

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ КАМЧАТСКОГО КРАЯ  
КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«КАМЧАТСКИЙ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСТВА  
ДЕТЕЙ И ЮНОШЕСТВА «РАССВЕТЫ КАМЧАТКИ»

ПРИНЯТА на заседании  
Педагогического Совета  
от «27» декабря 2023 г.  
Протокол № 2

УТВЕРЖДАЮ  
Директор КГБУДО «Камчатский центр  
развития творчества детей и  
юношества «Рассветы Камчатки»  
\_\_\_\_\_ М.Б. Ларина  
« 27 » декабря 2023 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
художественной направленности  
по современному танцу  
«Детская студия танца»

Возраст учащихся: 7 – 10 лет  
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:  
Степанова Анастасия Юрьевна,  
педагог дополнительного  
образования

г. Петропавловск-Камчатский, 2023 г.

## Содержание

Раздел № 1. Комплекс основных характеристик программы	3 – 10
1.1. Пояснительная записка	3 – 6
1.2. Цель и задачи	6
1.3. Содержание программы	6 – 10
1.4. Планируемые результаты	10
Раздел № 2. Комплекс организационно-педагогических условий	11 – 16
2.1. Календарный учебный график	11
2.2. Условия реализации программы	11 – 12
2.3. Формы аттестации	12
2.4. Оценочные материалы	12 – 14
2.5. Методические материалы	14 – 15
2.6. Список литературы	16

### **Раздел № 1. Комплекс основных характеристик программы**

## 1.1. Пояснительная записка

Современный танец – это многожанровый и эстетический разноплановый феномен. В настоящее время при неуклонном росте интереса к современному танцу, активном развитии различных его стилей и направлений создание учебной программы по данному предмету является актуальным. С каждым годом всё больше российских и зарубежных хореографов и балетмейстеров обращаются к современной пластике, сочетают классическую хореографию и современные стили, трактуют старые известные сюжеты и постановки по-новому, облекая их в рамки современности. Современные танцы с их стремительными ритмами, необычными и сложными положениями тела хорошо тренируют выносливость, вестибулярный аппарат, систему дыхания и сердце. Занятия по современному танцу способствуют созданию творческого пространства, в котором у обучающихся формируются универсальные умения и навыки, познавательная активность и личностная мотивация достижения успеха.

Дополнительная общеобразовательная программа художественной направленности по современному танцу разработана на основе следующих документов:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
- Приказа Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О методических рекомендациях по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. N 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».

**Направленность программы – художественная.**

**Актуальность программы** заключается в том, что хореография как никакое другое искусство обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его

гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я».

В настоящее время у молодого поколения проявляется огромный интерес к современной хореографии. Более того, в современной хореографии существует множество методик, реализация которых благотворно сказывается на личностном развитии ребенка, его раскрепощении и самореализации. Современная хореография использует различные импровизационные задачи, которые позволяют развивать индивидуальность, творческое мышление, способность к созданию собственного сочинения.

### **Отличительные особенности программы.**

Отличительной особенностью программы является комплексность подхода при реализации задач. Данная комплексность основывается на следующих принципах:

- развитие воображения ребёнка через особые формы двигательной активности (изучение простейших танцевальных движений);
- формирование осмысленной моторики, которое предполагает развитие координации ребёнка, изучение танцевальных движений и умение реализовывать их в простейших комбинациях;
- формирование у детей способностей к взаимодействию в паре и в группе, навыкам выступления, умению понимать друг друга в процессе исполнения танца;
- формирование навыков коллективного взаимодействия и взаимного уважения при постановке танцев и подготовке публичного выступления.

### **Педагогическая целесообразность программы**

В предлагаемой программе представлена методика изучения современного танца, направленная на творческое развитие учащихся посредством импровизации. Изучение элементов современной хореографии входит в учебный процесс, который сочетается с поставленными импровизационными пластическими задачами. Ввиду адаптации современного танца к анатомическим особенностям человеческого тела, основные элементы современной хореографии, представленные программой, направлены на правильное развитие тела учащихся, что положительно сказывается на физическом состоянии ребенка. Для развития координации учащихся, в программе предусмотрено изучение классического и современного лексического материала, что дает большую свободу в выборе приёмов и методов изучения танцевальной лексики.

**Адресат программы:** данная программа рассчитана на детей 7 – 10 лет не имеющих противопоказаний для занятий хореографией. Программа ориентирована на работу с детьми независимо от наличия у них специальных физических данных, но имеющих склонность к танцевальной деятельности.

**Объем и срок реализации программы**

Программа рассчитана на 1 год обучения, 36 недель, 216 часов.

**Форма обучения** – очная.

**Особенности организации образовательного процесса**

Реализация данной программы предполагает 2 этапа:

**1-й этап – подготовительный.** На изучение первого этапа отводится 96 часов. Занятия проводятся 3 раза в неделю по 30 минут с перерывами между занятиями 10 минут.

Особенности подготовительного этапа направлено на:

– физическое развитие учащихся (формирование осанки, укрепление мышечного аппарата, выработку гибкости, пластичности, развитие шага, выворотности, совершенствование дыхательной системы);

– музыкально-эстетическое развитие учащихся (умение слушать и слышать музыку, приобретение координации, слуховых и двигательных навыков, постепенное их осознание);

– формирование личностных качеств (организованность, собранность, ответственность, трудолюбие);

– знакомство с танцевальными стилями и направлениями, их отличительными особенностями, историей и именитыми танцорами, внесшими большой вклад в развитие стилей.

**2-й этап – совершенствование полученных знаний.** На изучение второго этапа отводится 120 часов. Обучение на данном этапе реализации программы направлено на продолжение совершенствования физического, музыкально-эстетического и личностного развития ребенка, начатые на подготовительном этапе, а также на продолжение знакомства с историей танцевальных стилей.

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 30 минут с перерывами между занятиями 10 минут.

**Режим занятий (периодичность и продолжительность):** занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 академических часа с перерывами между занятиями по 10 минут. Продолжительность академического часа – 30 минут.

## 1.2. Цель и задачи

**Цель программы:** создание условий для творческого развития и творческого самовыражения личности через овладение основами хореографии и освоения техник современного танца

**Задачи программы:**

*Предметные:*

- выработать у обучающихся комплекс навыков и умений, способствующих свободному и выразительному овладению различными техниками и стилями современной хореографии («хип-хоп» и «locking»);
- познакомить с историей танца, различными танцевальными культурами;
- сформировать исполнительскую культуру и навыки ориентации в сценическом пространстве.

*Метапредметные:*

- развитие психофизических особенностей, способствующих успешной самореализации;
- развитие коммуникативных и организаторских способностей;
- повешение уровня внимания и памяти;
- владение эмоциональной составляющей в танце;
- развитие способности к организации рабочего пространства, соблюдение техники безопасности.

*Личностные:*

- привить к самодисциплине и трудолюбию;
- привить интерес к танцевальному творчеству;
- воспитать культуру общения, способствовать установлению и укреплению дружеских взаимоотношений в коллективе;
- воспитать чувство ответственности за индивидуальное и коллективное творчество;
- приобщить к здоровому образу жизни.

### 1.3. Содержание программы

#### Учебный план

№ п/п	Темы раздела	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1	Введение в общеобразовательную программу, правила ТБ.	2	1	1	опрос

2	Подготовка к проведению занятий (разминка)	40	6	34	выполнение практических заданий
3	Партерная гимнастика	18	2	16	выполнение практических заданий
4	Общая физическая подготовка	20	4	16	выполнение практических заданий
4	Упражнения для развития ориентировки в пространстве, координации и равновесия	10	1	9	выполнение практических заданий
6	Основные базовые навыки хип-хопа	40	8	32	устный опрос, выполнение практических заданий
7	Первые этапы освоения вариаций рутин	46	7	39	выполнение практических заданий, устный опрос
8	Освоение хореографий	40	6	34	открытое занятие
	Итого	<b>216</b>	<b>35</b>	<b>181</b>	

### Содержание учебного плана

**1. Инструктаж по технике безопасности (2 часа).** Введение в дополнительную общеобразовательную программу. Краткая беседа о хореографии. Особенности сценической одежды, обуви, прически. Постановка целей и задач на ближайший учебный год. Правила поведения и техника безопасности на занятиях в танцевальном классе. Правила безопасности при работе с атрибутикой, в парах, при исполнении акробатических элементов

**2. Подготовка к проведению занятий (разминка) (40 часов).**

*Теория:* объяснение и демонстрация правильного выполнения упражнений. Повороты головы. Разминка плечевой части и рук.

Координация работы бока и бедра. Наклоны в стороны, вперёд и назад. Работа бедра в разных направлениях и ритмах. Работа стопы.

*Практика:* выполнение упражнений по команде педагога с ним и самостоятельно по наблюдением педагога.

### **3. Партерная гимнастика. (18 часов).**

*Теория:* объяснение и демонстрация правильного выполнения упражнений. Упражнения на растяжку необходимо выполнять на расслабленные мышцы. Упражнение «носочки – пяточки» в разном темпе, упражнение «складочка», упражнение «бабочка», наклоны в поперечном шпагате сидя, упражнение «лягушка», упражнение «мост», упражнение «парусник», упражнение «березка на ветру».

*Практика:* выполнение упражнений по команде педагога.

### **4. Общая физическая подготовка. (20 часов).**

4.1. *Теория:* объяснение и демонстрация правильного выполнения упражнений. Прыжки разного типа. Одинарные, двойные, тройные (стопы свободны); на двух и одной ноге на месте; на одной и двух ногах с продвижением вперед и назад, влево и вправо, в повороте на месте и с продвижением; ноги вместе — ноги врозь на месте и с продвижением; ноги вместе — ноги крест-накрест; выпад вперед на одну ногу, прыжком поменять ноги («лыжи»).

*Практика:* выполнение упражнений по команде педагога.

4.2. Работа по два человека от стены.

*Теория:* объяснение и демонстрация правильного выполнения упражнений. Упражнение «шпроттики», упражнение «тюлень» или «русалочка», упражнение «мячики», упражнение «поезд», упражнение «пешеходный переход», упражнение «плавание», упражнение «тележка».

*Практика:* выполнение упражнения по двое от стенки по команде педагога.

### **5. Упражнения для развития ориентировки в пространстве, координации и равновесия. (10 часов).**

*Теория:* объяснение и демонстрация правильного выполнения упражнений. Понятия колонна, линия, диагональ, круг, шахматный порядок. Разучивание восьми точек в зале.

*Практика:* выполнение упражнений по команде педагога.

### **6. Основные базовые навыки хип-хопа. (40 часов).**

6.1. Освоение базовых движений (степы и кач).

*Теория:* Теория: информирование о танцевальном стиле. История зарождения танцевального стиля. Его создатели, именитые танцоры.



Наглядное представление выступлений танцевальных команд. Техника исполнения базовых элементов и шагов стиля.

*Практика:* постановка корпуса, танцевальный шаг, шаговые дорожки, кач корпусом с акцентом вперед и назад. Работа над пластикой: выполнение волн различными частями тела, техника слоу. Составление танцевальных схем. Работа над манерой исполнения нью стайл. Разбор музыкальных размеров 2/4, 3/4, 4/4, выделение сильной доли, понятие паузы. Выполнения кача в заданных размерах.

6.2. Освоение усложненных движений.

*Теория:* объяснение и демонстрация правильного выполнения степа. Разучивание степов, выполнение их по одному, по линиям.

*Практика:* выполнение движений по команде педагога.

## **7. Первые этапы освоения вариаций и рутин (48 часов).**

7.1 Освоение вариаций базовых движений.

*Теория:* объяснение и демонстрация правильного исполнения вариации. Разучивание небольших связок, состоящих из ранее изученных степов.

*Практика:* разучивание танцевальных связок, отработка синхронности и чистоты исполнения движений, разработка рисунков и передвижение по ним.

7.2. История современных танцевальных направлений.

*Теория:* рассказ о возникновении хип-хопа, локинга, просмотр танцевальных видео различных уличных стилей.

*Практика:* освоение уличных танцевальных стилей Street dance. Locking – самостоятельный стиль, но техника исполнения этого направления применяется в хип-хопе. Понятие lock, кач в локинге. разучивание движений ап/мускул мэн, врифт ролл, поинт, ап энд лок.

7.3. Самостоятельная практика. Самостоятельная отработка базовых движений, элементов общих связок, исправление и корректировка ошибок.

*Практика:* выполнение движений, исполнение вариаций под счет и под музыку.

## **8. Освоение импровизации и хореографий (40 часов).**

*Теория:* информирование о выполнении упражнений на импровизацию. Эти занятия позволяют каждому обучающемуся раскрыться как индивидуальности и наработать умение двигаться под любую танцевальную композицию, используя изученные элементы и связки.

*Практика:* используя танцевальные навыки, учащийся самовыражается, создает свой индивидуальный образ и показывает, как его тело чувствует музыку и какие эмоции испытывает.

## **1.4. Планируемые результаты**

### ***Предметные результаты:***

- выполнение ритмических комбинаций;
- развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма;
- исполнение основных танцевальных движений направлений «хип-хоп» и «locking»;
- умение справляться с быстрыми темпами; выполнение упражнений на развитие физических данных;
- умение самостоятельно создавать простые комбинации, используя основные танцевальные движения.

### ***Метапредметные:***

- Развитие психофизических особенностей, способствующих успешной самореализации;
- развитие коммуникативных и организаторских способностей;
- Повешение уровня внимания и памяти;
- Владение эмоциональной составляющей в танце;
- Развитие способности к организации рабочего пространства, соблюдение техники безопасности.

### ***Личностные результаты:***

- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей;
- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями;
- ответственностью за собственный и коллективный результат.

## **Раздел № 2. Комплекс организационно-педагогических условий**

### **2.1. Календарный учебный график**

Год обучения, номер группы	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Продолжительность каникул
1	07.09.2023	31.05.2024	36	108	216	Зимние: 30.12.23- 08.01.24 Летние: 01.06.24- 06.09.24
2	07.09.2022	31.05.2023	36	108	218	Зимние: 30.12.23- 08.01.24 Летние: 01.06.24- 06.09.24

## 2.2. Условия реализации программы

### Материально-техническое оснащение

Качественное обучение учащихся зависит не только от высокопрофессионального преподавательского состава, правильно выстроенного учебного процесса, но и от необходимых условий для проведения учебных и репетиционных занятий.

#### *Организация рабочего места:*

- хорошо проветриваемый чистый танцевальный класс, оборудованный зеркалами;
- достаточное освещение.

#### *Оборудование:*

- гимнастические коврики, кубики;
- музыкальный центр с USB-портом или Bluetooth-колонка;
- видеокамера;
- демонстрационный комплекс (интерактивная доска или экран, мультимедиа-проектор, персональный компьютер или ноутбук с установленным лицензионным программным обеспечением).

### Информационное обеспечение

Доступ к сети интернет, аудио/видео оборудование.

### Кадровое обеспечение

Педагог дополнительного образования художественной направленности.

### 2.3. Формы аттестации

**Основные формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:**

- тестирование;
- анкетирование;
- гимнастический тест (развитие гибкости, стройности, шага и т.д.);
- журнал посещаемости;
- грамоты и дипломы;
- фото и видеоматериалы;
- свидетельство (сертификат);
- портфолио;
- отзывы.

**Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:**

- аналитические справки;
- диагностические карты;
- открытые уроки;
- концерты;
- конкурсах;
- творческие задания, и т.д.

### 2.4. Оценочные материалы

Входной, промежуточный, итоговый контроль и концертное выступление оцениваются по 5-ти бальной системе. С учетом целесообразности оценка качества исполнения может быть дополнена системой «+» и «-», что даст возможность более конкретно отметить уровень восприятия материала учащимися.

Оценка	Критерии
<b>5 (высокий уровень)</b>	Технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения
<b>4 (выше среднего)</b>	Отметка отражает грамотное исполнение с небольшими

	недочетами (как в техническом плане, так и в художественном смысле)
<b>3 (средний)</b>	Исполнение с большим количеством недочетов, а именно: недоученные движения, слабая техническая подготовка, малохудожественное исполнение, отсутствие свободы исполнения и т. д.
<b>2 (ниже среднего)</b>	Комплекс недостатков, являющийся следствием отсутствия самостоятельной работы над ошибками, а также плохая посещаемость занятий.

**Входная диагностика** проводится в сентябре с целью выявления первоначального уровня знаний и умений, возможностей детей и определения природных физических качеств (ритм, шаг, прыжок, выносливость, артистичность и т.д.).

**Цель:** определить уровень специальных данных у учащихся для занятий в хореографическом коллективе.

**Формы:**

- тестирование;
- зачёт;
- контрольное занятие.

*Диагностика физических качеств проводится с каждым ребенком индивидуально по 5 параметрам:*

- чувство ритма;
- знание основных пройденных движений в хип-хопе;
- выносливость;
- активная;
- гибкость;
- артистичность.

**Промежуточный контроль** – оценка уровня и качества освоения учащимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по итогам изучения раздела, темы или в конце определенного периода обучения/учебного года.

Промежуточный контроль предусмотрен 1 раз в год (декабрь) с целью выявления уровня освоения программы учащимися и корректировки процесса обучения.

*Формы:*

- устный опрос;
- выполнение практических заданий;
- технический зачет, который содержит в себе проверку знаний методики исполнения современных танцев.

*Среди критериев, по которым оценивается качество выполнения танцевальных номеров, выделяются:*

- танцевальная память;
- артистичность, выразительность, эмоциональность;
- музыкальность;
- техника исполнения танцевального материала;
- творческий отчет (открытый урок) в конце каждого полугодия.

**Итоговый контроль** – оценка уровня и качества освоения учащимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по завершению учебного года или всего периода обучения по программе.

*Формы:*

- открытое занятие для родителей;
- зачет;
- анализ участия коллектива и каждого учащегося в концертах, праздниках, фестивалях, гастролях;
- отчетный концерт для родителей, сверстников, учащихся младших групп, педагогов, на котором выпускники демонстрируют практические навыки, приобретенные за время обучения по программе.

## **2.5. Методические материалы**

*Особенности организации образовательного процесса*

Занятия в студии проходят в очном формате. В случае необходимости программой предусмотрена возможность применения электронного обучения и дистанционных образовательных технологий по определенным разделам.

*Методы обучения:*

- словесный (рассказ, объяснение, беседа);
- наглядный (метод иллюстраций, демонстраций);
- практический (упражнения, практические занятия, творческие работы).

*Методы воспитания:*

- поощрение;
- стимулирование;
- мотивация.

*Формы организации образовательного процесса*

- групповая (ансамблевая): организация творческого взаимодействия между всеми детьми одновременно (репетиция, постановочная работа, концерт);
- индивидуальная: организуется для работы с одаренными детьми, солистами, для коррекции пробелов в знаниях и отработки отдельных навыков.

*Формы организации учебного занятия:*

- репетиции;
- открытые занятия;
- отчетные концерты.

*Педагогические технологии* – технология группового обучения.

*Дидактические материалы:* учебные пособия, аудио- и видеозаписи, литература по описанию специфики танцев разных народов, схемы рисунков танцев.

## 2.6. Список литературы

### Для педагога:

1. Барышникова Т. Азбука хореографии / Т. Барышникова. – Санкт-Петербург: Айрис-пресс, 1999. – 130 с.
2. Воронина Н.В.– Ярославль, 2018. Подвижные игры - М.: Мой Мир
3. Дункан А. Танец будущего. Моя жизнь - Киев, 2018.
4. Захаров Р. Искусство балетмейстера - М., 1954.
5. Ко. КГ, 2007- 256с.: ил. (Азбука дошкольного воспитания).
6. Кох И.Э. Основы сценического движения – Л., 2016.
7. Михайлова, М.А. танцы, игры, упражнения для красивого движения / М.А.Михайлова,
8. Руднева С., Фиш Э. Музыкальное движение. Методическое пособие для педагогов музыкально-двигательного воспитания, работающих с детьми дошкольного и младшего школьного возраста - СПб, 2019.
9. Станиславский К. С. Работа актера над собой. Собр. соч., т.2 - М., 1989.
10. Шереметьевская Н. Танец на эстраде – М.: Искусство, 2018.

### Для обучающихся:

1. Антонова Л. В. Фитнес и ваше здоровье - М.:Вече, 2018
2. Михайлова, М.А. танцы, игры, упражнения для красивого движения / М.А.Михайлова,
3. Н.В.Воронина – Ярославль, 2000.
4. Шереметьевская Н. Танец на эстраде – М.: Искусство, 2019.
5. Ястребов Ю. От замысла до художественного воплощения. Библиотечка “В помощь художественной самодеятельности”, №11 - М., 2018

### Интернет – ресурсы:

- 1.<http://asorti.ucoz.ru/>
- 2.<http://www.drakoni.ru/hiphop28.html>
- 3.<http://dancedb.ru/hip-hop/education/video/81/>