

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ «ВОЛОСОВСКАЯ ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ ИМ Н.К. РЕРИХА»



Дополнительная предпрофессиональная  
программа в области искусств  
**«Хореографическое творчество»**

Программа по учебному предмету

Предметная область  
В.00. Вариативная часть

В.02.  
**СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ**

2025 год

«РАССМОТРЕНО»

На заседании педагогического совета

От «19» февраля 2025 г

Протокол № 2

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МОУ ДО

«ВДШИ им Н. К. Рериха»

\_\_\_\_\_ Е. А. Фаризанова

Разработчик (и)

Рогозина Ирина Васильевна, преподаватель,

Попсуева Нина Николаевна, методист

## Структура программы учебного предмета

### 1. Пояснительная записка

- 1.1. Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе;
- 1.2. Срок реализации учебного предмета;
- 1.3. Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом на реализацию учебного предмета;
- 1.4. Форма проведения учебных аудиторных занятий;
- 1.5. Цель и задачи учебного предмета;
- 1.6. Обоснование структуры учебного предмета;
- 1.7. Методы обучения;
- 1.8. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета.

### 2. Содержание учебного предмета

- 2.1. Сведения о затратах учебного времени;
- 2.2. Содержание разделов;
- 2.3. Требования по годам обучения.
- 2.4. Требования к уровню подготовки учащихся

### 3. Формы и методы контроля. Система оценок

- 3.1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание;
- 3.2. Критерии оценки.

### 4. Методическое обеспечение учебного процесса

- 4.1. Методические рекомендации педагогическим работникам;
- 4.2. Упражнения .

### 5. Список методической литературы

- 5.1. Список методической литературы;
- 5.2. Интернет ресурсы.

## 1. Пояснительная записка

### 1.1. Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе

Программа учебного предмета «Современный танец» (далее — УП «Современный танец») составлена на основе и с учетом федеральных государственных требований к дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программе в области хореографического искусства «Хореографическое творчество».

УП «Современный танец» является предметом вариативной части учебного плана по дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программе в области хореографического искусства «Хореографическое творчество».

*Актуальность Программы* объясняется анализом детского и родительского спроса: многие подростки желают красиво двигаться под музыку, иметь стройную фигуру и правильную осанку. Такую возможность предоставляют современные танцы в силу своей доступности детям с разным уровнем подготовки. Занятия современными танцами развивают чувства ритма, раскрывают индивидуальность каждого танцовщика, выявляют его уникальность.

*Педагогическая целесообразность* Программы обусловлена ее направленностью на гармоничное психологическое, духовное и физическое развитие ребенка, морфологическое и функциональное совершенствование его отдельных органов и систем, создание необходимого двигательного режима, положительного психологического настроя.

В основу программы УП «Современный танец» положены танцы «Модерн», направление «Contemporary», джаз-танец. В процессе его освоения учащиеся приобретают опыт творческой деятельности, овладевают элементами профессиональной грамоты.

### 1.2. Срок реализации учебного предмета

В соответствии с учебными планами «Современный танец» изучается с 3 по 8 класс.

Для учащихся, планирующих поступление в образовательные учреждения, реализующие основные профессиональные образовательные программы в области хореографического искусства, срок освоения может быть увеличен на 1 год и составит (7 лет — 9 класс).

### 1.3. Объем учебного времени

Предусмотренный учебным планом школы на реализацию УП «Современный танец»:

Срок обучения/количество часов	3 класс	4 класс	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс
	Количество часов	Количество часов	Количество часов	Количество часов	Количество часов	Количество часов
Максимальная нагрузка	33	33	33	33	33	33
Количество часов на аудиторную нагрузку	33	33	33	33	33	33
Общее количество часов на	198					

аудиторные занятия						
Недельная аудиторная нагрузка	1	1	1	1	1	1

Аудиторная нагрузка:

- 3–8 классы по 1 часу в неделю.

**1.4. Форма проведения учебных аудиторных занятий:** мелкогрупповая (от 4 до 10 человек), продолжительность урока — 40 минут.

Мелкогрупповая форма позволяет преподавателю лучше узнать учеников, их возможности, трудоспособность, эмоционально-психологические особенности.

### **1.5. Цели и задачи учебного предмета**

**Цель:** соиздать творческое начало личности учащихся посредством современного танца.

**Задачи:**

*Обучающие:*

- ознакомить учащихся с видами современного танца, их характерными особенностями и выразительными средствами, а также правилами исполнения танцевальных элементов;
- сформировать музыкально-ритмические навыки, выразительность, пластичность, грациозность и изящество в танцевальных вариациях, умение эмоционального выражения, раскрепощения и творчества в движениях;
- выработать у учащихся комплекс технических навыков и умений, исполнительскую культуру, а также свободное и выразительное владение современной хореографией.

*Развивающие:*

- содействовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата, профилактике плоскостопия, формированию правильной осанки, функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма;
- развить мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности, музыкальные и творческие способности, мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, умение согласовывать движения с музыкой;
- расширить кругозор.

*Воспитательные:*

- привить художественный вкус, интерес к танцевальному искусству, традициям современной хореографии;
- воспитать культуру общения и необходимые личностные качества;
- приобщить к здоровому образу жизни.

### **1.6. Обоснование структуры УП «Современный танец»**

Программа содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;
- распределение учебного материала по годам;
- описание дидактических единиц;
- требования к уровню подготовки учащихся;
- формы и методы контроля, система оценок;
- методическое обеспечение образовательной программы.

*Принципы построения Программы:*

- индивидуальный подход;
- техническая и художественная доступность учебного материала с учетом возрастного фактора и степени одаренности учащихся;
- последовательность и постепенность (от простого к сложному);
- наглядность обучения — показ и объяснение;
- максимальная активность учащихся в учебной деятельности;
- формирование групп обучающихся по уровню способностей.

**1.7. Методы обучения**

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы:

- словесные;
- наглядные;
- практические;
- объяснительно-иллюстративные;
- репродуктивные;
- частично-поисковые;
- исследовательские;
- фронтальные, индивидуально-фронтальные, индивидуальные;
- коллективные, коллективно-групповые, групповые, в парах.

**1.8. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета**

Материально-техническая база должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Для реализации УП «Современный танец» минимально необходимый перечень учебных аудиторий, специализированных кабинетов и материально-технического обеспечения включает в себя:

- Учебные аудитории (хореографические классы), предназначенные для реализации УП «Современный танец» оснащены пианино;
- Хореографические классы площадью 61 кв. м. и 32 кв. м. (на 12–14 учащихся), имеют пригодное для танца напольное покрытие (специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие), балетные станки (палки) вдоль трех стен длиной 14 п. м;
- раздевалки и душевые для учащихся и преподавателей;
- костюмерные;

- сценические костюмы для сценических выступлений, для учебных занятий, репетиционного процесса.

## 2. Содержание учебного предмета

2.1. *Сведения о затратах учебного времени*, предусмотренного на освоение УП «Современный танец» на максимальную нагрузку учащихся и аудиторные занятия:

	Распределение по годам обучения					
	1	2	3	4	5	6
<b>Классы</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>
Максимальное количество часов занятий в неделю (аудиторные)	1	1	1	1	1	1
Общее максимальное количество часов по годам (аудиторные)	33	33	33	33	33	33
Общее максимальное количество часов на весь период обучения (аудиторные)	198					

## 2.2. Учебно-тематический план

№ темы	Наименование темы	Количество часов		
		Макс. учебная нагрузка	Аудит. занятия	Самост. работа
<b>3 Класс I полугодие</b>				
1	Растяжка.	1	1	-
2	Поклон, шаги по кругу с руками на ритмической основе.	1	1	-
3	АВС, «вертолетик».	1	1	-
4	Закрепление материала.	1	1	-
5	«Кик-степ», «хоп».	1	1	-
6	Адажио в партере 1 часть.	1	1	-
7	Адажио в партере 2 часть.	1	1	-
8	Закрепление и повторение материала.	1	1	-
9	<i>Итоговый урок.</i>	1	1	-
10	Повторение за 1 четверть.	1	1	-
11	Изоляция, адажио отработка.	1	1	-
12	Отработка элементов изоляции и кросс.	1	1	-
13	«Кик-степ бай степ» по диагонали.	1	1	-
14	Хлопы 1 и 2 варианты руками .	1	1	-
15	<i>Контрольный урок.</i>	1	1	-
16	Работа над отдельными элементами.	1	1	-
<b>Итого часов за I полугодие</b>		<b>16</b>	<b>16</b>	<b>-</b>
<b>3 Класс II полугодие</b>				
17	Повторение материала за первое	1	1	-

	полугодие .			
18	Разучивание развернутого поклона, элементы танца «Кик - степ».	1	1	-
19	Закрепление материала.	1	1	-
20	Комбинации из танца «Кик-степ», руки в хопах.	1	1	-
21	Закрепление материала	1	1	-
22	Танец «Кик-степ» по рисункам, комбинация на координацию.	1	1	-
23	Закрепление материала	1	1	-
24	Отработка элементов	1	1	-
25	Повторение материала	1	1	-
26	<i>Итоговый урок</i>	1	1	-
27	Шаг степ, шаг прогулка, комбинация на координацию закрепление.	1	1	-
28	Закрепление материала	1	1	-
29	Отработка материала кросса	1	1	-
30	Повторение материала	1	1	-
31	Повторение материала	1	1	-
32	<i>Повторение материала</i>	1	1	-
33	<i>Контрольный урок.</i>	1	1	-
<b>Итого часов за II полугодие</b>		<b>17</b>	<b>17</b>	<b>-</b>
<b>Итого часов за 3 класс</b>		<b>33</b>		
№ темы	Наименование темы	Количество часов		
		Макс. учебная нагрузка	Аудит. занятия	Самост. работа
<b>4 Класс</b>				
<b>I полугодие</b>				
1	Повторение материала за 3 класс (Растяжка).	1	1	-
2	batt.tendu по ракурсам, «Кик-степ» с руками, растяжка	1	1	-
3	Поклон, подготовка к «Тилту», адажио в партере с batt.tendu и скруткой «солнышко»	1	1	-
4	Адажио в партере с batt.tendu, 3 хоп подготовка	1	1	-
5	Закрепление материала	1	1	-
6	«Тилт» на полной стопе с руками, Batt.jete. по ракурсам, 1 и 2 хоп с руками	1	1	-
7	Закрепление и повторение материала	1	1	-
8	«Тилт», Batt.jete. по ракурсам, Хопы	1	1	-
9	Итоговый урок	1	1	-
10	Повторение за 1 четверть	1	1	-

11	Адажио, Кросс: кик степ бай степ, Gr.bat. по ракурсам	1	1	-
12	Закрепление и повторение материала	1	1	-
13	Demi и grand plie, batt. tendu, Rond, кросс, Танцевальная комбинация. «Тилт»	1	1	-
14	Закрепление и повторение материала	1	1	-
15	Контрольный урок.	1	1	-
16	Работа над отдельными элементами	1	1	-
<b>Итого часов за I полугодие</b>		<b>16</b>	<b>16</b>	<b>-</b>
<b>4 Класс II полугодие</b>				
17	Повторение материала за первое полугодие	1	1	-
18	Урок на растяжку, и акробатику, работа с терминами	1	1	-
19	Разучивание развернутого поклона, комб. Plie.	1	1	-
20	Закрепление материала	1	1	-
21	Комбинация batt.tendu, кросс.	1	1	-
22	Закрепление материала	1	1	-
23	Комб. Ronda, танцевальная комбинация.	1	1	-
24	Закрепление материала	1	1	-
25	Повторение материала	1	1	-
26	Итоговый урок	1	1	-
27	Кросс: leap, шаг «лок-мотор», 1, 2, 3 хоп с руками	1	1	-
28	Закрепление материала	1	1	-
29	Отработка комбинаций	1	1	-
30	Повторение материала	1	1	-
31	Повторение материала	1	1	-
32	Отработка комбинаций	1	1	-
33	Контрольный урок.	1	1	-
<b>Итого часов за II полугодие</b>		<b>17</b>	<b>17</b>	<b>-</b>
<b>Итого часов за 4 класс</b>		<b>33</b>		
№ темы	Наименование темы	Количество часов		
		Макс. учебная нагрузка	Аудит. занятия	Самост. работа
<b>5 Класс I полугодие</b>				
1	Повторение материала за 4 класс (Растяжка).	1	1	-
2	Урок повторение и терминология	1	1	-
3	«Леап», Кик-степ бай степ с руками, догонялочка по квадрату, Акробатика	1	1	-
4	Адажио в партере, 3 хоп с руками,	1	1	-

	акробатика			
5	Закрепление материала	1	1	-
6	Кувьрки с приходом на живот и вперед, догонялочка по квадрату вправо, влево, Поклон.	1	1	-
7	Повторение и закрепление материала	1	1	-
8	Повторение и закрепление материала	1	1	-
9	Итоговый урок	1	1	-
10	Адажио в партере II часть, Plie, Bat. tendu,	1	1	-
11	Закрепление материала.	1	1	-
12	Адажио отработка элементов, кросс	1	1	-
13	Отработка материала	1	1	-
14	Повторение материала	1	1	-
15	Контрольный урок	1	1	-
16	Работа над отдельными элементами	1	1	-
<b>Итого часов за I полугодие</b>		<b>16</b>	<b>16</b>	<b>-</b>
<b>5 Класс II полугодие</b>				
17	Повторение материала за вторую четверть	1	1	-
18	Развернутый поклон, работа с терминами, кросс.	1	1	-
19	Закрепление материала	1	1	-
20	Комбинация rond, gr.batt. по квадрату с руками, кросс.	1	1	-
21	Закрепление материала	1	1	-
22	Повторение всего материала.	1	1	-
23	Танцевальная комбинация, комбинации кросс. Повторение терминов	1	1	-
24	Закрепление материала, зачет по терминам.	1	1	-
25	Повторение материала	1	1	-
26	Итоговый урок	1	1	-
27	Отработка элементов танцевальной комб. Тилт с шене, па дэ бурре с хорами.	1	1	-
28	Закрепление материала	1	1	-
29	Кросс отработка, добавление рук и головы.	1	1	-
30	Повторение материала	1	1	-
31	Повторение материала	1	1	-
32	Подготовка к контрольному уроку.	1	1	-
33	Контрольный урок	1	1	-
<b>Итого часов за II полугодие</b>		<b>17</b>	<b>17</b>	<b>-</b>
<b>Итого часов за 5 класс</b>		<b>33</b>		

№ темы	Наименование темы	Количество часов		
		Макс. учебная нагрузка	Аудит. занятия	Самост. работа
<b>6 Класс I полугодие</b>				
1	Повторение материала за 5 класс (Растяжка).	1	1	-
2	Адажио в партере, танцевальные комбинации за 5 кл.	1	1	-
3	Растяжка, Адажио, кросс	1	1	-
4	Кик степ бай степ с руками по диагонали, «Чарли» 2 вида, Прыжки на выносливость, Догонялочка по квадрату.	1	1	-
5	Закрепление материала	1	1	-
6	Подготовка к концерту	1	1	-
7	Кик степ с туром, Тилт с рандом, Чарли с догонялочкой по квадрату.	1	1	-
8	Повторение материала	1	1	-
9	Итоговый урок	1	1	-
10	Повторение материала	1	1	-
11	Изучение отдельных элементов. Адажио.	1	1	-
12	Закрепление материала	1	1	-
13	Поклон, Адажио, кросс: леап с кувырком, Gr.bat. по ракурсам с 1и 2 хопом, Кик степ с туром, Тилт с рандом,	1	1	-
14	Закрепление материала	1	1	-
15	Контрольный урок	1	1	-
16	Работа над отдельными элементами	1	1	-
<b>Итого часов за I полугодие</b>		<b>16</b>	<b>16</b>	<b>-</b>
<b>6 Класс II полугодие</b>				
17	Повторение материала за первое полугодие	1	1	-
18	Развернутый поклон, повторение кросс, элементы танцевальных комбинаций.	1	1	-
19	Закрепление материала	1	1	-
20	Работа с терминами, танцевальная комбинация.	1	1	-
21	Закрепление материала	1	1	-
22	Этюд на элементах танца модерн, аллегро.	1	1	-
23	Закрепление материала	1	1	-
24	Зачет по терминам.	1	1	-
25	Повторение материала	1	1	-
26	Итоговый урок	1	1	-

27	Повторение материала	1	1	-
28	Повторение материала	1	1	-
29	Повторение материала	1	1	-
30	Повторение материала	1	1	-
31	Повторение материала	1	1	-
32	Подготовка к контрольному уроку.	1	1	-
33	Контрольный урок.	1	1	-
<b>Итого часов за II полугодие</b>		<b>17</b>	<b>17</b>	<b>-</b>
<b>Итого часов за 6 класс</b>		<b>33</b>		
№ темы	Наименование темы	Количество часов		
		Макс. учебная нагрузка	Аудит. занятия	Самост. работа
<b>7 Класс</b>				
<b>I полугодие</b>				
1	Повторение материала за 6 класс (Растяжка).	1	1	-
2	Адажио в партере, танцевальные комбинации за 6 кл.	1	1	-
3	Развернутый поклон	1	1	-
4	1 часть танцевальной комбинации	1	1	-
5	Отработка элементов, добавление работы рук	1	1	-
6	Отработка	1	1	-
7	Повторение материала	1	1	-
8	Повторение материала	1	1	-
9	Итоговый урок	1	1	-
10	Повторение материала за 1 четверть	1	1	-
11	2 часть танцевальной комбинации	1	1	-
12	Отработка элементов, добавление работы рук	1	1	-
13	Отработка	1	1	-
14	Закрепление материала	1	1	-
15	Контрольный урок	1	1	-
16	Работа над отдельными элементами	1	1	-
<b>Итого часов за I полугодие</b>		<b>16</b>	<b>16</b>	<b>-</b>
<b>7 Класс</b>				
<b>II полугодие</b>				
17	Работа над элементами	1	1	-
18	Повторение материала за первое полугодие	1	1	-
19	Танцевальная комбинация с элементами модерна	1	1	-
20	Работа с терминами, танцевальная комбинация.	1	1	-
21	Закрепление материала	1	1	-

22	Этюд на элементах танца модерн.	1	1	-
23	Закрепление материала	1	1	-
24	Зачет по терминам.	1	1	-
25	Повторение материала	1	1	-
26	Итоговый урок	1	1	-
27	Работа над элементами	1	1	-
28	Повторение материала	1	1	-
29	Отработка танцевальных элементов	1	1	-
30	Отработка танцевальных элементов	1	1	-
31	Отработка танцевальных элементов	1	1	-
32	Подготовка к контрольному уроку	1	1	-
33	Контрольный урок	1	1	-
<b>Итого часов за II полугодие</b>		<b>17</b>	<b>17</b>	<b>-</b>
<b>Итого часов за 7 класс</b>		<b>33</b>		
№ темы	Наименование темы	Количество часов		
		Макс. учебная нагрузка	Аудит. занятия	Самост. работа
<b>8 Класс I полугодие</b>				
1	Повторение материала за 7 класс (Растяжка).	1	1	-
2	Адажио в партере, танцевальные комбинации за 7 кл.	1	1	-
3	Развернутый поклон	1	1	-
4	1 часть танцевальной комбинации	1	1	-
5	Отработка элементов, добавление работы рук	1	1	-
6	Отработка	1	1	-
7	Повторение материала	1	1	-
8	Повторение материала	1	1	-
9	Итоговый урок	1	1	-
10	Повторение материала за 1 четверть	1	1	-
11	2 часть танцевальной комбинации	1	1	-
12	Отработка элементов, добавление работы рук	1	1	-
13	Отработка	1	1	-
14	Закрепление материала	1	1	-
15	Контрольный урок	1	1	-
16	Работа над отдельными элементами	1	1	-
<b>Итого часов за I полугодие</b>		<b>16</b>	<b>16</b>	<b>-</b>
<b>8 Класс II полугодие</b>				
17	Работа над элементами	1	1	-
18	Повторение материала за первое полугодие	1	1	-

19	Танцевальная комбинация с элементами модерна	1	1	-
20	Работа с терминами, танцевальная комбинация.	1	1	-
21	Закрепление материала	1	1	-
22	Этюд на элементах танца модерн.	1	1	-
23	Закрепление материала	1	1	-
24	Зачет по терминам.	1	1	-
25	Повторение материала	1	1	-
26	Итоговый урок	1	1	-
27	Работа над элементами	1	1	-
28	Повторение материала	1	1	-
29	Отработка танцевальных элементов	1	1	-
30	Отработка танцевальных элементов	1	1	-
31	Отработка танцевальных элементов	1	1	-
32	Подготовка к контрольному уроку	1	1	-
33	Контрольный урок	1	1	-
<b>Итого часов за II полугодие</b>		<b>17</b>	<b>17</b>	<b>-</b>
<b>Итого часов за 8 класс</b>		<b>33</b>	<b>33</b>	
<b>Итого за весь период обучения</b>		<b>198</b>	<b>198</b>	

### 2.3. Требования по годам обучения

**По окончании первого года обучения учащиеся должны знать и уметь:**

- основные положения позиций рук и ног в современном танце;
- положение головы и корпуса во время исполнения простейших элементов, освоение данных элементов на середине;
- уметь ориентироваться в пространстве на середине зала;
- знать движение в различных ракурсах и рисунках;

**По окончании второго года обучения учащиеся должны знать и уметь:**

- грамотно исполнять программные движения у станка;
- ориентироваться в пространстве;
- работать в паре и танцевальными группами;

**По окончании третьего года обучения учащиеся должны знать и уметь:**

- исполнять технически сложные движения у станка и на середине зала;
- ориентироваться в пространстве во время движения танцевальных комбинаций и этюдных форм;
- продолжать добиваться в ансамбле выразительности и виртуозности исполнения движений.

**По окончании четвертого года обучения учащиеся должны знать и уметь:**

- исполнять грамотно выразительно и технично экзерсис у станка и на середине зала;
- ориентироваться в пространстве во время движения танцевальных комбинаций и

этюдных форм;

- исполнять технически сложные движения современного танца;
- правильно распределять силы во время исполнения танцевальных композиций, воспитывать выносливость.

**По окончании пятого года обучения учащиеся должны знать и уметь:**

- исполнять грамотно выразительно и технично экзерсис у станка и на середине зала;
- ориентироваться в пространстве во время движения танцевальных комбинаций и этюдных форм;
- исполнять технически сложные движения современного танца;
- правильно распределять силы во время исполнения танцевальных композиций, воспитывать выносливость.

**По окончании шестого года обучения учащиеся должны знать и уметь:**

- выполнять, не теряя методически грамотного и технически виртуозного исполнения, экзерсис у станка и на середине зала;
- используя технически сложные движения современного танца, не теряя артистического исполнения;
- учитывая степень повышенной сложности изучаемого материала, правильно распределять силы во время исполнения танцевальных композиций, продолжать развивать физическую выносливость.

## **2.4. Требования к уровню подготовки учащихся**

По итогам реализации УП «Современный танец» у учащегося должны быть:

*Сформированы:*

- знания в области современного танца: их характерных особенностей и выразительных средств, а также правила исполнения танцевальных элементов;
- музыкально-ритмические навыки, выразительность, пластичность, грациозность и изящество в танцевальных вариациях, умение эмоционального выражения, раскрепощения и творчества в движениях;
- комплекс технических навыков и умений, исполнительская культура, а также свободное и выразительное владение современной хореографией.

*Развиты:*

- опорно-двигательный аппарат, правильная осанка, органы дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистая и нервная системы организма;
- мышечная сила, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности, музыкальные и творческие способности, мышление, воображение, находчивость и познавательная активность, умение согласовывать движения с музыкой;
- кругозор.

*Воспитаны:*

- художественный вкус, интерес к танцевальному искусству, традициям современной хореографии;
- культура общения и необходимые личностные качества.

### 3. Формы и методы контроля. Критерии оценок

#### 3.1. *Аттестация: цели, виды, форма, содержание*

**Контроль успеваемости** подразумевает диагностику уровня освоения программы учащимися на всех этапах ее реализации и выступает важным элементом образовательного процесса в школе искусств. Главные принципы его проведения и организации:

- систематичность;
- учет индивидуальных особенностей учащегося;
- коллегиальность.

Контроль выполняет обучающую, проверочную, воспитательную и корректирующую функции.

#### **Формы контроля:**

**Текущий** — имеет воспитательные цели, учитывает индивидуальные психологические особенности учащихся. Контроль осуществляется преподавателем, ведущим предмет, регулярно в рамках расписания занятий учащегося и предполагает использование различных систем оценки. На основании результатов текущего контроля выводятся четвертные, полугодовые, годовые оценки.

**Промежуточный** — происходит на завершающих каждое полугодие занятиях в счет аудиторного времени. Это контрольный урок в конце первого полугодия и отчетный концерт по завершении второго.

По итогам промежуточной аттестации учащимся выставляется оценка, которая заносится в журнал успеваемости и свидетельство об окончании школы.

#### **Требования к контрольным урокам:**

- выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца;
- выражать свои собственные ощущения, используя язык танца и музыки;
- владеть координацией движения;
- владеть техникой;
- самостоятельно составлять учебные танцевальные вариации.

#### **Требования к зачету:**

- правильность и четкость выполнения движений;
- владение различными темпами в комбинационных сочетаниях;
- координация движений в пластических и ритмических комбинациях;
- пластичность и эмоциональная окрашенность исполнения;
- владение манерой и характером исполнения предложенных танцев;
- понимание последовательности и расклада движений на элементы.

#### 3.2. *Критерии оценивания*

**Оценка «5» (отлично)** выставляется за:

- блестящее исполнение хореографических композиций без погрешностей;
- музыкальность и техничность исполнения;
- поддержание отличной танцевальной формы;
- владение профессиональной хореографической лексикой;
- свободное владение своим телом, абсолютно правильную постановку рук,

ног и корпуса.

**Оценка «4» (хорошо)** предполагает:

- выразительное и артистичное исполнение танцевального материала с небольшими погрешностями;
- музыкальность и хорошую техничность исполнения;
- основы владения профессиональной хореографической лексикой;
- поддержание хорошей танцевальной формы;
- хорошее владение своим телом, правильную постановку рук, ног и корпуса.

**Оценка «3» (удовлетворительно)** подразумевает:

- формальное, невыразительное исполнение с техническими погрешностями;
- недоученную танцевальную лексику, сбивчивое исполнение;
- недостаточно музыкальное исполнение;
- поддержание хорошей танцевальной формы;
- слабое знание профессиональной хореографической лексики;
- плохое владение своим телом.

**Оценка «2» (неудовлетворительно)** ставится, когда:

- формальное, невыразительное исполнение вне стиля и формы;
- отсутствие соответствующей техники и манеры исполнения предложенного танцевального материала;
- невыученная программа;
- неудовлетворительное поддержание танцевальной формы.

Годовые оценки выставляются в сводную ведомость преподавателем по итогам четвертных оценок.

#### **4. Методическое обеспечение учебного процесса**

##### **4.1. Методические рекомендации педагогическим работникам**

При проведении и организации урока преподавателю необходимо руководствоваться следующими принципами:

- нагрузку увеличивать постепенно;
- чередовать упражнения быстрые и медленные;
- темп исполнения упражнений должен быть медленным с последующим ускорением;
- важно следить за дыханием и самочувствием учащихся.
- формы уроков: традиционный урок, практическое занятие, урок-обобщение, итоговый урок, контрольный урок.

Предполагаемые методы и приемы организации образовательного процесса:

1. По способу организации занятия:
  - словесные — устное изложение, беседа, диалог, опрос;
  - наглядные — показ видеоматериалов, иллюстраций, наблюдение, показ (исполнение) педагогом;
  - практические — упражнения.
2. По уровню деятельности детей:
  - объяснительно-иллюстративные — восприятие и усвоение информации;
  - репродуктивные — воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности.

3. По форме организации деятельности учащихся:
  - фронтальные, индивидуально-фронтальные, индивидуальные;
  - коллективные, коллективно-групповые, групповые, в парах.

Используемые дидактические материалы:

1. Учебные и методические пособия.
2. Материалы интернет-сайтов.
3. Иллюстрирующие материалы:
  - видеоматериалы;
  - фотографии.

Основные методы работы педагога-хореографа на уроке – показ движений и объяснение методики исполнения с акцентом на наиболее важных моментах и основных понятиях. Методы показа и объяснения варьируются. При этом главная задача — активизировать мышление и творческие способности учащихся в процессе напряженной физической работы по овладению танцевальными навыками.

Особое внимание следует уделять правильной постановке корпуса, рук, головы, овладению первоначальными навыками координации движений, которые предполагают согласованность работы всех частей тела, развитию физических профессиональных данных учащихся.

Движения, танцевальные связки, танцевальные вариации и композиции осваиваются постепенно: сначала в медленном темпе, удобном для выработки внимания, памяти, эластичности мышц ног т. д., затем — с ускорением. Новые элементы изучаются в чистом виде, затем комбинируются в различных сочетаниях.

На начальных этапах обучения различным танцевальным движениям отводится большая часть урока, впоследствии время исполнения сокращается за счет ускорения темпа и соединения отдельных движений в комбинации.

Реализация Программы подразумевает участие учащихся в разнообразных концертах (учебных, отчетных, классных родительских собраниях-концертах) и конкурсах. Подобные мероприятия способствуют приобщению детей и родителей к культурной форме проведения досугового времени, духовно сближают их и формируют новые интересы семьи. Конкурсы позволяют наиболее одаренным детям быстрее продвигаться в художественном и техническом развитии, становясь мощным средством мотивации к занятиям хореографией.

В целях повышения профессионального и творческого опыта рекомендуется посещение открытых уроков в других учебных заведениях, мастер-классов, творческих фестивалей, концертов профессиональных хореографических коллективов, спектаклей театров оперы и балета, творческих встреч с мастерами хореографического искусства.

## **4.2. Упражнения**

### **Модерн**

Изучение направления «Модерн».

*1 этап.* Физическая подготовка тела:

- упражнения для развития стопы;
- основные положения корпуса;
- упражнения для развития силы ног.

*2 этап.* Основные положения:

- разучивание всех основных положений корпуса на полу, соединенных в комбинацию;

- соединение основных положений с руками;
- упражнения на баланс (упражнения из йоги, пилатес);
- баланс на руках и первые простейшие перевороты через плечо, голову.

*3 этап.* Развитие танцевальности, индивидуальности:

- разучивание композиций, включающих разученные положения;
- развитие ориентации в пространстве, движение по диагонали;
- импровизация: простейшие навыки контактной импровизации.

### **Contemporary**

Изучение направления:

- упражнения в партере;
- release — техника расслабления;
- стретчинг — растяжка;
- танцевальные комбинации в стиле contemporary — чередование натянутых мышц и резкого сброса, расслабления, работа с дыханием, падения и подъемы, резкие остановки, балансирование, противоречие и эмоции.

### **Джаз-танец**

Изучение джазовых танцев:

- освоение базовых элементов: изоляция, напряжение и расслабление разных частей тела, пластика бедер, рук, таза;
- техника вращений, падений, различные шаги и прыжки.

## **5. Список учебно-методической литературы**

### **5.1. Список методической литературы**

1. Александрова Н. А. Танец Модерн пособие для начинающих. — СПб., М., Краснодар.: Лань, 2011.
2. Гавликовский Н. В. Руководство для изучения танцев. — СПб., 2010.
3. Лабинцев К. Р. Характеристика нагрузок в танцевальном спорте. — М., 2001.
4. Неминуций Г. П., Дукальская А. В. Физическая нагрузка: ее сущность, структура, общая характеристика и методология исследования. — Ростов-на-Дону, 1996.
5. Неминуций Г. П., Дукальская А. В. Танцевальная нагрузка: ее сущность, структура, общая характеристика и методология исследования. — Ростов-на-Дону, 1996.
6. Судакова М. В. Современный танец. — Хабаровск: ХГТУ, 2005.
7. Касаткина Л. В. Танец – это жизнь. — СПб., 2006.
8. Полятков С. С. Основы современного танца. — Ростов-на-Дону.: Феникс, 2006.
9. Попов В., Суслов Ф., Ливадо Е. Пластика тела. — М., 1997.

### **5.2. Интернет ресурсы**

1. [monlo.ru/time2](http://monlo.ru/time2)
2. [psychlib.ru](http://psychlib.ru)
3. [balletmusic.ru](http://balletmusic.ru)
4. [pedagogic.ru](http://pedagogic.ru)
5. [spo.1september.ru](http://spo.1september.ru)
6. [fizkultura-vsem.ru](http://fizkultura-vsem.ru)
7. [rambler.ru](http://rambler.ru)