- II – параллельная и выворотная;
- IV – параллельная;
- VI – параллельная.

Основная терминология современного танца:

- contract – контракция (сжатие к центру, общее и изолированное);
- bodi roll – скручивание тела;
- stretch – тянуть, растягивать;
- flex, point – сократить, вытянуть;
- flatback – плоская спина;
- skate – скольжение и т.д.

Основные элементы эстрадных танцев. Композиции (вращения, прыжки).

Этюды, танцевальные постановки на основе изученной лексики:

- движения по диагонали (различные варианты шагов, поворотов и вращений с продвижением, прыжки и комбинации прыжков);
- grand battement на 90 град. и выше (на месте с переступанием вперед, в сторону, назад с руками; с продвижением вперед; назад – шпагат в воздухе);
- различные шпагаты на полу (с продвижением вперед через живот, поворот на месте, с «колесом»);
- волнообразные движения корпуса;
- tour с поднятием колена en dehors и en dedans, с подменной ноги (на месте, вперед с продвижением).

Экзерсис:

1. У станка (джаз):

- demi-plie через releve, grand plie и roll назад (скручивание корпуса);
- Port de bras;

- battement jete с контракцией, через releve;
- rond de jambe par terre с контракцией и перегибом корпуса;
- adagio через releve с контракцией, ecartee вперед и назад;
- Grand battement – через battement tendu через releve (с согнутым коленом).

2. На середине (бродвей-джаз):

- demi и grand plie;
- battement tendu – через plie, с рукой (с III п. во II-ю позицию);
- Battement jete – носокflex, point, tour an dedans (по параллельной позиции).

6. Постановочная работа

Теория:

Разбор и обсуждение элементов современных танцев, композиций, этюдов.

Практика:

Предполагает изучение разноплановых элементов современных танцев, композиций, этюдов, которые могут стать основой репертуара для сценической практики; а так же экзерсиса у станка и на середине.

7. Итоговое занятие

Теория:

Подведение итогов.

Практика:

Показательные выступления и мероприятия.

Базовый уровень (2 года обучения)

Учебный план

Таблица 1.3.4

4 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Всего	Всего	
1	Введение	2	1	1	зачет
2	Музыкально-ритмическая подготовка	12	2	10	зачет
3	Специально-физическая подготовка	42	6	36	зачет
4	Элементы на шагах	20	2	18	зачет
5	Основы современного танца	90	12	78	зачет
6	Постановочная работа	48	6	42	зачет
7	Итоговое занятие	2	1	1	выступление
	Всего:	216	40	176	

Содержание учебного плана

1. Введение

Теория:

Представление о современной хореографии. Цели и задачи. Техника безопасности.

2. Музыкально-ритмическая подготовка

Теория:

Структура музыкального произведения. Значение классического экзерсиса в современной хореографии.

Практика:

Танцевальные движения в соответствии со структурой музыкального произведения. Развитие танцевально – ритмических движений.

Классический экзерсис в современной хореографии:

- элементы классического экзерсиса;
- особенности парного танца;
- усложнение комплекса ритмических движений;
- развитие танцевальной координации движений;
- поворот, вращение.

3. Специальная физическая подготовка

Теория:

Специальная физическая подготовка в современной хореографии.

Практика:

Всестороннее развитие организма, укрепление здоровья, повышение уровня функциональных возможностей организма:

- более высокие прыжки;
- отжимания.

Специальная физическая подготовка в современной хореографии: упражнения на расслабление, восстановление дыхания, корректирующие упражнения для позвоночника и стоп.

Разогрев: основные виды разогрева: у станка, на середине класса, в партере. Функциональные задачи разогрева: разогрев ног (стопа, колено, пах); разогрев позвоночника (наклоны, изгибы, твисты торса). Расслабление позвоночника (свинговое раскачивание, grop). Упражнения stretch-характера.

4. Элементы разных стилей современного танца

Теория:

Элементы, построенные на шагах и элементы в стиле «Диско».

Практика:

Элементы, построенные на шагах: 1) выражение ритма в выстукивание ног; 2) шаги из стороны в сторону на один и два счета; 3) шаги из стороны в сторону с добавлением хлопков; 4) шаги вперед-назад, повороты; 5) упражнения на пластичность; 6) выпады в сторону; 7) крестик, простая вертушка на полу.

Элементы в стиле «Диско»: 1) повороты, удары локтями; 2) квадратик, «зигзаг»; 3) вращения руками, пластика рук; 4) прыжки на месте и из стороны в сторону; 5) «змейка» руками; 6) «цветочек»; 7) волна корпусом. 8) работа плеч в различных темпах; 9) пружинка в руках и корпусе; 10) работа бедер по квадрату; 11) «восьмерки» в руках и коленях.

5. Основы современного танца

Теория:

Фигуры танца - технические элементы внутри двух тактов. Композиция танца. Фазы движения.

Практика:

Варианты позиций рук:

1. Переводы рук из одного положения в другое: А-Б-В-2 позиция (А – локти согнуты, ладони около груди; Б – локти вниз, ладони около плеч; В – руки вытянуты вверх над головой).

2. «Восьмерки» руками.

3. V положения рук.

Позиции ног:

1. Изолированные движения ареалов ног: положение flex – сокращенная стопа, point – натянутая стопа, круги стопой.

2. Свинговое раскачивание ноги из стороны в сторону и вперед – назад.
3. Круги голеностопом в свободном положении, нога в воздухе, колено согнуто.

4. Основные позиции ног: out и in положения. Закрытые выворотные и параллельные позиции.

5. Перевод из закрытого в открытое положение.

Варианты движения ног:

1. plie и releve в различных позициях и с переходом из позиции в позицию.

2. Brush – носком в пол на 45, на 90.

3. Flex колена и стопы (на 45, 90).

4. Кик вперед, в сторону и назад.

5. Battement tendu по параллельным и выворотным позициям.

Одновременное движение рук «восьмеркой» вверх – вниз.

6. Координация рук и ног в параллельном и оппозиционном движении.

Фигуры танца - технические элементы внутри двух тактов. Композиция танца. Правильная осанка, стойка и линия тела; собранный внешний вид; элегантность; грациозное движение. Фазы движения. Исполнение технических элементов и фаз движения стандартных танцев.

Усложнение упражнений у экзерсиса.

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

Изоляция головы:

1. Наклоны вперед – назад.

2. Наклоны из стороны в сторону (ухом к плечу)

3. Повороты в правую и левую стороны.

4. С остановкой в центре, затем без остановки.

5. Свинговое раскачивание.

6. Zunday (зундари) – смещение шейных позвонков вперед-назад, из стороны в сторону. Руки над головой, согнуты в локтях, ладонь в ладонь.

7. «Крест» головой с возвратом в центр (вперед, в сторону, назад).

8. «Квадрат» без возврата в центр.

9. «Круг» головой.

Изоляция плеч:

1. Подъем и опускание одновременно двух плеч. С остановкой в центре и без остановки.

2. Оппозиционное движение плеч (одно вверх, другое вниз).

3. Параллельное одновременное движение двух плеч (вперед, центр, назад, центр).

4. Twist (твист) изгиб плеч. Одно вперед, другое назад. С акцентом вперед и назад. Руки в V позиции.

5. Полукруги и круги вперед – назад.

6. «Крест» плечами вперед и назад, с возвратом в центр (вперед, вверх, назад, вниз)

7. Шейк плеч.

6. Постановочная работа

Теория:

Разбор и обсуждение элементов современных танцев, композиций, этюдов.

Практика:

Предполагает изучение разноплановых элементов современных танцев, композиций, этюдов, которые могут стать основой репертуара для сценической практики; а так же экзерсиса у станка и на середине.

7. Итоговое занятие

Теория:

Подведение итогов.

Практика:

Показательные выступления и мероприятия.

2. Комплекс организационно - педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Таблица 2.1.1

Календарный учебный график

Позиции	1 год	2 год	3 год	4 год
Количество учебных недель	36	36	36	36
Количество учебных дней	108	108	108	108
Продолжительность каникул	01.06.2020- 31.08.2020	01.06.2020- 31.08.2020	01.06.2020- 31.08.2020	01.06.2020- 31.08.2020
Даты начала и окончания учебного года	16.09.2019 - 31.05.2020	16.09.2019 - 31.05.2020	16.09.2019 - 31.05.2020	16.09.2019 - 31.05.2020
Сроки промежуточной аттестации	Ежегодно в апреле	Ежегодно в апреле	Ежегодно в апреле	Ежегодно в апреле

2.2. Условия реализации программы

Таблица 2.2.1

Условия реализации программы

Аспекты	Характеристика
Материально-техническое обеспечение	Наличие и оборудование класса: станки, зеркала, раздевалки. Техническое оснащение: проигрыватель. Сценическая площадка для репетиций. Оформление концертных номеров: изготовление костюмов в соответствии с репертуаром.
Информационное обеспечение	Интернет и печатные ресурсы, методические рекомендации для педагога.
Кадровое обеспечение	Педагог дополнительного образования (хореограф), аранжировщик для обработки фонограмм.

2.3. Формы аттестации

Зачет.

Творческая работа.

Конкурс.

Фестиваль.

2.4. Оценочные материалы

Таблица 2.4.1

Оценочные материалы

Показатели качества реализации ДООП	Методики
Уровень развития творческого потенциала обучающихся	Творческие задания на составление соло, дуэта и коллективного танца. Приложение 1. Танцевальные «баттлы» (обучающиеся соревнуются между собой в умении импровизировать под музыку определенного стиля). Достижения обучающиеся демонстрируют на открытых уроках и принимают участие в конкурсах и концертах.
Уровень развития социального опыта обучающихся	«Социальная компетенция учащихся и ее диагностика» А.Н. Свиридов, Н.В. Колпакова
Уровень сохранения и укрепления здоровья обучающихся	Нормативы по программе. Приложение 1
Уровень теоретической подготовки обучающихся	Текущий и итоговый контроль теоретических знаний обучающихся на зачетах и итоговых занятиях. Приложение 1
Уровень удовлетворенности родителей предоставляемыми образовательными услугами	Изучение удовлетворенности родителей работой образовательного учреждения (методика Е.Н. Степановой)

2.5. Методические материалы

Методы обучения:

Словесный.
Наглядный.
Объяснительно-иллюстративный.
Репродуктивный.
Частично-поисковый.
Игровой.
Дискуссионный.

Формы организации образовательной деятельности:

Групповая.
Практические занятия – развитие физических способностей путем тренировочных упражнений.

Художественные образовательные события – акт художественного творчества, выносимый на публичное рассмотрение с образовательными целями.

Информационные занятия представляют собой беседы и лекции (фронтальная беседа, лекции, анкетирование, опросы).

Открытое занятие.

Игра.

Презентация.

Мастер-класс.

Педагогические технологии:

Технология группового обучения.

Технология коллективного взаимодействия.

Технология дифференцированного обучения.

Здоровьесберегающая технология.

Типы учебных занятий:

Изучение и первичное закрепление новых знаний.

Постановочные занятия – творческий процесс создания эстрадного представления.

Закрепление знаний и способов деятельности (репетиционные занятия) – основная форма подготовки представлений, концертных программ, отдельных номеров путем многократных качественных повторений.

Обобщение и систематизация знаний и способов деятельности.

Проверка, оценка, коррекция знаний и способов деятельности.

Дидактические материалы:

Раздаточные материалы.

Инструкции.

Технологические карты.

2.6. Воспитательная работа

Особенности организуемого в творческом объединении воспитательного процесса

Приоритетные направления государства в области воспитания подрастающего поколения стали смысловым стержнем воспитательной работы в ансамбле современного танца «Акцент».

Культуросоздающая роль программы – воспитание духовно-нравственного ребенка, гражданственности, патриотизма, толерантности, т.е.

формирование у него качеств, отвечающих представлениям об истинной человечности, о доброте и культурной полноценности в восприятии мира.

Участниками реализации воспитательной программы являются воспитанники ансамбля современного танца «Акцент», родители, педагог-хореограф, методист, педагог-организатор.

Специфика воспитательной работы в хореографическом коллективе обусловлена органичным сочетанием художественно-исполнительских, общепедагогических и социальных моментов в ее проведении и обеспечении. Вся воспитательная работа в ансамбле условно делится на 2 уровня:

I уровень: «Обучающийся и исполнитель». Воспитанник является получателем понятий, изучающий и принимающий духовно-нравственные ценности на занятиях хореографией. Происходит формирование духовно-нравственных ценностей и художественно-эстетического вкуса.

II уровень: «Хореограф-и-Я». У обучающегося, как у личности, происходит развитие гражданских, нравственно-эстетических качеств, общей культуры через восприятие хореографических замыслов и постановок.

Цель и задачи воспитания

Главная цель: воспитание духовно развитой личности с позитивным отношением к жизни и активной гражданской позицией средствами хореографии.

Задачи:

- развивать индивидуальные творческие хореографические способности обучающихся;
- формировать гражданско-патриотические качества личности;
- воспитывать желание и стремление обучающихся к самопознанию, самовоспитанию, самосовершенствованию;
- формировать культуру здоровья;
- воспитывать позитивное отношение к себе, развивать Я-концепцию, нравственные качества личности;
- воспитывать чувство уважения к родителям, семье;
- воспитывать уважение к другим людям, терпимость к чужому мнению, традициям, формировать умение вести диалог и готовность к сотрудничеству;
- воспитывать ответственность, самостоятельность, добросовестное отношение к учебной и трудовой деятельности;
- формировать чувство осознания ценности культурных традиций своей Родины, понимание неразрывности связей Родины, ее культуры с другими странами.

Виды, формы и содержание деятельности

Формы реализации:

- изучение психологических особенностей обучающихся (наблюдение, индивидуальные и групповые собеседования с обучающимися и родителями, анкетирование, мини исследования);
- посещение занятий по хореографии с программой наблюдения с последующим анализом на групповых и родительских собраниях;
- тематические занятия;
- дискуссии, диспуты, конференции;
- ролевые, деловые, образовательные игры;
- экскурсии, походы, занятия в музее, воспитательные мероприятия внутри детского объединения и в учреждении;
- участие в концертных программах, фестивалях, конкурсах; викторинах, интеллектуальные марафоны;
- проектные игры;
- участие в учрежденческих, районных, окружных благотворительных акциях;
- организация совместных праздников детей и родителей.

Основные направления воспитательной работы

- *Интеллектуально – познавательное направление:*
Тематические беседы и познавательные видеоматериалы: «Воспитание детей средствами хореографического искусства», «Для чего нужны танцы», «Искусство танца – средство воспитания и развития ребенка» и др.
- *Гражданско-патриотическое направление:*
День Победы, День пожилого человека, «Мы вместе, мы едины», «Мой папа – лучше всех», День защитника Отечества и Международный женский день.
- *Спортивно-оздоровительное (здоровье сберегающее) направление:*
Походы и экскурсии, профилактическая работа по предупреждению развития «вредных» привычек: тематические беседы «Здоровым быть модно», «Мы выбираем здоровье», «Ваше здоровье в ваших руках», «Путешествие в страну здоровья», просмотр видеофильмов «Мы за ЗОЖ», «Иллюзия свободы», «Недетский разговор на детской площадке» и др.
- *Профессиональная ориентация (финансово-правовая) направление:*
акция Неделя безопасности в сети Интернет, инструктаж по ТБ.
- *Досуговое (художественно-эстетическое) направление:*
тематическая викторина «Мы и танец», беседы с детьми о танцевальной культуре народов мира и психологии взаимоотношений, участие ансамбля в концертных мероприятиях района и края.

В реализации воспитательной программы применяются следующие педагогические технологии:

- личностно-ориентированное обучение и воспитание;
- индивидуальный подход, индивидуализация в воспитании;

- коллективный подход к воспитанию;
- технологии адаптивной системы воспитания;
- педагогика сотрудничества («проникающая технология»);
- технология КТД;
- технология ТРИЗ;
- коммуникативная технология;
- игровые технологии;
- технологии развивающего обучения;
- технология «Диалогкультур»;
- технология саморазвития.

Работа с родителями

Воспитание ребенка в образовательном учреждении и воспитание в семье – это единый неразрывный процесс. Велика роль педагога в организации этой работы. Очень важно с первого года обучения и воспитания детей в ансамбле «Акцент» сделать родителей соучастниками педагогического процесса.

Цель:

Организация тесного взаимодействия родителей с образовательным учреждением, установление единой педагогической позиции.

Задачи:

- повышение педагогической культуры родителей;
- привлечение родителей к сотрудничеству, предоставление им возможности стать активными участниками деятельности ансамбля;
- изучение творческих возможностей семей;
- организация совместного творчества детей и родителей;
- привлечение родителей к работе управляющего совета (совета центра);
- просвещение родителей в вопросах семейной педагогики;
- распространение новостей и пропаганда идей, связанных с развитием инновационных процессов в дополнительном образовании;
- привлечение родителей к активному участию в общественной жизни ансамбля и ЦДТ;
- изучение общественного мнения с целью выяснения степени удовлетворенности образовательной деятельностью учреждения.

Решение этих задач реализуется через следующие *формы работы*:

- обще-центровые и ансамблевые родительские собрания;
- работа родительского комитета и участие родителей в работе Совета ЦДТ;
- организация постоянно действующей консультационной службы для родителей;
- ежегодные отчеты перед родителями и представителями общественности о результатах работы за год и ходе реализации общеобразовательной программы;

- открытые уроки и концертные мероприятия для родителей;
- мероприятия, организуемые и проводимые для родителей и жителей села.

Ожидаемые результаты воспитательной работы

В соответствии с особенностями реализации программы, ожидаемые результаты воспитательной работы делятся на:

Общественно-значимые результаты:

- создание творческого содружества детей с преемственностью его участников;
- повышение престижа ансамбля у родителей, общественности;
- формирование социально активной личности, удовлетворяющей потребностям общества;
- достижение результатов деятельности обучающихся в ансамбле детей: участие в фестивалях и конкурсах различных уровней.

Личностные результаты:

- воспитание лидерских качеств;
- сплоченность ансамбля;
- способность к критическому осмыслению своих сильных и слабых сторон – желание самосовершенствоваться;
- приобретение общей эстетической и танцевальной культуры;
- формирование определенной нравственной культуры;
- выработка социальной адаптации, помогающей преодолевать сложные жизненные ситуации;
- формирование выраженного желания и умения самостоятельного образовательного, творческого и духовного развития;
- формирование готовности к обучению в вузах и колледжах (не только творческой направленности) за счёт повышенной работоспособности, конкурентоспособности;
- формирование умения быть толерантным к любым видам искусства, правильно их оценивать в собственном сознании;
- укрепление здоровья и физической выносливости.

3. Список литературы

Список литературы для педагога:

1. Асафьев, Б. В. Музыкальная форма как процесс / Б. В. Асафьев. – М.: Просвещение, 2016.
2. Горский, В.А. Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование / В.А Горский, А.А Тимофеев, Д.В. Смирнов. - М.: Просвещение, 2010.
3. Григорьев, Д.В. Программы внеурочной деятельности. Художественное творчество. Социальное творчество: пособие для учителей общеобразовательных учреждений / Д.В. Григорьев. – М.: Просвещение, 2011. – 80с.
4. Давыдов, В.Ю. Методика преподавания танцев / В.Ю. Давыдов, Т.Г Коваленко, Г.О. Краснова. – Модерн-джаз танец. Продолжение обучения. – М.: ВЦХТ, 2017.
5. Диниц, Е.В. Азбука танцев / Е.В. Диниц. - М.: Изд-во АСТ; 2004. – 286 с.
6. Козлов, В.В. История танца / В.В Козлов, А.Е. Гиршон, Н.И. Веремеенко. – М., 2015.
7. Москаленко, О.И. Формирование чувства ритма как составная часть развития музыкальности учащихся / О.И. Москаленко. – Полярные Зори, 2016.
8. Никитин, В.Ю. Модерн – джаз танец: Этапы развития. Метод. Техника. / В.Ю. Никитин. – М.: ИД «Один из лучших», 2004 – 414 с.
9. Пидкасистый, П.И. Психология и педагогика / П.И. Пидкасистый, В.С. Иванов, Е. Г. Куканова; под редакцией П.И. Пидкасистого. – М., 2011.
10. Свиридов, А.Н. Социальная компетенция учащихся и ее диагностика: Практическое пособие. / А.Н. Свиридов, Н.В. Колпакова. – Барнаул: Изд-во АКИПКРО, 2007. – 200 с.
11. Слостенин, В.А. Общая педагогика. / В.А. Слостенин, И.Ф Исаев, Е.Н Шиянов. В 2 ч. – М.: Просвещение, 2002.

Список литературы для обучающихся:

1. Дудинская, Н. Жизнь в искусстве / Наталия Дудинская. - М.: СПбГУП, 2018.
2. Мельдаль, К. Поэтика и практика хореографии: моногр. / К. Мельдаль. - М.: Кабинетный ученый, 2015.

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

1. Зенн, Л.В. Развитие музыкальности и выразительности в танце / Л.В. Зенн, – Режим доступа: <http://www.uroki.net/docklruk/docklruk115.htm>
2. Исторические эпохи в музыке [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://classicmusicon.narod.ru/ago.htm>
3. Магия слуха [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.mag-sluha.ru/interesting/2010-01-05-15-00-34.html>
4. Развиваем чувство ритма [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://detmusik.nm.ru/Nachinaushim/Ritm.html>
5. Танец // Энциклопедия Кругосвет. Универсальная научно-популярная онлайн-энциклопедия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.krugosvet.ru>

Диагностика обучения по программе «Партер»

Цель: определение и оценка исходного уровня знаний обучающихся в области хореографии по программе «Партер», выявление степени развития кругозора детей и их творческих способностей.

Задачи:

- Побуждать обучающихся к активности.
- Формировать умение работать в группе самостоятельно.

Метод диагностики: наблюдение за детьми в процессе выполнения ими подобранных педагогом заданий.

Теоретическая часть

Тесты для обучающихся по программе «Партер»

1. У древних греков музыке покровительствовала Эвтерпа, песням - Полигимния, а кто покровительствовал танцевальному искусству? (Терпсихора).
2. Какой танец был самым известным танцем Древнего мира? (Танец Фараона).
3. Назовите древнейший вид народного танцевального искусства, свойственный всем народам. (Хоровод).
4. Где появились первые школы танцев? (В Древнем Египте).
5. Как называется старинный французский танец двудольного размера: фагот или гавот? (Гавот).
6. Какое холодное оружие необходимо для исполнения хитового танца Арама Хачатуряна? (Сабля. «Танец с саблями»).
7. Как называется старинный польский танец-шествие? (Полонез).
8. Бостон, Краков, Таранто... Что подарили миру эти города? (Танцы, названные в честь этих городов: бостон, краковяк, тарантелла).
9. Определите национальность танца. Найдите соответствия. Восстановите смысл, соединив обе части.

1) Вальс	а) русский
2) Гопак	б) польский
3) Полька	в) чешский
4) Мазурка	г) украинский
5) Лявониха	д) австрийский
6) Молдавянская	ж) молдавский

7) Хоровод	з) белорусский
------------	----------------

Ответы: 1 – д; 2 – г; 3 – в;; 4 - б; 5 – з; 6 – ж; 7– а.

Оценка задания

<i>Высокий уровень 5 баллов</i>	<i>Средний уровень 4 балла</i>	<i>Низкий уровень 3 балла</i>
Обладает хорошими знаниями, владеет терминологией	Имеет познания в области хореографии, путается в терминологии	Испытывает затруднения в терминологии, обладает слабыми знаниями.

Практическая часть

Задание №1. Элементы классического танца

Оценка задания

<i>Высокий уровень 5 баллов</i>	<i>Средний уровень 4 балла</i>	<i>Низкий уровень 3 балла</i>
Хорошо знает и умеет исполнять классический экзерсис середине. Хорошо выполняет и знает «позы».	Знает и умеет исполнять классический экзерсис. Обладает навыками исполнения «поз», но путает между собой.	Слабо исполняет и знает классический экзерсис. Не различает «позы».

Задание №2. Элементы современного танца

Оценка задания

<i>Высокий уровень 5 баллов</i>	<i>Средний уровень 4 балла</i>	<i>Низкий уровень 3 балла</i>
Хорошо знает и исполняет народный экзерсис. Различает характер исполнения элементов.	Знает, умеет и обладает навыками исполнения современного экзерсиса, старается исполнять в современном характере.	Слабо знает и исполняет современный экзерсис.

Задание №3. Постановочная работа: танец

Оценка задания

<i>Высокий уровень 5 баллов</i>	<i>Средний уровень 4 балла</i>	<i>Низкий уровень 3 балла</i>
Хорошо ориентируется в пространстве, и в рисунке танца. Знает и умеет исполнять программный танец.	Ориентируется в пространстве и в рисунке танца. Знает но не четко исполняет программный танец.	Плохо ориентируется в пространстве и в рисунке танца. Плохо знает программный танец.

Личностные качества

Оценка задания

<i>Высокий уровень 5 баллов</i>	<i>Средний уровень 4 балла</i>	<i>Низкий уровень 3 балла</i>
Эмоциональный, проявляет навыки культуры поведения и общения, проявляет	Трудолюбивый, общительный, стремится к здоровому образу жизни.	Малообщительный. Не может доводить начатое дело до конца.

стремление к здоровому образу жизни.		
--------------------------------------	--	--

Карта диагностики детей

№	И.Ф. обучающегося	1 задание			2 задание			3 задание		
		5 бал	4 бал	3 Бал	5 бал	3 бал	3 бал	5 бал	4 бал	3 бал
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										
16										
17										
18										
19										
20										
21										