

Управление образования Березовского муниципального округа
Березовское муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования «Центр детского творчества»

ПРИНЯТО:
На педагогическом совете
БМАУДО ЦДТ
Протокол № 5 от 30.07.2025 г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор БМАУДО ЦДТ
Комарова
Е.В. Комарова
Приказ № 115 от 30.07.2025г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Современный танец»

Возраст учащихся: 18-55 лет.
Срок реализации: 1 год

Составитель программы:
Шульмина Виктория Анатольевна
педагог дополнительного образования

г. Березовский

Структура

1. Пояснительная записка

- нормативно – правовые основания разработки программы;
- сведения о программе;
- характеристика программы (ее значимости);
- направленность;
- адресат;
- срок реализации программы;
- объем учебного времени, предусмотренный учебным планом;
- режим занятий;
- формы обучения и виды занятий;
- цель и задачи программы

2. Содержание программы

3. Планируемые результаты

4. Организационно-педагогические условия программы.

- материально-техническое обеспечение;
- информационное обеспечение (печатное и электронное);
- кадровое обеспечение

5. Оценочные материалы

6. Методические материалы

Приложение 1 – Учебный план

Приложение 2 – Календарно-учебный график

Приложение 3 – Рабочая программа модулей

1. Пояснительная записка

Нормативно – правовые основания разработки программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современный танец» разработана в соответствии с:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»,
- приказом Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,
- постановлением Правительства РФ от 11.10.2023 № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»,
- постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»,
- приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 26 августа 2010г. № 761н г. Москва «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования»,
- приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 сентября 2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»,
- Уставом и локальными нормативными, распорядительными актами ЦДТ.

Сведения о программе

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современный танец» составлена на основе дополнительной образовательной программы «Современный танец» (раздел комплексной авторской образовательной программы «Образцовая хореографическая студия «Фантазия»/ авторы И.Н. Игумнова, Н.А. Митина, педагоги ДО МОУ ДОД ЦДТ. - г. о. Жуковский, 2012 год), в соответствии с требованиями и нормами СанПиН 2.4.4.3172-14.

Характеристика программы (ее значимости)

Хореографическое искусство учит людей красоте и выразительности движений, формирует их фигуру, развивает физическую силу. Систематические занятия хореографией способствуют формированию у обучающихся общей и эстетической культуры, развитию танцевальных, музыкальных и творческих способностей.

Вовлеченность обучающихся в различные виды танцевального искусства гармонизирует эмоциональное и физическое начала, способствует формированию духовности человека, возникновению чувства собственной значимости, расширяет среду общения, воспитывает непосредственность, непринужденность и коммуникабельность.

Актуальность данной дополнительной общеразвивающей программы (далее – программы) заключается в систематизации принципов работы с обучающимися объединения в данном

направлении.

Данный курс позволяет методически настойчиво направлять энергию обучающихся в русло красивых сценических форм, отвлекая от стихийно рожденной вычурности, некрасивости, безвкусицы. Получив возможность осваивать импровизации, человек избавляется от физических и психологических зажимов, у него изменяются движенческие привычки, в повседневной жизни появляются новые, более гармоничные движения, он получает удовольствие от выражения эмоций и свободы мысли средствами

Новизна программы состоит в том, что объединяет в себе несколько танцевальных направлений современной хореографии, таких как:

- направления современной хореографии;
- контемпорари;
- основы джаз-модерн танца и импровизация.

Это позволяет в дальнейшем смешивать элементы этих направлений и получать совершенно новые танцевальные связки, расширяя возможности импровизации под любое музыкальное сопровождение.

Направленность

Программа имеет художественную направленность и общекультурный уровень, является модифицированной.

Адресат программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предусматривает обучение с 18 до 55 лет. К освоению дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы допускаются любые лица без предъявления требований к уровню образования.

Категория состояния здоровья лиц, которые могут быть зачислены на обучение: без ОВЗ.

Наполняемость группы

Ожидаемое количество учащихся в одной группе: 10 - 16 человек.

Срок реализации программы

Программа рассчитана на 1 год обучения (144 часов) и предназначена для обучающихся в возрасте 18-55 лет. Количество обучающихся в группе 10-16 чел. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа.

Режим занятий.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа. Учебный час равен 45 мин. После каждого учебного часа предусмотрен 10 минутный перерыв.

Формы обучения.

Обучение по программе осуществляется в очной форме.

Виды занятий

- теоретические;
- практические.

Цель программы: удовлетворение реальных потребностей и интересов обучающихся в хореографическом искусстве.

Задачи программы:

Обучающие: ознакомление со стилями современного танца, а также с особенностями ритмического строения музыки; освоение техники различных стилей современной хореографии, обучение основам свободной импровизации;

Развивающие: раскрытие творческой индивидуальности обучающихся; развитие физической выносливости и силы, силы духа; формирование умения передавать стиль и манеру исполнения различных стилей, создавать яркие сценические образы.

2. Содержание программы

Учебный план

	Темы	1 год обучения			Формы аттестации (контроля)
		Всего	теория	практика	
1	Направления современной хореографии	48	8	40	Беседа, наблюдение контроль ное упражнение, защита творческой работы, итоговая аттестация
2	Контемпорари	47	7	40	
3.	Основы джаз-модерн танца и импровизация	48	8	40	
	Итоговая аттестация	1	-	1	
	Всего учебных часов	144			

Учебно-тематический план

№	Наименование тем	Количество часов		
		теория	практика	всего
1	История развития современного танца. Зарождение афро-джаз танца	1	-	1
2	Становление и развитие европейского джаз танца	2	-	2
3	Американский джаз-танец. Сходство и различия	1	-	3
4	Афроджаз-танец	2	20	22
5	"Истоки развития танца модерн".	2	20	22
6	"Американское направление танца модерн" "Техника М. Грехэм".	3	20	23
7	"Техника П. Бауш и М. Каннинггема".	3	20	23
8	"Европейский джаз-танец" "Техника балет-джаза Метта Меттокса".	4	20	24

9	"Танцевальные комбинации и этюды".	5	20	25
10	Итоговая аттестация	-	1	1
Итого		23	121	144

Тема 1. «История развития современного танца».

Теория.

"Зарождение афроджаз-танца". История джаз-танца; основные ритмы джаза; использование музыкальных инструментов, ритмического и голосового сопровождения; основные элементы движений.

Практика.

Просмотр видеоматериала, подборка иллюстраций к книгам, демонстрация национальных костюмов.

Тема 2. "Становление и развитие европейского джаз-танца".

Теория.

Истоки европейского джаз-танца; эволюционный период развития; характерные особенности и отличие от афроджаз-танца; музыкальный материал, используемый хореографами этого направления.

Практика.

Просмотр видеоматериала, прослушивание видеокассет.

Тема 3. "Американский джаз-танец. Сходство и различия".

Теория

Истоки зарождения американского джаз-танца; отличительные черты этого стиля; использование музыкального сопровождения; основные принципы и понятия трёх направлений джаз-танца; анализ различий между системами.

Практика.

Просмотр видеоматериалов и иллюстраций.

Тема 4. "Афроджаз-танец".

Теория.

"Проведение разминки".

Виды разминок; свойства разминки; последовательность проведения; используемый темп и ритмы.

Практика.

Отработка упражнений разминки на середине зала:

- а) plie;
- б) battement tendu, jete;
- в) rond de jambe par terre;
- г) jete-tombe;
- д) developpe;
- е) grand battement jete;
- ж) растяжка-stretch.

Отработка упражнений для разминки на полу:

- а) разминка для стоп;
- б) контракция-расслабление;
- в) длинные линии;
- г) растяжка;
- д) упражнения для пресса.

Отработка упражнений для разминки на середине зала:

- а) изоляция;

- б) координация;
- в) основные шаги;
- г) изучение поворотов;
- д) прыжки.

Тема 5. "История развития современного танца".

Теория

"Истоки развития танца модерн".

Основоположник танца модерн; возникновение и развитие его направлений; основополагающие принципы и движения танца.

Практика

Просмотр видеоматериалов; прослушивание аудиокассет; подборка иллюстраций.

Тема 6. "Американское направление танца модерн".

Теория.

"Техника М. Грехэм". Терминология, основные понятия и принципы исполнения основных

движений: последовательность проведения разминки и ее свойства; темп и ритм.

Практика.

Отработка основных движений техники М. Грехэм:

- а) контракция и расслабление на полу;
- б) разминка ног и корпуса на полу;
- в) координация на полу;
- г) упражнение для пресса;
- д) контракция и расслабление на середине;
- е) разминка тела на середине;
- ж) координация;
- з) прыжки;
- и) вращение

Тема 7. "Техника П. Бауш и М. Каннингема".

Теория.

Терминология, основные понятия и принципы исполнения движений; особенности построения занятия.

Практика.

Отработка основных движений техники М.Каннингема и П. Бауш:

- а) разминка у станка;
- б) разминка на середине;
- в) танцевальные шаги;
- г) прыжковые комбинации;
- д) комбинации на вращение.

Тема 8. "Техника балет-джаза Метта Меттокса".

Теория.

Терминология, основные понятия и принципы исполнения движений; последовательность проведения разминки и ее свойства; темп и ритм.

Практика.

Отработка упражнений разминки и основных движений:

- а) экзерсис на середине;
- б) партер;
- в) изоляция;
- г) координация;

д) вращения;

е) прыжки.

Тема 9. "Танцевальные комбинации и этюды".

Практика

Основные шаги и движения, используемые в технике М.Грехэм, П. Бауш и М.Каннингема; соединение этих движений в связки; композиционное построение танца.

Основные шаги и движения, используемые в технике балет-джаз М. Меттокса; совмещение этих движений в связки; композиционное построение танца.

Отработка движений под счет; отработка движений под музыку; соединение движений в связки под счет; соединение движений в связки под музыку; отработка танцевальных композиций.

3. Планируемые результаты.

По окончании учащиеся приобретают предметные компетенции:

Знать:

- элементарные приёмы разминки на середине зала;
- основные шаги джаз- модерн танца;
- основы работы мышц и правильного дыхания;
- терминологию танца.

Уметь:

- самостоятельно выполнять разминку;
- исполнять синхронно движения и комбинации;
- под контролем педагога исполнять выученные связки и компоновать их в комбинацию;
- выделять сильную и слабую долю.

У учащегося будет развито:

- чувство ритма;
- слух;
- простейшая координация движения.

У учащегося должны сформироваться такие качества личности как:

- уважительное отношение к педагогу и занятиям;
- корректность и такт по отношению к другим учащимся;
- дисциплина;
- опрятность;
- привычка к соблюдению правил личной гигиены.

4. Организационно-педагогические условия программы

Материально - техническое обеспечение

Организация образовательного процесса происходит на первом этаже в кабинете №3 на базе БМАУДО ЦДТ г. Березовский. Хореографический класс площадью 73,8 кв.м с деревянным покрытием пола, который оборудован:

1. стул для педагога – 2шт;
2. стол педагога – 1шт;

3. фортепиано – 1шт;
4. балетный станок- 2шт;
5. зеркала – 10шт;
6. шкаф для хранения сценических костюмов и методической литературы-1шт;
7. костюмы сценические (танец «Мафия»-16 штук , танец «Разноцветный мир» -16 штук, танец «Маэстро»-16 штук, танец «Цирк Афро»-16 штук, танец «Остров Мумба-Юмба»-16 штук, «Просыпайся»-16 штук, «В роще»-12штук, «Моль»-16 штук).
8. коврики гимнастические-17шт.

Приборы и оборудование:

1. CD – магнитофон
2. колонки музыкальные
3. ноутбук
4. аудио – диски

Образовательные и информационные ресурсы

1. Мелехов А.В.Методическое пособие «Современные направления хореографии» 1999г.
2. Никитин. В.Ю. Методическая разработка «Модерн-джаз танец» этапы развития. Метод. Техника. 2004г.
- 3.Никитин. В.Ю. Методическая разработка «Стречинг в профессиональном обучении хореографии» 2005г.
4. Поталицина О.В. Учебное пособие «Джазовый танец» 2005г.
5. Федотова М.К. Методическая разработка «Специфика работы хореографического коллектива» 2012г
6. Федотова М.К. Методический доклад «Формы и методы воспитательной работы в хореографическом коллективе» 2013г
7. Федотова М.К. Методическая разработка «Игры и игровые приемы, используемые на занятиях хореографии» 2011г.
8. Федотова М.К. Методическая разработка «Методы и приемы обучения в танцевальном коллективе» 2012г.
9. Федотова М.К. Методическая разработка «Работа балетмейстера по постановке танца» 2012г

Дидактическое обеспечение:

1. Детский шоу-балет «Экситон». Концертные выступления. 2010г.
2. Иржи Киллиан «Шесть танцев», «Маленькая смерть» 2011г.
3. Михаил Барышников. Телефильм Jodavproductions INC. «Барышников в Голливуде», 1982.
4. Михаил Барышников. «Frank Sinatra and more...»,2001
5. Морис Бежар. «Метаморфозы Мориса Бежара», 2000.
6. Морис Бежар «BBC». «Моцарт танго», 2005.
7. Художественный фильм «Авансцена», 2008.
8. С.Прокофьев «Romeo and Juliet». Opera national de Lion, 2011.
9. «Notre Dame de Paris» Рачард Кочанте, Люк Пламодон, 2009.
10. Использование видеоматериалов с видеохостингов: YouTube, RuTube, Vimeo, Яндекс. видео, Видео@mail.ru.

Информационно - телекоммуникационные сети:

-компьютер, подключен к сети Интернет.

Аппаратно-программные средства:

- операционная система Microsoft Windows XP;
- Microsoft Office 2007 (Microsoft Word- текстовый процессор, Microsoft Excel – электронные таблицы, Microsoft PowerPoint- программа для создания презентаций, Internet Explorer- веб- браузер).

Аудиовизуальные средства:

- мультимедийный комплект (переносной) – проектор, экран, ноутбук.

Электронные образовательные и информационные ресурсы:

- <http://www.ed.gov.ru/>- сайт Министерства образования РФ
- <http://www.edu.ru/>– каталог образовательных интернет-ресурсов;
- www.vio.fio.ru - Федерация Интернет-образования
- <http://www.auditorium.ru/> - Российское образование – сеть порталов
- <http://1september.ru> - Сайт газеты "Первое сентября" /методические материалы/
- <http://som.fsio.ru/>- сетевое сообщество методистов
- <http://it-n.ru> – Сеть творческих учителей
- <http://www.lib.ru/> - Электронная библиотека
- www.virlib.ru – Виртуальная библиотека
- www.rvb.ru – Русская виртуальная библиотека
- <http://www.alleng.ru/edu> - Образовательные ресурсы Интернета.
- <http://school-collection.edu.ru/> - единая коллекция цифровых образовательных ресурсов
- <http://fcior.edu.ru/> - Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов
- <http://www.academic.ru> - словари и энциклопедии
- <http://www.ug.ru> - Сайт Учительской газеты
- <http://www.openclass.ru/> Открытый класс. Сетевые образовательные сообщества
- <http://www.vidod.edu.ru> - Федеральный портал «Дополнительное образование детей»

Кадровое обеспечение

Минимально допустимая квалификация педагога

Профессиональная категория: Высшая категория

Уровень образования педагога: Среднее специальное

Уровень соответствия квалификации: Образование педагога соответствует профилю программы

5. Оценочные материалы

5.1. Итоговая аттестация по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе не проводится.

5.2. Промежуточная аттестация результатов обучения по образовательной программе осуществляется два раза в год, согласно календарному учебному графику.

Для учащихся первого года обучения промежуточная аттестация предусматривается в конце учебного года, согласно календарному учебному графику.

5.3. Формы промежуточных аттестаций разрабатываются и обосновываются для определения результативности освоения программы. Призваны отражать достижения цели и задач программы.

При проведении промежуточных аттестаций используются следующие формы и методы: устные (опрос, беседа, педагогическое наблюдение), практические (защита творческой работы, контрольное упражнение), метод взаимоконтроля и самоконтроля (самостоятельное нахождение ошибок, анализ причины неправильного исполнения элементов, устранение

обнаруженных пробелов), дифференциация и подбор заданий с учетом особенностей учащихся.

Достижения учащимися планируемых результатов оценивается по критериям:

- по степени владения теоретическим материалом, терминологией;
- по умению применять теоретический материал на практике;
- по качеству выполнения всех этапов;

Кроме того, критериями оценки освоения программы является развитие таких свойств личности учащегося как трудолюбие, аккуратность, коллективизм, любознательность, способность ценить прекрасное.

Форма предъявления результатов – открытые уроки, самостоятельные творческие работы, отчётные концерты, мастер-классы, фестивали, конкурсы.

Фамилия, имя учащегося:

Группа:

Год обучения

Объединение:

Педагог:

Тема:

Предметное творчество

Техника исполнения работы	Удовлетворительно	Качественно	Безупречно
Гибкость			
Выворотность суставов			
Осанка			
Творческая сторона работы			
Подражание			
Компиляция			
Импровизация			

Творчество в общении

Коммуникативные умения Содержательная сторона общения	Пассивность	Средний уровень	Высокая активность
Негативные формы общения			
Отзывчивость, равноправное общение			
Сопереживание, помощь			

Сводная таблица педагогических наблюдений

Оцениваемые показатели	Месяцы				Примечания
	Сентябрь – ноябрь	Декабрь – февраль	Март – май	Июнь – август	

Предметное творчество					
Саморазвитие					
Общение					

Карта оценки результативности реализации образовательной программы:

Цель: проверка результативности освоения образовательной программы.

Проводится в конце учебного года как итоговая диагностика.

Название программы, срок ее освоения:

Фамилия, имя, отчество педагога:

Фамилия, имя учащегося:

Год обучения по программе:

Параметры результативности реализации программ	Характеристика низкого уровня результативности	Оценка уровня результативности					Характеристика высокого уровня результативности
		Очень слабо	Слабо	Удовлетворительно	Хорошо	Очень хорошо	
		1	2	3	4	5	
Опыт освоения теоретической информации	Информация не освоена						Информация освоена полностью в соответствии с задачами программы
Опыт практической деятельности	Способы деятельности не освоены						Способы деятельности освоены полностью в соответствии с задачами программы
Опыт эмоционально-ценностных отношений (вклад в формирование личностных качеств учащегося)	Отсутствует позитивный опыт эмоционально-ценностных отношений (проявление элементов агрессии, защитных реакций, негативное, неадекватное поведение)						Приобретен полноценный, разнообразный, адекватный содержанию программы опыт эмоционально-ценностных отношений, способствующий развитию личностных качеств учащегося

Опыт творчества	Освоены элементы репродуктивной, имитационной деятельности						Приобретен опыт самостоятельной творческой деятельности (оригинальность, индивидуальность, качественная завершенность результата)
Опыт общения	Общение отсутствовало (ребенок закрыт для общения)						Приобретен опыт взаимодействия и сотрудничества в системах «педагог-учащийся» и «учащийся учащийся». Доминируют субъект-субъектные отношения
Осознание ребёнком актуальных достижений. Фиксированный успех и вера ребёнка в свои силы (позитивная «Я-концепция»)	Рефлексия отсутствует						Актуальные достижения ребенком осознаны и сформулированы
Мотивация и осознание перспективы	Мотивация и осознание перспективы отсутствуют						Стремление ребенка к дальнейшему совершенствованию в данной области (у ребенка активизированы познавательные интересы и потребности)

Общая оценка уровня результативности: 7-20 баллов – программа в целом освоена на низком уровне; 21-28 баллов – программа в целом освоена на среднем уровне; 29-35 баллов – программа в целом освоена на высоком уровне.

6. Методическое обеспечение

1. Мелехов А.В. Методическое пособие «Современные направления хореографии» 1999г.
2. Никитин. В.Ю. Методическая разработка «Модерн-джаз танец» этапы развития. Метод. Техника. 2004г.
3. Никитин. В.Ю. Методическая разработка «Стречинг в профессиональном обучении хореографии» 2005г.

4. Поталицина О.В. Учебное пособие «Джазовый танец» 2005г.
5. Федотова М.К. Методическая разработка «Специфика работы хореографического коллектива» 2012г
6. Федотова М.К. Методический доклад «Формы и методы воспитательной работы в хореографическом коллективе» 2013г
7. Федотова М.К. Методическая разработка «Игры и игровые приемы, используемые на занятиях хореографии» 2011г.
8. Федотова М.К. Методическая разработка «Методы и приемы обучения в танцевальном коллективе» 2012г.
9. Федотова М.К. Методическая разработка «Работа балетмейстера по постановке танца» 2012г

ПРИНЯТО:
На педагогическом совете
БМАУДО ЦДТ
Протокол № 5 от 30.07.2025 г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор БМАУДО ЦДТ
Кому Е.В. Комарова
Приказ № 115 от 30.07.2025 г.

Учебный план
дополнительной общеразвивающей
общеобразовательной программы «Современный танец»

	Темы	1 год обучения			Формы аттестации (контроля)
		Всего	теория	практика	
1	Направления современной хореографии	48	8	40	Беседа, наблюдение контрольное упражнение, защита творческой работы, итоговая аттестация
2	Контемпорари	47	7	40	
3.	Основы джаз-модерн танца и импровизация	48	8	40	
	Итоговая аттестация	1	-	1	
	Всего учебных часов	144			

ПРИНЯТО:
На педагогическом совете
БМАУДО ЦДТ
Протокол № 5 от 30.07.2025 г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор БМАУДО ЦДТ
Комарова Е.В. Комарова
Приказ № 115 от 30.07.2025 г.

Календарный учебный график
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Современный танец»
на 2025-2026 учебный год

Этапы образовательного процесса	1 год обучения	2 и 3 год обучения	Примечание
Начало учебного года	2 сентября 2025 г.	2 сентября 2025 г.	
Формирование объединений	18 августа 2025г.- 30 августа 2025г.	25 августа 2025г.- 30 августа 2025г.	
Продолжительность учебного года	36 недель	36 недель	
Промежуточная аттестация (контроль)	нет	25-27 декабря 2025г.	
Промежуточная аттестация (контроль)	26-27 мая 2026г.	26-27 мая 2026г.	
Окончание учебного года	28 мая 2026г.	28 мая 2026г.	окончание учебного года может быть перенесено на срок в соответствии с резервом учебного времени
Резерв учебного времени	10 часов	10 часов	5% от продолжительности ДООП
Каникулы			
зимние	с 01 января 2026г. – 08 января 2026г.		
летние	с 01 июня 2026г. – 31 августа 2026г.		
праздничные нерабочие дни	04.11.2025, 31.12.2025, 01-08.01.2026, 23.02.2026, 08.03.2026, 01.05.2026, 09.05.2026, 12.06.2026		

Управление образования Березовского муниципального округа
Березовское муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования «Центр детского творчества»

ПРИНЯТО:

На педагогическом совете

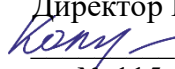
БМАУДО ЦДТ

Протокол № 5 от 30.07.2025 г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор БМАУДО ЦДТ

 Е.В. Комарова

Приказ № 115 от 30.07.2025 г.

Рабочая программа педагога
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программе «Современный танец»

Возраст учащихся: 18-55 лет

Срок реализации: 1 год

Составитель программы:

Шульмина Виктория Анатольевна

педагог дополнительного образования

Пояснительная записка.

Данный курс позволяет методически настойчиво направлять энергию обучающихся в русло красивых сценических форм, отвлекая от стихийно рожденной вычурности, некрасивости, безвкусицы. Получив возможность осваивать импровизации, человек избавляется от физических и психологических зажимов, у него изменяются движенческие привычки, в повседневной жизни появляются новые, более гармоничные движения, он получает удовольствие от выражения эмоций и свободы мысли средствами

Благодаря знакомству с разными стилями современного танца сложилась определенная система преподавания, которая помогает учащимся быстро овладеть основами выбранного хореографического направления.

Цель программы: удовлетворение реальных потребностей и интересов обучающихся в хореографическом искусстве.

Задачи программы:

Обучающие: ознакомление со стилями современного танца, а также с особенностями ритмического строения музыки; освоение техники различных стилей современной хореографии, обучение основам свободной импровизации;

Развивающие: раскрытие творческой индивидуальности обучающихся; развитие физической выносливости и силы, силы духа; формирование умения передавать стиль и манеру исполнения различных стилей, создавать яркие сценические образы.

Приемы и методы организации образовательного процесса:

- словесный (устное изложение, беседа и т. д.);
- наглядный (показ видеоматериалов, иллюстрации, наблюдение, показ педагогом);
- практический (упражнения).

Приемы:

- беседа;
- показ видеоматериалов;
- показ педагогом;
- наблюдение.

Дидактический материал, используемый в процессе организации занятий:

Фотографии, литература по хореографии, ритмике, пластике, танцу, видео – аудиозаписи, правила поведения на сцене, словари терминов.

По окончании обучающиеся приобретают предметные компетенции:

Учащиеся должны знать:

- элементарные приёмы разминки на середине зала;
- основные шаги афроджаз-танца;
- основы работы мышц и правильного дыхания;
- терминологию танца.

Учащиеся должны уметь:

- самостоятельно выполнять разминку;
- исполнять синхронно движения и комбинации;
- под контролем педагога исполнять выученные связки и компоновать их в комбинацию;
- выделять сильную и слабую долю.

У учащегося будет развито:

- чувство ритма;
- слух;
- простейшая координация движения.

У учащегося должны сформироваться такие качества личности как:

- уважительное отношение к педагогу и занятиям;
- корректность и такт по отношению к другим учащимся;
- дисциплина;
- опрятность;
- привычка к соблюдению правил личной гигиены.

Учебно-тематический план

№	Наименование тем	Количество часов		
		теория	практика	всего
1	История развития современного танца Зарождение афро-джаз танца	1	-	1
2	Становление и развитие европейского джаз танца	2	-	2
3	<u>Американский джаз-танец. Сходство и различия</u>	1	-	3
4	Афроджаз-танец	2	20	22
5	<u>"Истоки развития танца модерн".</u>	2	20	22
6	"Американское направление танца модерн" <u>"Техника М. Грехэм".</u>	3	20	23
7	<u>"Техника П. Бауш и М. Каннингема".</u>	3	20	23
8	"Европейский джаз-танец" <u>"Техника балет-джаза Метта Меттокса".</u>	4	20	24
9	<u>"Танцевальные комбинации и этюды".</u>	5	20	25
10	Итоговая аттестация	-	1	1
Итого		23	121	144

Календарно-тематическое планирование на 2024-2025 учебный год.

Месяц	Название темы	Содержание занятий	Часы	Примечание
сентябрь	<u>Зарождение афроджаз-танца".</u>	История джаз-танца; основные ритмы джаза; использование музыкальных инструментов, ритмического и голосового сопровождения; основные элементы движений. Просмотр видеоматериала, подборка иллюстраций к книгам, демонстрация национальных костюмов.	2	
сентябрь	Становление и развитие европейского джаз танца	Истоки европейского джаз-танца; эволюционный период развития; характерные особенности и отличие от афроджаз-танца; музыкальный материал, используемый хореографами этого направления.	2	
сентябрь	<u>"Американский джаз-танец. Сходство и различия".</u>	Истоки зарождения американского джаз-танца; отличительные черты этого стиля; использование музыкального сопровождения; основные принципы и понятия трёх направлений джаз-танца; анализ различий между системами.	2	

сентябрь	" Афроджаз-танец".	Проведение разминки. Виды разминок; свойства разминки; последовательность проведения; используемый темп и ритмы.	2	
сентябрь	" Афроджаз-танец".	Отработка упражнений разминки на середине зала:	2	
сентябрь	" Афроджаз-танец".	plie; battement tendu, jete; rond de jambe par terre;	2	
сентябрь	" Афроджаз-танец".	jete-tombe; developpe; grand battement jete; растяжка-stretch.	2	
сентябрь	" Афроджаз-танец".	разминка для стоп; контракция-расслабление; длинные линии; растяжка; упражнения для пресса.	2	
октябрь	" Афроджаз-танец".	plie; battement tendu, jete; rond de jambe par terre;	2	
октябрь	"Афроджаз-танец".	jete-tombe; developpe; grand battement jete; растяжка-stretch.	2	
октябрь	" Афроджаз-танец".	разминка для стоп; контракция-расслабление; длинные линии; растяжка; упражнения для пресса.	2	
октябрь	" Афроджаз-танец".	Отработка упражнений для разминки на середине зала:	2	
октябрь	" Афроджаз-танец".	изоляция; координация; основные шаги; изучение поворотов; прыжки.	2	
октябрь	<u>Истоки развития танца модерн</u>	Основоположник танца модерн; возникновение и развитие его направлений; основополагающие принципы и движения танца.	2	
октябрь	<u>Истоки развития танца модерн</u>	Просмотр видеоматериалов; прослушивание аудиокассет; подборка иллюстраций	2	

октябрь	Американское направление танца модерн	Терминология, основные понятия и принципы исполнения основных движений:	2	
октябрь	<u>Техника М. Грехэм</u>	Терминология, основные понятия и принципы исполнения основных движений:	2	
ноябрь	<u>Техника М. Грехэм</u>	Разминка ног и корпуса на полу	2	
ноябрь	<u>Техника М. Грехэм</u>	Упражнение для пресса	2	
ноябрь	<u>Техника М. Грехэм</u>	Координация	2	
ноябрь	<u>Техника М. Грехэм</u>	Прыжки	2	
ноябрь	<u>Техника М. Грехэм</u>	Вращение	2	
ноябрь	<u>Техника М. Грехэм</u>	Отработка основных движений техники М. Грехэм:	2	
ноябрь	<u>Техника М. Грехэм</u>	Контракция и расслабление на полу	2	
ноябрь	<u>Техника М. Грехэм</u>	Координация на полу	2	
ноябрь	<u>Техника М. Грехэм</u>	Контракция и расслабление на середине	2	
декабрь	<u>Техника М. Грехэм</u>	Упражнение для пресса	2	
декабрь	<u>Техника М. Грехэм</u>	Контракция и расслабление на середине	2	
декабрь	<u>Техника М. Грехэм</u>	Разминка тела на середине	2	
декабрь	<u>Техника М. Грехэм</u>	Координация	2	
декабрь	<u>Техника М. Грехэм</u>	Прыжки	2	
декабрь	<u>Техника М. Грехэм</u>	Вращение	2	
декабрь	Афроджаз-танец".	Отработка основных движений	2	
декабрь	Американское направление танца модерн	Отработка движений под счёт; отработка движений под музыку; соединение движений в связки под счёт; соединение движений в связки под музыку; отработка танцевальных композиций.	2	
январь	<u>Техника П. Бауш и М. Каннинггема</u>	Танцевальные шаги	2	

январь	<u>Техника П. Бауш и М. Каннингема</u>	Прыжковые комбинации	2	
январь	<u>Техника П. Бауш и М. Каннингема</u>	Прыжковые комбинации	2	
январь	<u>Техника П. Бауш и М. Каннингема</u>	Комбинации на вращение	2	
январь	<u>Техника П. Бауш и М. Каннингема</u>	Комбинации на вращение	2	
январь	<u>Техника П. Бауш и М. Каннингема</u>	Основные шаги и движения, используемые в технике М.Грехэм, П. Бауш и М.Каннингема	2	
январь	<u>Техника П. Бауш и М. Каннингема</u>	Комбинации на вращение	2	
февраль	<u>Техника П. Бауш и М. Каннингема</u>	Соединение движений в связки; композиционное построение танца.	2	
февраль	<u>Техника П. Бауш и М. Каннингема</u>	Отработка движений под счёт.	2	
февраль	<u>Техника П. Бауш и М. Каннингема</u>	Отработка движений под музыку	2	
февраль	Европейский джаз-танец	Терминология. основные понятия и принципы исполнения движений	2	
февраль	<u>Техника балет-джаза Метта Меттокса</u>	Последовательность проведения разминки и ее свойства; темп и ритм	2	
февраль	<u>Техника П. Бауш и М. Каннингема</u>	Соединение движений в связки; композиционное построение танца.	2	
февраль	<u>Техника П. Бауш и М. Каннингема</u>	Отработка движений под счёт.	2	
февраль	<u>Техника П. Бауш и М. Каннингема</u>	Отработка движений под музыку	2	
март	<u>Техника балет-джаза Метта Меттокса</u>	координация	2	
март	<u>Техника балет-джаза Метта Меттокса</u>	вращения	2	
март	<u>Техника балет-джаза Метта Меттокса</u>	прыжки	2	
март	<u>Техника балет-джаза Метта Меттокса</u>	экзерсис на середине	2	

март	<u>Техника балет-джаза Метта Меттокса</u>	партер	2	
март	<u>Техника балет-джаза Метта Меттокса</u>	Вращения, соединение движений в связки под музыку;	2	
март	<u>Техника балет-джаза Метта Меттокса</u>	Основные шаги и движения, используемые в технике балет-джаз М. Меттокса; совмещение этих движений в связки; композиционное построение танца.	2	
март	<u>Техника балет-джаза Метта Меттокса</u>	Отработка движений под счет; отработка движений под музыку	2	
апрель	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Соединение этих движений в связки	2	
апрель	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Соединение этих движений в связки	2	
апрель	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Композиционное построение танца	2	
апрель	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Композиционное построение танца	2	
апрель	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Композиционное построение танца	2	
апрель	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Основные шаги и движения, используемые в технике балет-джаз М.Меттокса.	2	
апрель	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Основные шаги и движения, используемые в технике балет-джаз М.Меттокса.	2	
апрель	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Композиционное построение танца	2	
апрель	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Основные шаги и движения, используемые в технике балет-джаз М.Меттокса.	2	
май	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Основные шаги и движения, используемые в технике балет-джаз М.Меттокса.	2	
май	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Совмещение этих движений в связки	2	
май	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Композиционное построение танца.	2	
май	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Композиционное построение танца.	2	

май	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Композиционное построение танца.	2	
май	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Отработка движений под счет; отработка движений под музыку ;соединение движений в связки под счет; соединение движений в связки под музыку; отработка танцевальных композиций.	2	
май	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Композиционное построение танца.	2	
май	Промежуточная аттестация	Контрольно - показательное; концерт.	2	
		Итого: 144 часа.		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 143507986500560089701835989304833372774460075074

Владелец Комарова Елена Владимировна

Действителен с 02.04.2025 по 02.04.2026