

Управление образования Артёмовского городского округа
Муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного
образования «Центр образования и профессиональной ориентации»

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол № 4
от «27» мая 2022 г.

Утверждаю:
Директор МАОУ ДО «ЦОиПО»
Н.А. Холоткова
Приказ № 206
от «27» мая 2022 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности

Студия современного танца «Гравитация».

Продвинутый уровень

Программа адресована детям 12-15 лет,
Срок реализации программы 1 год (объём 144 часа)

Составитель:
Смирнова Светлана Александровна,
педагог дополнительного образования,
первая квалификационная категория

п. Буланаш
2022 г

Содержание

Комплекс основных характеристик

1. Пояснительная записка	3
1.1. Актуальность программы	3
1.2. Направленность программы.....	3
1.3. Новизна.....	3
1.4. Адресат программы.....	3
1.5. Объем, срок и уровень освоения программы.....	3
1.6. Формы обучения.....	3
1.7. Особенности организации образовательного процесса.....	4
1.8. Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий	6
1.9. Нормативно-правовые основания разработки ДООП.....	6
1.10. Цель и задачи программы.....	8
2. Содержание ДООП	9
2.1. Учебный (тематический) план.....	9
2.2. Содержание учебного (тематического) плана... ..	11
3. Планируемые результаты	13
Комплекс организационно-педагогических условий	
4. Условия реализации ДООП	13
4.1. Календарный учебный график	13
4.2. Материально-техническое обеспечение.....	14
4.3. Методическое обеспечение	14
4.4. Кадровое обеспечение	15
5. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы	16
Список литературы	17
Аннотация	18
Приложения	19

Комплекс основных характеристик

1. Пояснительная записка

Среди множества форм художественно-эстетического воспитания детей хореография занимает особое место. Современный танец, как самостоятельная форма искусства, обладает огромными возможностями для полноценного социального развития подрастающего поколения, для его гармоничного духовного и физического совершенствования. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует художественный вкус, свое собственное высоко нравственное "я", так как специфика занятий данным видом деятельности базируется на больших трудовых и нравственных усилиях, что в свою очередь, формирует физическую и психическую выносливость, развивает работоспособность и привычку систематически следить за своим состоянием здоровья.

Программа является модифицированной, составлена на основе учебных пособий «Модерн джаз танец. Этапы развития. Метод. Техника» Никитина В.Ю., «Мастерство хореографа. Композиция танца» Мелехова А. В., «Учите детей танцевать» под редакцией Пуртовой Т.В., Беликовой А.Н., Кветной О.В. Также в программу включены выборочные материалы из образовательных программ художественно – эстетической направленности «Современные танцы» Гремпель О.А.

1.1. Актуальность программы состоит в том, что на основе разработанных репетиций и тренировок происходит дальнейшее развитие физических данных обучающихся, приобретение специфических знаний в области хореографии.

1.2. Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Студия современного танца «Гравитация» (Далее – программа, ДООП «Студия современного танца «Гравитация») художественная.

1.3. Новизна программы заключается в личностно ориентированном обучении, наиболее полно раскрывающем как творческие способности, так и лидерские качества обучающихся через введение в программу импровизационных форм взаимодействия друг с другом

1.4. Адресат программы

Программа ориентирована на обучающихся 12 – 15 лет, учитывает возрастные и индивидуальные особенности детей (*приложение № 3*). Количество обучающихся в группе – 12 человек.

1.5. Объем, срок и уровень освоения программы

Программа рассчитана на 1 учебный год, 144 ч.

Программа скорректирована по индивидуальным и возрастным особенностям обучающихся, предполагает реализацию материала, обеспечивающего освоение узкопрофильных и специфических знаний и навыков в данном виде деятельности.

1.6. Форма обучения – очная, индивидуально-групповая, групповая, с применением дистанционных образовательных технологий

1.7. Особенности организации образовательного процесса, состав группы

Набор в группы детей производится на без конкурсной основы, при наличии справки от педиатра о состоянии здоровья.

Методы работы по типу познавательной деятельности:

- Объяснительно – иллюстративный метод, направленный на сообщение готовой информации различными средствами (словесными, наглядными, практическими) и осознание и запоминание этой информации ее обучающимся;

- Репродуктивный метод, направленный на воспроизведение обучающимися способов деятельности по определенному педагогом алгоритмом;

- Проблемного изложения, предполагает постановку преподавателем перед обучающимися проблемы и определения путей ее решения с сокрытием возможных познавательных противоречий;

- Частично-поисковый метод, при котором определенные элементы знаний сообщает педагог, а часть обучающиеся получают самостоятельно, отвечая на поставленные вопросы или решая проблемные задания.

- Исследовательский метод, который предусматривает творческое применение знаний, овладение методами научного познания, формирования навыка самостоятельного научного поиска.

Методы работы по дидактическим целям:

- Информационно-развивающие методы (устное изложение педагогом материала, беседа);

- Эвристические методы (эвристическая беседа, диспут);

- Исследовательские методы (наблюдение и систематизация фактов, самостоятельное изучение проблемы, метод генерации идей).

- Упражнения (по образцу, вариативные, пробные, тренировочные);

- Хореографический практикум.

Методы воспитания

- Дальнейшее формирование сознания (рассказ, объяснение, разъяснение, беседа, увещание, внушение, инструктаж, диспут, личный положительный пример);

- Организация деятельности и формирования опыта поведения (упражнение, приучение, педагогическое требование, общественное мнение, поручение, воспитывающие ситуации);

- Стимулирование и мотивация деятельности (соревнование, поощрение, наказание);

- Метод контроля, самоконтроля, оценки и самооценки деятельности и поведения;

- Анализ и сравнение движений, нахождение логических связей между элементами, сравнение особенностей и нюансов выполнения движений, что способствует осознанному отношению к уроку.

Принципы обучения

Сознательности и активности:

- в основе этого принципа лежит понимание того, что без усилий со стороны обучаемых процесс обучения не будет иметь результатов. Обучение должно быть осознанным, осмысленным, целенаправленным с точки зрения обучаемого.

Принцип наглядности:

- показ отдельных хореографических элементов, танцевальных связок, композиций педагогом; просмотр видеоматериала; разбор печатных схем.

Принцип систематичности и последовательности:

- многократные репетиции, так как при отработке движения и повторении его много раз формируется точность исполнения, координированность движений, техника, повышается уровень усвоения материала. Освоение движений - постепенное, поэтапное.

Принцип доступности:

- изучаемый материал должен быть доступен детям, поскольку это позволяет качественно усваивать материал, формирует чувство уверенности в себе, помогает самоутвердиться, поддерживает интерес к предмету.

Принцип разнообразия:

- занятие, состоящее из нескольких тематических частей, разнообразие материала позволяет сохранить постоянное внимание детей и способствует сохранению темпо-ритма урока.

Принцип импровизации:

- выполняя задания на импровизацию, обучающиеся развивают воображение, мышление, инициативу, самостоятельность, развиваются духовно и творчески. Задания на импровизацию помогают обучающимся в раскрытии художественных образов в танцевальных композициях, самовыражении.

Принцип связи теории с практикой:

- практика – основной материал для познания. Практически полученные знания являются наиболее достоверным источником получения информации.

Формы организации образовательной деятельности:

- учебное и открытое занятие;
- праздник, концерт, конкурс, фестиваль;
- практическое занятие, тренинг;
- творческая лаборатория (постановочные занятия, танцевальные джемы, баттлы, семинар, мастер-классы);
- акция, презентация, беседа;
- игра, наблюдение, экскурсия.

Педагогические технологии:

- технология индивидуализации обучения;
- технология группового обучения;
- технология коллективного взаимообучения;
- технология блочно - модульного обучения;
- технология дифференцированного обучения;
- технология разно - уровневого обучения;

- технология развивающего обучения;
- технология проблемного обучения;
- технология проектной деятельности;
- технология игровой деятельности;
- коммуникативная технология обучения;
- технология портфолио;
- технология мастер-класса;
- технология образа и мысли;
- здоровье берегающая технология.

1.8. Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Режим занятий – 2 раза в неделю, продолжительность занятий – 2 часа по 45 минут. Во время занятий предусмотрены 5 минутные перерывы для снятия напряжения и отдыха.

1.9. Нормативно-правовые основания разработки ДООП

Федеральный уровень

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями);
- Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.);
- Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденная Приказом Минпросвещения России №467 от 03.09.2019 г;
- Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 N 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 "Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ".
- Приказ Министерства просвещения России от 17.03.2020 г. № 103 «Об утверждении временного порядка сопровождения реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 17.03.2020 № 104 «Об организации образовательной деятельности в организациях, реализующих образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования, образовательные программы среднего профессионального образования и дополнительные общеобразовательные программы, в условиях распространения новой коронавирусной инфекции на территории Российской Федерации».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации (Мин просвещения России) от 26 августа 2020 г. № 438 г. Москва "Об утверждении

Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным программам профессионального обучения»;

– Приказ Министерства образования и науки РФ № 513 от 02.07.2013 г. «Об утверждении Перечня профессий рабочих, должностей служащих, по которым осуществляется профессиональное обучение»;

- Постановление Правительства Российской Федерации от 10 июля 2013 г. № 582 «Об утверждении правил размещения на официальном сайте образовательной организации в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обновления информации об образовательной организации»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";

- Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 N 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;

- Постановление Правительства РФ от 31 октября 2002 г. N 787 "О порядке утверждения Единого тарифно-квалификационного справочника работ и профессий рабочих, Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих" (с изменениями и дополнениями)

Региональный уровень.

- Закон Свердловской области от 15 июля 2013 года №78–ОЗ "Об образовании в Свердловской области";

- Постановление Правительства Свердловской области от 01.08.2019 г. № 461 ПП «О региональном модельном центре дополнительного образования детей Свердловской области»;

- Постановление Правительства Свердловской области от 06.08.2019 г. № 503 ПП «О системе персонифицированного финансирования дополнительного образования детей на территории Свердловской области»;

- 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»;

- Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 26.06.2019 № 70-Д «Об утверждении методических рекомендаций «Правила персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Свердловской области»;

Местный уровень

- Постановление № 1185-ПА от 31.10.2018 Об утверждении муниципальной программы «Развитие системы образования Артемовского городского округа на период 2019-2024 годов»

- Лицензия МАОУ ДО «ЦОиПО» на право осуществления образовательной деятельности № 17416 от 19 августа 2013 г.;

- Устав муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования «Центр образования и профессиональной ориентации».

- Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования «Центр образования и профессиональной ориентации».

1.10. Цель и задачи программы

Цель программы: создание условий для развития личностных качеств и творческих способностей у обучающихся через освоение узкопрофильных и специфических знаний, навыков в области современной хореографии (приложение № 4)

Задачи программы

Обучающие задачи:

- изучить и закрепить основные термины хореографии;
- познакомить с техниками исполнения современного танца;
- изучить классический экзерсис у станка и на середине;
- изучать и совершенствовать техники исполнения движений джазового танца (классический джаз, модерн- джаз, афро-джаз);
- изучить особенности и обучить основным движениям современного танца (contemporary dance, vogue);
- изучить и совершенствовать исполнение основных движений эстрадного танца (чарльстон, рок-н-ролл);
- обучать точной выразительной передаче характера создаваемого образа с помощью танцевальных и пластических средств;
- обучать практическому применению теоретических знаний в постановочной и концертной деятельности в соответствии с возрастом и годом обучения.

Развивающие задачи:

- развивать и совершенствовать музыкальные способности (музыкальный слух, чувство ритма, музыкальная память);
- развивать двигательные качества (гибкость, пластичность, координация движений, ориентирование в пространстве);
- развивать и тренировать психические процессы (эмоциональное восприятие, внимание, память, творческое мышление);
- развивать творческие способности (воображение, умение импровизировать под музыку);
- развивать умственную и физическую работоспособность, выносливость;
- способствовать укреплению здоровья, физическому развитию обучающихся.

Воспитательные задачи:

- формировать и воспитывать общественно-активную личность с развитой гражданской позицией и чувством патриотизма, развитой культурой общения и поведения в социуме, приобретенными навыками здорового образа жизни и т. п.;
- формировать и развивать лидерские качества: уверенность, решительность, амбициозность, уравновешенность, энтузиазм;

- формировать мотивацию к определенному виду деятельности, потребности в саморазвитии, самостоятельности, ответственности, активности, аккуратности и т. п.;
- формирование сплоченного коллектива;
- формирование танцевальной культуры подрастающего поколения;
- воспитание ответственности и добросовестного отношения к начатому делу и умение его завершить;
- получить опыт публичных выступлений

2. Содержание ДООП

2.1. Учебный (тематический) план

№ п/п	Название раздела/темы	Количество часов			Форма аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	2	1	1	Определение усвоения ранее изученного материала
2.	Беседы об искусстве танца	4	1	3	Устный тест «Вопрос-ответ», презентация
3.	Джазовый танец (модерн-джаз, классический)	28	4	24	Наблюдение за правильностью выполнения упражнений, самостоятельная работа, этюд Отбор детей для постановки по их танцевальным возможностям.
4.	Движения и связки стиля современного танца Vogue	20	2	18	Наблюдение за правильностью выполнения упражнений, самостоятельная работа, этюд Отбор детей для постановки по их танцевальным возможностям.
5.	Контемпорари	22	2	20	Наблюдение за правильностью выполнения упражнений, самостоятельная работа, этюд Отбор детей для постановки по их танцевальным возможностям.
6.	Эстрадный танец (рок-н-ролл, чарльстон)	24	2	22	Наблюдение за правильностью выполнения упражнений, танцевальный этюд Отбор детей для постановки по их танцевальным возможностям.
7.	Проектная деятельность (репетиционно-постановочная работа)				
7.1	Композиция в джазовом стиле	8	1	7	Анализ и самоанализ творческой деятельности

					Презентация танцевального номера на местном уровне к конкурсу (концертный номер в местном ДК, муниципальный конкурс), на областном уровне (конкурс, фестиваль)
7.2	Композиция или этюд в стиле Vogue	6	1	5	Анализ и самоанализ творческой деятельности Презентация танцевального номера на местном уровне к конкурсу (концертный номер в местном ДК, муниципальный конкурс), на областном уровне (конкурс, фестиваль)
7.3	Композиция в стиле контемпорари	8	1	7	Анализ и самоанализ творческой деятельности Презентация танцевального номера на местном уровне к конкурсу (концертный номер в местном ДК, муниципальный конкурс), на областном уровне (конкурс, фестиваль)
7.4	Композиция или этюд в стиле рок-н-ролл	6	1	5	Анализ и самоанализ творческой деятельности Презентация танцевального номера на местном уровне к конкурсу (концертный номер в местном ДК, муниципальный конкурс), на областном уровне (конкурс, фестиваль)
	Композиция или этюд в стиле чарльстон	6	1	5	Анализ и самоанализ творческой деятельности Презентация танцевального номера на местном уровне к конкурсу (концертный номер в местном ДК, муниципальный конкурс), на областном уровне (конкурс, фестиваль)
8.	Итоговое занятие	2	0	2	Открытый урок
9.	Концертная деятельность	8	0	8	Областной, муниципальный конкурс- фестиваль, концерты
	Итого	144	17	127	

2.2. Содержание учебного (тематического) плана

Раздел 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности

Теория: рассказ- беседа о том, от куда берется движение, как оно возникает и что такое танцевальная фраза. Настроение в танце, ритм и его значение в танце, характер танца. Свод правил и требований перед началом и во время занятий, а также при несчастных случаях и экстремальных ситуациях.

Практика: повторение пройденного материала базового уровня, импровизация.

Раздел 2. Беседы об искусстве танца

Теория: яркие представители танцевального искусства, как прошлых лет, так и современности. Композиционное решение в танце, теория постановки (идея, музыка, движения, костюм).

Практика: фото, видео презентация представителей танцевального искусства, материалы по постановке танца (книги, презентации, видео семинары).

Раздел 3. Джазовый танец (модерн-джаз, классический)

Теория: словесное объяснение и наглядный показ исполнения, как отдельных разминочных движений, так и учебно-танцевальных комбинаций, кроссов. Техника безопасности при выполнении движений.

Практика: усложнение выученных ранее комбинаций движений. Использование в комбинациях элементов стретчинга и импровизации.

Закрепление:

- fan kick - grand battement из диагонали в диагональ;
- падения (hipfall, knee slide, shoulder fall);
- повороты на месте (compass turn, knee turn, pencil turn).

Кроссы: прыжки (coffee grinder, stag leap, jete fouette), туры с прыжком, передвижения по залу в различных вариациях.

Учебно-танцевальные комбинации на середине зала: длинные танцевальные комбинации в различных стилях джазового танца. Работа над музыкальностью и эмоциональностью исполнения. Самостоятельная работа над составлением комбинаций движения, импровизация.

Раздел 4. Движения и связки современного танца Vogue

Теория: словесное объяснение и наглядный показ, как отдельных движений, так и танцевальных связок. Техника безопасности при выполнении стретчинга, комбинаций движений, поддержек, несложных акробатических элементов.

Практика: вариации позировок, манерная проходка, вариации движения руками (петли), падения в дроб, комбинации и связки движений, импровизация (сольное исполнение, в парах и тройках), составление единого этюда.

Раздел 5. Контемпорари

Теория: словесное объяснение и наглядный показ, как отдельных движений, так и танцевальных связок. Техника безопасности при выполнении

стретчинга, партерных комбинаций движений, поддержек, несложных акробатических элементов.

Основные принципы исполнения контемпорари:

- принцип естественности движения, дыхания, инерции веса;
- «выстраивание» или «настройка» тела через расслабление;
- экономично-бережное и эффективное использование телесной структуры и осознания себя в движении;
- акцент на работе суставов, выстраивании позвоночника, налаживании связей между центром тела и конечностями;
- принцип техники работы в партере, стоя и с партнером;
- принцип контактной и свободной импровизации;
- чередование напряженных натянутых мышц и неожиданного расслабления, внезапные остановки (часто на прямых ногах), падения и подъемы, балансирование.

Практика: Совершенствование работы с пространством, дыханием, эмоциями, качеством движений, правильному выстраиванию своего тела через расслабление в сочетании с танцевальными комбинациями.

Раздел 6. Эстрадный танец «Чарльстон» и «Рок-н-ролл»

Теория: словесное объяснение и наглядный показ, как отдельных движений, так и танцевальных связок венского вальса. Техника безопасности при выполнении комбинаций движений, поддержек при работе в паре.

Практика: комбинации и связки движений на середине зала

Элементы чарльстона

- Основной шаг – чарльстон;
- Двойной чарльстон;
- Чарльстон с точкой вперед и назад;
- Чарльстон с поворотом;
- Чарльстон с продвижением вперед, назад, в сторону;
- Комбинации движений в паре;
- Импровизация на основе изученного материала.

Элементы танца «рок-н-ролл»

- Основной шаг рок-н-ролла;
- Свинговые движения (раскручивание и закручивание);
- Работа с партнером;
- Комбинации движений.

Раздел 7. Проектная деятельность (репетиционно – постановочная работа)

Теория: введение в проектную деятельность, обсуждение целей и задач с обучающимися студии сочинения новых постановок в джазовом стиле, стиле современного танца Vogue, контемпорари и эстрадном танце (чарльстон, рок-н-ролл). Обсуждение и подбор комбинаций движения к танцу. Обсуждение идеи и сюжета танцев, подбор музыкального ряда к композиции. Обсуждение костюмов, нужных атрибутов, прически, макияжа, обуви. Схематичный показ на бумаге или словесный рассказ о передвижениях в пространстве по рисунку танца.

Практика: творческое взаимодействие педагога и детей над созданием танцевальной композиции, составленной из логически выстроенных элементов и фигур, основанных на лексике выбранного танцевального направления, жанра. Репетиции танцевальных номеров в костюмах на сцене.

Раздел 8. Итоговое занятие

Практика: открытый урок по усвоению хореографического материала за год

Раздел 9. Концертная деятельность, посещение мастер-классов

Практика: публичные выступления на фестивалях, конкурсах, отчетных концертах как района, так и области. Знакомство и изучение нового материала на различных мастер-классах по хореографии.

3. Планируемые результаты

Личностные:

- иметь ценностное отношение к себе и к окружающим;
- проявлять интерес и уважение к духовным и культурным ценностям разных народов;
- проявлять себя как личность творчески развивающуюся;
- видеть перспективы собственного развития и совершенствования;
- осознавать необходимость постоянной работы над собой для достижения более высоких результатов.

Метапредметные:

- уметь свободно выражать свои чувства и эмоции в коллективном танце и сольном исполнении;
- уметь экспериментировать и сотрудничать в постановочной деятельности с коллективом и педагогом;
- уметь анализировать увиденные танцевальные выступления и определять их жанр;
- придумывать и исполнять развернутые танцевальные комбинации движений.

Предметные:

- совершенствовать полученные знания в области современной хореографии;
- грамотно исполнять движения джазового танца, направления и элементов контемпорари, стиля современного танца Vogue и комбинаций венского вальса;
- свободно ориентироваться в многообразии видов и направлений современного танца в соответствии с возрастом;
- понимать построение композиции в постановочной деятельности.

Комплекс организационно-педагогических условий

4. Условия реализации ДООП

Занятия проходят в учебном кабинете №7 расположенного по адресу: обл. Свердловская, Артемовский р-н, пос. Буланаш, ул М. Горького, д. 8

4.1. Календарный учебный график

Учебный год - 36 недель, начало - 01.09.2022 г., окончание - 31.05.2023г. (Приложение 1), на основании календарного учебного графика,

после утверждения расписания составляется КТП (календарно-тематическое планирование).

Календарно - тематический план

№ п/п	Название раздела/темы	Количество часов			Форма аттестации и контроля
		Всего	Теоретические	Практические	
согласно утвержденному расписанию					

4.2. Материально – техническое обеспечение

№ п.п.	Наименование	Количество
1.	Хореографический зал 42,1 кв. м	1
2.	Танцевальные станки	6
3.	Зеркало	1
4.	Музыкальная центр с 2 колонками	1
5.	Аудиа колонка	1
6.	Стол учительский	1
7.	Стул учительский	1
8.	Аптечка первой помощи	1

4.3. Методическое обеспечение

Программа обеспечена специальной литературой, планами-конспектами, презентациями, видеоматериалами согласно учебному (тематическому) плану.

Для педагога:

- литература по профилю деятельности, учебные пособия (список литературы);
- поурочные планы-конспекты;
- подборка разработанных видео уроков;
- подборка разработанных презентаций;
- подборка фотографий, видеороликов с репетиций и выступлений коллектива на флеш-карте и дисках;
- интернет ресурсы сайтов:
<http://www.horeograf.com/> Н. Довбыш;
<http://dancehelp.ru/> Хореографу в помощь — Dancehelp.ru;
<http://vdohnovenie-fest3.ru/> Практикующий хореограф;
<http://youtube.com/Daonline/> Школа танца онлайн;
<https://ballroom-dances.ru/page/sajt-balnyh-tancev/> Бальные танцы

Для обучающихся и их родителей:

- подборка видеоматериала по современному танцу с интернет ресурсов;
- подборка видеопрезентаций, фотографий, видеороликов с репетиций и выступлений коллектива «Гравитация» на флеш-карте и дисках;
- подборка документальных и художественных фильмов о танцах;

- интернет ресурсы сайтов и социальных групп - папка «Гравитация» на Google диске
<https://drive.google.com/drive/folders/19dIhkSOTw572NFS3zASBID9zKjHcaH37?usp=sharing>

№п/п	Наименование	Количество /ссылки на Google ресурс
1.	Инструктажи: - Вводный инструктаж по охране труда для обучающихся (ВИОТ-2020); - Инструктаж по пожарной безопасности в учреждении (ИППБ-2020); - Инструктаж по охране труда при эксплуатации электроустановок до 1000 В (ИОТ-001-2020); - Инструкция по оказанию доврачебной помощи при несчастных случаях (ИОТ-002-2020); - Инструкция по правилам дорожного движения для школьников	5
2.	Стенд «Основные позиции рук и ног в джазовом танце»	1
3.	Стенд «Основные позиции рук и ног классического танца»	1
4.	Информационный стенд «Студия современного танца «Гравитация»	1
5.	Подборка видеотеки по джазовому танцу, классическому экзерсису, hip-hop направлению, историко-бытовому танцу	Папка «Гравитация» https://drive.google.com/drive/folders/19dIhkSOTw572NFS3zASBID9zKjHcaH37?usp=sharing
6.	Подборка музыкального ряда по джазовому танцу, классическому экзерсису, hip-hop направлению, историко-бытовому танцу	Папка «Гравитация» https://drive.google.com/drive/folders/19dIhkSOTw572NFS3zASBID9zKjHcaH37?usp=sharing
7.	Подборка специальной литературы по хореографии	Папка «Гравитация» https://drive.google.com/drive/folders/19dIhkSOTw572NFS3zASBID9zKjHcaH37?usp=sharing

4.4. Кадровое обеспечение

Реализацию программы обеспечивает педагог дополнительного образования, обладающий профессиональными знаниями и компетенциями соответствующее профилю преподаваемой программы.

Уровень образования педагога: среднее профессиональное образование; высшее образование – бакалавриат, специалитет или

магистратура; преподавание данной программы может осуществлять студент 2 курса педагогического образования по направлению деятельности.

Профессиональная категория: без требований к категории.

5. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы

Формы аттестации/контроля освоения ДООП в течении учебного года:

- анализ наблюдения;
- просмотр, анализ и самоанализ выполненного задания, исполнения танцевальной постановки;
- танцевальный этюд;
- индивидуальный и групповой устный тест-опрос.

Промежуточная форма отслеживания результатов освоения ДООП:

- творческие конкурсы и фестивали районного, областного, международного уровня; концерты.

Итоговая форма аттестации:

- итоговое занятие;
- отчетный концерт;
- областной/международный конкурс.

Способы фиксации результата:

- наблюдение за обучающимися;
- педагогический анализ;
- обобщение и ведение мониторинга на основе полученных данных.

Оценочные материалы оценки качества освоения ДООП «Студия современного танца «Гравитация»» (приложение № 2):

- диагностические карты учебного процесса;
- карты самоанализа.

Критерии оценивания уровня освоения программы

Достаточный - с затруднением выполняет сложные комбинации движений, долго изучает движения, принимает участие в концертах местного уровня;

Средний – выполняет учебные танцевальные комбинации и связки в соответствии своего понимания и пластики движений, принимает участие в конкурсах местного уровня и по возможности областного характера;

Высокий – активно и с интересом занимается хореографией, хорошо запоминает связки движений, может самостоятельно воспроизвести танцевальные фразы, может импровизировать, понимает терминологию хореографии, активно принимает участие в конкурсах, имеет результаты.

Список литературы

Для педагога:

1. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии / Т.К. Барышникова. - М.: Айрис-Пресс: Рольф, 1999. – 262с.
2. Коглер А. Йога для спортсменов. Секреты олимпийского тренера / Аладар Коглер. – Пер. с англ. В.Кашникова. – М.: Фаир-пресс, 2001. -304с.
3. Мелехов А.В. Искусство балетмейстера. Композиция и постановка танца. Учебное пособие. – ООО «Издательство УМЦ УПИ», Екатеринбург, 2015.
4. Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец: История. Методика. Практика / В.Ю. Никитин. - М.: ГИТИС, 2000. - 438с.
5. От внешкольной работы - к дополнительному образованию детей: Сб. нормат. и метод. материалов для доп. образования детей / [Ред.-сост. И.В. Калиш]; Науч. ред. А.К. Бруднов. - М.: ВЛАДОС, 1999. - 541, [1] с.
6. Пуртова Т. В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учебное пособие для студентов учреждений среднего профессионального образования. – М.: Гуманит. изд. центр Владос, 2003. – 256с.
7. Социальное воспитание в учреждениях дополнительного образования детей: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 050711 (031300) - Социал. педагогика / [Б.В. Куприянов и др.]; Под ред. А. В. Мудрика. - М.: Academia, 2004. - 240 с.
8. Шкурко Т.А. Танцевально-экспрессивный тренинг. – СПб. Издательство «Речь», 2003. – 192 с.

Для обучающихся и родителей:

1. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии / Т.К. Барышникова. - М.: Айрис-Пресс: Рольф, 1999. – 262с.
2. Мелехов А.В. Искусство балетмейстера. Композиция и постановка танца. Учебное пособие. – ООО «Издательство УМЦ УПИ», Екатеринбург, 2015.
3. Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец: История. Методика. Практика / В.Ю. Никитин. - М.: ГИТИС, 2000. - 438с.
4. Шкурко Т.А. Танцевально-экспрессивный тренинг. – СПб. Издательство «Речь», 2003. – 192 с.

Аннотация

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Студия современного танца «Гравитация» художественной направленности предназначена для детей 10 - 15 лет.

Срок реализации - один учебный год. Объем программы 144 часа.

Занятия проходят два раза в неделю по два академических часа.

Программа направлена создание условий для развития личностных качеств и творческих способностей у обучающихся через освоение узкопрофильных и специфических знаний, навыков в области современной хореографии.

Программа способствует развитию:

- музыкальных качеств (слух, чувство ритма, музыкальная память);
- двигательных качеств (гибкость, пластичность, координация движений, ориентирование в пространстве);
- психических процессов (эмоциональное восприятие, внимание, память, творческое мышление);
- творческих способностей (воображение, умение импровизировать под музыку);
- умственной и физической работоспособности, выносливости.

Программой предусмотрено изучение разделов:

- Джазовый танец (модерн-джаз, классический, афро-джаз);
- Элементы современного направления Vogue;
- Основы contemporary;
- Элементы эстрадного танца (чарльстон, рок-н-ролл)

Основными педагогическими формами реализации программы являются теоретические и практические занятия с участием обучающихся в концертных программах, хореографических конкурсах, фестивалях различных уровней

Приложение № 1

Утверждено
Директор МАОУ ДО «ЦДОиЮ»
Н.А. Холодкова

**Годовой календарный учебный график
Муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования
«Центр образования и профессиональной ориентации»
на 2022-2023 учебный год**

	МЕСЯЦ																																																													
	сентябрь			октябрь			ноябрь			декабрь			январь			февраль			март			апрель			май			июнь			июль			август																												
пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
2022	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
2023	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31

Условные обозначения: У - учебный процесс
 П/А - промежуточная аттестация
 А - итоговая аттестация
 П - праздничные дни календаря
 В - выходные дни,
 Р - рабочие дни
 Л - лагерь дневного пребывания
 О - очередной отпуск педагогов
 Д - демонстрационный экзамен в группах профессионального обучения
 Э - квалификационный экзамен в группах профессионального обучения

Приложение № 2

**Диагностическая карта физических данных ребенка
(по Т. Барышниковой)**

№	Фамилия, имя обучающегося	Физические данные									
		Параметры оценивания									
		Осанка		Выворотность ног		Подъем стопы		Балетный шаг		Высота прыжка	
		Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К
1											
2											

Уровни:

высокий – 5 баллов;

средний – 4 балла;

ниже среднего – 3 балла.

Н – начало года

К – конец года

**Диагностика уровней развития чувства ритма у обучающихся
(по И.Г. Лаптеву)**

№	Фамилия, имя обучающегося	Параметры оценивания			Средний показатель (сумма Параметров/ количество параметров)		Уровень обученности	
		Развитие музыкальной памяти	Развитие музыкально – ритмического слуха	Умение слышать и передавать движениями равномерную пульсацию метрических долей в музыке	Н	К	Н	К
1								
2								

Высокий уровень – 1 балл
Средний уровень – 2 балла
Достаточный уровень – 3 балла
Низкий уровень – 4 балла
Н – начало года
К – конец года

Карта самоанализа № 1

Что я знаю и не знаю?

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

Карта самоанализа № 2

Что для меня значит танец?

Что такое танец	Интересен ли мир танца для меня	Как я могу проявить себя в танце	Как я чувствую и понимаю движение	Могу ли я сочинить свой танец

Психолого-педагогические и возрастные особенности детей и подростков

10-11 лет – пограничный возраст между детством и отрочеством. Это уже не малыши, но еще не старшие дети. Такой возраст объединяет части характеров, присущие старшим детям (интеллектуальное развитие, нормы морали, противоречивость и т.п.) и младшим (непосредственность, неумение концентрировать внимание и т.п.).

Особенности физического развития – это резкий скачок роста у девочек по сравнению с мальчиками, непропорциональное развитие тела, вызывающее ощущение неловкости, неуклюжести.

В то же время, физические навыки, ловкость и сила оказывают большое влияние на статус среди сверстников и на мнение о себе; начинается формирование критического мышления; колебания настроения; боятся проиграть, чувствительны к критике; начинают понимать и принимать нравственные нормы; шумны, любят спорить; начинают проявлять интерес к противоположному полу, возможны конфликты. В этом возрасте дети энергичные, инициативные, «легки на подъем»; стремятся к лидерству и соперничеству; хотят выглядеть постарше, взрослее среди сверстников, с помощью копирования определенных элементов (не всегда положительных) поведения взрослых. Здесь важным и ключевым аспектом является учебная деятельность.

12-14 лет – подростковый возраст, считающийся самым трудным. В этот период происходит формирование навыков логического мышления, развивается логическая память. Активно развиваются творческие способности, и формируется индивидуальный стиль деятельности, который находит свое выражение в стиле мышления. Познавательные процессы делаются более совершенными и гибкими, причем развитие средств познания очень часто опережает собственно личностное развитие детей.

Развитие эмоциональной сферы протекает бурно. Для подросткового возраста характерны резкая смена настроений и переживаний, повышенная возбудимость, импульсивность, чрезвычайно велик диапазон полярных чувств. Коренные преобразования происходят в строении мотивационной сферы подростка. Существенные преобразования происходят и в характере мотивации учебно-познавательной деятельности. Одной из важнейших особенностей этого периода является повышенный интерес к вопросам полового развития. В связи с половым созреванием у молодых людей появляется влечение к противоположному полу, которое у юношей и девушек проявляется качественно по-разному. Следует отметить, что ведущими факторами развития в этом возрасте становятся общение со сверстниками и проявление индивидуальных особенностей личности.

Возрастные особенности подростков

Средний школьный возраст (12-14 лет) характеризуется интенсивным ростом и увеличением размеров тела. Быстро растут длинные трубчатые

кости верхних и нижних конечностей, ускоряется рост в высоту позвонков. Позвоночный столб подростка очень подвижен. Чрезмерные мышечные нагрузки, ускоряя процесс окостенения, могут замедлять рост трубчатых костей в длину.

Быстрыми темпами развивается и мышечная система. Мышечная масса особенно интенсивно нарастает у мальчиков в 13-14 лет, а у девочек - в 11-12 лет.

Наблюдаются существенные различия в сроках полового созревания девочек и мальчиков. Процесс полового созревания у девочек наступает обычно на 1-2 года раньше, чем у мальчиков.

У подростков на фоне морфологической и функциональной незрелости сердечно-сосудистой системы, а также продолжающегося развития центральной нервной системы особенно заметно выступает незавершенность формирования механизмов, регулирующих и координирующих различные функции сердца и сосудов. Поэтому адаптационные возможности системы кровообращения у детей 12-15 лет при мышечной деятельности значительно меньше, чем в юношеском возрасте. Их система кровообращения реагирует на нагрузки менее экономично.

В период полового созревания у подростков отмечается наиболее высокий темп развития дыхательной системы. Режим дыхания у детей среднего школьного возраста менее эффективный, чем у взрослых. Подростки меньше, чем взрослые, способны задерживать дыхание и работать в условиях недостатка кислорода. У них быстрее, чем у взрослых, снижается насыщение крови кислородом.

Подростковый возраст - это период продолжающегося двигательного совершенствования моторных способностей, больших возможностей в развитии двигательных качеств.

У детей среднего школьного возраста достаточно высокими темпами улучшаются отдельные координационные способности, силовые и скоростно-силовые способности; умеренно увеличиваются скоростные способности и выносливость. Низкие темпы наблюдаются в развитии гибкости.

Танцевальная азбука и краткая характеристика видов хореографии

Классический танец — это хореографическая система, которая формируется в ходе развития искусства и общества. В России преобладает школа Вагановой. Это система движений, призванная сделать тело дисциплинированным, подвижным и универсально подготовленным для создания хореографического образа

Джазовый танец — направление танца, зародившееся в США в конце XIX в. в результате слияния европейской и африканской танцевальных культур. Основные черты джазового танца — это основополагающая роль ритма, импровизация, высокое техническое мастерство исполнителя. Основными техническими принципами джазового танца является полиритмия, синкопирование, свинг. Джазовый танец является приоритетным в шоу, на эстраде, в мюзикле и других развлекательных жанрах. Выделяют следующие разновидности:

- классический джаз;
- афроджаз;
- модерн-джаз.

Контемп (Contemporary) – одно из направлений современного танца, сочетающее в себе элементы западного танца (джаз-модерн, классический) и восточного искусства (цигун, йога). Он вырос из 60х гг. XX века как выражение того, что невозможно было передать посредством традиционного танца, например, классического балета. Contemporary dance взял традиционную технику и нарушил все правила, выявив прежде ограниченную свободу в движениях и формах.

Contemporary dance с тех пор стал танцем человеческого опыта, богатым на эмоционально рассказанные истории на острые социальные, культурные темы, а также отражающий чувства, мысли, сомнения автора-хореографа. Этот танец - интеллектуальный. Он требует понимания и осознания того, как работает тело, как оно движется, как поддержать и направить возникнувший импульс. Обычно контемп танцуются босиком. Главное в контемп - это удовольствие от танца, движения, импровизации. Исполнители Контемпорари будто тяготеют вниз, к полу, но их движения сохраняют лёгкость и выразительность.

Vogue — стиль танца, базирующийся на модельных позах и подиумной походке. Отличительные особенности: быстрая техника движения руками, вычурная манерная походка, падения, вращения, обильное количество позировок, эмоциональная игра. Исполняется Vogue под музыку в стиле House.

Первым вдохновением для воггеров (танцоров в стиле Vogue) был мир моды и фотографии. Сегодня Vogue это искусство импровизации.

Основные направления стиля: Old Way — позировки, New Way — акробатика, Vogue Femme — женственность.

Популяризовала стиль для широкой общественности певица Мадонна, сняв клип «Vogue».

Чарльстон – это танец, завоевавший популярность в начале XX века, отличительной особенностью которого являются энергичные движения рук и характерные повороты стоп. В нем есть определенные черты бальной хореографии, а именно, фокстрота, с той разницей, что чарльстон имеет ограниченный характер передвижений и исполняется чаще всего на месте. Музыкальное сопровождение представлено определенными композициями джаза и свинга. Чарльстон исполнялся не только в паре, но и сольно. Зародился этот танец в Америке, в Европу же он попал с именем Жозефины Бейкер.

Рок-н-ролл - это одна из форм джайва, адаптированная для широких масс любителей танцев. Рок-н-ролл можно танцевать парами и группами. Но классический вариант, конечно, парный танец – партнер и партнерша. Днем рождения этого сверхпопулярного танца принято считать 12 апреля 1954 года. Именно в этот день на экраны кинотеатров США вышел фильм, в котором танцевальная пара - «крутилась и вертелась» под мелодию песенки «Рок вокруг часов». Певец Билл Хейли перемешал два музыкальных стиля – кантри и ритм-энд-блюз и слегка ускорил темп, добавив свинговые движения, а пропагандировать же новое направление было поручено тогда еще совершенно никому неизвестному – Элвису Пресли. Что он и сделал, причем – с ошеломляющим успехом

Стретчинг – это упражнения, предназначенные для растягивания мышц, связок и сухожилий. Как известно, хорошая гибкость дает возможность эффективнее выполнять упражнения, сохранять красивую осанку и снижает опасность травматизма и болей. Растяжка укрепляет сердце, дыхательную систему, повышает температуру тела и мышц, улучшает координацию движений. Растяжки нужны и при релаксации – они притупляют боли, возникновение которых возможно после тренировки.

- **Статический стретчинг** заключается в том, что занимающийся все движения выполняет очень медленно. В результате он занимает определенное положение, удерживается в нем 30-60 секунд, при этом он может постоянно держать в напряжении растягиваемые мышцы, либо чередовать их напряжение и расслабление.

- **в динамическом стретчинге**, в отличие от статического, выполняются медленные пружинящие движения, а в конечной точке амплитуды движения занимается и удерживается определенное положение.

- **Баллистический стретчинг** — это маховые движения руками и ногами, а также сгибание и разгибание туловища, которые выполняются с большой амплитудой и значительной скоростью. По сравнению со всеми видами стретчинга более эффективен для развития гибкости, но стоит отметить, что он является и наиболее сложным, характеризуется наибольшей интенсивностью.

Импровизация в танце – это способность двигаться без заученных в порядке движений, без каких-либо схем, комбинаций. Она не может

существовать без таких основных музыкальных понятий, как музыкальные размеры, музыкальная фраза, сильные и слабые доли, темп, ритм, танцевальный шаг.

Импровизация предполагает сотворчество с телом, признание одинаковой значимости предварительно формленных замыслов и опыта, и сиюминутных импульсов (А. Гиршон).