

1. Пояснительная записка

Общеобразовательная общеразвивающая программа дополнительного образования «Спортивные танцы» разработана на основе авторской программы В.П. Сюкриной «Многогранность», с учетом возможностей МБОУ СОШ №4 г. Апатиты и возрастных особенностей детей.

Нормативно-правовая база реализации программы

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (ред. от 08.01.2020)
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 N 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"
3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 N 41 "Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей"
4. Устав МБОУ СОШ №4 г. Апатиты.

Актуальность программы: состоит в целенаправленной работе по расширению возможностей творческой реализации детей, соответствующей их духовным, физическим и интеллектуальным потребностям посредством приобщения к миру современной хореографии. Особенность программы - синтез различных направлений хореографического искусства, спортивного и современного танца, постоянно развивающихся направлений.

Цель программы – создание благоприятных условий для индивидуального творческого развития обучающихся через спортивно-хореографическую деятельность.

Задачи программы:

- развивать физические способности детей, укреплять здоровье путем систематических занятий, раскрывать творческий потенциал ребенка,
- развивать внимание детей, координацию, хореографическую память, пластичность, хореографические и музыкальные способности; - развивать творческую инициативу и способность к самовыражению в танце.
- воспитывать в детях такие качества личности, как трудолюбие, целеустремленность, умение преодолевать трудности;
- формировать культуру общения в коллективе на принципах взаимоуважения, взаимопонимания и поддержки; - воспитывать в детях чувство патриотизма и гордости за свое Отечество;
- проводить профилактику асоциального поведения детей.

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Возраст учащихся: 8-15 лет

Режим занятий. Занятия по данной программе проводятся 1 раз в неделю (по 2 академических часа) на протяжении 5 лет по 72 час ежегодно. Всего за пять лет: 360 часов

2. Результаты освоения программы и способы определения результативности освоения программы

Личностные результаты:

- формирование готовности к саморазвитию и самообразованию;
- развитие способности ставить цель и строить жизненные планы;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- формирование коммуникативной компетентности в общении со сверстниками.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.

Предметные:

В конце первого года обучения предполагается, что учащиеся будут

знать: - общие сведениями возникновения и развития хореографического искусства;

уметь: - передавать в простых танцевальных движениях особенности ритма и характер музыкального произведения; - выполнять правильную постановку корпуса, головы, позиции рук, ног; - исполнять простейшие танцевальные шаги; - различать (характер, темп, музыкальный размер, ритм); - ориентироваться в пространстве класса, сцены (точки); - выполнять продвижения, построения и перестроения по точкам и направлениям; - исполнять подскоки и повороты; - четко и грамотно исполнять программные движения и танцы; - выполнять простейшие упражнения партерной гимнастики; - двигаться под музыку, выполнять ритмично как упражнения разминки, так и простые танцевальные движения; - передавать заданный образ с помощью мимики и жестов.

В конце второго года обучения предполагается, что дети будут

знать: - о генетической связи народного, бального, эстрадного, спортивного танцев; - историю возникновения танца;

уметь: - слышать музыкальные фразы, различать динамические оттенки музыки; - знать терминологию классического танца; - выполнять простые элементы классического экзерсиса; - исполнять различные прыжки, простые вращения; - выполнять упражнения партерной гимнастики; - исполнять танцевальные движения с предметом; - исполнять движения пластично; - выполнять простые упражнения и комбинации из современной хореографии; - выполнять движения в паре по кругу, по линии, по диагонали; - уверенно и эмоционально выступать на сценической площадке перед различными категориями зрителей; - исполнять простые элементы народного танца.

В конце третьего года обучения предполагается, что дети будут

знать: - названия 10 спортивных бальных танцев (латиноамериканской и европейской программ); - о стилях и направлениях хореографии XX века.

уметь: - выполнять не сложные комбинации из элементов классического экзерсиса - вступать в движение поочередно (каноном); - свободно ориентироваться в танцевальной музыке; - работать над образом: характер образа, специфика поз (руки, корпус, голова). - выполнять более сложные упражнения партерной гимнастики; - использовать принципы изоляции, политцентрами, мультипликации в современных танцах; - исполнять простые элементы спортивных бальных танцев; - исполнять простые танцевальные движения и комбинации в стиле хип-хоп; - анализировать, подмечать ошибки в исполнении танцевальных этюдов другими исполнителями и свои собственные.

В конце четвертого года обучения предполагается, что дети будут

знать: - современные направления в хореографии. Историю возникновения танцевального стиля джаз-модерн; - о влиянии костюма и декораций на воплощение идеи танца; - о понятиях контракции и релиза и правильно выполнять их; - знать основные принципы контактной импровизации; - знать историю возникновения танцев в стиле Афро-джаз.

уметь: - выполнять позиции и положения рук и ног в стиле джаз-модерн; - использовать различные виды уровней (движение по горизонтали и вертикали) при движении; - ориентироваться в различных стилях музыкальных произведений; - анализировать музыкальное сопровождение к танцу; - перевоплощаться во время исполнения танцевальных композиций;

В конце пятого года обучения предполагается, что дети будут

знать: - о лексическом материале, как средстве выражения смысла танцевальной композиции;
 - об исполнительской культуре, грамотного и выразительного исполнения танцевальные композиции;

уметь: - исполнять комбинации танцевальных движений в стиле «Афро-джаз»; - выполнять вращения, падения; - выполнять прыжки без передвижения и с продвижением в пространстве;
 - исполнять комбинации из различных танцевальных элементов; - продолжить примы по контактной импровизации; - подбирать и анализировать музыкальное сопровождение для постановок, идеи танцевальных номеров; - анализировать лексику и рисунок танцевальной композиции; - объяснять и преподавать движения; - анализировать и самостоятельно составлять простые танцевальные композиции.

Способы определения результативности освоения программы

Результативность обучения по программе определяется с помощью наблюдений педагога в течение учебного года, проведения класс-концертов, участия в мероприятиях и оценивается по трехбалльной системе – «удовлетворительно», «хорошо», «отлично». Текущий контроль осуществляется в течение учебного года в виде наблюдения педагога. Промежуточная аттестация проводится в конце первого полугодия по критериям программы. Итоговая аттестация проводится в конце учебного года по критериям программы. Итоговой аттестацией завершается также пятилетний курс образования по программе. В рамках мониторинговой деятельности разработан комплекс критериев и показателей оценки результативности и качества образовательного процесса. Таблица «Критерии» содержит совокупность признаков, на основании которых делается оценка искомых показателей и устанавливается степень соответствия реальных результатов ребенка требованиям, заданным программой.

Критерий	удовлетворительно	хорошо	отлично
Музыкальность	Движения не совпадают с темпом, ритмом, нацелены только на начало и конец звучания, а также на счет и показ педагога	Движения передают только общий характер, темп, метроритм музыки	Движения выражают музыкальный образ, совпадают с тонкой нюансировкой, фразами.
Эмоциональность	Учащийся неэмоционален, мимика бедна, движения невыразительны, занимает место в отдалении от педагога, оценка которого его не интересует.	Мимика во время движений присутствует, но еще недостаточно богата и выразительна.	Учащийся эмоционален, подпевает во время движений, мимика богата и выразительна.
Артистизм	Учащийся исполняет танец скованно, робко, неэмоционально, иногда неритмично (ускоряют или замедляют движения), что является следствием воздействия на них обстановки сцены, чувства неуверенности в себе	Учащийся исполняет танцевальный номер достаточно ритмично, спокойно и уверенно, но эмоциональности и заразительности не хватает на весь танцевальный номер.	Исполняя танцевальный номер на сцене, учащийся ярко проявляет и музыкальность, и выразительность пластики и мимики. Выступает спокойно и уверенно, эмоционально заразительно.
Специальные хореографические умения: 1.Техника исполнения	- учащийся исполняет комбинацию неуверенно, ошибки при исполнении каждого второго движения; - поднимает ноги ниже 90 гр. ; - расстояние от пола	- учащийся исполняет комбинацию с небольшими недочетами, не достаточно уверенно, но исправляется	- учащийся исполняет заданную комбинацию без ошибок, уверенно; - ногу свободно поднимают на любую высоту выше 90гр. ; - колени свободно лежат

	до коленей не более 10 см, поясница не прижата к полу; - угол не менее 45 гр. ; - расстояние от пяток до пола меньше размера стопы, при этом стопы не вытягиваются во время прыжка; - расстояние от пятки до пола намного меньше 1/2 расстояния от носка до пятки по проекции стопы.	после 3-5 повторов; - поднимает ноги на 90 гр. свободно, без напряжения; - расстояние от пола до коленей не более 10 см; - угол не менее 45 гр. ; - расстояние от пяток до пола не менее размера стопы; - расстояние от пятки до пола равно или немного меньше 1/2 расстояния от носка до пятки по проекции стопы.	на полу; - угол 90 гр. и больше; - расстояние от пяток до пола значительно выше размера стопы; - расстояние от пятки до пола не менее 1/2 расстояния от носка до пятки по проекции стопы.
2.Внимание	Учащийся испытывает затруднения в исполнении композиции из-за рассеянности внимания.	Учащийся исполняет композицию с некоторыми «помарками», иногда отвлекается, пропускает «нить движения», ему требуются подсказки.	Учащийся правильно выполняет ритмическую композицию от начала до конца самостоятельно.
3.Память	Потребность в большом количестве повторений – более 9 раз.	Учащимся необходимо для запоминания 6-7 повторений композиции вместе с педагогом	Учащийся запоминает композицию после 3-5 исполнений по показу.
4.Свобода движений	Движения скованные, правильное дыхание отсутствует, учащийся не следует внутреннему импульсу.	Верх исполнителя скован. Учащийся забывает правильно дышать во время выполнения движений.	Учащийся исполняет движения без скованности, зажатости. Движения открытые и широкие. Правильно дышит во время исполнения. Следует внутреннему импульсу.

Музыкальность: способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом (оценивается соответствие исполнение движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения – без показа педагога).

Эмоциональность: выразительность мимики и пантомимики, умение передать в позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания композиции (радость, страх, восторг и т.д.), умение выражать свои чувства как в слове, так и в движении.

Артистизм: выражается в способности к восприятию танцевальных композиций в целом, в способности воспринимать и откликаться танцевальным движением на все музыкальные нюансы, в способности выражать пластикой движений настроения, заложенные в музыке.

Специальные хореографические умения.

В данном критерии оцениваются: - координация (согласованность движений тела); - шаг (при вертикальном положении корпуса); - выворотность (в положении лежа на спине, поясница прижата к полу, ноги согнуты в коленях, стопы соединены); - гибкость (в положении стоя лицом к опоре во время прогиба назад угол между частью позвоночника от поясницы вверх (торсом) и опорой, от которой корпус отклоняется назад); - прыжок (во время прыжка с натянутыми стопами); - подъем (в положении стоя при открывании ноги в сторону носком в пол);

Внимание: способность сосредотачиваться, не отвлекаться от музыки и процесса движения. При воплощении элементов танца у исполнителей возникают следующие объекты внимания: танец, музыка, перемещение в сценическом пространстве и общение с партнерами.

Память: способность запоминать музыку и движения. В данном виде деятельности проявляются разнообразные виды памяти – музыкальная, зрительная, моторная.

Свобода движения: выражается в свободном владении своим телом, без скованности суставов и мышц, и овладении правильного дыхания.

Формы демонстрации результатов обучения: открытые итоговые занятия, сдача творческих программ, участие в фестивалях, смотрах-конкурсах.

3.Содержание программы - 360 часов

По видам деятельности:

1. Музыкальность – способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии темпом и ритмом (оценивается соответствие исполнению движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения – без показа педагога). Движения выражают музыкальный образ, совпадают с тонкой нюансировкой, фразами. Движения передают только общий характер, темп, метроритм музыки.

Движения не совпадают с темпом, ритмом, нацелены только на начало и конец звучания, а также на счет и показ педагога.

2. Эмоциональность – выразительность мимики и пантомимики, умение передать в позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания композиции (радость, страх, восторг и т.д.), умение выражать свои чувства не только в движении, но и в слове. Дети эмоциональны, подпевают во время движений, мимика богата и выразительна. Мимика во время движений присутствует, но еще не достаточно богата и выразительна. Ребенок незэмоционален, мимика бедна, движения невыразительны, занимает место в отдалении от педагога, оценка которого его не интересует.

3. Волевая сфера – волевые качества, определяющие творческую активность: решительность, настойчивость, инициативность, смелость, выдержку и самообладание. Ребенок преодолевает трудности (быструю утомляемость и болевые ощущения), не теряется в не знакомых сценических условиях, в момент прекращения музыкального сопровождения, смены направления движения, скорости, характера движений, смены партнеров. Ребенок не всегда справляется с трудностями, из предложенных педагогом повторов движений выполняет не все (больше половины повторов).

Ребенок может пропустить половину повторов движений, жалуется на усталость (не смотря на нормальное состояние здоровья), теряется в непривычных условиях исполнения.

4. Воображение и творческие проявления – умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные «па». Творческая одаренность проявляется в особой выразительности движений, нестандартности пластических средств и увлеченности ребенка самим процессом движения под музыку.

5. Память – способность запоминать музыку и движения. В данном виде деятельности проявляются разнообразные виды памяти – музыкальная, зрительная, двигательная. Ребенок способен к импровизации, созданию новых, оригинальных образов и движений. Способность к импровизации с использованием знакомых образов и движений. Способности к импровизации нет, исполняет движения только по показу педагога. Ребенок запоминает композицию после 3-5 исполнений по показу. Детям необходимо для запоминания 6-7 повторений композиции вместе с педагогом. Потребность в большом количестве повторений – более 9 раз.

6. Внимание – способность сосредотачиваться, не отвлекаться от музыки и процесса движения. При воплощении элементов танца у исполнителей возникают следующие объекты внимания: танец, музыка, перемещение в сценическом пространстве и общение с партнерами. Ребенок правильно выполняет ритмическую композицию от начала до конца самостоятельно. Ребенок исполняет композицию с некоторыми «помарками», иногда

отвлекается, упускает «нить движения», ему требуются подсказки. Ребенок испытывает затруднения в исполнении композиции из-за рассеянности внимания.

7. Артистизм (особенности сценического поведения и самочувствия). Понятие «артистизм» включает в себя яркую эмоциональность, фантазию и чувство меры. В хореографии артистизм – это: - способность к восприятию танцевальных композиций в целом; - способность воспринимать и откликаться танцевальным движением на все музыкальные нюансы; - способность выразить пластикой движений настроения, заложенные в музыке.

8. Специальные хореографические умения (выводится средний балл по всем измерениям):

Исполняя танцевальный номер на сцене, дети ярко проявляют и музыкальность, и выразительность пластики и мимики. Выступают спокойно и уверенно, эмоционально заразительно. Дети исполняют танцевальный номер достаточно ритмично, спокойно и уверенно, но эмоциональности и заразительности не хватает на весь танцевальный номер. Дети исполняют танец скованно, робко, неэмоционально, иногда неритмично (ускоряют или замедляют движения), что является следствием воздействия на них обстановки сцены, чувства неуверенности в себе.

9. Координация (согласованность движений тела): Исполняют заданную комбинацию без ошибок, уверенно. Исполняют комбинацию с небольшими недочетами, не достаточно уверенно, но исправляются после 3-5 повторов.

Шаг (при вертикальном положении корпуса):.

Поднимание ноги на 90 гр.

Прыжок (во время прыжка с натянутыми стопами):

Расстояние от пяток до пола

Подъем (в положении стоя при открывании ноги в сторону носком в пол):

Гибкость (в положении стоя лицом к опоре во время прогиба назад угол между частью позвоночника от поясницы вверх (торсом) и опорой, от которой корпус отклоняется назад):

Угол 90 гр. и больше.

Выворотность (в положении лежа на спине, поясница прижата к полу, ноги согнуты в коленях, стопы соединены):

Предметное содержание программы:

1 раздел. История хореографического искусства

История возникновения танца, танцевального костюма, танцевальной музыки и их направлений

2 раздел. Основные элементы разминки

Разминка как инструмент ритмического воспитания

3 раздел Основы музыкальной грамоты

Темп. Характер музыкального произведения.

4 раздел Танцевальная азбука

Жесты и мимика как инструмент передачи характера, чувств, настроения

Танцевальные шаги и движения в образах животных, птиц.

5 раздел Актерское мастерство

Артистизм в хореографии. Составление танцевальных комбинаций с различным комбинированием разученных элементов

6 раздел Основы современной хореографии

История возникновения современной хореографии

Исполнение простых элементов современного танца

7 раздел Постановочная работа

Сценарий постановки танца

Постановка концертных номеров

8 раздел Партерная гимнастика

Тренаж проученных упражнений

Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса («колечко», «скорпион», «рыбка», «улитка», «осьминог»)

Укрепление мышц тазового пояса («березка», броски ног)

Укрепление мышц тазового пояса («бабочка», «лягушка», «велосипед», «ножницы», «муха», броски ног в положении лежа на спине, животе, на боку)

9 раздел Репетиционная работа

Рисунок танца и музыкальное сопровождение

Исполнение программных движений

Соединение элементов танца

10 раздел Акробатика

Краткая характеристика травм. Причины травм и их профилактика.

Выполнение акробатических элементов

Первый год обучения: - познакомить с историей возникновения и развития хореографического искусства, - научить выполнять правильную постановку корпуса, головы, позиции рук, ног; - научить простейшим танцевальным шагам; - сформировать первоначальные представления о музыке (характер, темп, музыкальный размер, ритм); - научить ориентироваться в пространстве класса, сцены (точки); - научить выполнять продвижения, построения и перестроения по точкам и направлениям; - научить выполнять подскоки и повороты; - научить четко и грамотно исполнять программные движения и танцы; - научить выполнять простейшие упражнения партерной гимнастики; - научить двигаться под музыку, выполнять ритмично как упражнения разминки, так и простые танцевальные движения; - научить передавать заданный образ с помощью мимики и жестов.

Второй год обучения: - познакомить с историей возникновения народного танца, возникновение классического танца и генетическими связями народного, балльного и эстрадного танцев; - научить слышать музыкальные фразы, различать динамические оттенки музыки; - познакомить с терминологией классического танца; - научить простым элементам классического экзерсиса; - научить выполнять различные прыжки, простые вращения; - научить выполнять простейшие элементы партерной гимнастики; - научить выполнять танцевальные движения с предметом; - выработать пластичность в движениях; - познакомить с основными понятиями современной хореографии и научить простейшим элементам; - научить движению в паре по кругу, по линии, по диагонали; - сформировать умение уверенно и эмоционально выступать на сценической площадке перед различными категориями зрителей; - научить исполнять простые элементы народного танца.

Третий год обучения: - познакомить с основными стилями и направлениями хореографии XX века. Спортивные балльные танцы; - научить выполнять не сложные комбинации из элементов классического экзерсиса; - научить вступать в движение поочередно (каноном); - сформировать умение свободно ориентироваться в танцевальной музыке; - научить приемам работы над образом: характер образа, специфика поз (руки, корпус, голова). - научить выполнять основные элементы партерной гимнастики; - научить применять в современных танцах принципы изоляции, полицентрации, мультипликации; - научить правильной работе стопы при исполнении движений спортивных балльных танцев; - научить исполнять простые элементы спортивных балльных танцев; - научить простым танцевальным движениям и комбинациям в танцах в стиле хип-хопа; - научить анализировать, подмечать ошибки в исполнении танцевальных этюдов другими исполнителями и свои собственные.

Четвертый год обучения: - познакомить с современными направлениями в хореографии. Джаз-модерн, история возникновения. Влияние костюма и декораций на воплощение идеи танца; - научить основным принципам разработки костюмов для хореографических композиций; - научить выполнять позиции и положения рук и ног в танцах в стиле джаз-модерна; - научить использовать различные виды уровней (движение по горизонтали и вертикали) при движении: - развить подвижность у учащихся во всех отделах позвоночника, - научить различать и выполнять положение контракции и релакс; - сформировать умение ориентироваться в различных стилях музыкальных произведений; - научить анализировать музыкальное сопровождение к танцу; - научить перевоплощаться во время исполнения танцевальных композиций; - познакомить с основными принципами контактной

импровизации; - познакомить с историей возникновения афро-джаза; - научить технике выполнения танцевальных движений в стиле афро-джаза, на примере простых движений.

Пятый год обучения: - познакомить с понятием «лексический материал», как средством выражения смысла танцевальной композиции; - совершенствовать знания об исполнительской культуре, навыках грамотного и выразительного исполнения; - научить исполнять комбинации танцевальных движений в стиле «афро-джаза»; - научить грамотно исполнять вращения, падениям; - научить выполнять прыжкам без передвижения и с продвижением в пространстве (современный танец); - научить выполнять комбинации из различных танцевальных комбинаций; - совершенствовать основные приемы по контактной - научить подбирать и анализировать музыкальное сопровождение для постановок, идеи танцевальных номеров; - научить анализировать лексический материал и рисунок танцевальной композиции; - формировать первоначальные навыки объяснения материала и преподавания движения; - формировать умения анализировать и самостоятельно составлять танцевальные композиции;

4. Обеспечение реализации программы

Для реализации познавательной и творческой активности воспитанников в учебной деятельности используются современные образовательно-воспитательные технологии, дающие возможность повышать качество образования, более эффективно использовать учебное время и добиваться высоких результатов обученности: личностно-ориентированные, создания ситуации успеха, игровые, здоровьесберегающие, коллективной творческой деятельности.

Формы занятий, виды и методы обучающей деятельности

Режим занятий:

Занятия могут проходить со всем коллективом, по подгруппам, индивидуально.

Формы занятий:

- **беседа**, на которой излагаются теоретические сведения, которые иллюстрируются поэтическими и музыкальными примерами, наглядными пособиями, презентациями, видеоматериалами.

- **практические занятия**, где дети осваивают музыкальную грамоту, разучивают основные элементы танцевальной композиции.

- **занятие-постановка, репетиция** - отрабатываются концертные номера, развиваются актерские способности детей.

- **заключительное занятие**, завершающее тему – занятие-концерт. Проводится для самих детей, педагогов, гостей.

- **выездное занятие** – посещение выставок, музеев, концертов, праздников, конкурсов, фестивалей.

На занятиях по **сольному исполнению** используются следующие методы обучения:

- наглядно-слуховой;
- наглядно-зрительный;
- репродуктивный;

Одним из ведущих приёмов обучения танцам детей является демонстрация педагогом манеры исполнения.

Каждое занятие строится по схеме:

- партерная гимнастика;
- разучивание новых элементов и комбинаций;
- повторение пройденного материала;
- анализ занятия;
- задание на дом.

В курсе обучения применяются следующие методы обучения: использования слов, наглядного восприятия и практические методы.

Метод использования слова — универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении: рассказ, беседа, обсуждение, объяснение, словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

Методы наглядного восприятия - способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

Практические методы основаны на активной деятельности самих учащихся. Это метод целостного освоения упражнений, ступенчатый и игровой методы.

Метод целостного освоения упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Однако использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.

Ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.

Игровой метод используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

Названные методы обучения на практике могут быть дополнены различными приёмами педагогического воздействия на учащихся.

Репертуар подбирается с учётом возрастных особенностей участников кружка и их способностей.

План концертной деятельности составляется на год с учетом традиционных школьных праздников, важнейших событий текущего года. Без помощи педагога дети выступают с разученным репертуаром на своих классных праздниках, родительских собраниях.

Отчетный концерт — это финальный результат работы за учебный год. Обязательно выступают все дети, исполняется все лучшее, что накоплено за год. Основная задача педагога — воспитать необходимые для исполнения качества в процессе концертной деятельности, заинтересовать, увлечь детей коллективным творчеством.

Репетиции проводятся перед выступлениями в плановом порядке. Это работа над ритмом, динамикой, отшлифовывается исполнительская манера каждого исполнителя.

Организация взаимодействия с родителями: - консультации; - родительские собрания; - индивидуальные и групповые беседы

Материально-техническое, информационное оснащение и условия реализации программы

Для реализации программы минимально необходимый перечень материально-технического обеспечения включает в себя: - хорошо освещенный танцевальный зал, оборудованный станками и зеркалами; - компьютерная техника; - мультимедийная аппаратура; - аудиоаппаратура .

Информационное обеспечение:

Фонотека с музыкальными произведениями – CD, MP3:

Видеоматериалы – DVD: записи контрольных уроков карельского колледжа культуры и искусств; записи концертных номеров.

5. Тематический план с распределением разделов по годам обучения – 360 часов

№	Раздел программы	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
Первый год обучения				
1.	История хореографического искусства	4	-	4
2.	Основные элементы разминки	2	4	6
3.	Основы музыкальной грамоты	2	2	4
4.	Танцевальная азбука	2	4	6
5.	Актерское мастерство	2	4	6
6.	Основы современной хореографии	-	-	-
7.	Постановочная работа	2	4	6
8.	Партерная гимнастика	6	4	10
9.	Репетиционная работа	2	14	16
10.	Акробатика	4	10	14
	Итого:	26	46	72
№	ТЕМА	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
Второй год обучения				
1.	История хореографического искусства.	4	-	4
2.	Основные элементы разминки	2	-	2
3.	Основы музыкальной грамоты	2	-	2
4.	Танцевальная азбука	2	2	4
5.	Актерское мастерство	2	4	6
6.	Основы современной хореографии	2	2	4
7.	Постановочная работа	2	8	10
8.	Партерная гимнастика	6	6	12
9.	Репетиционная работа	-	18	18
10.	Акробатика	4	6	10
	Итого:	28	44	72
№	ТЕМА	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
Третий год обучения				
1.	История хореографического искусства	2	-	2
2.	Основные элементы разминки	2	2	4
3.	Основы музыкальной грамоты	2	-	2
4.	Танцевальная азбука	2	2	4
5.	Актерское мастерство	2	2	4
6.	Основы современной хореографии	2	4	6
7.	Постановочная работа	6	8	14
8.	Репетиционная работа	6	16	22
9.	Партерная гимнастика	-	8	8
10.	Акробатика	-	4	4
	Итого:	24	48	72
№	ТЕМА	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
Четвертый год обучения				
1.	История хореографического искусства	2	2	4

2.	Основные элементы разминки	2	2	4
3.	Основы музыкальной грамоты	2	2	4
4.	Танцевальная азбука	2	2	4
5.	Актерское мастерство	2	2	4
6.	Основы современной хореографии	2	2	4
7.	Контактная импровизация	2	8	10
8.	Постановочная работа	4	8	12
9.	Репетиционная работа	4	14	18
10.	Партерная гимнастика	2	6	8
	Итого:	24	48	72
№	ТЕМА	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
Пятый год обучения				
1.	История хореографического искусства	2	-	2
2.	Изучение элементов разминки	2	-	2
3.	Основы музыкальной грамоты	2	-	2
4.	Танцевальная азбука	2	4	6
5.	Актерское мастерство	2	4	6
6.	Основы современной хореографии	-	2	2
7.	Контактная импровизация	2	4	6
8.	Постановочная работа	2	8	10
9.	Репетиционная работа	8	18	26
10.	Партерная гимнастика	2	6	8
	Итого:	24	48	72

Учебно- тематический план, 1 год – 72 часа

№ п/п	Раздел. Тема занятия	Кол. часов	Теорет.	Практ.
	История хореографического искусства	4		
1	Инструктаж по охране труда и противопожарной безопасности.		2	
2	История возникновения танца, танцевального костюма, танцевальной музыки и их направлений		2	
	Основные элементы разминки	6		
3	Разминка как инструмент ритмического воспитания		2	
4	Подготовка суставно-мышечного аппарата к работе			2
5	Упражнения для развития координации			2
	Основы музыкальной грамоты	4		
6	Темп. Характер музыкального произведения.		2	
7	Отработка на ходьбе и беге начала и окончания музыкальной фразы в такт музыки			2
	Танцевальная азбука	6		
8	Жесты и мимика как инструмент передачи характера, чувств, настроения		2	
9	Танцевальные шаги и движения в образах животных, птиц.			2
10	Работа над синхронностью			2
	Актерское мастерство	6		

11	Артистизм в хореографии		2	
12	Составление танцевальных комбинаций с различным комбинированием разученных элементов			2
13	Составление танцевальных комбинаций с различным комбинированием разученных элементов			2
	Постановочная работа	6		
14	Сценарий постановки танца		2	
15	Постановка концертных номеров			2
16	Постановка концертных номеров			2
	Партерная гимнастика	10		
17	Индивидуальные задания		2	
18	Инструктаж по охране труда и противопожарной безопасности. Проверка задания на зимние каникулы		2	
19	Тренаж проученных упражнений		2	
20	Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса («колечко», «скорпион», «рыбка», «улитка», «осьминог»)			2
21	Укрепление мышц тазового пояса («березка», броски ног)			2
	Репетиционная работа	14		
22	Рисунок танца и музыкальное сопровождение		2	
23	Исполнение программных движений			2
24	Исполнение программных движений			2
25	Исполнение программных движений			2
26	Исполнение программных движений			2
27	Исполнение программных движений			2
28	Соединение элементов танца			2
	Акробатика	10		
29	Краткая характеристика травм. Причины травм и их профилактика.		2	
30	Выполнение акробатических элементов			2
31	Выполнение акробатических элементов			4
32	Отчётные номера			4
33	Задание на летние каникулы		2	
34	Индивидуальные рекомендации			2
	Итого:	72	26	46

Учебно - тематический план, 2 год – 72 часа

№ п/п	Раздел. Тема занятия	Кол. часов	Теорет.	Практ.
	Вводное занятие	2		
1	Инструктаж по охране труда и противопожарной безопасности.		2	
	История хореографического искусства	2		
2	История возникновения танца, танцевального костюма, танцевальной музыки и их направлений		2	
	Основные элементы разминки	2		
3	Разминка как инструмент ритмического воспитания		2	
	Основы музыкальной грамоты	2		
4	Темп. Характер музыкального произведения.		2	

	Танцевальная азбука	4		
5	Жесты и мимика как инструмент передачи характера, чувств, настроения		2	
6	Танцевальные шаги и движения в образах животных, птиц.			2
	Актерское мастерство	6		
7	Артистизм в хореографии		2	
8	Составление танцевальных комбинаций с различным комбинированием разученных элементов			2
9	Составление танцевальных комбинаций с различным комбинированием разученных элементов			2
	Основы современной хореографии	4		
10	История возникновения современной хореографии		2	
11	Исполнение простых элементов современного танца			2
	Постановочная работа	10		
12	Сценарий постановки танца		2	
13	Постановка концертных номеров			2
14	Постановка концертных номеров			2
15	Постановка концертных номеров			2
16	Постановка концертных номеров			2
	Задание-рекомендация на зимние каникулы	2		
17	Индивидуальные задания		2	
	Повторный инструктаж	2		
18	Инструктаж по охране труда и противопожарной безопасности. Проверка задания на зимние каникулы		2	
	Партерная гимнастика	8		
19	Тренаж проученных упражнений		2	
20	Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса («колечко», «скорпион», «рыбка», «улитка», «осьминог»)			2
21	Укрепление мышц тазового пояса («березка», броски ног)			2
22	Укрепление мышц тазового пояса («бабочка», «лягушка», «велосипед», «ножницы», «муха», броски ног в положении лежа на спине, животе, на боку)			2
	Репетиционная работа	16		
23	Рисунок танца и музыкальное сопровождение		2	
24	Исполнение программных движений			2
25	Исполнение программных движений			2
26	Исполнение программных движений			2
27	Исполнение программных движений			2
28	Исполнение программных движений			2
29	Исполнение программных движений			2
30	Соединение элементов танца			2
	Акробатика	4		
31	Краткая характеристика травм. Причины травм и их профилактика.		2	
32	Выполнение акробатических элементов			4
	Диагностика	2		
33	Отчётные номера			4
	Итоговое занятие	2		
34	Задание на летние каникулы		2	
	Итого:	72	28	44

Учебно - тематический план, 3 год обучения – 72 часа

№ п/п	Раздел. Тема занятия	Кол. часов	Теорет.	Практ.
	Вводное занятие	2		
1	Инструктаж по охране труда и противопожарной безопасности.		2	
	История хореографического искусства	2		
2	История возникновения танца, танцевального костюма, танцевальной музыки и их направлений		2	
	Основные элементы разминки	4		
3	Разминка как инструмент ритмического воспитания		2	
4	Подготовка суставно-мышечного аппарата к работе			2
	Основы музыкальной грамоты	2		
5	Темп. Характер музыкального произведения.		2	
	Танцевальная азбука	4		
6	Жесты и мимика как инструмент передачи характера, чувств, настроения		2	
7	Работа над синхронностью			2
	Актерское мастерство	4		
8	Артистизм в хореографии		2	
9	Составление танцевальных комбинаций с различным комбинированием разученных элементов			2
	Основы современной хореографии	6		
10	История возникновения современной хореографии		2	
11	Исполнение простых элементов современного танца			2
12	Исполнение простых элементов современного танца			2
	Постановочная работа	10		
13	Сценарий постановки танца		2	
14	Постановка концертных номеров			2
15	Постановка концертных номеров			2
16	Постановка концертных номеров			2
17	Постановка концертных номеров			2
	Задание-рекомендация на зимние каникулы	2		
18	Индивидуальные задания		2	
	Повторный инструктаж	2		
19	Инструктаж по охране труда и противопожарной безопасности. Проверка задания на зимние каникулы		2	
	Репетиционная работа	14		
20	Разучивание танцевальных движений			2
21	Разучивание танцевальных движений			2
22	Разучивание танцевальных движений			2
23	Разучивание танцевальных движений			2
24	Разучивание танцевальных движений			2
25	Разучивание танцевальных движений			2
26	Разучивание танцевальных движений			2
	Партерная гимнастика	8		
27	Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса («колечко», «скорпион», «рыбка», «улитка», «осьминог»)			2

28	Включение упражнений для растяжек на продольный и поперечный шпагаты.			2
29	Укрепление мышц тазового пояса («березка», броски ног)			2
30	Элементы акробатики: «колесо», «мостик», стойка на руках			2
	Акробатика	4		
31	Краткая характеристика травм. Причины травм и их профилактика.		2	
32	Выполнение акробатических элементов			4
	Диагностика	2		
33	Отчётные номера			4
	Итоговое занятие	2		
34	Задание на летние каникулы		2	
	Итого:	72	24	48

Учебно - тематический план, 4 год обучения – 72 часа

№ п/п	Раздел. Тема занятия	Кол. часов	Теорет.	Практ.
	Вводное занятие	2		
1	Инструктаж по охране труда и противопожарной безопасности.		2	
	История хореографического искусства	4		
2	История возникновения танца, танцевального костюма, танцевальной музыки и их направлений		2	
3	Разучивание элементов народного танца			2
	Основные элементы разминки	4		
4	Разминка как инструмент ритмического воспитания		2	
5	Подготовка суставно-мышечного аппарата к работе			2
	Основы музыкальной грамоты	4		
6	Темп. Характер музыкального произведения.		2	
7	Отработка на ходьбе и беге начала и окончания музыкальной фразы в такт музыки			2
	Танцевальная азбука	4		
8	Жесты и мимика как инструмент передачи характера, чувств, настроения		2	
9	Работа над синхронностью			2
	Актерское мастерство	4		
10	Артистизм в хореографии		2	
11	Составление танцевальных комбинаций с различным комбинированием разученных элементов			2
	Основы современной хореографии	4		
12	История возникновения современной хореографии		2	
13	Исполнение простых элементов современного танца			2
	Контактная импровизация	10		
14	Способы развития творческих способностей		2	
15	Составление танцевальных комбинаций с различным комбинированием разученных элементов			2

16	Составление танцевальных комбинаций с различным комбинированием разученных элементов			2
17	Составление танцевальных комбинаций с различным комбинированием разученных элементов			2
18	Составление танцевальных комбинаций с различным комбинированием разученных элементов			2
	Постановочная работа	8		
19	Постановка концертных номеров			2
20	Постановка концертных номеров			2
21	Постановка концертных номеров			2
22	Постановка концертных номеров			2
	Задание-рекомендация на зимние каникулы	1		2
23	Индивидуальные задания		1	2
	Повторный инструктаж	1		2
24	Инструктаж по охране труда и противопожарной безопасности. Проверка задания на зимние каникулы		1	2
	Репетиционная работа	6		2
25	Разучивание танцевальных движений			2
26	Разучивание танцевальных движений			2
27	Разучивание танцевальных движений			2
28	Разучивание танцевальных движений			2
29	Разучивание танцевальных движений			2
30	Разучивание танцевальных движений			2
	Партерная гимнастика	4		
31	Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса («колечко», «скорпион», «рыбка», «улитка», «осьминог»)			2
32	Элементы акробатики: «колесо», «мостик», стойка на руках			4
	Диагностика	2		
33	Отчётные номера			4
	Итоговое занятие	2		
34	Задание на летние каникулы		2	
	Итого:	72	24	48

Учебно - тематический план, 5 год обучения– 72 часа

№ п/п	Раздел. Тема занятия	Кол. часов	Теорет.	Практ.
	Вводное занятие	2		
1	Инструктаж по охране труда и противопожарной безопасности.		2	
	История хореографического искусства	2		
2	История возникновения танца, танцевального костюма, танцевальной музыки и их направлений		2	
	Изучение элементов разминки	2		
3	Разминка как инструмент ритмического воспитания		2	
	Основы музыкальной грамоты	2		
4	Темп. Характер музыкального произведения.		2	
	Танцевальная азбука	6		
5	Жесты и мимика как инструмент передачи характера, чувств, настроения		2	

6	Работа над синхронностью			2
7	Работа над синхронностью			2
	Актерское мастерство	6		
8	Артистизм в хореографии		2	
9	Составление танцевальных комбинаций с различным комбинированием разученных элементов			2
10	Составление танцевальных комбинаций с различным комбинированием разученных элементов			2
	Основы современной хореографии	2		
11	Исполнение простых элементов современного танца			2
	Контактная импровизация	6		
12	Способы развития творческих способностей		2	
13	Составление танцевальных комбинаций с различным комбинированием разученных элементов			2
14	Составление танцевальных комбинаций с различным комбинированием разученных элементов			2
	Постановочная работа	10		
15	Сценарий постановки танца		2	
16	Постановка концертных номеров			2
17	Постановка концертных номеров			2
18	Постановка концертных номеров			2
19	Постановка концертных номеров			2
	Задание-рекомендация на зимние каникулы	2		
20	Индивидуальные задания		2	
	Повторный инструктаж	2		
21	Инструктаж по охране труда и противопожарной безопасности. Проверка задания на зимние каникулы		2	
	Репетиционная работа	16		
22	Разучивание танцевальных движений			2
23	Разучивание танцевальных движений			2
24	Разучивание танцевальных движений			2
25	Разучивание танцевальных движений			2
26	Разучивание танцевальных движений			2
27	Разучивание танцевальных движений			2
28	Разучивание танцевальных движений			2
29	Разучивание танцевальных движений			2
	Партерная гимнастика	6		
30	Тренаж проученных упражнений		2	
31	Упражнения на укрепление мышц спины и брюшного пресса («колечко», «скорпион», «рыбка», «улитка», «осьминог»)			2
32	Укрепление мышц тазового пояса («березка», броски ног)			4
	Диагностика	2		
33	Отчётные номера			4
	Итоговое занятие	2		
34	Задание на летние каникулы		2	
	Итого:	72	24	48

6. Источники информации для реализации программы

- Литература, используемая педагогом в процессе обучения и при составлении программы
 - Александрова Н.А. Танец модерн. - СПб.: Лань: Планета музыки, 2007. – 128 с.
 - Алексидзе, Г. Школа балетмейстера. – М.: ГИТИС, 2011. - 176 с.

- 1.3. Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца. Планета музыки. - СПб.: Издво «Лань», 2006. – 240 с.
- 1.4. Ивлева Л.Д. Джазовый танец: Учебное пособие /ЧГАКИ. - Челябинск, 2002. – 93 с. 2.5. Калюжный Е.Н. Современный танец. Сборник научно-методических работ преподавателей средних профессиональных учебных заведений искусств и культуры, детских музыкальных, художественных школ и школ искусств. 1 часть/ выпуск №2, -Ханты-Мансийск: Полиграфист, 2005. - 300с.
- 1.6. Лукьянова Е.А. Дыхание в хореографии. - М.: Искусство, 1989. – 184 с.
- 1.7. Мустафина В.Г. Джаз-танец как вид современного танца // Вестник Казанского государственного университета культуры и искусств, 2007. - С. 84-86.
- 1.8. Никитин, В. Ю. Мастерство хореографа в современном танце. Учебное пособие / В.Ю. Никитин. - М.: ГИТИС, 2011. - 472 с. 2.4. Педагогика. Учеб. для студ. образоват. учрежд. сред. проф. образования. – М.: Гуманитар. изд. центр «ВЛАДОС», 2004. - 352 с.
- 1.9. Фомин А.С. Танец: понятие, структура, функции. М.: Книга, 1990. - 32 с. 3.

2. Литература для учащихся и родителей

- 2.1. Богаткова Л.Н. И мы танцуем. - М.: Детская литература, 1965. - 208 с.
- 2.2. Дункан А. Моя жизнь: Мемуары. Танец будущего. - М.: Контракт-ТМТ, 1992. - 202 с.
- 2.3. Захаров Р.В. Слово о танце. - М.: Молодая гвардия, 1979. - 159 с.
- 2.4. Плисецкая М.М. Я, Майя Плисецкая. - М.: АО Издательство Новости, 1997. – 472 с.