

Администрация Петрозаводского городского округа
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Петрозаводского городского округа
«Центр образования и творчества «Петровский Дворец»

ОДОБРЕНО:

Методическим советом

Протокол № 1 от «24» августа 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО:

Директор МОУ «Петровский Дворец»

М.М. Карасева

Приказ № 40.1-01 о/д от «30» августа 2022 г.

Рабочая программа
дополнительной общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Танцевальный микс»

Возраст обучающихся 13-15 лет

Срок реализации программы 2 года

Разработчик:

Лукина Мария Дмитриевна, педагог
дополнительного образования.

Петрозаводск, 2022

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальный микс» имеет художественную **направленность** и реализуется в танцевальной группе «Микс» в МОУ «Петровский дворец».

Уровень освоения программы - базовый

Актуальность программы.

Занятия по программе «Танцевальный микс» предоставляет возможность детям поддержать свою творческую активность и проявить свои способности в *современной хореографии* на более высоком техническом уровне и в своей социокультурной среде. В процессе обучения предоставить обучающимся возможность для самовыражения и самопознания, приобретения опыта коллективной и индивидуальной творческой работы.

Новизна программы.

Содержание программы, методика занятий подбираются таким образом, чтобы могли заниматься дети *независимо от наличия у них специальных физических данных и от первоначальных хореографических навыков*.

Основным направлением группы танца «Микс» в хореографии является джаз-модерн танец, поэтому очень большое внимание уделяется на первом году обучения на совершенствование физических данных детей и изучению основных принципов современного танца. На втором году обучения главный акцент ставиться на интенсивном изучении иных направлений современного танца, что позволяет обучающимся быстрее найти в себе чувство свободы.

Педагогическая целесообразность программы.

Танец – это коллективное творчество. Осознание групповой принадлежности, солидарности, товарищеской взаимопомощи дает ребенку чувство благополучия и устойчивости. Педагогически *целесообразно* в ходе совместной деятельности вырабатывать необходимые навыки социального взаимодействия, умение подчиняться коллективной дисциплине и в тоже время отстаивать свои права, соотносить личные интересы с общественными. Необходимо помочь каждому ребенку заслужить признание в коллективе, что важно для его самооценки. Образовательная программа призвана расширить культурное пространство для самореализации, самоактуализации и саморазвития личности, стимулировать обучающегося к творчеству, создать каждому ребенку благоприятную почву для профессиональной ориентации, развития личностных качеств, становлению его как субъекта собственной жизни.

Адресат программы.

Программа предназначена для детей в возрасте от 13 до 15 лет. На обучение принимаются дети, проявляющие интерес к современному танцу, ранее освоившие любые другие танцевальные программы.

Объем и срок освоения программы.

Срок освоения программы - 2 года

Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения и необходимых для освоения программы - 548 часов;

Занятия проводятся 4 раза в неделю - по 2 часа; 1 раз в неделю – 1 час

Занятия проводятся по 45 мин, перерыв 10 минут.

Форма обучения: очная

Особенности организации образовательного процесса.

Состав групп может быть разновозрастным.

Набор детей в *группу* «Микс» осуществляется после предварительного просмотра и собеседования на добровольной основе, по заявлению родителей (законных представителей).

Танцевальные группы комплектуются в начале учебного года. При формировании групп проводится вводная аттестация, цель которой – выявить уровень физической подготовки, уровень музыкального и психомоторного развития.

\

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы: творческое, эстетическое, физическое развитие обучающихся средствами современной хореографии;

Задачи:

Обучающие:

- изучение основ современного танца, их исполнительские закономерности;
- обучение комплексному сочетанию элементов актерской техники при исполнении танцевальных этюдов, импровизаций
- формирование навыка находить ассоциативные связи между художественными образами в танце и других видов искусства, передавать свои впечатления в устной и письменной форме
- формирование
- *формирование навыка исполнения* комплекса упражнений у станка в стиле джаз-модерн, базовых технических элементов партнеринга; придумывать и исполнять танцевальный этюд;

Развивающие:

- развитие индивидуальных творческих и физических способностей, хореографических данных (выворотность, подвижность суставов, танцевальный шаг, координацию)
- укрепление костно-мышечного аппарата, двигательной реакции;
- раскрытие индивидуальность ребенка через творческую активность, способность импровизировать под музыку;
- развитие внимания, памяти, навыков креативного мышления, эмоционального интеллекта, воображения, артистизма.
- развитие лидерских качеств, инициативы, чувства товарищества, взаимопомощи, навыков общения в коллективе;

Воспитательные:

- формирование эстетического восприятия, взглядов, художественного вкуса
- формирование позитивной самооценки своих танцевальных и творческих возможностей.
- Воспитание ответственного отношения к своему здоровью

- Приобщение к сценической культуре через интерес к танцу

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название дисциплины, раздела дисциплины	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
	1 год обучения	260	18	242	
1	<i>Современная хореография</i>	192	10	182	<i>Практическая работа выступление</i>
2	<i>Классический танец</i>	68	8	60	
	2 год обучения	288	14	274	
1	<i>Современная хореография</i>	224	8	216	<i>Практическая работа выступление</i>
2	<i>Классический танец</i>	64	6	58	
	Всего	548	32	516	

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Программа «Танцевальная фантазия» рассчитана на обучающихся, имеющих основные навыки в хореографии и желающих освоить различные жанры в современном танце. Классический экзерсис позволяет технически грамотно исполнять все изучаемые движения, связки и комбинации.

1-й год обучения Современная хореография

Теория: знакомство с основами современной хореографии и ее особенностями, основные разделы урока (разогрев, изоляция, партер, адажио и grands battements, кросс), принципы импровизации. Знакомство с различными направлениями современной хореографии, трансформация движений классического экзерсиса.

Практика: изучение основ современного танца, развитие координации за счет введения в разминку полицентрии и полиритмии, усложненных прыжков и вращений. Танцевальная импровизация, использование пространства и работа с ним, преобразование движений народного танца в современном стиле, изучение основных принципов партнеринга, изучение падений и подъемов во время исполнения танцевальных комбинаций. Изучение репертуара: «Механизмы», «Африка»

Классический танец

Теория: знакомство с историей классического балета, методика исполнения plie и grand plie, battement tendu, battement tendu jete. Понятия: croisee, efface, ecarte, plie, grand plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre en dehors и en dedans, battement fondu на 45°. Анализ балетов: «Щелкунчик», «Жизель»

Практика: правила исполнения основных упражнений классического экзерсиса у станка, положение корпуса epolement, положения ног sur le cou-de-pied, исполнение demi- plie, grand plie, battement tendu, releves на полупальцах, battement releve lent, grand battement jete, port de bras, изучение прыжков и вращений на месте, освоение позиций рук и ног,

положение корпуса и головы, развитие эластичности мышц, гибкости корпуса, выработка устойчивости.

Планируемые результаты

Личностные

- Проявление ответственного отношения к своему здоровью
- Формируется позитивная самооценка танцевальных и творческих способностей
- Появление целеустремленности к получению результата

Предметные

- Современный танец.
знает: терминологию, опорные моменты, закономерности, основные стили и направления современной хореографии.
умеет: использовать различные уровни при выполнении комбинаций, импровизировать на заданную музыкальную тему, исполнять более сложные танцевальные композиции.
- Классический танец.
знает: правила исполнения основных упражнений классического экзерсиса у станка, положение корпуса *epolement*, положения ног *sur le cou-de-pied*.
умеет: исполнять *demi- plie* с *grand plie*, *battement tendu* по I – V позициям, *temps leve* - I-II-V поз. *releves* на полупальцах, *battement releve lent*, *grand battement jete*, *port de bras* I, II, III, *Pas assemble* вперед, назад и в сторону, *Grand changment de pied*

Метапредметные

- проявляют творческую инициативу в различных сферах художественно-творческой деятельности
- находят ассоциативные связи между художественными образами в танце и других видов искусства

2-ой год обучения Современная хореография

Теория: Изучение различных направлений современной хореографии, знакомство с техниками джаз-танца, понятие «стиль музыки», «образность», понятие об основных законах танцевальной драматургии, просмотр постановок современных балетмейстеров и их анализ.

Практика: введение различных стилей и направлений (модерн, лирический джаз, афро-джаз, контемпорари), соединение шагов, прыжков и вращений в единые комбинации. Изучение вращений по кругу и со сменой уровня, а также лабильных вращений. Создание образа под музыку и без музыки, на заданную тему и без задания (отталкиваясь от музыки). Соединение всех возможных движений торса (спиралей, твистов *contraction*, *release*, наклоны торса во все направления) в единые развернутые комбинации с использованием падений и подъемов, а также с поворотами на одной ноге. Изучение репертуара: «Механизмы», «Под дождем»

Классический танец

Теория: Знакомство с историей развития современного балета, правила исполнения основных упражнений классического экзерсиса на середине зала. Знакомство с балетмейстерами (Матс Эк, Ролан Пети, Охад Нахарин, Каролин Карлсон), просмотр балетов и их анализ («Знаки», «Декаданс», «Жизель»), понятие *double*, технику выполнения поворотов, I- III *arabesques*.

Практика: исполнение battement retire, petit battement sur le cou-de-pied, pas tombe, rond de jambe en l'air у станка; demi-plie, battement tendu, rond de jambe par terre, battement tendu jete, temps lie par terre на середине. Изучение прыжков и вращений в продвижение. Координация движений, пластичность корпуса и рук. Выразительность и музыкальность исполнения.

Планируемые результаты

Личностные

- Проявление ответственного отношения к своему здоровью
- Формируется позитивная самооценка танцевальных и творческих способностей
- Появление целеустремленности к получению результата

Предметные

- Современная хореография
знает: понятие «стиль музыки», «образность»; основные стили и направления современной хореографии, систему растяжки (stretch); понятия об основных законах танцевальной драматургии; терминологию современного танца.
умеет: исполнять комплекс упражнений у станка; основные элементы афро-джаза, контемпорари, базовые элементы партнеринга, придумать и исполнить танцевальный этюд; выполнять изученные стили хореографии в постановках.
- Классический танец
знает: правила исполнения основных упражнений классического экзерсиса на середине зала, понятие double, технику выполнения поворотов, I- III arabesques.
умеет: исполнять battement retire, petit battement sur le cou-de-pied, pas tombe, rond de jambe en l'air у станка; demi-plie, battement tendu, rond de jambe par terre, battement tendu jete, temps lie par terre на середине.

Метапредметные

- Участие в конкурсах и фестивалях по современной хореографии
- Умение самостоятельного проведения разогрева в различных направлениях современной хореографии.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Кол-во недель	Кол-во часов	Режим занятий
2 год обучения	01.10.2022	31.05.2023	32 недель	288 ч	2ч * 4раз/нед 1ч*1раз/нед

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Для занятий необходимо *специально оборудованное помещение:*

- хореографический класс со специальным покрытием (площадью не менее 100 кв. м.);
- зеркала;
- хореографический станок;
- спортивный инвентарь для занятия гимнастикой: коврики, скакалки, ленты, маты;
- сценические костюмы.

Технические средства обучения:

- звуковоспроизводящая аппаратура (музыкальный центр, акустические колонки);
- мультимедийный комплекс (видеокамера, фотоаппарат);

Дидактические материалы:

- видеоматериалы (записи отчетных концертов, праздничных вечеров, тематические фильмы и т.п.);
- стенд с текущими и итоговыми результатами обучающихся;
- сценарии праздников, концертов;
- литература для обучающихся;
- литература для педагога.

Информационное обеспечение

Документы, регулирующие нормативно-правовые взаимоотношения в дополнительном образовании

1. Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ.
2. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. N 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».
3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха, и оздоровления детей и молодежи».
4. Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
5. Устав МОУ «Петровский Дворец», утвержден постановлением Администрации Петрозаводского городского округа от 24.12.2018 № 3837
6. Локальные акты МОУ «Петровский Дворец».

Список специальной литературы

1. Ваганова А.Я. Азбука классического танца / А.Я. Ваганова, 2000.
2. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца: Учеб. пособие / Г.П.Гусев. – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2004.
3. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца у станка / Г.П. Гусев. – М.: Владос, 2002.
4. Климов А. Основы русского народного танца / А. Климов. – М.: Искусство, 1981.
5. Конаржевский Ю.А. Анализ урока / Ю.А. Конаржевский. – М.: Центр «Педагогический поиск», 2000.
6. Константинова А.И. Игровой стретчинг: методика работы с детьми дошкольного возраста / А.И. Константинова. – СПб, 1993.
7. Мальми В.В. Народные танцы Карелии / В.В. Мальми. – Петрозаводск: Карелия, 1978.

8. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец: история, методика, практика / В. Ю. Никитин. – М.: ГИТИС, 2000.
9. Программа педагога дополнительного образования (от разработки до реализации) / сост. Н.К.Беспятова. – М.: АЙРИС ПРЕСС, 2003.
10. Добротворская К.А. Стилль модерн и пластические поиски конца 19 – начала 20 века / К.А. Добротворская. – СПб, 1993.
11. Фейгинов С.Р. Педагогическая драматизация. 200 этюдных приемов воспитания / С.Р. Фейгинов. – Ярославль: Академия развития, 2004.
12. Шершнева В.Г. От ритмики к танцу / В.Г. Шершнева. – М., 2008.
13. Эльконин Д.Б. Психология игры / Д.Б. Эльконин. – М., 1974.

Литература для обучающихся

1. Баланчин Д. Сто один рассказ о большом балете / Д. Баланчин, Ф. Мэйсон. – М.: КРОН-ПРЕСС, 2000.
2. Блейз А. История в костюмах / А. Блейз. – М.: ОЛМА-ПРЕСС Экслибрис, 2002.
3. Ерохина О.В. Школа танцев для детей / О.В. Ерохина. – Ростов – на – Дону: Феникс, 2003.
4. Мальми В.В. Истоки Карельской хореографии / В.В. Мальми. – Петрозаводск, 1994.
5. Мальми В.В. Костюм и праздник / В.В. Мальми. – Петрозаводск, 2008.
6. Станиславский Б.С. Собрание сочинений / Б.С. Станиславский. – М., 1989. – Т.2.
7. Серебренников Н.Н. Поддержки в дуэтом танце / Н.Н.Серебренников. – Л.: Искусство, 1985.
8. Тагиров Г.Х. Татарские танцы / под ред. Ю.В. Виноградова. – Казань, 1960.
9. Дункан А. Танец будущего. Моя жизнь / А. Дункан, 1989.
10. Федоровский В. Сергей Дягилев, или закулисная история русского балета / В. Федоровский. – М.: Эксмо, 2003.
11. Фирилева Ж.Е. Са-Фи-Данс. Танцевально-игровая гимнастика для детей: Учебно-методическое пособие. – СПб: Детство-пресс, 2001.
12. Шереметьевская Н. Танец на эстраде / Н. Шереметьевская. – М.: Искусство, 1985.

Электронные ресурсы

1. horeograf.com [Электронный ресурс]. – М, 2017. – Режим доступа: <http://www.horeograf.com>, свободный. – Загл. с экрана.
2. dancehelp.ru [Электронный ресурс]. – Новосибирск, 2017. – Режим доступа: <http://dancehelp.ru>, свободный. – Загл. с экрана.
3. youtube.com [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.youtube.com/channel/UCHMc6uzQYq_mR8bHy2YLzAg, свободный. – Загл. с экрана.

ФОРМЫ И СПОСОБЫ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: входной, текущий, промежуточный и итоговый контроль.

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.). Формы: педагогическое наблюдение; выполнение практических заданий педагога на пробном уроке. Диагностика физических данных проводится с каждым подростком

индивидуально по 3 параметрам (активная гибкость, танцевальный шаг, выразительность).

Текущий контроль проводится на каждом занятии через опрос, выполнение практических индивидуальных заданий. Используется метод взаимоконтроля и самоконтроля.

Промежуточный контроль проводится в конце учебного года. Формой проведения промежуточного контроля является: контрольный урок, фестиваль, конкурс, творческий праздник, концертный номер, отчётный концерт, творческая поездка. Результаты промежуточного контроля отражают высокий, средний, опорный уровень освоения программы. Результативность отслеживается на основе практической деятельности и качества выполненных работ.

<i>Уровень</i>	<i>Критерии</i>
Опорный уровень	Средний темп учебной деятельности, ее исполнительский характер, частичное усвоение теоретического и практического материала, неустойчивый интерес. Владеет навыками исполнения базовых элементов для участия в этюдных формах танцевальных композиций. Осуществляет деятельность с помощью педагога, опирается на описание действия или подсказку (репродуктивный уровень).
Средний уровень	Средний темп учебной деятельности, усвоение теоретического и практического материала по данной теме или разделу с частичной помощью педагога, активность на занятиях, при показе этюдов, танцевальных постановок, активное участие в творческих мероприятиях ансамбля. Владеет основными терминами хореографии, правилами исполнения движений, проявляет активность, творчество при разработке и показе этюдов, танцевальных постановок. Выполняет практическую деятельность в стандартных ситуациях самостоятельно (продуктивный уровень)
Высокий уровень	Высокий темп учебной деятельности, устойчивый интерес, полное усвоение теоретического и практического материала по данной теме или разделу, лидерская позиция в репетиционном и постановочном процессе, проявление инициативы и активное участие в организации творческих дел в ансамбле. Умеет работать самостоятельно, импровизирует (творческий уровень).

Результаты промежуточного контроля фиксируются в ведомости.

Итоговый контроль проводится через *организацию отчетного концерта и участия в конкурсах*. По итогам обучения учащийся получает сертификат. За особые успехи учащийся может быть выдвинут на присвоение звания «Творянин года», которое свидетельствует о признании их таланта, плодотворного творческого труда.

Формы аттестации/контроля:

- Педагогическое наблюдение;
- Выполнение практических работ;
- Устный, письменный опрос;
- творческая работа,
- конкурс, фестиваль;
- видеозапись,
- анкетирование и тестирование,

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Эффективность обучения оценивается педагогом в соответствии с требованиями программы. Диагностика результатов ведется педагогом, обучающимися и родителями с помощью разработанных диагностических материалов.

Для изучения результативности обучения используются:

- диагностические карты учебного процесса (Приложение № 1);
- карты самоанализа (Приложение № 2);
- карточка основных терминов современной хореографии (Приложение №3);
- анализ выступлений на различных площадках, в том числе на конкурсах разного уровня;
- анализ активности участия в мероприятиях внутри коллектива.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Специфика обучения хореографии связана с систематической физической и психологической нагрузкой. Детям необходимо осмысливать указания педагога, слушать музыку, запоминать предложенный текст, отрабатывать различные движения.

Для получения высокого результата обучения эффективны следующие методы, в основе которых лежит способ организации занятий.

Словесные:

- беседа;
- рассказ;
- объяснение.
- анализ и обсуждение;
- словесный комментарий по ходу исполнения танца;

Наглядные:

- показ педагога с последующим пояснением и обсуждением воспринимаемого материала;
- показ одним из обучающихся, проведение разминки с группой на правах ведущего;
- просмотр видеоматериалов;
- просмотр концертных номеров.

Практические методы:

- музыкально-тренировочные упражнения;
- самостоятельная работа, в том числе с использованием видеоматериалов.
- хореографическая импровизация;

Специальные методы организации деятельности на занятии.

Методы разучивания танцевальных движений:

- разучивание по частям (деление движения на простые части отдельно с последующей группировкой частей в нужной последовательности);
- целостный метод разучивания (разучивание движения целиком в замедленном темпе);
- временное упрощение с последующим усложнением движения.

Метод музыкально-пластического этюда (воспитанники самостоятельно подбирают движения и выстраивают пластическую композицию для определенной мелодии, характера, образа или пластически обыгрывают различные ситуации, взаимодействуя в парах и группах).

Метод художественно-творческой работы (самостоятельная работа над танцевальными композициями).

Метод преемственности (воспитание репетиторов-помощников из более способных воспитанников).

Метод сотворчества (взаимодействие педагога и обучающихся при создании нового танца).

Методы театральной педагогики (педагог-режиссер, используя приемы педагогической драматизации и игровую атрибутику, образ, активизирует пространственно-образное мышление ребенка, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания).

Для успешной реализации программы используются следующие **образовательные технологии**.

Здоровьесберегающие технологии обеспечивают каждому обучающемуся возможность сохранения здоровья за период обучения, формируют у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, учат использовать полученные знания в повседневной жизни.

Технология развивающего обучения направлена не столько на приобретение знаний, умений и навыков, сколько на создание условий для развития психологических характеристик ребенка (способностей, интересов и др.).

Игровые технологии сочетают реализацию нескольких функций:

- развлекательной (создание благоприятной атмосферы),
- коммуникативной (объединяет коллектив обучающихся),
- релаксационной (снятие эмоционального напряжения),
- обучающей (развитие умений и навыков).

Проектная технология направлена на развитие нестандартного мышления, наработки опыта создания творческих продуктов и их представления.

Формы проведения занятий

Учебные занятия проводятся как в традиционной, так и в нетрадиционной форме.

Типология традиционных учебных занятий:

- вводное занятие;
- формирование умений и навыков;
- работа над репертуаром;
- повторительно-обобщающее занятие;
- контрольное занятие.

Типология нетрадиционных учебных занятий:

- занятие-конкурс (представление и защита проектов);
- занятие-концертное выступление;
- занятие-анализ выступления;
- занятие-импровизация;
- занятие-театрализация;
- видеосеминар.

Особенности организации работы по программе

Содержание программы состоит из разделов:

- ОФП: партерный тренаж, растяжка, силовая подготовка;
- современная хореография: релиз, джаз-модерн, контемпорари, партнеринг, уличные направления;
- репертуар;
- танц-история: история танца, искусство балетмейстера, система творческих заданий.

Разделы урока:

- разогрев,
- изоляция, координация,
- партер, уровни,
- кросс, вращения,
- комбинация, импровизация,
- партнеринг,
- стили и направления,
- работа над репертуаром.

В связи со спецификой обучения в хореографическом коллективе границы их сглаживаются. На одном и том же занятии различные разделы программы могут изучаться на любом разделе урока.

В программу каждого года обучения вводится теоретический материал, соответствующий содержанию основных разделов.

В каникулярный период режим занятий изменяется. В это время предполагается реализация проекта «Каникулы», где используются такие формы, как посещение балетных спектаклей, проведение мастер-классов, открытых уроков для родителей, просмотр тематических кинофильмов, видеоматериалов, посещение экскурсий, концертная и фестивальная деятельность.

Принципы реализации программы:

- принцип доступности и учета возрастных особенностей обучающихся;
- принцип сознательности и активности;
- принцип наглядности. Использование музыкального оформления занятия, показ педагогом движений при изучении основ хореографии, использование видеоматериалов по хореографии, как лучших примеров исполнительского мастерства;
- принцип систематичности и последовательности;
- принцип наивысшего результата. Максимально использовать возможности, знания, интересы самих обучающихся с целью повышения результативности и уменьшения затрат в процессе обучения; чем выше активность, самоорганизация детей, тем выше результат обучающего действия;
- принцип вариативности. Педагог должен иметь четкое представление об индивидуальной траектории развития каждого ребенка, детально и обосновано планировать индивидуальную работу с каждым обучающимся;
- принцип творческой активности. Необходимость проектирования и создания условий для проявления и развития креативных способностей обучающихся, стимулирование у них желания стать субъектами индивидуального и коллективного жизнетворчества;
- принцип рефлексивности. Формирование у детей навыков самоанализа и самооценки, рефлексии событий.

Процесс обучения строится на осознанном отношении к учебной деятельности.

Тематический план

№	Тема занятия	Количество часов
1	Вводный урок. Ознакомление с предметом, характерными особенностями.	2
2	Основные разделы урока: разогрев, изоляция, партер, адажио и grands battements, кросс, комбинация (теория).	2
3	Вводный урок. Инструктаж по технике безопасности (теория)	2
4	Основные формы учебных port de bras	2
5	Изучение contraction и relies в положении сидя и стоя	2
6	Разогрев с использованием уровней.	2
7	Сложная изоляция: трицентрия в параллельном направлении.	2
8	Импровизация на тему «Изоляция».	2
9	Demi plie и Grand plié с Port de bras по всем позициям	2
10	Battement tendu с разворотом в маленькие и большие позы croisee, efface, ecarte	2
11	Сочетания различных ритмов во время движения.	2
12	Упражнения stretch-характера во всех положениях (у станка, на середине, в партере).	2
13	Умение проводить отдельные части урока: изоляция.	2
14	Умение проводить отдельные части урока: партер.	2
15	Battement tendu jete с разворотом в маленькие и большие позы croisee, efface, ecarte	2
16	Rond de jambe par terre en dehors и en dedans	2
17	Использование в танце позы коллапса (свободно, расслаблено).	2
18	Полиритмия танца.	2
19	Индивидуальная импровизация в общем танце.	2
20	Сложная изоляция: полицентрия.	2
21	Battement fondu на 45° и 90°	2
22	Battement soutenu носком в пол и на 45° и 90°	2
23	Координация: импульс, принцип управления.	2
24	Комбинации шагов в различных направлениях.	2
25	Изоляция с базовыми шагами.	2
26	Бицентрия: движение двух центров в параллель и оппозицию.	2
27	Перемещение в пространстве шагами с координацией рук и изолированных центров.	2
28	Battement frappe в маленьких и больших позах на 30°	2
29	Battement double frappe	2
30	Вращения на двух ногах и на одной на 360.	2
31	Работа в парах. Упражнения stretch-характера.	2
32	Сочетание ритмов в движениях: плавно и медленно с	2

	акцентированно и резко.	
33	Battement Relevelent на 90°	2
34	Battement developpe passe на 90°	2
35	Адажио.	2
36	Использование падений и подъемов во время комбинаций.	2
37	Использование contraction и relies в адажио.	2
38	Кросс. Вращения в различных ритмах и уровнях.	2
39	Grand battement jete en face и в больших позах	2
40	Основные маленькие и большие позы croisee, efface, ecarte	2
41	Трансформация движений классического экзерсиса (теория).	2
42	Трансформация: grand plies, demi-plies и battements tendus, battements tendus jetes у станка.	2
43	Трансформация: rond de jambe par terre и battements fondus у станка.	2
44	Трансформация: rond de jambe en l'air, battements developpes у станка.	2
45	Arabesques I, II, III, IV	2
46	Temp lie с перегибом корпуса	2
47	Слайдовые движения на полу.	2
48	Лабильное вращение	2
49	Комбинации шагов с вращениями и стабильными позами.	2
50	Demi plie и Grand plié по всем позициям en face и epaulement на середине зала	2
51	Battement tendu и Battement tendu jete piece в сочетании с port de bras, с переходом одной ноги на другую на середине зала	2
52	Использование contraction и relies во время передвижения.	2
53	Комбинации прыжков, исполняемых по диагонали.	2
54	Развернутые комбинации с перемещением в пространстве.	2
55	Комбинации с использованием уровней, вращений и прыжков.	2
56	Умение импровизировать на заданную тему.	2
57	Освоение техники контактной импровизации и партнеринга(теория).	2
58	Задания на тему «Контактная импровизация».	2
59	Работа с весом партнера.	2
60	Grand Adagio	2
61	Grand battement jete en face и epaulement на середине зала	2
62	Использование импульса при работе в паре.	2
63	Перевороты в паре.	2
64	Поддержки в группах.	2
65	Комбинация в парах.	2
66	Grands battements jetes с базовыми шагами в различных направлениях.	2
67	Комплекс растяжки у станка.	2
68	Трансформация движений народного танца (теория).	2
69	Prance (движения для подвижности стопы).	2
70	Падения через подъемы.	2
71	Grand pas echappe	2
72	Grand changement de pied	2
73	Перемещение из одного уровня в другой.	2
74	Упражнения stretch-характера в сочетании с твистами и спиралями корпуса.	2

75	Вращения на месте и с продвижением в пространстве.	2
76	Повороты по кругу вокруг воображаемой оси.	2
77	Повороты на различных уровнях.	2
78	Кросс. Прыжки: hop , jump , leap.	2
79	Шаги в джаз манере.	2
80	Шаги в рок манере.	2
81	Канканирующие шаги.	2
82	Pas assemble вперед, назад и в сторону	2
83	Pas jete с открыванием ноги в сторону	2
84	Связующие и вспомогательные шаги.	2
85	Виды прыжков.	2
86	Трансформация прыжков.	2
87	Вращения на месте и с продвижением в пространстве.	2
88	Повороты по кругу вокруг воображаемой оси.	2
89	Повороты на различных уровнях.	2
90	Использование импульса при работе в паре.	2
91	Sissonne fermee в сторону, вперед, назад	2
92	Sissonne в I, II, III Arabesques	2
93	Работа над танцем «Механизмы»	2
94	Лабильное вращение.	2
95	Комбинации шагов с вращениями и стабильными позами.	2
96	Использование contraction и relies во время передвижения.	2
97	Комбинации прыжков, исполняемых по диагонали.	2
98	Развернутые комбинации с перемещением в пространстве.	2
99	Pas de chat	2
100	Виды Pas de bourree	2
101	Комбинации с использованием уровней, вращений и прыжков.	2
102	Умение импровизировать на заданную тему.	2
103	Освоение техники контактной импровизации и партнеринга(теория).	2
104	Задания на тему «Контактная импровизация».	2
105	Основные движения танца «Механизмы»	2
106	Комбинации танца «Африка»	2
107	Работа с весом партнера.	2
108	Статические позы в партнеринге.	2
109	Использование импульса при работе в паре.	2
110	Tour chaine	2
111	Перевероты в паре.	2
112	Поддержки в группах.	2
113	Комбинация в парах.	2
114	Импровизация в парах.	2
115	Упражнения свингового характера и на расслабление.	2
116	Упражнения для восстановления дыхания.	2
117	История развития современного танца (теория).	2
118	Soutenu	2
119	Работа над танцем «Африка»	2
120	Полиритмия танца.	2
121	Сочетание ритмов в движениях: плавно и медленно с акцентированно и резко.	2
122	Комплекс растяжки у станка.	2

123	Упражнения stretch-характера в сочетании с твистами и спиралями корпуса.	2
124	Использование в танце позы коллапса (свободно, расслаблено).	2
125	Задания на тему «Контактная импровизация».	2
126	Pirouette по IV и V позиции en dehors и en dedans	2
127	Поддержки в группах.	2
128	Вращения на двух ногах и на одной на 360.	2
129	Повороты по кругу вокруг воображаемой оси.	2
130	Партнеринг. Виды сцепок.	2
131	Упражнения свингового характера и на расслабление.	2
132	Упражнения для восстановления дыхания.	2
133	Форма контроля – Зачет по терминологии классического танца (теория)	2
134	Импровизация на тему «Образ»	2
135	Развернутые комбинации с перемещением в пространстве.	2
136	Перевороты в паре.	2
137	Сочетание ритмов в движениях: плавно и медленно с акцентированно и резко.	2
138	Кросс. Вращения в различных ритмах и уровнях.	2
139	Шаги в джаз манере.	2
140	Шаги в рок манере.	2
141	Повороты на различных уровнях.	2
142	Связующие и вспомогательные шаги.	2
143	Повороты по кругу вокруг воображаемой оси.	2
144	Форма контроля – концертное выступление.	2
	Итого	288 часов

ПРИЛОЖЕНИЕ № 2

Карта самоанализа №1 *«Что я умею и не умею?»*

Лучше всего я умею	Я не очень хорошо умею	Больше всего я хочу научиться	Вот что мне нужно для этого

Карта самоанализа № 2 *«Что я знаю и не знаю?»*

Лучше всего я знаю.	Я не очень хорошо знаю.	Больше всего мне хотелось бы узнать.

Основные термины в джаз-танце

Примечание: движения классического танца, заимствованные модерн-джаз танцем, очень часто видоизменяются. Особенно это касается выворотного и параллельного положения.

ARCH [арч] - прогиб верхней части торса назад (арка).

BODY ROLL [боди ролл] - группа наклонов торса, связанная с поочередным перемещением центра корпуса в боковой или фронтальной плоскости (синоним «волна»).

BRUSH [браш] - скольжение или мазок всей стопой по полу перед открытием ноги в воздух или при закрытии в позицию.

CONTRACTION [контракшн] - сжатие, и округление позвоночника, выполняется на выдохе.

CURVE [кёрф] - изгиб верхней части позвоночника («до солнечного сплетения») вперед или в сторону.

CROSS [кросс] - раздел урока, построенный на перемещении в пространстве и использовании базовых шагов и прыжков джаз танца.

DEEP BODY BEND [диип боди бэнд] - наклон корпуса вперед ниже 90 гр., сохраняя прямую линию корпуса и рук.

DROP [дроп] - падение расслабленного корпуса вперед или в сторону.

FLAT BACK - наклон корпуса вперед, в сторону (на 90 гр).

FLEX [флекс] - сокращенная стопа, кисть или колени.

POINT [пойнт] - вытянутое положение стопы, кисти.

HINGE [хинч] - положение танцора, при котором он прямой спиной наклоняется назад на максимальное расстояние, колени согнуты, стопы на полу - пальцах.

HIP LIFT [хип лифт] - подъем бедра вверх.

HIP FALL [хип фолл] – падение на бедро.

JAZZ HAND [джаз хэнд] - положение кисти, при котором пальцы напряжены и разведены в стороны.

KICK [кик] - бросок ноги вперед или в сторону на 45 гр или 90 гр. через вынимание приемом developpe.

LAY OUT [лэй аут] - положение, при котором нога открыта на 90 гр. в сторону или назад и торс составляет с ней одну прямую линию.

LEAP - прыжок с одной ноги на другую с продвижением вперед или в сторону.

LOW BACK [лоу бэк] - округление позвоночника в пояснично-грудном отделе.

ROLL DOWN[ролл даун] - спиральный наклон вниз, начиная от головы.

ROLL UP [ролл ап] - обратное движение, связанное с постепенным раскручиванием и выпрямлением торса в исходную позицию.

RELEASE [релиз] - расширение объема тела (раскрытие), обратное CONTRACTION, которое выполняется на вдохе.

STEP BALL CHANGE [стэп болл чендж] - связующий шаг, состоящий из шагов в сторону или вперед и двух переступаний на полу-пальцах (синоним step pas deburee).

SWING [свинг] - раскачивание любой частью тела (рукой, ногой, головой, торсом), в особом джазовом ритме.

SUNDARI [зундари] — движение головы, заключающееся в смещении шейных позвонков вправо-влево и вперед-назад.

SIDE STRETCH [сайд стрэтч] — боковое растяжение торса, наклон торса вправо или влево.

SQUARE [сквэа] — четыре шага по квадрату: вперед-в сторону-назад-в сторону.

TILT [тилт] - угол, поза, при которой торс отклоняется в сторону или вперед от вертикального положения, «рабочая» нога может быть открыта в противоположном направлении на 90 гр. и выше.

TOUCH [тач] — приставной шаг или шаг на полупальцы без переноса тяжести корпуса.

Повороты:

Примечание: классические повороты исполняются по параллельным позициям и в различных уровнях (на полупальцах, в plie).

Форс - необходимое подготовительное движение руками для выполнения пируэтов.

COMPASS TOUR [компас тур] – рабочая нога чертит круг на полу (циркуль).

PENCIL TOUR [пэнсл тур] – поворот на высоком полупальце вытянутой ноги, рабочая нога в положении flex.

SPIN [спин] – вращения с продвижением.

Штопор – во время повороты ноги скручиваются. Уровень вращения повышается или понижается.

Лабильные вращения – вращения со смещением оси вращения.

ПРИЛОЖЕНИЕ № 4

**Диагностическая карта физических данных ребенка
(вводный, итоговый контроль)**

№	Фамилия, имя обучающегося	Физические данные Параметры оценивания											
		Осанка		Выворотность ног		Подъем стопы		Балетный шаг		Высота прыжка		Гибкость	
		Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К
1.													
2.													
3.													
4.													
5.													
6.													
7.													
8.													
9.													
10.													
11.													
12.													
13.													
14.													
15.													

Уровни:

высокий – 5 баллов;

средний – 4 балла;

ниже среднего – 3 балла.

Н – начало года

К – конец года

