

## **I.Комплекс основных характеристик программы**

Дополнительная общеобразовательная программа Студия танца «Ритм» художественной направленности разработана в соответствии с основополагающими документами:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 №162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года»;
3. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.);
4. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 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»;
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
7. Устав МАОУ СОШ № 17 с УИОП

### ***1.1. Пояснительная записка***

Дополнительная общеразвивающая программа Студия танца «Ритм» художественной направленности предназначена для реализации в условиях МАОУ СОШ №17 с УИОП

Современный танец – это своеобразный пласт в искусстве танца, в котором по-новому соединились движения, музыка, свет и краски. Он обладает своей неповторимой спецификой, изяществом и энергетикой.

Современный танец возник относительно недавно (в начале XX века), но успел довольно быстро развиваться за это время. Современный танец можно условно разделить на танец модерн и джазовый танец, которые в свою очередь подразделяются на различные

техники: модерн-техника М.Грэхем, Дж.Маллер, Х.Лимона, Д.Хэмфри, техника низкого полёта и др.; джаз – афро-джаз, фанки-джаз, стрит-джаз и др.

Современный танец – особый вид пластического, хореографического языка. Основные принципы его техники базируются на понимании структуры человеческого тела, координации движения и дыхания, ощущении гравитации, пространства и времени.

Современный танец в отличие от классического впитывает в себя все сегодняшнее, он подвижен и непредсказуем, не хочет обладать какими-то правилами и канонами. Он пытается воплотить в хореографическую форму окружающую жизнь, ее новые ритмы, новые манеры, одним словом, создает новую пластику. Именно поэтому современный танец интересен и близок молодому поколению.

Педагогическая целесообразность программа Студия танца «Ритм» заключается в ее содействии гармоничному психическому, духовному и физическому развитию детей и подростков; формировании художественно-эстетического вкуса, умения самовыражения чувств и эмоций, физической культуры, а также нравственных качеств личности.

**Направленность:** художественная, так как она ориентирована на художественный вид деятельности.

#### **Актуальность**

Согласно Указу Президента РФ от 30.12.2021 №745 2022 год в России объявлен Годом культурного наследия народов России. В учебно-тематическом плане программы Студия танца «Ритм» предусмотрена тема, посвященная изучению и популяризации народного искусства (народно-сценический танец).

Актуальность данной программы также обусловлена спросом родителей и обучающихся на подобного рода развивающие программы художественной направленности.

Программа Студия танца «Ритм» помогает решать целый комплекс вопросов, связанных с формированием творческих навыков, удовлетворением индивидуальных потребностей в нравственном, художественном, интеллектуальном совершенствовании подростков, организации их свободного времени.

**Отличительная особенность** состоит в сочетании изучения танца модерн с такими современными танцевальными направлениями как: contemporary, афро-джаз танец, streetjazz, flashdance, hip-hop.

В основе курса лежит изучение техник современного танца: джаз-модерн, contemporary, vogue, хип-хоп, floortechnique/техники работы с полом, импровизация, партнеринг.

Еще одной особенностью данного курса является интеграция всего комплекса специальных дисциплин: в начале изучения мы опираемся на ритмику и партерную гимнастику, затем – на классический и народно-сценический танец, в которых акцент идет на становление и развитие творческой индивидуальности учащегося.

**Адресат:**

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы – 7–12 лет.

В разные возрастные периоды ученики по-разному мыслят и чувствуют, различным образом действуют, находятся в разных отношениях с действительностью. Учет возрастных особенностей является основным критерием при определении учебной нагрузки.

Дети 7-10 лет очень подвижны, энергичны. Ребенок растет очень быстро, но его рост неравномерен, так как сердце не растет в пропорции с его телом.

Отличаются большой жизнерадостностью, внутренней уравновешенностью, постоянным стремлением к активной практической деятельности. Эмоции занимают важное место в психике этого возраста, им подчинено поведение ребят. Дети этого возраста весьма дружелюбны, легко вступают в общение. Для них все большее значение начинают приобретать оценки их поступков не только со стороны старших, но и сверстников. Их увлекает совместная коллективная деятельность. Они легко и охотно выполняют поручения и отнюдь не безразличны к той роли, которая им при этом выпадает. Они хотят ощущать себя в положении людей, облеченных определенными обязанностями, ответственностью и доверием. Неудача вызывает у них резкую потерю интереса к делу, а успех сообщает эмоциональный подъем.

В возрасте 10-12 лет происходит переход от детства к взрослости, от незрелости к зрелости. Подросток - это уже не ребёнок и ещё не взрослый. Это период бурного и неравномерного физического развития. Происходит ускорение роста, интенсивно происходит рост скелета и конечностей, а грудная клетка и таз отстают, отсюда появляется долговязость. Происходит увеличение массы мышц, мышечной силы, но мышцы не способны к длительному напряжению. В этом возрасте наблюдается диспропорция сердечнососудистой системы. Сердце растёт быстрее, чем сосуды. Отсюда появляются различные функциональные нарушения, например потемнение в глазах, головные боли.

В этом возрасте у ребенка резко возрастает значение коллектива, его общественного мнения, отношений со сверстниками, оценки ими его поступков и действий. Он стремится завоевать в их глазах авторитет, занять достойное место в коллективе. Заметно проявляется стремление к самостоятельности и независимости, возникает интерес к собственной

личности, формируется самооценка, развиваются абстрактные формы мышления. Часто он не видит прямой связи между привлекательными для него качествами личности и своим повседневным поведением. В этом возрасте дети склонны к индивидуальным номерам, где можно проявить волевые качества: выносливость, настойчивость, выдержку.

Современный танец способствует не только сохранению и укреплению здоровья, но и имеет возможность исправлять уже имеющиеся небольшие отклонения, такие, как сколиоз, остеохондроз, болезни суставов, слабый мышечный тонус и др. Современный танец развивает физические данные детей, укрепляет мышцы ног и спины, сообщает подвижность суставно-связочному аппарату, формирует технические навыки и основы правильной осанки, тренирует сердечно-сосудистую и дыхательную системы, корректирует физические недостатки строения тела – в этом его значение и значимость в данной возрастной группе детей.

Количество обучающихся в группе 15 человек.

**Режим занятий:**

Занятия проходят три раза в неделю по 1 академическому часу. Академический час равен 40 минут.

**Объем программы:**

1 группа – 102 часа в год. 2 группа – 102 часа в год. Программа реализуется с 11 сентября 2023 года по 31 мая 2024 года.

**Срок освоения программы:** 1 год.

**Уровневость.**

Стартовый уровень – предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

**Форма обучения** – групповая.

**Виды занятий:**

- учебное занятие;
- класс-концерт (открытое, контрольное занятие для родителей и специалистов);
- репетиция;
- выход на сцену (участие в концертах, программах, спектаклях, конкурсах);
- творческая мастерская;
- занятие-игра;

- самостоятельная работа;
- тренинг;
- посещение спектаклей, концертов, мастер-классов и т.п.

**Формы подведения результатов:** беседа, концерт.

## 1.2. Цели и задачи программы

**Цель программы** – формирование и развитие пластических, танцевальных способностей и творческого потенциала обучающихся посредством овладения техниками современного танца.

### **Задачи программы:**

#### Обучающие:

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

#### Развивающие:

- раскрыть и развить творческие способности обучающихся, эмоциональную отзывчивость на музыку, способность к импровизации;
- содействовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата, формированию правильной осанки, профилактике плоскостопия, функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма;
- развить мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности обучающихся.

#### Воспитательные:

- 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;

– способствовать организации свободного времени, профилактике девиантного поведения и социальной адаптации подростков.

## Содержание общеразвивающей программы

### 1.3. Учебный (тематический) план

№	Название темы	Количество часов			Форма аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Знакомство. Проведение инструктажа по технике безопасности.	2	2	0	Беседа
2.	Ритмика	8	2	6	Педагогическое наблюдение
3.	Эстрадный танец	8	2	6	Педагогическое наблюдение
4.	Элементы гимнастики	7	2	6	Педагогическое наблюдение
5.	Народно-сценический танец	7	2	6	Педагогическое наблюдение
6.	Кросс	7	2	6	Беседа, Педагогическое наблюдение
7.	Современный танец	7	2	6	Педагогическое наблюдение
8.	Работа над репертуаром	7	2	6	Концерт
9.	Изучения стиля Контемпорари	7	2	6	Педагогическое наблюдение
10.	Танцевальные комбинации	7	2	6	Педагогическое наблюдение
11.	Изучения стиля VOGUE	7	2	5	Творческая работа

12.	Изучения стиля house	8	2	6	Педагогическое наблюдение
13.	Импровизация	8	2	6	Самостоятельная работа
14.	Отчетное занятие	6	2	4	Педагогическое наблюдение
15.	Итоговое занятие	6	2	4	Отчетный концерт
	Итого:	102	30	79	

#### ***1.4. Содержание учебного (тематического) плана.***

Реализация программы студия танца «Ритм» рассчитана на проведение занятий 2 раза в неделю (Продолжительностью 2 академических часа). Программа Студия танца «Ритм» разработана с учетом физических, психологических и возрастных особенностей детей и построена по принципу «от простого к сложному». Физическая нагрузка и уровень сложности движений нарастает поэтапно и последовательно, усложняются творческие задания, и так же целенаправленно возрастает уровень ответственности детей. Учебно-воспитательный процесс ориентирован на личность ребенка, его индивидуальные склонности, способности и особенности, что позволяет выстроить в коллективе особую атмосферу сотрудничества, взаимодействия и заинтересованности в творческой активности каждого ученика.

**1.Вводное занятие. Знакомство. Проведение инструктажа по технике безопасности.**

**Теория.** Цель и задачи предстоящего года обучения. Перспективы и требования. Расписание занятий. Инструктаж по ТБ.

#### **2. Ритмика**

##### **Теория:**

- понятие характера музыки: веселая, спокойная, энергичная, торжественная;
- понятие динамических оттенков музыки: тихо, умеренно, громко.

##### **Практика:**

- хлопки и шаги в ритм разнохарактерной музыки;
- положение головы, рук, корпуса и ног;



- повороты, прыжки, галоп в различных жанрах;
- партерная гимнастика.

### **3. Эстрадный танец**

#### **Теория:**

- история появления и значение данного направления хореографии;
- понятие о средствах выразительности: темп, динамика движения, характер;
- понятие о жанрах: марш, полька, галоп.

#### **Практика:**

- положение головы, рук, корпуса и ног, характерно эстраднему танцу;
- шаги, прыжки, подскоки в ритме различных жанров;
- комбинации и основные элементы эстрадного танца;
- переходы и рисунки;
- дыхательные, ритмико-гимнастические, музыкально-ритмические упражнения.

### **4. Элементы гимнастики**

#### **Теория:**

- история появления и значение гимнастики

#### **Практика:**

- Мостик;
- Стойка на руках;
- Колесо;
- силовые упражнения.

### **5. Народно-сценический танец**

#### **Теория:**

- история появления и значение данного направления хореографии;
- особенности и отличительные черты каждой национальности.

#### **Практика:**

- положение головы, рук, корпуса и ног, характерно народно-сценическому танцу;
- основные элементы народно-сценического танца в различных национальностях;
- переходы и рисунки.

### **6. Кросс**

**Теория:** Кросс (активное передвижение в пространстве) развивает танцевальность, позволяет приобрести манеру джаз-модерн танца.

#### **Практика:**

- шаги;
- прыжки;
- вращения;

## **7. Современный танец**

### **Теория:**

- история появления и значение данного направления хореографии;

### **Практика:**

- Изучение связок;
- Переходы и рисунки;
- Работа в команде.

## **8. Работа над репертуаром**

### **Теория:**

Работа над постановками хореографических композиций, согласно репертуарному плану

**Практика:** Отработка данных постановок.

## **9. Изучения стиля Контемпорари**

### **Теория:**

История появления и значение данного направления хореографии;

### **Практика:**

- Изучение связок;
- Переходы и рисунки;
- Работа в команде.

## **10. Танцевальные комбинации**

**Теория:** Работа над постановками танцевальных комбинаций.

**Практика:** Изучение связок, переходы и рисунки, работа в команде.

## **11. Изучение стиля VOGUE**

### **Теория:**

- история появления и значение данного направления хореографии;

### **Практика:**

- Изучение связок;
- Переходы и рисунки;
- Работа в команде.

## **12. Изучение стиля house**

**Теория:**

- история появления и значение данного направления хореографии;

**Практика:**

- Изучение связей;

- Переходы и рисунки;

- Работа в команде.

**13. Импровизация****Теория:**

-Теоритические способы для спонтанных, сиюминутных, индивидуальных воплощений авторского произведения в зависимости от сегодняшнего, сиюминутного состояния исполнителя.

**Практика:**

- Работа в парах

-Работа в командах

-Импровизация с переходами

**14. Отчетное занятие**

**Практика:** Отчетное занятие проводится по форме экзамена, где обучающиеся демонстрируют знания, умения и навыки, приобретенные за учебный год.

**15. Итоговое занятие**

**Практика:** Итоговое занятие проводится по форме открытого урока, где обучающиеся демонстрируют знания, умения и навыки, приобретенные за учебный год.

**1.5. Планируемые результаты****Предметные:**

После освоения программы дети и подростки:

- Овладели комплексом навыков и умений, способствующих свободному и выразительному овладению различными техниками и стилями современной хореографии;
- Познакомились с историей танца, различными танцевальными культурами;
- Сформировали исполнительскую культуру и навыки ориентации в сценическом пространстве.

**Метапредметные:**

После освоения программы дети и подростки:

- Раскрыли свои творческие способности, развили эмоциональную отзывчивость на музыку, научились импровизировать;
- Развили опорно – двигательный аппарат, сформировали правильную осанку;
- Развили мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно – силовые и координационные способности.

### **Личностные:**

После освоения программы дети и подростки:

- Заинтересованы в танцевальном творчестве и развитии;
- Освоили культуру общения, установили и укрепили дружеские взаимоотношения в коллективе;
- Сформировали чувство ответственности за индивидуальное и коллективное творчество;
- Приобщились к здоровому образу жизни;
- Организовали свободное время, в пользу профилактики девиантного поведения и социальной адаптации подростков.

## II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### 2.1. Условия реализации программы

#### **Материально-техническое обеспечение**

- Помещение для занятий - просторный, хорошо проветриваемое помещение, отвечающее санитарным нормам, а также дополнительное помещение для переодевания;
- Наличие специальной танцевальной формы;
- Наличие аудиоаппаратуры с флеш-носителем;
- Наличие музыкальной фонотеки;
- Наличие танцевальных костюмов.

#### **Кадровое обеспечение.**

Педагог дополнительного образования реализующий программу должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, секции, студии и иного детского объединения без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы.

К реализации программы допускаются лица, обучающиеся по образовательным программам высшего образования по специальностям и направлениям подготовки, соответствующим направленности дополнительных общеобразовательных программ, и успешно прошедшие промежуточную аттестацию не менее чем за два года обучения.

#### **Информационно-методическое обеспечение**

- Библиотека по хореографии: учебно-методическая литература для преподавателей;
- Наглядные пособия;
- Специальные журналы по хореографии для учащихся;
- Электронные образовательные ресурсы (мультимедийные презентации, учебные пособия, интернет-контент);
- методика изучения уровня развития детского коллектива «Какой у нас коллектив» Лутошкина А.Н.(Приложение 1);
- методика оценивания нравственного и психологического климата в детском коллективе;
- тест рисуночной фрустрации Розенцвейга С.(Приложение2);

- рейтинговые шкалы Рензулли Д., направленные на диагностику способностей к обучению, творческих и лидерских качеств ребенка (Приложение №3);
- тренинг «Расширение телесного и эмоционального опыта»;
- игра-тест на проявление интеллектуальной познавательной активности детей;
- тест на определение специальных знаний и умений;
- анкетирования удовлетворенности детей и родителей и т.п.

Организация и сам процесс осуществления учебно-познавательной деятельности предполагают передачу, восприятие, осмысливание, запоминание учебной информации и практическое применение получаемых при этом знаний и умений.

Исходя из этого, основными методами обучения являются:

- метод словесной передачи учебной информации (рассказ, объяснение, беседа и др.);
- методы наглядной передачи и зрительного восприятия учебной информации (иллюстрация, демонстрация, показ и др.);
- методы передачи учебной информации посредством практических действий.

Практические методы применяются в тесном сочетании со словесными и наглядными методами обучения, так как практической работе по выполнению упражнения должно предшествовать инструктивное пояснение педагога. Словесные пояснения и показ иллюстраций обычно сопровождают и сам процесс выполнения упражнений, а также завершают анализ его результатов.

Используются следующие методы:

*Проблемно-поисковые методы обучения.* Педагог создает проблемную ситуацию, организует коллективное обсуждение возможных подходов к ее разрешению. Ученики, основываясь на прежнем опыте и знаниях, выбирают наиболее рациональный вариант разрешения проблемной ситуации. Поисковые методы в большей степени способствуют самостоятельному и осмысленному овладению информацией.

*Методы эмоционального восприятия.* Подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений. Опора на собственный фонд эмоциональных переживаний каждого учащегося.

## 2.2. Формы аттестации/контроля

Вводный (начало года).

Текущий (в течение всего учебного года).

Подведение итогов каждого занятия, оценка деятельности педагогом посредством наблюдения; проведение занятия в форме просмотра работы всей группы; оценка выразительности, музыкальности и артистизма исполнения.

Итоговый (конец года).

Проведение индивидуальных отчетов, демонстрация танцевальных возможностей воспитанника; участие в отчетном концерте.

Программа предполагает проведение мониторинга развития способностей обучающегося, который отслеживает динамику развития по следующим параметрам и критериям:

- Эмоционально– творческое развитие.

Критерии: пластика, мимика, сюжетная композиция.

- Музыкально– ритмическая координация

Критерии: умение согласовывать движения частей тела во времени и пространстве под музыку, изменять движения в соответствии с фразами

- Развитие физических способностей.

Критерии: гибкость, выворотность, растяжка, прыжок

- Личностные качества.

Критерии: выраженность интереса к занятиям; самооценка деятельности на занятиях; ориентация на общепринятые моральные нормы и их выполнение в поведении, способность к сотрудничеству.

#### **Способ оценивание:**

Оценка деятельности обучающихся педагогом посредством наблюдения; проведение занятия в форме просмотра работы всей группы.

Низкий уровень - развитие качества или навыка только начинается;

Средний уровень - качество или навык находится в развитии;

Высокий уровень - можно говорить о хорошем развитии для данного возраста качества или навыков.

## Список литературы

### Литература для учащихся:

1. Бардина С. Ю. Балет, уроки : Иллюстрированное руководство по официальной балетной программе / С. Ю. Бардина – Москва : Издательство АСТ : Астрель, 2005. – 144 с.
2. Лора Ли Балет. История, музыка и волшебного классического танца : Детская энциклопедия / Лора Ли - Москва : Издательство АСТ, 2015. – 96 с.
3. Базарова, Н. Азбука классического танца. Первые три года обучения / Н. Базарова, В. Мей. - М.: Искусство, 2016. - 208 с.

### Литература для педагога:

1. Бекина С.И. Музыка и движение : Упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет / С. Ю. Бекина – Москва : Издательство Просвещение, 2006. – 288 с.
2. Ваганова А. Я.В 12 Основы классического танца. Издание 6. Серия “Учебники для вузов. Специальная литература” — СПб.: Издательство “Лань”, 2000. — 192с.
3. Ваганова А. Я. Основы классического танца : Учебники для вузов. Специальная литература / А. Я. Ваганова – СПб. : Издательство Лань, 2000. – 192 с.
4. Васильева Т.К. Секрет танца / Т. К. Васильева – СПб. : Издательство Золотой век, 1997. – 478 с.
5. Диниц Е.В. Азбука танцев / Е. В. Диниц, Д. А. Ермаков, О. В. Иванникова – Донецк : Издательство АСТ, 2004. – 287 с.
6. Пасютинская В. М. Волшебный мир танца : Книга для учащихся / В. М. Пасютинская – Москва : Издательство Просвещение, 1985. – 223с.
7. Тарасова Н. Б. Теория и методика преподавания народно-сценического танца : учебно-методическое пособие / Н. Б. Тарасова – СПб : Академия Русского балета им. А. Я., 2006. – 126 с.
8. Чибрикова - Луговская А.Е. Ритмика : Ходьба. Упражнения. Игры. Танцы. : метод. Пособие для воспитателей / А. Е. Чибрикова – Луговская – Москва : Издательство Дрофа, 1998. – 102 с.



