



**Муниципальное  
автономное учреждение  
дополнительного образования  
Городской Дворец творчества детей и молодежи  
«Одаренность и технологии»**

Рассмотрено  
Экспертно-методическим советом  
протокол № 1 от 29.08.2022 г.

Председатель \_\_\_\_\_ А.С.Лисина



**Школа-студия современного танца «Движение»  
Современный танец. 1 ступень. Начало**  
дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
для детей от 6 до 8 лет, срок реализации – 3 месяца  
физкультурно-спортивная направленность

**Авторы-составители:**  
**Киселёва Ольга Александровна**  
педагог дополнительного  
образования,  
высшей квалификационной категории  
**Новосёлова Екатерина Викторовна**  
педагог дополнительного образования  
первой квалификационной категории

Екатеринбург  
2022

## **Пояснительная записка.**

В условиях модернизации образования, необходимым результатом дополнительного образования является формирование личностных качеств обучающихся, которые будут способствовать их позитивной социализации, успеху в профессиональной и личностной сфере. В системе воспитания детей огромную роль играет искусство хореографии. Занятия хореографией развивают физические данные, артистизм, творческую интуицию и эмоциональность, кроме того, занятия помогают становлению таких качеств ребёнка как трудолюбие, чувство ответственности и взаимопомощи, дисциплинированность, помогают организовать его свободное время, приобщают к здоровому образу жизни.

Данная программа является частью комплекса дополнительных общеразвивающих программ, реализуемых в объединении, школа-студия современного танца «Движение».

**Направленность** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Школа-студия современного танца «Движение». Современный танец. 1 ступень. Начало» по содержанию является **физкультурно-спортивной**.

### **Программа разработана с учётом:**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
3. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996);
4. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
5. Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении концепции развития образования на территории свердловской области на период до 2035 года»;
6. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
7. Приказ Министерства просвещения РФ от 30.09.2020 г. №533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. №196»;

8. Постановление 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»;
9. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г. №09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»);
10. 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";
11. Положение о структуре, порядке разработки и утверждении дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в МАУ ДО ГДТДиМ «Одаренность и технологии»;
12. Устав МАУ ДО ГДТДиМ «Одаренность и технологии».

#### **Актуальность.**

Актуальность программы обусловлена информационной перегрузкой и гиподинамией современных детей, вызывающих проблемы снятия умственного и психологического напряжения.

Программа «Школа-студия современного танца «Движение». Современный танец. 1 ступень. Начало» ориентирована на социальный заказ, потребности родителей и обучающихся. Она направлена на развитие физической активности обучающихся, что в условиях промышленного мегаполиса является актуальным для формирования здорового поколения. Программа развивает качества личности, способной самостоятельно планировать и реализовывать эффективную деятельность, осуществлять ее контроль и коррекцию, развивает творческую и познавательную активность, готовность к продуктивному взаимодействию, а также помогает воспитать уверенность в себе.

Согласно Концепции развития дополнительного образования детей программа ориентирована на развитие мотивации подрастающего поколения к ведению здорового образа жизни и регулярным занятиям физической культурой и спортом.

В законе «Об образовании в Российской Федерации» дополнительное образование детей направлено на удовлетворение индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном совершенствовании, а также выявление и поддержку детей, проявивших выдающиеся способности.

#### **Отличительные особенности программы.**

Отличительной особенностью программы является применение проектной технологии в учебно-воспитательном процессе, что в свою очередь, позволяет органично использовать разнообразные методы и средства обучения, для решения образовательных задач с обучающимися.

#### **Педагогическая целесообразность.**

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа педагогически целесообразна, т.к. при её реализации используются современные образовательные технологии индивидуализированного, личностно-ориентированного, проектного и дифференцированного обучения, технология сотрудничества, интегрированные занятия с элементами импровизации, подготовка и участие в конкурсных мероприятиях различного уровня. Данная модель педагогической деятельности позволяет адаптировать содержание программы к индивидуальным особенностям обучающихся, помогает осваивать программу в оптимальном темпе для каждого и способствует достижению высоких результатов обучающихся с разным стартовым уровнем хореографических возможностей.

При реализации программы, используются следующие педагогические идеи, ценности и принципы обучения:

- Преемственность. После изучения элементарных движений танца задания постепенно усложняются.
- Систематичность. Соблюдение дидактического принципа «от простого к сложному», осознанное отношение обучающихся к средствам танцевальной выразительности, овладение языком движений. Обучению их этому языку, способствует пониманию значений этих движений, приобретению умения с их помощью выражать отношение, настроение.
- Доступность. Изучаемый материал доступен обучающимся, это формирует чувство уверенности в себе, адекватную самооценку, поддерживает интерес к изучаемому материалу.
- Разнообразие. Разнообразие материала позволяют сохранить постоянное внимание обучающихся и способствуют сохранению темпо-ритма занятия.

**Адресность программы.** Программа ориентирована на школьный возраст обучающихся от 6 до 8 лет, с учётом психофизиологических особенностей данных возрастных категорий.

#### **Возрастные особенности обучающихся.**

У детей **6-8 лет** интенсивно развивается и совершенствуется весь организм. Наблюдается постепенное совершенствование мышечной системы и двигательных функций. Вместе с ростом мышечной массы значительно улучшается координация движений. Позвоночник детей очень податлив, важно детям давать упражнения, способствующие укреплению позвоночных мышц. В это время интенсивно формируются психомоторные функции, связанные со скоростью и точностью движения.

Дети в этом возрасте отличаются подвижностью, любознательностью, большой активностью и непоседливостью, подражательностью и вместе с тем неумением долго концентрировать свое внимание на чем-либо. Поэтому время их занятий одним видом деятельности должно быть коротким.

**Принципы формирования учебных групп.** На обучение по дополнительной общеобразовательной программе принимаются дети, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья для занятий физкультурой, без специальной подготовки. Количество детей в группах:– 12-15 человек.

### **Режим занятий.**

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа.

**Итого в неделю:** 4 часа

**Общий объем часов** по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Школа-студия современного танца «Движение». Современный танец. 1 ступень. Начало» составляет 48 часов.

**Срок освоения программы:** 12 недель, 3 месяца.

Уровень программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа-студия современного танца «Движение». Современный танец. 1 ступень. Начало» построена в соответствии со стартовым уровнем сложности, используются и реализуются общедоступные и универсальные формы организации материала, сложность предлагаемого для освоения содержания программы минимальная.

### **Организация образовательного процесса (сроки реализации программы).**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа состоит из одного образовательного раздела – «Современный танец (Релиз)»: изучение основ современного танца и различных его техник.

Помимо непосредственного практического изучения основ танца, содержание обучения включает в себя беседы об искусстве танца, в ходе которых обучающиеся знакомятся с историей развития хореографического искусства, различными направлениями хореографии, их взаимосвязями и отличительными чертами.

Программа нацелена на то, чтобы научить ребенка исполнять танец осмысленно, вдохновенно, музыкально и свободно. Техника современного танца, основанная на освобождении (релизе) некоторых групп мышц с целью получения навыков использования только тех групп мышц, которые необходимы в процессе танца.

#### **Формы обучения:**

- индивидуально-групповая;
- групповая;
- фронтальная.

#### **Виды занятий:**

- практические занятия;
- беседы.

#### **Виды занятий:**

- практические занятия;
- беседы.

**Формы подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной программы:** опрос, практическая работа, анализ проделанной работы, контроль выполнения упражнений, контроль выполнения творческого задания, исполнение этюдов и комбинаций, открытое занятие.

## **Цель и задачи общеобразовательной общеразвивающей программы.**

**Цель**– знакомство и приобщение обучающихся к танцу средствами искусства современного танца.

Для достижения данной цели определены следующие **задачи**.

### **Задачи:**

#### *Обучающие:*

- познакомить с основами современного танца, его элементами, терминологией и историей развития;
- научить исполнять основные движения, упражнения;
- научить правилам поведения на занятии;
- научить правильно ощущать положение корпуса на середине;
- познакомить с правилами гигиены тела и тренировочной одежды.

#### *Развивающие:*

- научить реагировать на замечания педагога;
- дать навыки взаимодействия в группе, осознавая себя её частью.

#### *Воспитательные:*

- воспитать понимание ценности здорового образа жизни.

### **Методы обучения.**

В основе преподавания используются методы, направленные на формирование хореографических навыков детей с учётом их физических возможностей:

- объяснительно-иллюстративные: методы обучения, при использовании которых, дети воспринимают и усваивают готовую информацию;
- репродуктивные методы обучения: учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;
- метод анализа и сравнения: при освоении материала занятия, обучающиеся должны научиться анализировать движения, находить логические связи между элементами, сравнивать особенности и нюансы выполнения движений, что способствует осознанному отношению к уроку;
- метод импровизации: выполняя задания на импровизацию, обучающиеся развивают воображение, мышление, инициативу, самостоятельность, развиваются духовно и творчески; задания на импровизацию помогают обучающимся впоследствии в раскрытии художественных образов в танцевальных композициях, самовыражении.

### **Работа с родителями.**

Работа с родителями занимает значимое место при реализации дополнительной общеобразовательной программы. Для того чтобы обучающиеся могли успешно заниматься, стать полноценными участниками в жизни Студии, необходима заинтересованность и постоянная поддержка их семей. Родители осуществляют сопровождение на конкурсы, спектакли, концерты, где выступают воспитанники Студии. Кроме того, оказывают посильную помощь при изготовлении костюмов, при выполнении домашнего задания обучающимися, становятся активными организаторами и участниками внутрестудийных мероприятий. В течение года

предусматривается проведение родительских собраний, индивидуальных встреч, бесед, открытых занятий, где можно наглядно проследить успехи своего ребёнка.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Раздел	кол-во часов	
	в неделю	3 месяца
Современный танец (релиз)	4	48
<b>Всего:</b>	<b>4</b>	<b>48</b>

### Содержание общеобразовательной общеразвивающей программы.

#### Учебный (тематический) план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		общее	теория	практика	
1	Инструктаж по ТБ. Беседы об искусстве танца	2	2		Опрос
2	Основы современного танца	20	2	18	Практическая работа, контроль выполнения упражнений, анализ проделанной работы
3	Элементы импровизации	10		10	Контроль выполнения творческого задания
4	Просмотр видеоматериалов	1	1		Опрос
5	Постановка этюдов и хореографических композиций	12		12	Исполнение этюдов и комбинаций, анализ проделанной работы
6	Контрольное занятие	1		1	Открытое занятие
7	Отчетный концерт	1		1	Концерт
8	Внутристудийные мероприятия	1		1	Концерт, праздник
<b>Всего:</b>		<b>48</b>	<b>5</b>	<b>43</b>	

Теория и практика в процессе занятия интегрированы.

#### Содержание раздела

##### Тема 1. Инструктаж по ТБ. Беседы об искусстве танца.

*Теория:* Знакомство с обучающимися. Инструктаж по ТБ. Основы сценической культуры. Внешний вид на уроках танца. Различные виды современного танца, их взаимосвязь и отличительные черты.

##### Тема 2. Основы современного танца.

*Теория:*Строение тела, работа мышц, суставов и связок.Упражнения на полу (parterre).Изучение понятий stretch (растягивание, протяжение) и contraction (сжатие, сокращение). Понятия изоляции и оппозиции.

*Практика:*Различные перекаты и перевороты на полу. Различные виды растяжек (в положении сидя, ноги перед собой, стопы и колени вытянуты, полностью положить корпус на ноги; такое же упражнение, но ноги в «лягушке», руки вытянуты перед собой в пол; ноги широко раскрыты в стороны, наклоны корпуса поочерёдно к правой ноге, к левой ноге и вперёд).Экзерсис на середине зала.Разминка – поочерёдная работа головой, плечами, верхней частью корпуса (грудная клетка), бёдрами и руками;Понятия rollup(развёртывание корпуса снизу наверх) и rolldown (такое же движение, но сверху вниз);Работа головы (различные наклоны и вращения);Изучение положений рук: параллельные, несимметричные;Изучение положений ног: параллельные и открытые позиции; Понятия point (вытягивание стопы) и flex (сокращение стопы);Положения «эмбрион» и «звездочка». Изучение простейших учебных комбинаций на середине зала – demiplie, battement tendu.Кросс.Перекаты за различными частями тела (рука, нога);Перекаты в положение «эмбрион»;Простейшие прыжки с продвижением (sauté по выворотным и параллельным позициям).

### **Тема 3. Элементы импровизации.**

*Практика:* Использование материала урока в своей интерпретации. Создание танцевального образа под предложенную музыку. Групповая и индивидуальная импровизации (умение работать в группе, доверяя окружающим). Поиск новых движений и элементов.

### **Тема 4. Просмотр видеоматериалов.**

*Теория:* Обсуждение фильма об истории зарождения танца modern.

### **Тема 5. Постановка этюдов и хореографических композиций.**

*Практика:* Разучивание танцевальных комбинаций. Перестроения в различных рисунках. Постановка танцевального этюда.

### **Тема 6. Контрольное занятие.**

*Теория:* Знание методики и названия всех исполняемых движений.

*Практика:* Демонстрация полученных за год умений и навыков.

Показ упражнений в parterre и на середине зала, учебных комбинаций.

### **Тема 7. Отчетный концерт.**

*Практика:* Участие в отчетном концерте.

### **Тема 8. Внутростудийные мероприятия.**

*Практика:* Цикл внутростудийных конкурсов, объединенных одной темой, «Жизнь в танце», который включает в себя следующие мероприятия: конкурс рисунков, конкурс стихотворений, конкурс фотографий. Внутростудийные праздники (Посвящение в танцоры, Новый год, День танца, окончание учебного года).

## **Планируемые результаты освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

### *Предметные результаты:*

- знакомы с основами современного танца, его элементами, терминологией и историей развития;
- знакомы с методикой исполнения основных движений;
- умеют исполнять основные движения, упражнения;
- знают правила поведения на занятии;
- знакомы с правилами гигиены тела и тренировочной одежды.

### *Метапредметные результаты:*

- умеют реагировать на замечания педагога;
- умеют самостоятельно проводить разогрев перед занятием;
- имеют навыки взаимодействия в группе, осознавая себя её частью.

### *Личностные результаты:*

- проявляют стремление к получению новых знаний в данной области;
- понимают ценности здорового образа жизни.

## **Организационно-педагогические условия. Условия реализации программы.**

**Материально-техническое обеспечение:** для реализации программы необходим просторный, светлый танцевальный зал с зеркальными стенами, станки для занятий экзерсисом, инвентарь, репетиционный зал, костюмерная для хранения костюмов, фортепиано, нотный материал, магнитофоны, медиатека.

**Информационное обеспечение:** аудио-, видео-, интернет источники.

**Кадровое обеспечение:** педагоги со средним или высшим образованием, владеющие знаниями и умениями в различных видах хореографического искусства, обладающие знаниями в области педагогики и психологии.

Одновременно с педагогом дополнительного образования, непосредственно осуществляющим реализацию образовательной программы, группы сопровождает концертмейстер.

Для занятий необходимы концертмейстеры со средним или высшим образованием, легко владеющие инструментом, легко импровизирующие, чутко откликающиеся на задачи, поставленные педагогом.

**Организационное обеспечение:** непрерывное обучение в ходе всего 2-х летнего курса за исключением летних каникул.

**Методические материалы:**

1. Программно-методические:
  - Методическая литература по хореографии;

- Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа-студия современного танца «Движение». Современный танец. 1 степень».

## 2. Опорные учебно-методические материалы:

- Технологические карты учебных занятий;
- Методические рекомендации для участников Внутрестудийного конкурса детских хореографических миниатюр «Дорога к танцу»;
- Тематические списки информационных источников: справочная литература, видеоматериалы.

## 3. Диагностические материалы:

- Программа педагогического мониторинга результативности освоения дополнительных образовательных программ;
- Темы групповых и/или индивидуальных творческих заданий. Критерии их оценивания;
- Заявления от родителей «общие сведения о ребенке»;
- Контрольно-оценочные материалы;
- Сценарии (отчетные концерты, концерты «Посвящение в танцоры»); Этика поведения в школе-студии современного танца «Движение»;
- Терминологический словарь современного танца.

### **Формы аттестации/контроля и оценочные материалы.**

#### **Способы определения результативности.**

С целью определения уровня освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы, а также для повышения эффективности и улучшения качества образовательного процесса проводится педагогический мониторинг в течение всего периода обучения. Результаты педагогического мониторинга фиксируются в сводных таблицах. Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится за счет аудиторного времени, предусмотренного в учебно-тематическом планировании.

Формы аттестации/контроля и оценки, позволяющие определить достижение обучающимися планируемых результатов по программе:

- практическая работа;
- исполнение этюдов и комбинаций;
- опрос;
- открытое занятие.

#### **Формы контрольно-оценочных материалов**

<b>№ п/п</b>	<b>Форма контрольно-оценочного материала</b>	<b>Краткая характеристика формы</b>	<b>Что представляется в УМК</b>

1	Творческое задание	Частично регламентированное задание, имеющее нестандартное решение и позволяющее диагностировать умения интегрировать знания различных областей, творческий подход, умение аргументировать собственную точку зрения, взаимодействовать в коллективе. Может выполняться в индивидуальном порядке или группой обучающихся.	Темы групповых и/или индивидуальных творческих заданий. Критерии оценивания.
2	Тест	Система стандартизированных заданий, позволяющая автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающегося.	Контрольно-оценочные, тесты.
3	Внутригрупповой конкурс	Теоретическое, практическое или творческое задание (комплекс заданий), предполагающее соревновательный аспект. Может выполняться в индивидуальном порядке или группой обучающихся.	Критерии оценки (Положение о конкурсе), протокол.

В процессе обучения применяются как групповые, так и индивидуальные формы контроля освоения программы.

При прохождении обучающиеся демонстрируют знания, умения и навыки в соответствии с программным материалом, в том числе:

- знание терминологии;
- знание средств создания образа в хореографии;
- умение соблюдать требования к безопасности при выполнении танцевальных движений;

Проведение аттестации обязательно для всех обучающихся. Если обучающийся полностью освоил дополнительную общеобразовательную программу и успешно прошел итоговую аттестацию, ему выдаётся Свидетельство об успешном окончании программы.

Оценочными материалами для отслеживания результатов освоения программы служат:

- контрольно-оценочные, тесты;
- программа педагогического мониторинга результативности освоения дополнительных образовательных программ.

## Список литературы

1. Андрусенко Л.С. Работа над танцевальной образностью с воспитанниками младшего школьного возраста // Искусство и образование. 2008. № 6.
2. Безрукова В.С. Педагогика. Проективная педагогика [Текст]: учебник для индустриально-педагог. техникумов и для студентов инженерно-педагогических специальностей / Безрукова В.С. - Екатеринбург: Изд-во Деловая книга, 1999. – 119 с.
3. Буйлова Л. Н. Современные подходы к разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ / Л. Н. Буйлова // Молодой ученый. – 2015. -№ 15. – с. 567 – 572.
4. Ваганова А.Я. Основы классического танца [Текст]: учебник для вузов / Ваганова А.Я. – Санкт-Петербург: Изд-во Лань, 2003. – 192 с.
5. Концепция развития дополнительного образования детей в Российской Федерации. Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726 – р.
6. Кулагина И.Ю., Коллюцкий В.Н. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека [Текст]: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Кулагина И.Ю., Коллюцкий В.Н. – Москва ТЦ Сфера, 2001. – 464 с.
7. Мельников В.М. Психология [Текст]: учебник для институтов физической культуры / Мельников В.М. – Москва: Изд-во Физкультура и спорт, 1987 – 367 с.
8. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец: Этапы развития. Метод. Техника. [Текст]: учебное пособие / Никитин В.Ю. – Москва: Издательский дом «Один из лучших», 2004 – 414 с.
9. Никитин В.Ю. Мастерство хореографа в современном танце // Москва-СПб-Краснодар: Изд-во «Планета музыки», 2017 – 517 с.
10. Федеральный Закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» - М.: 2013. – 238 с.

## Список литературы для обучающихся и родителей

1. Андрусенко Л.С. Формирование исполнительской культуры в детских хореографических коллективах (история и современность) // Искусство в школе. 2008. № 2. С. 63-67.
2. Ансари М., Ларк Л. Йога для начинающих // Москва-СПб.: Изд-во Диля, 2009 – 95 с.
3. Никитин В.Ю., Кузнецов Е.А. Партерный тренаж // Москва: Изд-во «Век информации», 2018 – 259 с.
4. Хаас Ж.Г. Анатомия танца // Минск: Изд-во «Попурри», 2011 – 200 с.

## Справочная литература

1. Энциклопедия балета [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.ballet-enc.ru/>.
2. Психологический словарь [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://www.persev.ru/psychological\\_dictionary](http://www.persev.ru/psychological_dictionary).
3. Ожегов, С. И. Толковый словарь русского языка [Текст] / С. И. Ожегов, Н. Ю. Шведова. – 4-е изд., доп. – Москва: Азбуковник, 1999. – 944 с.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 29506604513842569967847282462287250401048067611

Владелец Зыкова Татьяна Валерьевна

Действителен с 09.03.2023 по 08.03.2024