

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное учреждение
Профессиональная образовательная организация
«Государственное училище (техникум) олимпийского резерва по хоккею»
(ФГБУ ПОО «ГУОР по хоккею»)

Принята на заседании
Педагогического совета
От «31» августа 2020 г
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ
Директор ФГБУ ПОО ГУОР по
хоккею

Е.А.Крошева
01.09.2020г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

Современные танцы 7-9 лет

Преподаватель: Абрамкина Анастасия Олеговна

Ярославль,
2020 г.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Пояснительная записка

Учебно-тематический план

Содержание изучаемого курса

Формы аттестации и оценочные материалы

Организационно-педагогические условия

реализации программы

Список литературы

Приложения

1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Введение

Политика популяризации здорового образа жизни ведется достаточно активно. Сегодня многие предпочитают заниматься спортом, посещать различного рода кружки, студии для самосовершенствования себя и своего уровня жизни. Одним из видов занятий, призывающий вести здоровый образ жизни являются танцы. Заниматься танцами, так же как и любым видом спорта, может подготовленный здоровый человек, ведущий здоровый образ жизни. Современное танцевальное искусство среди подрастающего поколения России формировалось на улице (например, направления «стрит-джаз», «брейкданс», «хип-хоп» и т.д.), и реализовать их потребности и способности на «законном основании» - задача педагога. Данный курс позволяет методически настойчиво направлять энергию детей и подростков в русло красивых сценических форм, отвлекая от уличной вычурности и безвкусицы. Получив возможность импровизировать и свободно танцевать в таком направлении как хип-хоп, дети и подростки избавляются от физических и психологических зажимов, у них изменяются двигательные привычки, в повседневной жизни появляются новые, более гармоничные движения, он получает удовольствие от выражения эмоций и свободы мысли средствами пластики. Кроме прикладных знаний, в программе учтены воспитательные мероприятия в виде тематических бесед, диспутов, посещения спектаклей и концертов по данному профилю, проведения традиционных студийных досуговых мероприятий, направленных на осознание значения современного искусства и их личного творчества, развитие индивидуальных творческих способностей, формирование устойчивого интереса к творческой деятельности.

Актуальность: обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и

физического здоровья. Танец способствует развитию чувства ритма, музыкального слуха у детей, выполнению движений под музыку. Кроме того, помогает детям доброжелательно относиться друг к другу, развивает чувства коллективного творчества. Через танец дети выражают душевное состояние, получают положительный эмоциональный заряд и энергию.

Новизна: Современная хореография – это особенная философия, это способ общения между людьми. Он не требует последовательности и строгости исполнения движений и стандартов, тем самым открывая безграничные возможности для самовыражения и творчества.

Направленность и уровень программы

Уровень:

Цель программы:

развитие личности детей и подростков к познанию и творчеству, посредством обучения современному танцу. Содействие всестороннему развитию физических, нравственных, духовных сил и раскрытию индивидуальности учащихся.

-образовательные:

ознакомление учащихся с истоками современного танца; формирование знаний комплекса упражнений по стретчингу; формирование навыков самосовершенствования, самоконтроля и самопознания; ознакомление со стилями современного танца, а также с особенностями ритмического строения музыки; освоение техники различных танцевальных стилей, обучение основам свободной импровизации;

-развивающие:

раскрытие творческой индивидуальности учащихся; формирование умения передавать стиль и манеру исполнения различных стилей, создавать яркие сценические образы; формирование правильной осанки; профилактика

плоскостопия; совершенствование физических качеств: развитие мышечной силы, гибкости, выносливости, скоростно-силовых и координационных способностей; развитие чувства ритма, музыкального слуха; развитие памяти на движения, развитие внимания, умение согласовывать движения танца с музыкой; формирование навыков выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений; формирование умения эмоционального выражения через танец; формирование раскрепощенности и творчества;

-воспитательные:

воспитание сознательного и активного отношения к здоровью и здоровому образу жизни, привитие бытовой и сценической культуры. воспитание морально-волевых и эстетических качеств.

Группа/категория учащихся, для которой программа актуальна: дети 7-9 лет

Форма: групповая с ярко выраженным индивидуальным подходом.

Режим (периодичность и продолжительность) занятий: 2 раза в неделю по 60 мин.

Срок реализации программы: 70 часов

Планируемые результаты: -

В результате реализации программы, учащиеся третьего года обучения

будут знать:

- классические названия базовых элементов;
 - что физические нагрузки способствуют общему укреплению организма;
 - значение слова «ритм», «темп»/
- что такое сцена

БУДУТ УМЕТЬ:

- усвоение более сложной хореографии
- соединение различных танцевальных стилей
- знакомство с поддержками, прыжками, переворотами

Форма подведение итогов: (праздники, конкурсы, отчетные концерты, соревнования).

Промежуточная аттестация уровня обученности по программе за полугодие – с 15 по 25 декабря;

Аттестация уровня обученности по программе за учебный год – с 10 по 20 мая;

2.УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика (интерактивные занятия)
1	Вводное занятие	1	1	-
2	Музыкально-ритмическая деятельность	7	1	6
3	Растяжка основных групп мышц	12	2	10
4	Постановка сценических движений	15	2	13
5	Современная хореография	10	2	8
6	Танцевальная импровизация	9	1	8
7	Репитиционно-постановочная работа	14	2	12
8	Итоговое занятие	2	-	2
	ИТОГО:	70	11	59

3.СОДЕРЖАНИЕ ИЗУЧАЕМОГО КУРСА

Реферативное (краткое) описание разделов (модулей) и тем программы в соответствии с последовательностью, заданной учебным (тематическим) планом, с указанием теоретических и интерактивных(практических) видов занятий. Содержание программы направлено на достижение целей программы и планируемых результатов ее освоения.

Раздел 1. «Вводное занятие »

Теория (1 ч.). Знакомство с целями и задачами третьего года обучения.
Техника безопасности.

Раздел 2. «Музыкально-ритмическая деятельность»

Теория (1 ч.). Что такое эмоция, танцевальный образ. Танцор как актер.
Практика (6 ч). Навыки выразительного движения: эмоциональная подача танцевального образа. Театральное мастерство.

Раздел 3. «Растяжка основных групп мышц»

Теория (2 ч.). Образное восприятие всех выполняемых движений, которые вырабатывают гибкость, выворотность, растяжку
Практика (10 ч). Исполнение упражнений, сидя на полу, лежа на спине и на животе. Упражнения стрейч-характера. Фиксированные наклоны торса вперед к ногам. Растягивание боковой части тела. Скручивание тела к одной и другой ноге.

Раздел 4. «Постановка сценических движений»

Теория (2 ч.). Характер движений, манера исполнения
Практика (13 ч). Классика. Основные позиции ног и рук. Основные группы движений.

Раздел 5. «Современная хореография»

Теория (2 ч). Виды танцевальных стилей. Характер стиля.

Практика (8 ч). Знакомства с некоторыми танцевальными стилями, заучивание связок. Vogue, Hip – Hop, Contemporary, Экспериментальный танец.

Раздел 6. «Танцевальная импровизация»

Теория (1 ч). Понятие «Танцевальный образ», зависимость его от музыки.

Практика (8 ч). Исполнение упражнений по группам и самостоятельно.

Раздел 7. «Постановка танцевальных номеров»

Теория (2 ч). Понятия «Линия», «Колонна», «Диагональ», «Круг».

Объяснение правильного исполнения синхронов, переходов и рисунков.

Практика (8 ч). Данный раздел включает в себя общеразвивающие упражнения, отработку сложных связок и поддержек, изучение рисунка танцевальной композиции.

Показ танца является необходимым этапом постановочной работы. Во время выступления учащиеся воспитывают отношение к публичному выступлению и самоутверждаются. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием той или иной группы.

Раздел 8. «Итоговое занятие»

Практика (2 ч). Подведение итогов за год. Планы на следующий год.

4. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Результатом деятельности педагога является опыт успешного участия детей в различных праздниках и конкурсах, который в дальнейшем поможет им в самореализации и адаптации в обществе.

Программой предусмотрена *аттестация учащихся*, направленная на выявление исходного, текущего, промежуточного и итогового уровня теоретических знаний, развития практических умений и навыков, сформированных компетенций и их соответствия прогнозируемым результатам дополнительных общеобразовательных программ-дополнительных общеразвивающих программ.

Входная контроль проводится педагогом дополнительного образования в сентябре.

Промежуточная — в декабре, апреле-мае - по итогам полугодия или учебного года.

Итоговая аттестация проходит в апреле-мае по окончании полного курса обучения.

Входной контроль осуществляется в форме наблюдения, беседы, игры.

Текущий контроль осуществляется в ходе зачётов, творческих заданий, контрольных упражнений, опросов, соревнований (конкурсов), показательных выступлений.

Итоговый контроль проводится по итогам прохождения курсов обучения (по годам), в виде концертов и праздников и турниров.

Итоги образовательного процесса подводятся в конце каждого года.

МОНИТОРИНГ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ

Мониторинг образовательных результатов в объединении проводится по нескольким параметрам:

- уровень теоретических знаний;
- уровень практических навыков;
- динамика личностного роста.

Показатели (оцениваемые качества)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Количество баллов	Методы диагностики
Изменения в знаниях учащихся теории	Соответствие теоретических знаний ребенка программному материалу	Минимальный уровень (1/2 объема знаний)	1	Тестирование Наблюдение
		Средний уровень (более 1/2 объема знаний)	5	
		Максимальный уровень (ребенок практически освоил весь объем знаний за конкретный период)	10	
Изменения в практической подготовке учащихся	Соответствие практических умений и навыков материалу программы	Минимальный уровень (объем умений и навыков составляет менее чем 1/2 умений)	1	Наблюдение
		Средний уровень (объем умений и навыков составляет более 1/2)	5	
		Максимальный уровень (овладел всеми умениями и навыками)	10	
	Творческий подход в выполнении практических заданий	Начальный (элементарный) уровень развития креативности (ребенок в состоянии выполнить лишь простейшие практические задания)	1	Контрольные задания
		Репродуктивный уровень (выполняет задания на основе образца)	5	
		Творческий уровень (выполняет практические задания с элементами творчества)	10	
Техника исполнения танцевальных движений		Минимальный уровень (множество ошибок при выполнении основных движений)	1	Наблюдение
		Средний уровень (правильность выполнения основных	5	

		движений, но не в ритме музыки)		
		Максимальный уровень (правильность выполнения всех движений, в ритме музыки, артистично)	10	
Личностный рост учащихся	Умение воспринимать общие дела, как свои собственные	Избегает участие в мероприятиях, в общих делах	0	Наблюдение
		Участвует при побуждении извне	5	
		Инициативен в общих делах	10	
	Участие в концертной деятельности	Минимальный уровень (участие в простых номерах на уровне ОУ)	1	Портфолио обучающегося
		Средний уровень (участие в простых номерах на мероприятиях разного уровня)	5	
		Максимальный уровень (активное участие в сложных номерах на мероприятиях разного уровня)	10	
	Способность переносить известные нагрузки, преодолевать трудности	Терпения хватает менее чем на 1/2 занятия	1	Наблюдение
		Терпения хватает больше чем на 1/2 занятия	5	
		Терпения хватает на все занятие	10	

5.ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

5.1.Требования к минимальному материально-техническому обеспечению.

Реализация дополнительной общеобразовательной программы требует наличия следующих помещений:

-зал для танцев

-раздевалка

Оборудования:

-музыкальный центр

Инвентаря:

-зеркала

-коврики

5.2 Требования к кадровому обеспечению:

Преподаватель должен иметь базовую теоретическую подготовку: знать основы общей, социальной, детской и возрастной психологии; современные формы и методы обучения и воспитания; основы дифференцированного обучения, реализации компетентного подхода, развивающего обучения. Педагог должен иметь представление о технологиях диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения; Преподаватель должен быть компетентен в правовой области: знать законы и иные нормативные правовые акты, регламентирующие образовательную деятельность; трудовое законодательство. Требования к квалификации преподавателя подразумевают наличие высшего профессионального образования по педагогической, психологической и направлениям, с предъявлением требований к опыту реализации образовательных общеразвивающих программ.

6.СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Учебно-методическое и информационное обеспечение:

Перечень рекомендуемых учебных изданий, интернет-ресурсов, дополнительной литературы:

Основные источники:

Васильева Т. К. Секрет танца.- С.-П.: Диамант, 2007

Лисицкая Т. Гимнастика и танец. М., 1988.

Ротерс Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. М., 2006

Дополнительные источники:

Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие. М., 1999.

Методическое пособие по основам танца модерн.-Учебный центр подготовки и переподготовки работников культуры-Владивосток, 1997 г.

Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу». -М., 2008

Интернет-источники:

Королева М. Слушай музыку, делай кач, будь собой! Как танцевать хипхоп.- С-П: студия «Диваданс», 2005 г.

.Рабочая программа учителя как проект для реализации в образовательном процессе. Материалы для слушателей семинаров и образовательных программ. /Сост. И.В. Анянова. – Н.Тагил: НТФ ИРРО, 2008.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь	2	19:30-20:30	групповая	1	Вводное занятие. Техника безопасности.	Зал для танцев и фитнеса	
2	сентябрь	4	19:00-20:00	групповая	1	Музыкально-ритмическая деятельность. Музыкальные игры по прослушиванию и анализу музыки.	Зал для танцев и фитнеса	
3	сентябрь	9	19:30-20:30	групповая	1	Музыкально-ритмическая деятельность. Музыкальные игры по прослушиванию и анализу музыки.	Зал для танцев и фитнеса	
4	сентябрь	11	19:00-20:00	групповая	1	Музыкально-ритмическая деятельность. Навыки выразительного движения.	Зал для танцев и фитнеса	
5	сентябрь	16	19:30-20:30	групповая	1	Музыкально-ритмическая деятельность. Навыки выразительного движения.	Зал для танцев и фитнеса	
6	сентябрь	18	19:00-20:00	групповая	1	Музыкально-ритмическая деятельность. Навыки выразительного движения.	Зал для танцев и фитнеса	
7	сентябрь	23	19:30-20:30	групповая	1	Музыкально-ритмическая деятельность. Театральное мастерство.	Зал для танцев и	

							фитнеса	
8	сентябрь	25	19:00-20:00	групповая	1	Музыкально-ритмическая деятельность. Театральное мастерство.	Зал для танцев и фитнеса	
9	сентябрь	30	19:30-20:30	групповая	1	Растяжка основных групп мышц. Растяжка для гибкости позвоночника.	Зал для танцев и фитнеса	
10	октябрь	2	19:00-20:00	групповая	1	Растяжка основных групп мышц. Растяжка для гибкости позвоночника.	Зал для танцев и фитнеса	
11	октябрь	7	19:30-20:30	групповая	1	Растяжка основных групп мышц. Растяжка для гибкости позвоночника.	Зал для танцев и фитнеса	
12	октябрь	9	19:00-20:00	групповая	1	Растяжка основных групп мышц. Упражнения на растяжку шпагата	Зал для танцев и фитнеса	
13	октябрь	14	19:30-20:30	групповая	1	Растяжка основных групп мышц. Упражнения на растяжку шпагата	Зал для танцев и фитнеса	
14	октябрь	16	19:00-20:00	групповая	1	Растяжка основных групп мышц. Упражнения на растяжку шпагата	Зал для танцев и фитнеса	
15	октябрь	21	19:30-20:30	групповая	1	Растяжка основных групп мышц. Упражнения на растяжку шпагата	Зал для танцев и фитнеса	
16	октябрь	23	19:00-20:00	групповая	1	Растяжка основных групп мышц. Парная растяжка	Зал для танцев и фитнеса	
17	октябрь	28	19:30-20:30	групповая	1	Растяжка основных групп мышц.	Зал для	

				я		Парная растяжка	танцев и фитнеса	
18	октябрь	30	19:00-20:00	групповая	1	Растяжка основных групп мышц. Скульптор тела.	Зал для танцев и фитнеса	
19	ноябрь	4	19:30-20:30	групповая	1	Растяжка основных групп мышц. Скульптор тела.	Зал для танцев и фитнеса	
20	ноябрь	6	19:00-20:00	групповая	1	Растяжка основных групп мышц. Скульптор тела.	Зал для танцев и фитнеса	
21	ноябрь	11	19:30-20:30	групповая	1	Постановка сценических движений.	Зал для танцев и фитнеса	
22	ноябрь	13	19:00-20:00	групповая	1	Постановка сценических движений.	Зал для танцев и фитнеса	
23	ноябрь	18	19:30-20:30	групповая	1	Постановка сценических движений.	Зал для танцев и фитнеса	
24	ноябрь	20	19:00-20:00	Групповая	1	Постановка сценических движений. Упражнение в равновесии	Зал для танцев и фитнеса	
25	ноябрь	25	19:30-20:30	Групповая	1	Постановка сценических движений. Упражнение в равновесии	Зал для танцев и фитнеса	
26	ноябрь	27	19:00-20:00	Групповая	1	Постановка сценических движений. Упражнение в равновесии	Зал для танцев и фитнеса	

27	декабрь	2	19:30-20:30	Групповая	1	Постановка сценических движений.	Зал для танцев и фитнеса	
28	декабрь	4	19:00-20:00	Групповая	1	Постановка сценических движений.	Зал для танцев и фитнеса	
29	декабрь	9	19:30-20:30	Групповая	1	Постановка сценических движений.	Зал для танцев и фитнеса	
30	декабрь	11	19:00-20:00	Групповая	1	Постановка сценических движений.	Зал для танцев и фитнеса	
31	декабрь	16	19:30-20:30	Групповая	1	Постановка сценических движений.	Зал для танцев и фитнеса	
32	декабрь	18	19:00-20:00	Групповая	1	Постановка сценических движений.	Зал для танцев и фитнеса	
33	декабрь	23	19:30-20:30	Групповая	1	Постановка сценических движений.	Зал для танцев и фитнеса	
34	декабрь	25	19:00-20:00	Групповая	1	Постановка сценических движений.	Зал для танцев и фитнеса	Открытый урок
35	январь	20	19:30-20:30	Групповая	1	Постановка сценических движений.	Зал для танцев и фитнеса	
36	январь	22	19:00-20:00	Групповая	1	Современная хореография. Vogue	Зал для танцев и	

							фитнеса	
37	январь	27	19:30-20:30	Групповая	1	Современная хореография. Vogue	Зал для танцев и фитнеса	
38	январь	29	19:00-20:00	Групповая	1	Современная хореография. Vogue	Зал для танцев и фитнеса	
39	февраль	3	19:30-20:30	Групповая	1	Современная хореография. Контемп	Зал для танцев и фитнеса	
40	февраль	5	19:00-20:00	Групповая	1	Современная хореография. Контемп	Зал для танцев и фитнеса	
41	февраль	10	19:30-20:30	Групповая	1	Современная хореография. Контемп	Зал для танцев и фитнеса	
42	февраль	12	19:00-20:00	Групповая	1	Современная хореография. Нір-Нор	Зал для танцев и фитнеса	
43	февраль	17	19:30-20:30	Групповая	1	Современная хореография. Нір-Нор	Зал для танцев и фитнеса	
44	февраль	19	19:00-20:00	Групповая	1	Современная хореография. Нір-Нор	Зал для танцев и фитнеса	
45	февраль	24	19:30-20:30	групповая	1	Современная хореография. Нір-Нор	Зал для танцев и фитнеса	
46	февраль	26	19:00-20:00	Групповая	1	Танцевальная импровизация.	Зал для	

	ь			я			танцев и фитнеса	
47	март	3	19:30-20:30	Групповая	1	Танцевальная импровизация.	Зал для танцев и фитнеса	
48	март	5	19:00-20:00	Групповая	1	Танцевальная импровизация.	Зал для танцев и фитнеса	
49	март	10	19:30-20:30	Групповая	1	Танцевальная импровизация.	Зал для танцев и фитнеса	
50	март	12	19:00-20:00	Групповая	1	Танцевальная импровизация.	Зал для танцев и фитнеса	
51	март	17	19:30-20:30	Групповая	1	Танцевальная импровизация.	Зал для танцев и фитнеса	
52	март	19	19:00-20:00	Групповая	1	Танцевальная импровизация.	Зал для танцев и фитнеса	
53	март	24	19:30-20:30	Групповая	1	Танцевальная импровизация.	Зал для танцев и фитнеса	
54	март	26	19:00-20:00	Групповая	1	Танцевальная импровизация.	Зал для танцев и фитнеса	
55	март	31	19:30-20:30	Групповая	1	Репитиционно-постановочная работа.	Зал для танцев и фитнеса	

56	апрель	2	19:00-20:00	группо ва я	1	Репитици онно-п остан овоч ная рабо та.	Зал для танцев и фитнес а	
57	апрель	7	19:30-20:30	Группо ва я	1	Репитици онно-п остан овоч ная рабо та.	Зал для танцев и фитнес а	
58	апрель	9	19:00-20:00	Группо ва я	1	Репитици онно-п остан овоч ная рабо та.	Зал для танцев и фитнес а	
59	апрель	14	19:30-20:30	Группо ва я	1	Репитици онно-п остан овоч ная рабо та.	Зал для танцев и фитнес а	
60	апрель	16	19:00-20:00	группо ва я	1	Репитици онно-п остан овоч ная рабо та.	Зал для танцев и фитнес а	
61	апрель	21	19:30-20:30	группо ва я	1	Репитици онно-п остан овоч ная рабо та.	Зал для танцев и фитнес а	
62	апрель	23	19:00-20:00	группо ва я	1	Репитици онно-п остан овоч ная рабо та.	Зал для танцев и фитнес а	
63	апрель	28	19:30-20:30	группо ва я	1	Репитици онно-п остан овоч ная рабо та.	Зал для танцев и фитнес а	
64	апрель	30	19:00-20:00	группо ва я	1	Репитици онно-п остан овоч ная рабо та.	Зал для танцев и фитнес а	

65	май	5	19:30-20:30	группо ва я	1	Репитиционно-постановочная работа.	Зал для танцев и фитнеса	
66	май	7	19:00-20:00	группо ва я	1	Репитиционно-постановочная работа.	Зал для танцев и фитнеса	
67	май	12	19:30-20:30	группо ва я	1	Репитиционно-постановочная работа.	Зал для танцев и фитнеса	
68	май	14	19:00-20:00	группо ва я	1	Репитиционно-постановочная работа.	Зал для танцев и фитнеса	
69	май	19	19:30-20:30	группо ва я	1	Итоговое занятие.	Зал для танцев и фитнеса	Открытый урок
70	май	21	19:00-20:00	группо ва я	1	Итоговое занятие.	Зал для танцев и фитнеса	

