

**Министерство образования Новгородской области  
Государственное областное автономное общеобразовательное  
учреждение «Гимназия № 3»  
Школа искусств Творческий Центр «Визит»**

Рассмотрена на педагогическом совете  
ГООУ «Гимназия № 3»  
протокол № 77 от 15.08.2023гг.

**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор ГООУ «Гимназия  
№3»

\_\_\_\_\_  
Д.А. Паршонкова  
15.08.2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ»**

**Автор программы: Никитин В.Ю.**  
Возраст обучающихся: 7 лет  
Срок реализации программы: 1 год  
Педагог дополнительного  
образования:  
Ермакова Э.А.

## Пояснительная записка

Программа «Современный танец» **углублённого уровня**, имеет **художественную направленность** и разработана на основе методической разработки «Модерн-джаз танец» (автор - В.Ю.Никитин, 1999 г.).

Данная программа оформлена в соответствии с Федеральным законом от 30 декабря 2020 года № 517-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 8 сентября 2015 г. № 613н. Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», Письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. N 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года №28 «Об утверждении СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» с 28.01.2021., Распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 года № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года», Постановлением Правительства РФ от 26.12.2017г. №1642 «Об утверждении государственной программы РФ «Развитие образования» на 2018-2025 годы».

Данная программа является **актуальной**, так как целью обучения является эстетическое воспитание средствами танца. Современный танец является наиболее популярным видом искусства, в котором каждый получает возможность самореализоваться, исходя из индивидуальности характера, темперамента и творческой предрасположенности. Все направления современного танца способствуют подъёму общей танцевальной культуры учащихся.

**Педагогическая целесообразность** данной образовательной программы обусловлена тем, что современный танец готовит воспитанников к свободе выражения в танцевальных композициях. Поэтому данная дисциплина вводится на более позднем этапе обучения, чтобы обучающийся был физически и эмоционально подготовлен к восприятию и воплощению материала.

Движение в ритме, заданном музыкой, способствует работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведёт к общему оздоровлению организма. Немаловажным является и то, что систематические занятия современным танцем формируют и соразмерно развивают фигуру, способствуют устранению ряда физических недостатков, вырабатывают правильную и красивую осанку, придают внешнему облику человека собранность, элегантность.

**Отличительной особенностью** программы является то, что она модифицированная и адаптирована к условиям образовательного процесса данного учреждения. Связь современного танца с другими предметами хореографии осуществляется по линии согласованного прохождения элементов и технических приёмов, определённых программой. При планировании сроков прохождения программного материала педагог по современному танцу учитывает, с какими из изучаемых элементов учащийся будет иметь дело на предметах: «Классический танец», «Народно-сценический танец», «Гимнастика», «Ансамблевое исполнительство».

**Ценностными ориентирами программы являются:**

- ознакомление учащихся с разновидностью хореографического искусства - современным танцем;
- приобретение определенных навыков по исполнению эстрадных движений.

**Цель программы** - воспитание и развитие учащихся посредством современного танца, создание мотивации к самостоятельному творчеству.

**Для достижения данной цели формируются следующие задачи:**

**Обучающие:**

- обучение самовыражению, как в творчестве, так и в межличностных отношениях;
- обучение культуре движений и их выразительности;
- обучение манере исполнения элементов эстрадного танца;
- обучение свободному движению под музыку с различным ритмическим рисунком.

**Развивающие:**

- более полное физическое и пластическое развитие мышечного аппарата;
- развитие индивидуального уровня исполнительского мастерства;
- развитие координации движения;
- развитие творческой активности и артистизма.

**Воспитывающие:**

- воспитание художественного вкуса;
- воспитание артистизма и выразительности.

**Возраст детей, участвующих в реализации данной программы** дополнительного образования - **7 лет.**

**Сроки реализации образовательной программы - 1 год.**

**Формы и режим занятий.** Содержание программы ориентировано на **добровольные** одновозрастные группы детей от 5 до 15 человек.

**Продолжительность занятий 1 год обучения** - 1 академический час (40 минут) в неделю, 36 учебных часов в год.

**Ожидаемый результат и способы определения их результативности**

**По окончании 1 года учащийся должен знать:**

- специфику эстрадной хореографии;
- движения и элементы, укрепляющие суставы и мышечно-связочный аппарат;
- терминологию современного танца.

***Учащийся должен уметь:***

- хорошо владеть своим телом;
- согласованно двигаться под музыкальный материал;
- исполнять чётко и точно изучаемые движения и элементы.

**Обучение ведется по следующим разделам:**

- Тренаж к эстраднему танцу;
- Фольк танец;
- Кантри танец;

**Формы подведения итогов:**

Для обучающихся первого- шестого годов обучения - *зачётное занятие* в первом полугодии и *экзамен* во втором полугодии.

**Учебный план  
1 год обучения  
0101С**

№	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Инструктаж по технике безопасности. Введение в предмет	1	1	-
2	Тренаж к эстрадному танцу	14	3	11
3	Фольк танец	10	3	7
4	Кантри танец	11	3	8
		<b>36</b>	<b>9</b>	<b>27</b>

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**1 год обучения**

Выработка определённых навыков, характерных для эстрадной хореографии.

**Тема 1. Инструктаж по технике безопасности. Введение в предмет (1 час)**

**Теория (1 час)**

Инструктаж по технике безопасности для учащихся в кабинете хореографии; правила поведения на занятии и после его окончания, а также в чрезвычайных ситуациях.

Введение в предмет: История танцевальной эстрады.

**Тема 2. Тренаж к эстрадному танцу (14 часов)**

**Теория (3 часа)**

Знакомство с эстрадным танцем и его спецификой.

Выразительность и артистичность исполнителя.

Виды упражнений с нагрузкой на различные группы мышц в эстрадной хореографии.

**Практика (11 часов)**

***Упражнения, разогревающие мышцы тела:***

- **Голова.** Виды движений:
  - наклон вперед и назад;
  - наклоны вправо и влево;
  - повороты вправо и влево;
  - *sundari* вперед - назад и из стороны в сторону.
- **Плечи.** Виды движений:
  - подъем одного или двух плеч вверх;
  - движение плеч вперед – назад;
  - твист плеч;

- шейк плеч.
- **Грудная клетка.** Виды движений:
  - движения из стороны в сторону;
  - движения вперед – назад;
  - подъем и опускание;
  - твист;
  - упражнения для выработки подвижности позвоночника, укрепления мышц спины;
  - повороты корпуса «спираль»;
  - наклоны корпуса;
  - упражнения на полу для разогрева позвоночника и его отделов.
- **Руки.** Виды движений различны.
- **Ноги.** Виды движений различны.

### **Тема 3. Фольк танец (10 часов)**

#### **Теория (3 часа)**

Характеристика танцевального направления:

- история возникновения,
- стилевые особенности.

Знакомство с музыкальным материалом - стилизованной народной музыкой групп "Золотое кольцо", "Балаган лимитед".

#### **Практика (7 часов)**

*Фольк танец* (по выбору педагога на любом народном материале).

На русском материале:

#### ***Основные движения:***

- ход на высоких полупальцах;
- броски на 45 °; 90 °;
- вращения;
- поддержки;
- трюки;
- движения с увеличением амплитуды.

#### ***Композиция этюда.***

### **Тема 4. Кантри танец (11 часов)**

#### **Теория (3 часа)**

Характеристика танцевального направления:

- история возникновения,
- стилевые особенности.

Прослушивание эстрадной музыки в стиле "кантри" (гр. "Reolrex")

#### **Практика (8 часов)**

#### ***Основные движения:***

- ход с выносом стопы на ребро;
- широкий бег;

- «перетяжки»;
- шаг польки;
- галоп;
- прыжки;
- трюки; поддержки.

***Композиция этюда.***

## **Методическое обеспечение программы**

***Обеспечение программы методическими видами продукции:***

1. Записи музыкальных композиций;
2. Материалы к развитию импровизации.

### ***Рекомендации по организации занятий***

Программа предусматривает различные формы проведения занятий - теоретические и практические.

***Методы, применяемые при подготовке к занятиям, подразделяются на:***

- словесные (беседа, рассказ-объяснение);
- наглядные (демонстрация педагогом, показ действия, показ упражнения, показ видеозаписей);
- практические (выполнение упражнений, приобретение навыков, овладение приёмами работы);
- разучивание (повторение упражнения, анализ выполненных движений);
- закрепление материала.

Предполагается посещение концертов и открытых занятий других творческих коллективов.

***Дидактический материал представлен:***

1. аудиоаппаратура
2. видеотека
3. фонотека

***Материально-техническое оснащение занятий:***

1. Хореографический зал;
2. Зеркала;
3. Станки для занятий хореографией;
4. Коврики;
5. Маты;
6. Ноутбук;
7. Фортепиано;
8. Хореографическая форма.



**Календарный учебный график  
на 2023-2024 учебный год  
программа «Современный танец»  
1 год обучения  
группа 01-01С**

<b>№ п/п</b>	<b>Месяц число</b>	<b>Время проведения занятий</b>	<b>Форма занятий</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Место проведения</b>	<b>Форма контроля</b>
1.	14.09	19.20-20.00	Беседа	1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	Каб.331	Беседа
2.	21.09	19.20-20.00	Теоретическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб.331	Наблюдение
3.	28.09	19.20-20.00	Теоретическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб.331	Наблюдение
4.	05.10	19.20-20.00	Теоретическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб.331	Наблюдение
5.	12.10	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб.331	Наблюдение
6.	19.10	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб.331	Наблюдение
7.	26.10	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб.331	Наблюдение
8.	02.11	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб.331	Наблюдение
9.	09.11	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб.331	Наблюдение
10.	16.11	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб.331	Наблюдение
11.	23.11	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб.331	Наблюдение
12.	30.11	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб.331	Наблюдение
13.	07.12	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб.331	Наблюдение
14.	14.12	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб.331	Наблюдение
15.	21.12	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб.331	Зачёт
16.	28.12	19.20-20.00	Теоретическое занятие	1	Фольк танец	Каб.331	Наблюдение
17.	11.01	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Фольк танец	Каб.331	Наблюдение
18.	18.01	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Фольк танец	Каб.331	Наблюдение
19.	25.01	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Фольк танец	Каб.331	Наблюдение
20.	01.02	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Фольк танец	Каб.331	Наблюдение
21.	08.02	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Фольк танец	Каб.331	Наблюдение
22.	15.02	19.20-20.00	Практическое	1	Фольк танец	Каб.331	Наблюдение

			занятие				
<b>23.</b>	22.02	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Фольк танец	Каб.331	Наблюдение
<b>24.</b>	29.02	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Фольк танец	Каб.331	Наблюдение
<b>25.</b>	07.03	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Фольк танец	Каб.331	Наблюдение
<b>26.</b>	14.03	19.20-20.00	Теоретическое занятие	1	Кантри танец	Каб.331	Наблюдение
<b>27.</b>	21.03	19.20-20.00	Теоретическое занятие	1	Кантри танец	Каб.331	Наблюдение
<b>28.</b>	28.03	19.20-20.00	Теоретическое занятие	1	Кантри танец	Каб.331	Наблюдение
<b>29.</b>	04.04	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Кантри танец	Каб.331	Наблюдение
<b>30.</b>	11.04	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Кантри танец	Каб.331	Наблюдение
<b>31.</b>	18.04	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Кантри танец	Каб.331	Наблюдение
<b>32.</b>	25.04	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Кантри танец	Каб.331	Наблюдение
<b>33.</b>	02.05	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Кантри танец	Каб.331	Наблюдение
<b>34.</b>	16.05	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Кантри танец	Каб.331	Наблюдение
<b>35.</b>	23.05	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Кантри танец	Каб.331	Наблюдение
<b>36.</b>	30.05	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Кантри танец	Каб.331	Экзамен

### **Список литературы для педагога**

1. Алексеева Л. Н. Двигаться и думать: сб. материалов/ Л. Н. Алексеева. - М., 2000.
2. «Учите детей танцевать» Авторы: Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Москва «Век информации» 2009
3. Кулагина И. Е. Художественное движение. Метод Л.Н.Алексеевой: Пособие для преподавателей общеобразовательных школ и учреждений дополнительного образования. В 2 ч. / И.Е. Кулагина. — М., 1999, 2000.
4. Методическое пособие по модерн – джаз танцу В.Ю. Никитина, доцента Российской академии театрального искусства, кандидата искусствоведения. М, 1987г.
5. Джазовый танец Иевлева Л.Д. Учебное пособие для студентов и преподавателей институтов искусства и культуры. (Челябинский государственный институт искусства и культуры, кафедра хореографии. Челябинск, 1996.)
6. Семинар «Перспективные направления и формы обучения танцам» (из опыта ведущих танцевальных объединений учителей танцев Великобритании). – Лондон-С-Пб., 1995.

### **Список литературы для учащихся**

1. Школьников Л.С. О танцах в шутку и всерьез.- М.: Сов. Россия, 1975
2. Барщинникова Т. Азбука хореографии. М., Респекс, Люкси, 1996
3. Череховская Р.Л. Танцевать могут все. – Минск, 1973, с. 6-11