

**Минобрнауки Самарской области  
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа с. Подстепки  
Структурное подразделение  
«Спектр»**

Принята на заседании  
педагогического совета  
от «30» июня 2023 г.  
Протокол № 2

Утверждаю  
Руководитель СП «Спектр»  
\_\_\_\_\_  
С.Ю. Приходько  
«30» июня 2023 г.

г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа  
художественной направленности  
«Студия современного танца»**

Возраст детей 12-17 лет  
Срок обучения 1 год.

Разработчик:  
Нагорная Н.Ю.,  
педагог дополнительного образования

с. Подстепки, м.р. Ставропольский 2023 г.

**Краткая аннотация:** дополнительная общеобразовательная программа по хореографии «Студия современного танца» художественной направленности (далее - Программа) включает в себя 4 тематических модуля. Изучая программу, учащиеся приобретают общую эстетическую танцевальную культуру, развитие танцевальных и музыкальных способностей; познакомятся со всеми основными направлениями современного танца: модерн, джаз, фанк, хип-хоп, R,n,B.

Современный танец – понятие относительное. Каждому периоду времени свойственна своя музыкальная культура, которая, в свою очередь, порождает новые виды танца. Поэтому, в принципе, каждый танец можно назвать современным, но современным для своего времени. В нынешнем понимании, современный танец является синонимом выражения – «популярный танец». Считается, что современный танец - танец модный в молодежной среде на данный момент. Модные и современные танцы были и есть в каждой стране, и в каждой – свои.

**Направленность** программы художественная .

**Новизна программы** состоит в том, что она разработана с учётом современных тенденций в образовании по принципу блочно-модульного освоения материала, что максимально отвечает запросу социума на возможность выстраивания ребёнком индивидуальной образовательной траектории.

В образовательной программе представлены все основные направления современного танца: модерн, джаз, фанк, хип-хоп, R,n,B. Включены партерные упражнения, прыжки по диагонали, массовые танцы.

**Актуальность** данной программы заключается в том, что она нацелена на решение задач, определённых в стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года от 29 мая 2015 г. №996-р, направленных на формирование духовно-нравственной всесторонне развитой гармонической личности.

Программа составлена с учётом следующих нормативных документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р)
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)».
- Приказ Министерства просвещения России от 9.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Приказ министерства образования и науки Самарской области от 20.08.2019 г. № 262-од «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области на основе сертификата персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам»
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, направленных письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242.
- «Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ» (Приложение к письму министерства образования и науки Самарской области 03.09.2015 № МО -16-09-01/826-ТУ)

– «Методические рекомендации по подготовке к прохождению процедуры экспертизы (добровольной сертификации) для последующего включения в реестр образовательных программ, включенных в систему ПФДО»

Приобщение к миру танца, знакомство с различными направлениями, историей и «географией» танца, прослушивание ритмичной танцевальной музыки развивают и внутренне обогащают школьников, прививают умение через танец выражать различные состояния, мысли, чувства человека, его взаимоотношение с окружающим миром.

Танец таит в себе огромное богатство для успешного художественного и нравственного воспитания, он сочетает в себе не только эмоциональную сторону искусства, приносит радость, как исполнителю, так и зрителю — танец раскрывает и растит духовные силы, воспитывает художественный вкус и любовь к прекрасному.

**Педагогическая целесообразность** - в процессе учебных занятий у школьников происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, удлиняется латентный период двигательной реакции; в результате длительного поддерживания статической позы нарушается осанка, увеличивается тенденция к наклону головы. Увеличение объема двигательной активности оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной систем. Движение в ритме и темпе, заданном музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма.

**Цель** – формирование теоретических и практических навыков по современному танцу, художественно-эстетическое и культурное развитие детей.

**Задачи** -

- обучить основам современного танца,
- формировать и развивать исполнительские и творческие навыки каждого ученика,

- формировать устойчивый интерес к современному танцу,
- развивать координацию и музыкальный слух,
- развивать раскрепощение и самовыражение в танце,
- создать условия для самоопределения и самореализации личности воспитанников в данной сфере.

**Возраст детей** – 12 – 17 лет.

**Сроки реализации** – 1 год.

**Формы обучения** – очная, аудиторные, внеаудиторные (экскурсии, практические работы), теоретические и практические занятия.

**Формы организации деятельности:**

1. Групповые занятия
2. Показательные выступления
3. Самостоятельные занятия

**Режим занятий** - занятия проводятся по 3 часа в неделю на одну группу.

**Ожидаемые результаты** —

- 1). Теоретическая подготовка учащихся

**Обучающиеся должны знать:**

- историю возникновения танца модерн,
- основные движения танца модерн,
- история возникновения джаз – танца,
- основные движения джаз – танца,
- история возникновения танца фанк,
- основные движения в танце фанк,
- история возникновения танцев хип-хоп, R,n,B,
- основные движения в танцах хип – хоп, R,n,B,

- технику безопасности при выполнении различных упражнений, гигиену тела и одежды.

## 2). Практическая подготовка

### ***Обучающиеся должны уметь:***

- правильно выполнять упражнения, связки;
- самостоятельно проводить разминку и подбирать упражнения в правильной последовательности;
- уметь правильно дышать во время выполнения упражнения;
- выполнять партерные упражнения;
- выполнять танцевальные комбинации.

## 3). Творческая активность

### ***Обучающийся может:***

- выполнять задания на основе образца;
- принимать участие в мероприятиях учрежденческого и муниципального уровней.

## 4). Сформированность общеучебных умений и навыков

### ***Обучающийся должен:***

- принимать намечать задачи;
- работать в группе.

## 5). Личностные результаты

- Воспитать в себе такие качества личности, как терпение, воля, самоконтроль, самоорганизация.
- Сохранять работоспособность в течение занятия.

### **Критерии и способы определения результативности –**

- беседа
- устный опрос
- наблюдение
- выступления

### Формы подведения итогов

1. Один раз в три месяца проводится зачет. На основе наблюдений определяется уровень физической подготовки по 10 бальной системе и заносится в журнал.
2. Участие в конкурсах. Оценивается по 10 бальной системе - синхронность, музыкальность, чувство ритма и заносится в журнал.
3. 2 раза в год проводится открытый урок. Оцениваются знания по 10 бальной системе и заносится в журнал.

### Учебно-тематический план программы

№ п/п	Название раздела, темы, модуль	Количество часов			Формы обучения/ аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	<b>Модуль № 1 «Модерн».</b>	32	14	18	Мастер – класс, проведение танцевальной площадки, беседа устный опрос наблюдение выступление
2	<b>Модуль № 2 «Джаз».</b>	32	18	14	Мастер – класс, проведение танцевальной площадки, беседа устный опрос наблюдение выступление
3	<b>Модуль № 3 «Хип - хоп»</b>	32	16	16	Мастер – класс, проведение танцевальной площадки, беседа устный опрос наблюдение выступление
4	<b>Модуль № 4 Программа «Лето»</b>	12		12	Практическая работа.

## Содержание изучаемого курса программы.

### Модуль № 1 «Модерн».

1.Раздел: Введение: Беседа, история возникновения хореографии; Расписание занятий; Правила поведения в коллективе; Техника безопасности (теория – 2 ч.).

2.Раздел: Модерн.

#### *1. Тема*

##### **Теория:**

«История возникновения танца модерн». « Контракция – основа техники

#### *2.Тема:*

##### **Практика:**

«Изучение основных элементов», «Разминка - упражнения для головы, плеч, рук», «Контракция.

<https://www.youtube.com/watch?v=R3AUjOrjJ1I&list=RDCMUCDbGS0vFLxbdzv8SQIVGUPQ&index=22>

<https://www.youtube.com/watch?v=50KaiCs9iWA>

*3.Тема:* Партерные упражнения на развитие гибкости; Упражнения на дыхание.

<https://www.youtube.com/watch?v=uY3VwdJJrJE>

<https://www.youtube.com/watch?v=PhXa0MSdK94&list=RDCMUCDbGS0vFLxbdzv8SQIVGUPQ&index=3>

<https://www.youtube.com/watch?v=fnoZWWOUmEs&list=RDCMUCDbGS0vFLxbdzv8SQIVGUPQ&index=1>

*4. Тема:* Прыжки: танцевальный бег; маленькие, средние, большие прыжки;

*5. Тема:* танцевальные комбинации (от простого к сложному).

<https://www.youtube.com/watch?v=B3WIG64kXO0&list=RDCMUcDbGS0vFLxbdzv8SQIVGUPQ&index=39>

## **Модуль № 2 «Джаз».**

### **Теория:**

*1. Тема* «История возникновения джаз – танца», «Основы техники»

### **Практика:**

*2. Тема* «Изучение основных элементов» «Разминка – упражнения для головы, рук, ног».

<https://www.youtube.com/watch?v=sAa3j2hBzIU&list=RDCMUcDbGS0vFLxbdzv8SQIVGUPQ&index=16>

<https://www.youtube.com/watch?v=PhXa0MSdK94&list=RDCMUcDbGS0vFLxbdzv8SQIVGUPQ&index=3>

*3. Тема* «На середине зала – танцевальные комбинации».

<https://www.youtube.com/watch?v=STvxNJ8pKXk&list=RDCMUcDbGS0vFLxbdzv8SQIVGUPQ&index=19>

*4. Тема* «Прыжки; прыжковые комбинации»

<https://www.youtube.com/watch?v=dJsUPvM2YBA>

<https://www.youtube.com/watch?v=Bj5MswBTeCw>

## **4.Раздел: Фанк.**

### **Теория:**

*1. Тема* «История возникновения танца фанк». «Особенности ритма и движения в танце фанк»

### **Практика:**

*2. Тема* «Разминка – упражнения на дыхание; наклоны, повороты».

*3. Тема* «Танцевальная разминка».

*4. Тема* «Танцевальные комбинации».

**5. Тема** «Постановка танцевального номера»

<https://www.youtube.com/watch?v=mAifZtU5hwE>

<https://www.youtube.com/watch?v=IAwhz2po1eg>

**Модуль № 3 «Хип - хоп» Теория:**

**1. Тема** «История возникновения танца хип – хоп». «Особенности ритма и движения в танце хип – хоп»

<https://www.youtube.com/watch?v=r8PIDDmiafk>

**Модуль № 4 Программа «Лето». Практика:**

**2. Тема** «Разминка, разогрев всех мышц».

**3. Тема** «Разучивание танцевальных шагов».

**4. Тема** «Танцевальная комбинация».

**5. Тема** «Упражнения на расслабление»

**6. Раздел: R, n, B.**

**Теория**

**1. Тема** «История возникновения танца R,n,B». «Особенности ритма и движения в танце R,n,B»;

**Практика**

**2. Тема** «Разминка, разогрев всех мышц».

**3. Тема** «Разучивание танцевальных шагов».

**4. Тема** «Танцевальная комбинация».

**5. Тема** «Прыжки, маленькие, средние».

<https://www.youtube.com/watch?v=5EpgjfEMU2c>

<https://www.youtube.com/watch?v=rm11fyCaV5E>

## **Методическое обеспечение**

**Теоретические методы** обучения нацелены на создание условий для развития способностей, слушать и слышать, видеть и замечать, концентрировать свое внимание, наблюдать и воспринимать.

**Практические методы** обучения способствуют формированию умений и навыков (владения танцевальными исполнительскими приемами, воспроизведение элементов современной хореографии).

Занятия проводятся в спортивном зале, на сцене, в виде репетиционных занятий.

### **Методы обучения**

1. Структурный - последовательное разучивание и усвоение движений.

2. Метод усложнения - обеспечивает переход от простых движений к более сложным.

3. Метод сходства - помогает формировать идею простого движения в разнообразные варианты.

4. Метод блоков - движения не складываются из составных частей, а объединяются в блоки по мере усвоения.

5. Свободное повторение и выполнение движений под музыку.

## **Список использованной литературы**

Раздел: Модерн

1. Журнал «Балет» №2 , 2005.с.7

Раздел: Джаз

2. Журнал «Балет» №12 , 2004.с.18

Раздел: Фанк

3. Володина О.В. Самоучитель клубных танцев.2005.с.72

Раздел: Хип - хоп

4. Володина О.В. Самоучитель клубных танцев .2005. с.101

Раздел: R, n, B

5. Володина О.В. Самоучитель клубных танцев.2005.с.118

**Календарно учебный график  
дополнительной общеразвивающей  
программы «Студия современного танца» на 2023-2024 уч.год**

№ Учебной недели	Дата проведения	Время проведения	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	04.09.-10.09. По расписанию педагога	По расписанию педагога	Теория	3	Вводное занятие .Инструктаж по ТБ.	По расписанию педагога	Презентация, беседа
2	11.09.-18.09. По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика	3	История возникновения танца модерн. Контракция – основа техники	По расписанию педагога	Творческая работа
3	18.09.-24.09. По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика	3	Изучение основных элементов	По расписанию педагога	Творческая работа
4	25.09.-01.10 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика	3	Разминка - упражнения для головы, плеч, рук, Контракция.	По расписанию педагога	Творческая работа
5	02.10-08.10 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика	3	Партнерные упражнения на развитие гибкости; Упражнения на дыхание.	По расписанию педагога	Творческая работа
6	09.10-15.10 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика	3	Прыжки: танцевальный бег; маленькие, средние, большие прыжки;	По расписанию педагога	Творческая работа
7	16.10-22.10 По расписанию педагога	По расписанию педагога	теория	3	Танцевальные комбинации (от простого к сложному).	По расписанию педагога	Творческая работа
8	23.10-29.10 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика	3	История возникновения джаз – танца, Основы техники»	По расписанию педагога	Презентация, беседа
9	30.10-05.11 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика	3	Изучение основных элементов. Разминка – упражнения для головы, рук, ног.	По расписанию педагога	Творческая работа
10	06.11-12.11 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика	3	На середине зала – танцевальные комбинации	По расписанию педагога	Творческая работа
11	13.11-19.11 По расписанию педагога	По расписанию педагога	практика	3	Основные движения на середине зала, по диагонали.	По расписанию педагога	Творческая работа
12	20.11-26.11 По расписанию педагога	По расписанию педагога	практика	3	Изучение танцевальных комбинаций. Этюды.	По расписанию педагога	Творческая работа
13	27.11-03.12 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Теория	3	Основные движения на середине зала, по диагонали.	По расписанию педагога	Творческая работа
14	04.12-10.12 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика	3	Прыжки; прыжковые комбинации	По расписанию педагога	Творческая работа
15	11.12-17.12 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика	3	История возникновения танца фанк. Особенности ритма и движения в танце фанк	По расписанию педагога	Творческая работа
16	18.12-24.12 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика	3	Разминка – упражнения на дыхание; наклоны, повороты	По расписанию педагога	Творческая работа
17	25.12-31.12 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика	3	Танцевальная разминка	По расписанию педагога	Творческая работа
18	09.01-14.01 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика	3	Танцевальные комбинации.	По расписанию педагога	Творческая работа
19	15.01-21.01 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика	3	Постановка танцевального номера	По расписанию педагога	Творческая работа
20	22.01-28.01 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика	3	Постановка танцевальных этюдов самостоятельно	По расписанию педагога	самоанализ
21	29.01-04.02 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика	3	Сложные танцевальные связки на середине	По расписанию педагога	Творческая работа
22	05.02-11.02	По	Практика	3	Танцевальные связки по диагонали	По	Творческая

	По расписанию педагога	расписанию педагога				расписанию педагога	работа
23	12.02-18.02 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика	3	. История возникновения танца хип – хоп». «Особенности ритма и движения в танце хип – хоп»	По расписанию педагога	Коллективный анализ работ
24	19.01-25.02 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика	3	Основные шаги в хип - хопе	По расписанию педагога	Творческая работа
25	26.02-03.03 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика	3	Дистанционное обучение. Основные движения современного танца.	По расписанию педагога	самоанализ
26	04.03-10.03 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика	3	Беседы об искусстве.	По расписанию педагога	презентация
27	11.03-17.03 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика	3	Организационная работа	По расписанию педагога	Коллективная работа
28	18.03-24.03 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика	3	Постановка танцев. Отработка движений.	По расписанию педагога	Коллективная работа
29	25.03-31.03 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика	3	Воспитательно- познавательные мероприятия.	По расписанию педагога	Творческая работа
30	01.04-07.04 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика	3	Изучение танцевальных комбинаций. Этюды.	По расписанию педагога	Творческая работа
31	08.04-14.04 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика	3	Экзерсис на середине зала. Растяжки на полу. Элементы гимнастики.	По расписанию педагога	Творческая работа
32	15.04-21.04 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика	3	Основные движения танца.	По расписанию педагога	Творческая работа
33	22.04-28.04 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика	3	Постановка танцев. Отработка движений.	По расписанию педагога	Творческая работа
34	06.05-12.05 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика	3	Основные движения на середине зала, по диагонали.	По расписанию педагога	Творческая работа
35	13.05-19.05 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика	3	Музыкально-ритмические упражнения, упражнения с предметом.	По расписанию педагога	Самоанализ
36	20.05-31.05 По расписанию педагога	По расписанию педагога	Практика	3	Воспитательно-познавательные мероприятия.	По расписанию педагога	Тестирование. Презентация творческих работ.

Итого 108ч