

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение

лицей №179 Калининского района Санкт-Петербурга

Принято
Педагогическим советом
ГБОУ лицей №179 Калининского района
Санкт-Петербурга
протокол № 11 от «02» июня 2021 г.



Утверждаю
директор ГБОУ лицей №179
Калининского района Санкт-
Петербурга
Л.А.Батова
приказ № 113 от «03» июня 2021г.

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
студии современного танца «Dance Formation»
Художественно эстетическая направленность
Возраст 11 -17 лет
Срок реализации 2 год

Разработчик:
Педагог дополнительного образования
Фанина Марина Юрьевна

2021-2022

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Программа студии современного танца «Dance Formation» - имеет художественную направленность и направлена на развитие у ребенка творческих и индивидуальных способностей, которые выявляются посредством занятий современной хореографией с элементами хип-хопа и театрализацией.

Программа разработана с учетом требований Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Концепцией развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);

Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. N 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»);

Методическими рекомендациями по проектированию общеразвивающих программ (включая разноуровневые Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 г. N 09-3242 «О направлении информации»);

Распоряжением Комитета по образованию Правительства Санкт-Петербурга от 1 марта 2017 г. № 617-Р «Об утверждении Методических проектированию дополнительных общеразвивающих программ образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию»;

Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологическими требованиями организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее – СП 2.4.3648-20);

Актуальность и педагогическая целесообразность программы.

Танец - это волшебный мир, в котором с помощью языка тела и музыки можно выразить любое чувство. Танец повышает эмоциональное и физическое здоровье человека, т.е. гармоничное единство тела, разума и души, помогает раскрыть внутренний мир человека, сформировать в детях

уверенность в себе, упорство и трудолюбие, помогает оценить красоту музыки и движения.

Занятия современной хореографией помогает детям снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе, развить выразительность, научиться двигаться в соответствии с музыкальными образами, что необходимо для сценического выступления. Современный танец - это зрелищное представление, вызывающее огромный интерес у молодого поколения. В данном виде искусства лаконично соединены в одно целое многообразие танцевальных стилей и элементы сценических трюков.

Сейчас наиболее востребованным видом современной хореографии является такое танцевальное направление как хип-хоп, которое включает в себя множество стилей и подвидов, совмещая также в себе и основы любой хореографии. Все они очень динамичны, но в тоже время имеют свою очередность и подразумевают под собой хорошее или минимальное владение телом, подвижность и хорошо развитую координацию. Хип-хоп дает много возможности для импровизации и самовыражения. Иногда легкий и плавный, иногда жесткий и агрессивный - этот танец всегда найдет своих истинных поклонников.

Отличительной особенностью программы является синтез видов и форм хореографического обучения, создание интегрированной модели обучения, акцент ставится на изучение современной хореографии. Возможна дистанционная форма обучения.

Адресат программы. Для обучения по программе принимаются учащиеся *от 11-17 лет*, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий танцами.

Объем и срок реализации программы – Продолжительность обучения 2 года - 72 часов (2 час в неделю) 36 недель

Цель программы: Приобщение детей к здоровому образу жизни, развитие творческих особенностей детей, формирование эстетических,

культурных и нравственных ценностей, посредством обучения современному танцу

Задачи программы:

Обучающие:

- обучение основным движениям классического танца и различных направлений современной хореографии (хип-хоп, хаус, локинг);
- обучение точной выразительной передаче характера создаваемого образа с помощью танцевальных и пластических средств;

Развивающие:

- физическое развитие через систему специальных упражнений;
- развитие музыкально-исполнительных способностей;

Воспитывающие:

- формирование личностных качеств: познавательной и жизненной активности, самостоятельности, коммуникабельности;
- воспитание уважения к коллективу, потребностей и интересов, имеющих общественно значимый характер;
- воспитание трудолюбия и стремления к преодолению препятствий.

Условия реализации программы:

Программа рассчитана на 2 год обучения в объеме 72 часов для детей от 11-13 лет. 14-17 лет. В объединение принимаются дети на добровольной основе и не имеющие медицинских противопоказаний.

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

- организационные (собрания, встречи, режим занятий);
- наглядные (показ, помощь);
- словесные (описание, объяснение, название упражнений);
- практические (повторение, самостоятельное выполнение упражнений);
- мотивационные (убеждение, поощрение);
- контрольно – коррекционные.

Формы работы

- индивидуальная;

- групповая;
- коллективная
- **Кадровое обеспечение**
- Для реализации данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы предусмотрен один специалист - педагог дополнительного образования.

Материально-техническое обеспечение программы:

- танцевальный зал, оборудованный вентиляционной системой, зеркалами и станками;
- комната для переодевания;
- аппаратура (музыкальный центр);
- аудио и видео материалы

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Предметные

- Знание базовых элементов современной хореографии
- Воспроизведение ритмического рисунка.
- Концентрация внимания.
- Освоение танцевальных движений и умение с их помощью передавать характер музыки, импровизировать под музыку.

Метапредметные

- Приобретение представления о различных направлениях современного танца.
- Знание о нормах поведения на сцене и в зрительном зале.
- Приобретение навыков общения контактности и доброжелательности при решении творческих задач.
- Возникновение и развитие интереса к культурным традициям и мероприятиям

Личностные

- Позитивная оценка своих способностей и навыков.
- Ориентация на успех.

Формы подведения итогов реализации программы:

- концерт
- конкурсы импровизаций
- открытые занятия

- праздники
- -хореографические фестивал

Учебно-тематический план первого года обучения

п/п	Тема занятий	Количество часов			Формы контроля
		Теория	Практика	Всего	
1.	Введение в дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу студии современного танца «Dance Formation»	1		1	опрос
2.	Базовые элементы современной хореографии		20	20	наблюдение
3.	Основы музыкальных ритмов	1	9	10	наблюдение
4.	Партерная гимнастика		12	12	наблюдение
5.	Общая физическая подготовка		10	10	наблюдение
6.	Постановка танцевальных номеров		10	10	анализ
7.	Концертная деятельность	3	5	8	
8.	Итоговое занятие	1		1	
	ИТОГО			72	

Содержание образовательной программы

1) Введение в дополнительную общеобразовательную программу студии современного танца «Dance Formation»

Теория: Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности

2) Базовые элементы современной хореографии.

Теория: Понятие о характере музыки (быстрая, медленная), об эмоциональной окраске (веселая, грустная), о простейших пространственных построениях (линия, круг). Представление о красоте осанки, легкости шага, делающих движение красивыми и грациозными.

Практика: Музыкально-ритмические упражнения – ходьба в ритме и темпе музыки на месте и в пространственных построениях, а также вокруг

себя, направо и налево. Танцевальный шаг с носка, ход с вытянутыми коленями, поднимая колени, на полу-пальцах. Построения и переходы в простейшие фигуры. Базовые элементы современной хореографии: пластика (изучение различных волн); хаус – работа ног, построенная на базе прыжковых элементов, дорожек шагов и сложной координации; new style – направление хип-хопа. История хип-хопа. Крампинг – уличный стиль, резкие амплитудные движения, манера батла. Брейкинг – силовые музыкально-хореографические движения под счет и ритм музыки. Овладение базовыми акробатическими танцевальными композициями. Дистанционные образовательные технологии, электронное обучение (группа в контакте <https://vk.com/club198424852>)

3) Основы музыкальных ритмов.

Теория: понятия: такт, сильная и слабая доля.

Практика: Музыкальные размеры 2/4, 3/4, 4/4, выделение сильной доли, понятие паузы, движение в заданных размерах. Дистанционные образовательные технологии, электронное обучение (группа в контакте <https://vk.com/club198424852>)

4) Партерная гимнастика.

Практика: Упражнения на полу, направленные на выработку правильной осанки. Развитие и укрепление мышц, силы и выворотности ног, гибкости, подвижность суставов и натянутость ног в колене, подъеме и пальцах, выработка танцевального шага. Дистанционные образовательные технологии, электронное обучение (группа в контакте <https://vk.com/club198424852>)

5) Общая физическая подготовка.

Теория: Объяснение необходимости ОФП, объяснение различных упражнений и техника их выполнения.

Практика: Упражнения, направленные на достижение максимально высоких результатов в соревновательной деятельности. Силовые упражнения на все группы мышц. Развитие силы и силовой выносливости. Кардиоупражнения. Степ-аэробика. Дыхательная гимнастика. Упражнения на

ловкость и координацию. Дистанционные образовательные технологии, электронное обучение (группа в контакте <https://vk.com/club198424852>)

6) Постановка танцевальных номеров.

Теория: Понятия «Линия», «Колонна», «Диагональ», «Круг». Объяснение правильного исполнения синхронов, переходов и рисунков.

Практика: Изучение танцевальных блоков и объединение их в номерах, постановка танцевальных групп, дуэтов и соло. Подготовка к мероприятиям – отработка номеров и подготовка костюмов. Дистанционные образовательные технологии, электронное обучение (группа в контакте <https://vk.com/club198424852>)

7) Концертная деятельность.

Теория: Культура исполнителя. Поведение на сцене.

Практика: Участие в концертах различного уровня (школьные, районные, городские). Дистанционные образовательные технологии, электронное обучение (группа в контакте <https://vk.com/club198424852>)

8) Итоговое занятие.

Теория: Подведение итогов

Ожидаемые результаты.

В конце 1-го года обучения учащиеся будут:

Знать:

- назначение хореографического зала, правила поведения в нем; - основные танцевальные позиции ног и рук;
- понятия «Линия», «Колонна», «Диагональ», «Круг»;
- понятия «Ровная спина», «Вытянутая стопа»;
- комплекс упражнений стретчинга;
- назначение разогрева, его последовательность;
- понятие «Музыкальное вступление»;
- понятие «Танцевальный образ».

Уметь:

- ориентироваться в хореографическом зале, делать простые перестроения;
- ритмично двигаться, передавать хлопками и притопами ритмический рисунок;
- исполнять небольшие танцевальные комбинации под руководством педагога;
- исполнять комплекс растяжки 1-го года обучения под руководством педагога;
- исполнять разогрев самостоятельно;
- исполнять простые танцевальные комбинации;
- представлять себе заданный образ под заданную музыку; освоить постановку корпуса, позиции ног, рук современного танца.

Образовательные технологии:

- информационные,
- лично-ориентированные,
- технология развития критического мышления,
- игровая,
- здоровьесберегающая,
- технология сотрудничества,
- эмоционально-художественная. Дидактический материал:
- разработки хореографических номеров, игр, планы-конспекты занятий;
- фонотека, видеотека;
- памятки, методическая литература.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Количество Учебных недель	Количество Учебных часов	Режим занятий
1 год	2 сентября	25 мая	36 недель	72 часов	2 раза в неделю в неделю по 1 часу

Учебно-тематический план второго года обучения

п/п	Тема занятий	Количество часов			Формы контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	Введение в дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу студии современного танца «Dance Formation»	1		1	опрос
2	Партерная гимнастика		7	7	наблюдение
3	Стили хип-хопа	2	18	20	наблюдение
4	Импровизация		9	9	наблюдение
5	Акробатика		8	8	наблюдение
6	Общая физическая подготовка		10	10	наблюдение
7	Постановка и отработка танцевальных номеров		10	10	анализ
8	Концертная деятельность	1	5	6	
9	Итоговое занятие	1		1	
	ИТОГО			72	

Содержание образовательной программы

1. Введение в дополнительную общеобразовательную программу студии современного танца «Dance Formation»

Теория: Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности

2. Партерная гимнастика

Теория: Правила исполнения. Последовательность построения

Практика: Упражнения на полу, направленные на выработку правильной осанки. Развитие и укрепление мышц, силы и выворотности ног, гибкости, подвижности суставов и натянутости ног в колене, подъеме и пальцах, выработка танцевального шага.

3. Стили хип-хопа

Теория: Понятия стилей хип-хопа.

Практика: Хаус – работа ног, построенная на базе прыжковых элементов, дорожек и шагов и сложной координации. Локинг – сложные координационные движения рук и корпуса на высокой скорости. Нью стайл – самый артистичный из всех направлений хип-хопа.

4. Импровизация

Теория: Этюды сольных в парах и групповые. Подбор музыки, выбор темы учащиеся выполняют самостоятельно.

Практика: Подготовка и общий просмотр этюдных работ учащихся

5. Акробатика

Теория: Базовые акробатические упражнения

Практика: Комплекс специальных упражнений, связанных с сохранением равновесия (балансирования) и вращением тела с опорой и без опоры (прыжки, падения, перекаты, сальто). Изучение парных упражнений, изучение поддержек.

6. Общая физическая подготовка

Практика: Упражнения, направленные на достижение максимально высоких результатов в соревновательной деятельности. Отжимания, приседания, прыжки в высоту и в длину. Упражнения на пресс (поднятие корпуса от пола, поднятие прямых ног от пола). Силовые упражнения на все группы мышц. Развитие силы и силовой выносливости. Кардио-упражнения. Степ-аэробика. Дыхательная гимнастика. Упражнения на ловкость и координацию.

7. Постановка и отработка концертных номеров.

Теория: Объяснение правильного исполнения синхронных, переходов и рисунков

Практика: Изучение танцевальных блоков и объединение их в номерах. Постановка танцевальных групп, дуэтов и соло.

8. Концертная деятельность

Теория: Эмоциональный настрой учащихся перед началом выступления. доброжелательное и уважительное отношение друг к другу, педагогу и зрителю.

Практика: Участие обучающихся в концертах различного уровня. Культура исполнителя. Поведение на сцене.

9. Итоговое занятие

Теория: Подведение итогов за год.

Ожидаемые результаты

В конце 2-го года обучения учащиеся будут:

Знать:

- приемы стретчинга, его назначение;
- понятие «образ» танца, «сюжет» танца, «внутренний монолог»;
- дети должны понимать и правильно оценивать произведения современного танца;
- знать основные термины танца хаус, хип-хоп, локинг.

Уметь:

- исполнять сложные комбинации из шагов, бега, прыжков в различных ритмических рисунках и направлениях, сочетая их с движениями рук и головы;
- быстро ориентироваться в хореографическом зале, делать различные перестроения;
- самостоятельно исполнять не менее 2 концертных номеров;
- выполнять комплекс упражнений стретчинга 1-го года обучения (под контролем педагога);
- уметь создать образ на заданную музыку, придумать движения под свой образ;

- овладеть основными элементами современного танца;
- овладеть основами танца локинг, хаус, хип-хоп.

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

- организационные (собрания, встречи, режим занятий);
- наглядные (показ, помощь);
- словесные (описание, объяснение, название упражнений);
- практические (повторение, самостоятельное выполнение упражнений);
- мотивационные (убеждение, поощрение);
- контрольно – коррекционные.

Формы работы

- индивидуальная;
- групповая;
- коллективная.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Количество Учебных недель	Количество Учебных часов	Режим занятий
1 год	2 сентября	25 мая	36 недель	36 часов	1 раза в неделю в неделю по 1 часу

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: входной, текущий, промежуточный, итоговый контроль.

Формы контроля:

- Диагностика (индивидуально и в группе).

- Входная диагностика-сентябрь.
- Промежуточная диагностика – январь-февраль.
- Итоговая диагностика – апрель-май.
- Педагогическое наблюдение (в течение года).
- Оценка уровня освоения программы проводится в форме наблюдения, показательных выступлений, праздничных мероприятий, концертов, диагностики, беседы, открытых уроков.

Формы фиксации результатов:

- Карта учёта творческих достижений, учащихся;
- Видеозаписи и фотографии выступлений коллектива.

Методы обучения:

- Метод практико – ориентированной деятельности, в основе которого положены такие методы, как упражнения, тренинги, репетиция.
- Словесные методы обучения (объяснение, диалог, беседа, консультация).
- Наглядный метод обучения является одним из основных в программе обучения хореографии, т.к. именно через показ упражнений, танцевальной комбинации или танца происходит освоение и познание хореографического искусства.
- Метод игры.
- Проведение занятий с использованием средств культуры, использование музыки, литературы и видео в построении занятий.
- Метод требования: (совет, убеждение, одобрение, приучение).
- Упражнение - многократное выполнение задаваемых действий, доведение их до автоматизма.
- Метод стимулирования- в основе лежит формирование у детей осознанных побуждений к достижению определённой цели. Поощрение - как положительная оценка деятельности ребёнка; в свою очередь способствует положительному закреплению навыков, полученных в работе с танцевальным материалом.
- Метод мотивации (совет, настрой, презентация).
- Метод коррекции.
- Анализ деятельности.
- Метод воспитывающих ситуаций (ситуация свободного выбора)

- Метод внушения. Данный метод воздействует на эмоциональную сферу и формирует у ребёнка определённые навыки в управлении своими эмоциями и чувствами

Образовательные технологии:

- информационные,
- личностно-ориентированные,
- технология развития критического мышления,
- игровая,
- здоровьесберегающая,
- технология сотрудничества,
- эмоционально-художественная. Дидактический материал:
- разработки хореографических номеров, игр, планы-конспекты занятий;
- фонотека, видеотека;
- памятки, методическая литература

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Литература для педагогов.

1. Никитин В.Ю. «Модерн-джаз танец. Этапы развития. Метод. Техника». Москва 2004
2. Издательство «Один из лучших», Москва 2004г.
3. Полятков С.С. Основы современного танца, Феникс, 2005 г.
4. Никитин В.Ю. Мастерство хореографа в современном танце: Учебное пособие. — М.: Российский университет театрального искусства — ГИТИС, 2011
5. Roger G. Hip Hop for Kids. USA. 2002

Список литературы для детей.

1. Королева М. «Слушай музыку, делай кач, будь собой! Как танцевать хип-хоп»

2. Нестерова Д. Самоучитель по танцам хип-хоп Издательство: АСТ, Астрель, Полиграфиздат, 2011 г.

3. Кристовский, Вл. Пёс Хип-Хоп / В. Кристовский; авт. идеи, худож. В. Радунский. – М.: Астрель, 2010. + CD

Электронные образовательные ресурсы.

1. <http://www.razvitierbenka.com/2010/03/5-6.html#.VFkT6fmsVyg>
2. http://vk.com/video4106619_169471500
3. <http://dancedb.ru/hip-hop/education/video/>
4. <http://dancedb.ru/hip-hop/music/>
5. <http://dancedb.ru/hip-hop/photo/>