

**Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Дворец детского (юношеского) творчества Петродворцового района Санкт-Петербурга
«ПЕТЕРГОФ»**

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
ДДЮТ «ПЕТЕРГОФ»
Протокол № 1 от «22» января 2025 г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказом № 25/у от «22» января 2025 г.
Директор ДДЮТ «ПЕТЕРГОФ»
_____ В.А. Апраксимов

**Дополнительная общеразвивающая программа
«СОВРЕМЕННАЯ ХОРЕОГРАФИЯ. PRO»**

Срок освоения: 3 года
Возраст обучающихся: 10-17 лет

Разработчик:
Барышева Ольга Валерьевна,
педагог дополнительного образования.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы.

Программа «Современная хореография. PRO» является по направленности *художественной*, направлена на развитие обучающихся в соответствии с актуальным содержанием в сфере хореографического искусства, профориентацию, поддержку одаренных детей, овладение навыками по реализации тесной связи между технологией, искусством, культурой и повседневной жизнью.

Уровень освоения программы.

По уровню освоения дополнительная общеразвивающая программа «Современная хореография. PRO» является *углубленной*, так как направлена на развитие у учащихся интереса к исследовательской деятельности в области современной хореографии; создание условий для профессиональной ориентации; повышение конкурентоспособности выпускников на основе высокого уровня полученного образования. В течение обучения по данной программе учащиеся презентуют свои результаты и достижения на городском, всероссийском и международном уровне.

Адресат программы.

Программа «Современная хореография. PRO» адресована учащимся 10-17 лет. В объединение принимаются учащиеся, независимо от гендерной принадлежности, обладающие природными физическими данными, необходимыми для занятий хореографией, соответствующие продолжающему уровню танцевальной подготовки. Все учащиеся проходят обязательный просмотр, позволяющий определить уровень подготовки. К просмотру допускаются учащиеся, прошедшие дополнительные общеразвивающие программы ДДЮТ ПЕТЕРГОФ («Современная хореография. Intro», «Современная хореография») или имеющие опыт занятий танцами или гимнастикой более 3-х лет. Программа предполагает отсутствие ограничений по здоровью, так как условием для приема является наличие медицинской справки с заключением о допуске к занятиям хореографией.

Актуальность программы

В результате анализа образовательных программ и потенциала ДДЮТ «ПЕТЕРГОФ», лучших педагогических практик ведущих танцевальных коллективов города, с учётом запроса со стороны родителей обучающихся в танцевальном коллективе SUNDAY ДДЮТ «ПЕТЕРГОФ», было принято решение о необходимости разработать программу «Современная хореография. PRO» углубленного уровня.

Отличительные особенности программы.

Отличительной особенностью программы является её *многодисциплинарность*.

Современная хореография на сегодняшний день требует развития танцовщика в самых разных направлениях: классический танец, развитие данных, как основа движенческой подготовки; Modern, Jazz – как стили, на основе которых развивался современный танец; Street – уличные стили, которые обогащают лексику и музыкальность современного танца; Contemporary, импровизация, партнёринг, актёрское мастерство – то, что собственно составляет современную хореографию, постановки в стиле современная хореография.

Так же принципиальной особенностью является цель программы – не просто развить определенные навыки и умения, а повысить конкурентоспособность обучающихся, освоивших такую программу, в дальнейшем развитии в области хореографии, включая поступление в учебные заведения по направлениям танцевального искусства.

В процессе обучения учащиеся выполняют много самостоятельной работы, благодаря чему по окончании обучения у них будут сформированы представления о танцевальной индустрии, профессиях индустрии, они могут сделать самостоятельно

готовый продукт (танцевальный номер, сценарий, проект, блог и прочее) и продемонстрировать его на конкурсах/кастингах/вступительных экзаменах.

Высокие требования предъявляются и к педагогу, реализующему программу. Педагог должен постоянно пополнять свою лексику, посещая мастер-классы и курсы по различным танцевальным направлениям, актуализировать знания о танцевальной индустрии, посещать большие танцевальные мероприятия: конкурсы, концерты, фестивали, перформансы, шоу.

Важной составляющей программы является изучение стиля contemporary не только в рамках танцевального искусства, но и как часть современного изобразительного искусства, архитектуры, перформативного искусства.

Объем и срок освоения программы.

Программа рассчитана на 3 года обучения. Всего 720 часов. Первый год – 216 часов, второй год – 216 часов, третий год – 288 часов.

Цель программы – создание условий для самореализации обучающихся, их профессиональной ориентации в области хореографии, и творческого развития личности в целом.

Задачи.

Обучающие:

- формирование знаний о строение тела, развитии физических данных, необходимых для танцора продолжающего уровня;
- формирование знаний о современном танце: терминология, история, имена выдающихся хореографов и произведения таких стилей, как Jazz, Modern, Contemporary, Street, особенности этих стилей, лексика;
- формирование знаний о профессиях в современной танцевальной индустрии, их особенностях и требованиях к профессиональным качествам;
- формирование навыков самостоятельной деятельности по совершенствованию физических данных;
- обучение исполнению технических элементов (гимнастических, акробатических, прыжки, вращения), их вариаций и комбинаций;
- обучение техникам исполнения стилей Jazz, Modern, Contemporary, Street;
- формирование навыка выступления на конкурсах всероссийского и международного уровней в категории ПРО (продолжающие, мастера);
- обучение приемам партнеринга и контактной импровизации;
- обогащение лексики, раскрепощение средствами импровизации и актёрского мастерства;
- формирование навыка самостоятельной исследовательской, проектной, творческой работы.

Развивающие:

- развить навык выступления на конкурсах, фестивалях, концертах;
- сформировать навык быстро ориентироваться в различных ситуациях, решать поставленные задачи;
- сформировать навык командной работы.

Воспитательные:

- формирование и развитие познавательного интереса к различным направлениям современного хореографического искусства;
- воспитание трудолюбия, ответственности, целеустремленности и дисциплины;
- приобщение к здоровому образу жизни;
- формирование музыкально-эстетического вкуса и исполнительской культуры;
- воспитание чувства партнерства, уважения к участникам коллектива.

Планируемые результаты.

Предметные результаты. По итогам освоения программы учащиеся должны *знать*:

- правила техники безопасности на занятиях по хореографии и при участии в массовых мероприятиях;
- строение тела, виды и правила растяжки;
- что такое технические классы, правила выполнения упражнений;
- теорию современного танца, в том числе терминологию, историю, имена выдающихся хореографов и произведения таких стилей, как Jazz, Modern, Contemporary, Street, особенности этих стилей, лексику;
- профессии в современной танцевальной индустрии, их особенности и требования к профессиональным качествам.

По итогам освоения программы учащиеся должны *уметь*:

- самостоятельно выполнять комплекс по растяжке различных групп мышц и уметь демонстрировать гибкость в танце;
- выполнять технические элементы (гимнастические, акробатические, прыжки, вращения), их вариации и комбинации;
- исполнять учебные комбинации в таких стилях, как Jazz, Modern, Contemporary, Street;
- исполнять танцевальные номера в стиле современная хореография;
- использовать приемы партнеринга и контактной импровизации в постановках;
- исполнять импровизацию в стиле современная хореография;
- самостоятельно ставить сольный номер или дуэт в стиле современная хореография;
- выполнить проектную работу, посвященную профориентации в танцевальной индустрии.

Метапредметные результаты:

- развитие навыков выступления на конкурсах, фестивалях, концертах;
- формирование навыка быстро ориентироваться в различных ситуациях, решать поставленные задачи;
- формирование навыка командной работы

Личностные результат

Будут сформированы:

- интерес к различным направлениям современного хореографического искусства;
- трудолюбие, ответственность, целеустремленность и дисциплина;
- осознание ценности здорового образа жизни;
- стремление к совершенствованию музыкально-эстетического вкуса и исполнительской культуры;
- чувство партнерства, уважения к участникам коллектива.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации программы. Дополнительная общеразвивающая программа «Современная хореография. Про» реализуется на русском языке.

Форма обучения. Программа реализуется очно.

Условия приема на первый год обучения. На первый год обучения принимаются учащиеся в возрасте 10-17 лет, прошедшие просмотр, имеющие справку-допуск к занятиям в хореографическом коллективе.

На просмотре оцениваются следующие критерии: физические данные, техника исполнения танцевальной комбинации, опыт выступлений на конкурсах (в том числе наличие призовых мест), мотивация к обучению. В ходе просмотра заполняется диагностическая карта «Уровень развития танцевального мастерства» где фиксируются данные каждого ребенка.

Возможность дополнительного приема на обучение. Возможен дополнительный набор учащихся на второй и последующие годы обучения по итогам индивидуального просмотра и выявления уровня подготовки в соответствии с требованиями к результатам предыдущего года обучения по данной программе. Перевод на второй и третий год обучения осуществляется по результатам промежуточной аттестации в конце первого и второго учебного года.

Условия формирования групп (количественно):

- не менее 15 человек на первом году обучения,
- не менее 12 человек на втором году обучения,
- не менее 10 человек на третьем и последующих годах обучения.

Особенности организации образовательного процесса.

Организуются творческие работы, такие как: фото и видеосъемка, конкурс рисунков, конкурс соло и импровизации, творческие показы для родителей и другие. Возможно посещение мастер-классов, выставок, концертов, индивидуальные занятия согласно плану воспитательной работы.

В каникулярное время занятия продолжаются согласно расписанию. Возможна организация сборов в учреждении или выездных сборов.

В конце каждого полугодия проводится промежуточная аттестация. Отмечаются и поощряются учащиеся, отличившиеся за полугодие.

В конце года определяется лидер группы и вручаются грамоты от администрации учреждения по результатам работы за год. Назначение лидера группы субъективно. Это может быть лидер по призовым местам на конкурсах, лидер по промежуточной аттестации или неформальный лидер, вокруг которого «сформирована» группа.

Формы организации деятельности детей на занятии:

- фронтальная (работа педагога со всеми учащимися одновременно: показ, объяснение, беседа);
- коллективная (организация творческого взаимодействия между всеми детьми одновременно: групповой показ, репетиция, постановочная работа, концерт);
- групповая (совместные действия, общение, взаимопомощь: работа в малых группах, группах сменного состава, в парах);
- индивидуальная (для коррекции пробелов в знаниях, отработки отдельных навыков, работа с солистами)

Материально-техническое оснащение программы.

Для успешной реализации программы необходимы: хореографический и спортивный зал с зеркалами, хореографическими станками, шведскими стенками, отвечающие санитарно-гигиеническим нормам, компьютер с выходом в интернет, звуковая аппаратура, проектор, гимнастические коврики, гимнастические кубики, эластичные ленты, маты, акробатическая дорожка.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
«Современная хореография. PRO»
1 год обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие.	2	1	1	<i>Входной контроль:</i> сдача нормативов по физической подготовке
2	Развитие физических данных	63	3	60	<i>Текущий контроль:</i> устный опрос, замеры по растяжке, практическое задание
3	Современный танец	85	13	72	<i>Текущий контроль:</i> беседа/ устный доклад, тест/ письменный доклад, практическое задание
4	Постановочно-репетиционная работа	62	0	62	<i>Текущий контроль:</i> сценическое выступление
5	Контрольные и итоговые занятия	4	0	4	<i>Промежуточная аттестация:</i> технический зачёт, зачёт по теории, анализ метапредметных и личностных результатов
Итого:		216	17	199	

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
«Современная хореография. PRO»
2 год обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	1	1	<i>Входной контроль:</i> сдача нормативов по физической подготовке
2	Развитие физических данных	63	3	60	<i>Текущий контроль:</i> устный опрос, замеры по растяжке, практическое задание
3	Современный танец	85	13	72	<i>Текущий контроль:</i> беседа/ устный доклад, тест/ письменный доклад, практическое задание
4	Постановочно-репетиционная работа	62	0	62	<i>Текущий контроль:</i> сценическое выступление
5	Контрольные и итоговые занятия	4	0	4	<i>Промежуточная аттестация:</i>

					технический зачёт, зачёт по теории, анализ метапредметных и личностных результатов
Итого:		216	15	201	

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
«Современная хореография. PRO»
3 год обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	1	1	<i>Входной контроль:</i> сдача нормативов по физической подготовке
2	Развитие физических данных	63	3	60	<i>Текущий контроль:</i> устный опрос, замеры по растяжке, практическое задание
3	Современный танец	109	23	86	<i>Текущий контроль:</i> беседа/ устный доклад, тест/ письменный доклад, практическое задание
4	Постановочно-репетиционная работа	72	0	72	<i>Текущий контроль:</i> сценическое выступление
5	Проектная и исследовательская деятельность / Профориентация	36	36		<i>Текущий контроль:</i> защита проекта
6	Контрольные и итоговые занятия	6	0	6	<i>Промежуточная аттестация:</i> технический зачёт, зачёт по теории. <i>Итоговый контроль:</i> отчётное мероприятие, анализ освоения программы, анализ метапредметных и личностных результатов
Итого:		288	62	226	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА (первый год обучения).

Рабочая программа составлена на основе дополнительной общеразвивающей программы «Современная хореография. PRO» углубленного уровня освоения художественной направленности и предназначена детям 10-17 лет.

Программа создана педагогом дополнительного образования ДДЮТ «ПЕТЕРГОФ» Барышевой Ольгой Валерьевной в 2023 году.

Особенности первого года обучения.

Программа первого года обучения рассчитана на 216 часов, 6 часов в неделю.

Возраст детей 10-15 лет. Количество детей в группе – не менее 15 человек.

Первый год обучения по программе «Современная хореография. PRO» соответствует 5-му году обучения танцам в танцевальном коллективе SUNDAY. Ранее учащиеся прошли программу «Современная хореография. Intro», которая предусматривает формирования базовых навыков владения телом в современной хореографии. Далее учащиеся освоили программу «Современная хореография», в рамках которой они развивали физические данные, необходимые для современной хореографии, гимнастические и акробатические элементы, продолжали развивать технику современного танца (contemporary и modern jazz), навыки сценических выступлений.

На первом году обучения по программе «Современная хореография. PRO» большое внимание уделяется развитию профессиональных физических данных (гибкость, выворотность, шаг, линия ног, сила, координация, выносливость), разучиванию прыжков, вращений, акробатических элементов и усовершенствованию исполнительского мастерства.

Учащиеся знакомятся с историей современного танца, делают доклады по каждой теме, разучивают экзерсис в технике Contemporary, Modern, Jazz, разучивают танцевальный номер, выступают на конкурсах, концертах, участвуют в спектаклях. Два раза в год предусмотрены технические зачёты с присутствием родителей, педагогов, сверстников или младших участников коллектива.

Важной частью современной хореографии, важным инструментом в постановочной работе является партнёринг, импровизация и актерское мастерство. Эти классы так же включены в программу обучения. Учащиеся участвуют в конкурсах по импровизации, в рамках классов учатся создавать перфомансы.

Один-два раза в год (зависит от уровня подготовки в группе) учащиеся самостоятельно ставят сольные номера и дуэты, проводят обучающие мастер-классы со своей хореографией.

Задачи.

Обучающие:

- формирование знаний о строение тела, развитии физических данных, необходимых для танцора продолжающего уровня;
- формирование знаний о современном танце: терминология, история, имена выдающихся хореографов и произведения таких стилей, как Jazz, Modern, Contemporary, особенности этих стилей, лексика;
- формирование навыков самостоятельной деятельности по совершенствованию физических данных;
 - обучение исполнению технических элементов (гимнастических, акробатических, прыжки, вращения), их вариаций и комбинаций;
 - обучение техникам исполнения стилей Jazz, Modern, Contemporary;
 - формирование навыка выступления на конкурсах всероссийского и международного уровней в категории ПРО (продолжающие, мастера);
 - обучение приемам партнёринга и контактной импровизации;
 - обогащение лексики, раскрепощение средствами импровизации и актёрского мастерства.

Развивающие:

- развить навык выступления на конкурсах, фестивалях, концертах;
- сформировать навык быстро ориентироваться в различных ситуациях, решать поставленные задачи;
- сформировать навык командной работы.

Воспитательные:

- формирование и развитие познавательного интереса к различным направлениям современного хореографического искусства;
- воспитание трудолюбия, ответственности, целеустремленности и дисциплины;
- приобщение к здоровому образу жизни;
- формирование музыкально-эстетического вкуса и исполнительской культуры;
- воспитание чувства партнерства, уважения к участникам коллектива.

Планируемые результаты.

Предметные результаты.

По итогам освоения программы 1-го года учащиеся должны **знать:**

- правила техники безопасности на занятиях по хореографии и при участии в массовых мероприятиях;
- строение тела, виды и правила растяжки;
- что такое технические классы, правила выполнения упражнений;
- теорию современного танца, в том числе терминологию, историю, имена выдающихся хореографов и танцовщиков таких стилей, как Jazz, Modern, Contemporary, особенности этих стилей.

По итогам освоения программы учащиеся должны **уметь:**

- самостоятельно выполнять комплекс по растяжке различных групп мышц и уметь демонстрировать гибкость в танце;
- выполнять технические элементы (гимнастические, акробатические, прыжки, вращения);
- исполнять учебные комбинации в таких стилях, как Jazz, Modern, Contemporary;
- исполнять танцевальные номера в стиле современная хореография;
- использовать приемы партнеринга и контактной импровизации в постановках;
- исполнять импровизацию в стиле современная хореография;
- самостоятельно ставить сольный номер или дуэт в стиле современная хореография.

Метапредметные результаты:

- развитие навыков выступления на конкурсах, фестивалях, концертах;
- формирование навыка быстро ориентироваться в различных ситуациях, решать поставленные задачи;
- формирование навыка командной работы.

Личностные результаты:

Будут сформированы:

- интерес к различным направлениям современного хореографического искусства;
- трудолюбие, ответственность, целеустремленность и дисциплина;
- осознание ценности здорового образа жизни;
- стремление к совершенствованию музыкально-эстетического вкуса и исполнительской культуры;
- чувство партнерства, уважения к участникам коллектива.

Содержание первого года обучения.

1. Вводное занятие

Теория. Основные правила техники безопасности на занятиях по хореографии. Знакомство с целями и задачами первого года обучения.

Практика. Комплексный разогрев. Входной контроль (сдача нормативов по физической подготовке).

2. Развитие физических данных.

2.1 Растяжка.

Теория. Строение тела. Виды растяжки. Основные правила выполнения растяжки самостоятельно и в паре. Самоконтроль и самостраховка.

Текущий контроль. Устный опрос.

Практика. Комплекс упражнений для растяжки задней поверхности бедра, подколенных мышц и мышц голени. Комплекс упражнений для растяжки передней поверхности бедра. Комплекс упражнений для растяжки внутренней поверхности бедра и раскрытия тазо-бедренных суставов (ТБС). Комплекс упражнений для разработки подъемов стоп. Комплекс упражнений для подвижности позвоночника и плечевого пояса. Комбинированные упражнения на растяжку продольного шпагата, поперечного шпагата, гибкость спины и плечевого пояса.

Текущий контроль. Замеры шпагатов, мостов и их вариаций с фотофиксацией. Пример: шпагат с кубика, шпагат со скамейки, шпагат со стула, шпагат в провисе между кубиками/стульями, вертикальный шпагат с упором в пол, вертикальный шпагат в передней/задней затяжке, тилт, мост из положения стоя, мост «капелька», переворот вперед с выходом в затяжку в мосте «капелька», переворот вперед с выходом в переднюю затяжку, переворот назад с локтей, переворот назад на прямых руках.

2.2. Технические классы.

Теория. Что такое технические классы (классы, направленные на обучение и отработку технических элементов – прыжки, вращения, акробатических и гимнастических элементов, и их комбинаций под музыку), виды технических классов, правила выполнения упражнений, просмотр видеопримера упражнения с технического класса.

Текущий контроль. Устный опрос «Что такое технические классы».

Практика.

Технический тренаж (прыжки и бег на месте/в продвижении/в планке, комбинации упражнений на силу спины, пресса, корпуса, рук, ног). Тренаж перемежается с упражнениями на растяжку: шпагаты, мосты, батманы в различных положениях, затяжки в различных положениях.

Технический тренаж направлен на развитие силы, выносливости, устойчивости в положениях, необходимых для выполнения прыжков, вращений, гимнастических и акробатических элементов.

Класс по прыжкам. Подводящие упражнения к прыжку. Отработка различных фаз прыжка. Отработка прыжка. Комбинация прыжков. Творческое задание на отработку прыжка (пример: составить танцевальную комбинацию на 2-4 восьмерки, включая прыжок; импровизация с демонстрацией прыжка). Набор разучиваемых прыжков и их вариаций зависит от уровня подготовки учащихся. Примеры прыжков: *sisson*, *grand jete*, *pas de chat*, «перекидной» и их разновидности: с поворотом, с прогибом, сгибая переднюю ногу, сгибая заднюю ногу.

Класс по вращениям. Подводящие упражнения на развитие устойчивости во вращении. Отработка различных фаз вращения. Отработка вращения. Комбинация на вращения. Творческое задание на отработку вращения (пример: составить танцевальную комбинацию на 2-4 восьмерки, включая вращение; импровизация с демонстрацией вращения). Набор разучиваемых прыжков и их вариаций зависит от уровня подготовки учащихся. Примеры вращений: *en dehors*, *en dedans* с различным положением рабочей ноги (*passé*, *a la seconde*, *attitude*, *terboushon*), на согнутой опорной ноге, на прямой опорной ноге, с различным положением рук (классические, джазовые или свободные позиции) и корпуса (прямой корпус, в прогибе, со скручиванием).

Класс по акробатическим/гимнастическим элементам. Подводящие упражнения к элементу. Отработка различных фаз элемента. Отработка элемента. Комбинация элементов.

Творческое задание на отработку элемента (пример: составить танцевальную комбинацию на 2-4 восьмерки, включая элемент; импровизация с демонстрацией элемента). Набор разучиваемых элементов и их вариаций зависит от уровня подготовки учащихся. Примеры элементов: переворот вперед, переворот назад, «бабочка», эриал, маховое сальто, темповой переворот, перекаты, фризы, стойки.

Текущий контроль. Выполнение технического элемента или комбинации элементов.

3. Современный танец.

3.1 История хореографии.

Теория. Лекция «От историко-бытового танца до contemporary». Лекция «Историко-бытовой танец. Народный танец. Современная стилизация». Лекция «Классический танец, как основа для современного танца». Лекция «Эстрадный танец и современная хореография». Лекции сопровождаются видеопримерами различных стилей танца и танца различных эпох. По каждой лекции учащиеся делают небольшие доклады по заданию педагога.

Текущий контроль. Открытая беседа или устный доклад.

3.2 Jazz.

Теория. Истоки стиля Jazz. Выдающиеся хореографы и танцовщики стиля. Направления в стиле Jazz. Основные принципы стиля.

Текущий контроль. Тест или письменный доклад.

Практика. Экзерсис у станка – комбинации на отработку основных элементов, изученных ранее (см программу «Современная хореография. Intro»): Demi и Grand Plie, Battement tendu, Battement tendu jete, Rond, Grand battement, Developpe, Releve, Pas de bourree, Ports de bras, позиции ног, стоп, рук, кистей, изоляция в джазовом танце, contraction, realize, body roll, roll up, roll down, flat back, side stretch, arch, twist, hip lift, hip fall, opposition, cirve, kick, touch. Акцент на позиции, изоляцию (полицентризм), музыкальность (полиритмия).

Экзерсис на середине зала - комбинации на отработку основных элементов, изученных ранее (см программу «Современная хореография. Intro»). Принципы построения комбинации: полицентризм, полиритмия, координация (в том числе в пространстве), перемещение (как по горизонтали, так и по вертикали).

Диагонали (крессы) - комбинации базовых шагов, прыжков и вращений на продвижение. Шаги: pas de bourree, ball change, cross, grape wine, hitch kick, touch, swing, slide, tilt, triplet, shasse, kick ball change, catch step, pivot, jazz walk, cross ball change, step touch, touch step. Прыжки: stag leap, stag jump, axel turn, calypso leap, pas de chat. Вращения: jazz tour, tour chaine, compass turn, pencil turn.

Разучивание танцевальной комбинации в стиле Jazz.

Текущий контроль. Выполнение всех выученных комбинаций малыми группами или всей группой.

3.3 Contemporary.

Теория. Истоки стиля Contemporary. Выдающиеся хореографы и танцовщики стиля. Основные принципы стиля.

Текущий контроль. Тест или письменный доклад.

Практика. Экзерсис на середине зала – комбинации на отработку основных элементов, изученных ранее (см программу «Современная хореография. Intro», «Современная хореография»). Принципы построения комбинации: музыкальность, работа корпуса, координация (в том числе в пространстве), работа с весом тела (сброс веса, перенос веса), смена скоростей, использование различных уровней (партер, средний, верхний), актуальность выбираемых элементов современной хореографии. Диагонали (крессы) – комбинации шагов, прыжков, вращений, элементов contemporary на продвижение. Разучивание танцевальной комбинации в стиле Contemporary.

Текущий контроль. Выполнение всех выученных комбинаций малыми группами или всей группой.

3.4 Modern.

Теория. Истоки стиля Modern. Выдающиеся хореографы и танцовщики стиля. Основные принципы стиля.

Текущий контроль: тест или письменный доклад

Практика. Экзерсис на середине зала – комбинации на отработку основных элементов, изученных ранее (см программу «Современная хореография. Intro»). Диагонали (кроссы) – комбинации шагов, прыжков, вращений на продвижение, элементов modern на продвижение. Разучивание танцевальной комбинации в стиле Modern.

Текущий контроль. Выполнение всех выученных комбинаций малыми группами или всей группой.

3.5 Партнёринг и контактная импровизация.

Теория. Партнёринг, как одна из техник современной хореографии. Принцип взаимодействие в партнёринге. Просмотр видеоматериалов.

Текущий контроль. Беседа «Что вы знаете о партнёринге».

Практика. Работа в парах и малых группах над приемом «толкать-тянуть», принимать вес, переносить вес, отдавать вес. Работа в парах и малых группах, используя точечный контакт. Комбинации в парах и малых группах со сменой уровней. Тренинги на доверие и взаимодействие. Импровизация в парах, используя заранее оговоренные правила (на середине зала, в партере, в шаге, в прыжках, в беге).

Основная задача партнёринга – дать ключи взаимодействия, чтобы на их основе учащиеся могли сами ставить дуэты и создавать перфомансы.

Текущий контроль. Импровизация по заданию или перфоманс (парный/групповой).

3.6 Импровизация и актёрское мастерство.

Практика.

Тренинги по импровизации на:

- ощущение тела и поиск движений в теле;
- ощущение пространства, поиск способов перемещения;
- использование технических и авторских элементов в импровизации;
- музыкальность;
- актёрское мастерство (сюжетность, выразительность, образность);

Тренинги с мячом. Импровизация со стеной. Импровизация с текстом. Импровизация с предметом.

Текущий контроль. Импровизация по заданию или перфоманс.

4. Постановочно-репетиционная работа.

Практика. Разучивание связки. Отработка связки. Отработка синхрона. Разводка номера. Отработка номера. Репетиция номера.

Текущий контроль. сценическое выступление.

5. Контрольные и итоговые занятия.

Практика. Зачёт по теории, технический зачёт, анализ личностных и метапредметных результатов.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА (второй год обучения).

Рабочая программа составлена на основе дополнительной (общеразвивающей) программы «Современная хореография. ПРО» углубленного уровня освоения художественной направленности и предназначена детям 10-17 лет.

Программа создана педагогом дополнительного образования ДДЮТ «ПЕТЕРГОФ» Барышевой Ольгой Валерьевной в 2023 году.

Особенности второго года обучения.

Программа второго года обучения рассчитана на 216 часов, 6 часов в неделю.

Возраст детей 11-16 лет. Количество детей в группе – не менее 12 человек.

На втором году обучения учащиеся продолжают совершенствовать физические данные: увеличивается амплитуда и сложность технических элементов и их комбинаций (прыжки, вращения, акробатика), нормативы по растяжке.

Учащиеся совершенствуют технику современного танца. Разучиваемые экзерсисы становятся сложнее, построение класса – более насыщенным материалом.

Вводятся классы по уличной хореографии, как важное направление в современном танце.

Продолжается практика партнёринга, импровизации и актёрского мастерства. Тренинги могут повторяться с предыдущего года обучения или добавляться новые. Учащиеся выполняют самостоятельные творческие задания по этим дисциплинам.

В течение года разучивается несколько танцевальных номеров, которые исполняются на конкурсах, концертах, в спектаклях. Два раза в год предусмотрены технические зачёты с присутствием родителей, педагогов, сверстников, младших участников коллектива.

Учащиеся ставят сольные номера, дуэты и дают друг другу мастер-классы.

Учащиеся продолжают изучать историю и теорию современного танца, возможны совместные проекты с такими видами искусства, как изобразительное искусство, музыка.

Задачи второго года обучения.

Обучающие:

- формирование знаний о развитии физических данных, необходимых для танцора продолжающего уровня;
- формирование знаний о современном танце: терминология, история, имена выдающихся хореографов и произведения таких стилей, как Jazz, Contemporary, Street, особенности этих стилей, лексика;
- формирование навыков самостоятельной деятельности по совершенствованию физических данных;
- обучение исполнению технических элементов (гимнастических, акробатических, прыжки, вращения), их вариаций и комбинаций;
- обучение техникам исполнения стилей Jazz, Contemporary, Street;
- формирование навыка выступления на конкурсах всероссийского и международного уровней в категории ПРО (продолжающие, мастера);
- обучение приемам партнёринга и контактной импровизации;
- обогащение лексики, раскрепощение средствами импровизации и актёрского мастерства.

Развивающие:

- развить навык выступления на конкурсах, фестивалях, концертах;
- сформировать навык быстро ориентироваться в различных ситуациях, решать поставленные задачи;
- сформировать навык командной работы.

Воспитательные:

- формирование и развитие познавательного интереса к различным направлениям современного хореографического искусства;
- воспитание трудолюбия, ответственности, целеустремленности и дисциплины;
- приобщение к здоровому образу жизни;
- формирование музыкально-эстетического вкуса и исполнительской культуры;
- воспитание чувства партнерства, уважения к участникам коллектива.

Планируемые результаты второго года обучения.

Предметные результаты. По итогам освоения программы 2-го года учащиеся должны **знать**:

- правила техники безопасности на занятиях по хореографии и при участии в массовых мероприятиях;
- теорию современного танца, в том числе терминологию, историю, имена выдающихся хореографов и произведения таких стилей, как Jazz, Contemporary, Street, особенности этих стилей, лексику;
- что такое партнёринг и контактная импровизация, принципы взаимодействия.

По итогам освоения программы 2-го года учащиеся должны **уметь**:

- самостоятельно выполнять комплекс по растяжке различных групп мышц и уметь демонстрировать гибкость в танце;
- выполнять технические элементы (гимнастические, акробатические, прыжки, вращения), их вариации и комбинации;
- исполнять учебные комбинации в таких стилях, как Jazz, Contemporary, Street;
- исполнять танцевальные номера в стиле современная хореография;
- использовать приемы партнёринга и контактной импровизации в постановках;
- исполнять импровизацию в стиле современная хореография;
- самостоятельно ставить сольный номер или дуэт в стиле современная хореография.

Метапредметные результаты:

- развитие навыков выступления на конкурсах, фестивалях, концертах;
- развитие профессиональных качеств, необходимых в танцах;
- формирование навыка быстро ориентироваться в различных ситуациях, решать поставленные задачи;
- формирование навыка командной работы.

Личностные результаты:

Будут сформированы:

- интерес к различным направлениям современного хореографического искусства;
- трудолюбие, ответственность, целеустремленность и дисциплина;
- осознание ценности здорового образа жизни;
- стремление к совершенствованию музыкально-эстетического вкуса и исполнительской культуры;
- чувство партнерства, уважения к участникам коллектива.

Содержание второго года обучения.

1. Вводное занятие

Теория. Основные правила техники безопасности на занятиях по хореографии. Знакомство с целями и задачами второго года обучения. Проверка домашних заданий на лето.

Практика. Комплексный разогрев. Входной контроль (сдача нормативов по физической подготовке).

2. Развитие физических данных.

2.1 Растяжка

Практика: Комплекс упражнений для растяжки задней поверхности бедра, подколенных мышц и мышц голени. Комплекс упражнений для растяжки передней поверхности бедра. Комплекс упражнений для растяжки внутренней поверхности бедра и раскрытия тазо-бедренных суставов (ТБС). Комплекс упражнений для разработки подъемов стоп. Комплекс упражнений для подвижности позвоночника и плечевого пояса. Комбинированные упражнения на растяжку продольного шпагата, поперечного шпагата, гибкость спины и плечевого пояса.

Текущий контроль: замеры шпагатов, мостов и их вариаций с фотофиксацией. Пример: шпагат со скамейки, шпагат со стула, шпагат в провисе между кубиками/стульями, вертикальный шпагат с упором в пол, вертикальный шпагат в передней/задней затяжке, тилт, мост из положения стоя, мост «капелька», переворот вперед с выходом в затяжку в мосте «капелька», переворот вперед с выходом в переднюю затяжку, переворот назад на прямых руках.

2.2. Технические классы.

Практика:

Технический тренаж (прыжки и бег на месте/в продвижении/в планке, комбинации упражнений на силу спины, пресса, корпуса, рук, ног). Тренаж перемежается с упражнениями на растяжку: шпагаты, мосты, батманы в различных положениях, затяжки в различных положениях, может включать гимнастические и акробатические элементы.

Класс по прыжкам. Подводящие упражнения к прыжку. Отработка различных фаз прыжка. Отработка прыжка. Комбинация прыжков. Творческое задание на отработку прыжка (пример: составить танцевальную комбинацию на 2-4 восьмерки, включая прыжок; импровизация с демонстрацией прыжка). Набор разучиваемых прыжков и их вариаций зависит от уровня подготовки учащихся. Примеры прыжков: *sisson, grand jete, pas de chat*, «перекидной» и их разновидности: с поворотом, с прогибом, сгибая переднюю ногу, сгибая заднюю ногу, высокие маховые прыжки, в том числе «разрывные прыжки».

Класс по вращениям. Подводящие упражнения на развитие устойчивости во вращении. Отработка различных фаз вращения. Отработка вращения. Комбинация на вращения. Творческое задание на отработку вращения (пример: составить танцевальную комбинацию на 2-4 восьмерки, включая вращение; импровизация с демонстрацией вращения). Набор разучиваемых вращений и их вариаций зависит от уровня подготовки учащихся. Примеры вращений: *en dehors, en dedans* с различным положением рабочей ноги (*passé, a la seconde, attitude, terboushon*), на согнутой опорной ноге, на прямой опорной ноге, с различным положением рук (классические, джазовые или свободные позиции) и корпуса (прямой корпус, в прогибе, со скручиванием), со сменой уровней (поворот в воздухе, на одной ноге, в партере).

Класс по акробатическим/гимнастическим элементам. Подводящие упражнения к элементу. Отработка различных фаз элемента. Отработка элемента. Комбинация элементов. Творческое задание на отработку элемента (пример: составить танцевальную комбинацию на 2-4 восьмерки, включая элемент; импровизация с демонстрацией элемента). Набор разучиваемых элементов и их вариаций зависит от уровня подготовки учащихся. Примеры элементов: подъем разгибом, перекаты в партере, темповой переворот, «вытяжка» - прыжок в партере назад, прогнувшись с опорой на одну руку, *helicopter*, переворот вперед, переворот назад, «бабочка», эриал, маховое сальто, темповой переворот, перекаты, фриззы, стойки.

Текущий контроль: выполнение технического элемента или комбинации элементов.

3. Современный танец.

3.1 История хореографии

Теория. Выдающиеся произведения хореографического искусства 20 и 21 века. Просмотр видеоматериалов. Обсуждение. Самостоятельная работа – написать отзыв/эссе по видео.

Текущий контроль: открытая беседа или устный доклад.

3.2 Contemporary

Теория. Выдающиеся хореографы и танцовщики нашего времени. Особенности стиля за последние 10 лет. Занятие сопровождается просмотром видеоматериала.

Текущий контроль: тест или письменный доклад

Практика: Экзерсис на середине зала – комбинации элементов на отработку техники исполнения. Диагонали (кроссы) – комбинации шагов, прыжков, вращений, элементов contemporary на продвижение. Разучивание танцевальной комбинации в стиле Contemporary.

Текущий контроль: выполнение всех выученных комбинаций малыми группами или всей группой.

3.3 Street.

Теория. Уличные стили танцев (Hip-Hop, House dance, Dancehall, Vogue, Jazz Funk, Afro, Popping, Animation). История, особенности основных стилей. Просмотр видеоматериалов, обсуждение.

Текущий контроль: тест или письменный доклад.

Практика: Изучение основных элементов современного Hip-Hop танца (groove, harlemchake, skate, jackinthebox, krisskross, Step&Slide). Изучение движений на работу корпуса, грудного отдела. Работа бедер в Hip-Hop. Упражнения на освоение техники расслабления мышц при исполнении различных базовых элементов (кача, баунса, грува). Изучение различных техник уличных танцев, таких как инерция (танцевальные движения по принципу «маятника»), манипуляция (управление одной частью тела другой), виды манипуляций (контактная и бесконтактная), изоляция (отделение во время танца одной части тела от всего остального тела), пластика (проработка волн всех частей тела), полиритмия (движения одновременно разными частями тела в разных скоростях). Разучивание танцевальной связки в стиле Hip-hop.

Текущий контроль: исполнение танцевальной связки в стиле Hip-Hop.

3.4 Jazz

Теория. Стил Jazz в наше время. Просмотр видеоматериалов, обсуждение.

Текущий контроль: тест или письменный доклад.

Практика. Экзерсис у станка – комбинации на отработку основных элементов. Экзерсис на середине зала – комбинации на отработку техники исполнения. Диагонали (кроссы) - комбинации шагов, прыжков, вращений, элементов стиля на продвижение. Разучивание танцевальной комбинации в стиле Jazz.

Текущий контроль: выполнение всех выученных комбинаций малыми группами или всей группой.

3.5 Партнёринг и контактная импровизация.

Теория. Вспоминаем основные принципы партнёринга. Просмотр видеоматериалов.

Текущий контроль: устный опрос.

Практика. Новые приёмы работы с весом партнёра. Поддержки. Комбинации в парах и малых группах со сменой уровней. Тренинги на доверие и взаимодействие. Импровизация в парах, используя заранее оговоренные правила (на середине зала, в партере, в шаге, в прыжках, в беге).

Текущий контроль: импровизация по заданию или перформанс (парный/групповой).

3.6 Импровизация и актёрское мастерство

Практика: Тренинги по импровизации на:

- ощущение тела и поиск движений в теле
- ощущение пространства, поиск способов перемещения
- использование технических и авторских элементов в импровизации

- музыкальность
- актёрское мастерство (сюжетность, выразительность, образность)

Взаимодействие с пространством в импровизации. Импровизация с текстом.

Импровизация с предметом.

Текущий контроль: импровизация по заданию или перформанс.

4. Постановочно-репетиционная работа.

Практика: Разучивание связки. Отработка связки. Отработка синхронности исполнения. Разводка номера. Отработка номера. Репетиция номера.

Текущий контроль: сценическое выступление.

5. Контрольные и итоговые занятия.

Практика: технический зачёт, зачёт по теории, анализ личностных и метапредметных результатов.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА (третий год обучения).

Рабочая программа составлена на основе дополнительной (общеразвивающей) программы «Современная хореография. ПРО» углубленного уровня освоения художественной направленности и предназначена детям 10-17 лет.

Программа создана педагогом дополнительного образования ДДЮТ «ПЕТЕРГОФ» Барышевой Ольгой Валерьевной в 2023 году.

Особенности 3-го года обучения.

Программа третьего года обучения рассчитана на 288 часов.

Возраст детей 12-17 лет. Количество детей в группе – не менее 10 человек.

На третьем году обучения учащиеся продолжают совершенствовать физические данные, разучивают более сложные элементы (прыжки, вращения, акробатика) и их комбинации. Совершенствуют технику современного танца. Увеличивается количество часов по дисциплинам Contemporary, постановочно-репетиционная работа, вводятся дисциплины Теория современного танца и Проектная/исследовательская деятельность.

Внимание акцентируется на профессиональной ориентации, взгляду на современную хореографию, как на часть современного искусства.

Учащимся предоставляется возможность в конце года представить свой творческий проект – это или теоретические исследования в области современной хореографии, или сценарий спектакля, или сольный номер, групповой номер, театрализованное представление, видеоработа, блог в социальной сети и прочее.

В конце учебного года учащиеся принимают участие в отчётном мероприятии «Танцевального коллектива SUNDAY», где демонстрируют высокий уровень исполнительского мастерства, которого удалось достичь в результате освоения программы.

Задачи третьего года обучения.

Обучающие:

- формирование знаний о развитии физических данных, необходимых для танцора продолжающего уровня;
- формирование знаний о современном танце: терминология, история, имена выдающихся хореографов и произведения таких стилей, как Jazz, Contemporary, Street, особенности этих стилей, лексика;
- формирование знаний о профессиях в современной танцевальной индустрии, их особенностях и требованиях к профессиональным качествам;
- формирование навыков самостоятельной деятельности по совершенствованию физических данных;
- обучение исполнению технических элементов (гимнастических, акробатических, прыжки, вращения), их вариаций и комбинаций;
- обучение техникам исполнения стилей Jazz, Contemporary, Street;
- формирование навыка выступления на конкурсах всероссийского и международного уровней в категории ПРО (продолжающие, мастера);
- обучение приемам партнеринга и контактной импровизации;
- обогащение лексики, раскрепощение средствами импровизации и актёрского мастерства;
- формирование навыка самостоятельной исследовательской, проектной, творческой работы.

Развивающие:

- развить навык выступления на конкурсах, фестивалях, концертах;
- сформировать навык быстро ориентироваться в различных ситуациях, решать поставленные задачи;
- сформировать навык командной работы.

Воспитательные:

- формирование и развитие познавательного интереса к различным направлениям современного хореографического искусства;
- воспитание трудолюбия, ответственности, целеустремленности и дисциплины;
- приобщение к здоровому образу жизни;
- формирование музыкально-эстетического вкуса и исполнительской культуры;
- воспитание чувства партнерства, уважения к участникам коллектива.

Планируемые результаты.

Предметные результаты.

По итогам освоения программы 3-го года учащиеся должны **знать**:

- правила техники безопасности на занятиях по хореографии и при участии в массовых мероприятиях;
- теорию современного танца, в том числе терминологию, историю, имена выдающихся хореографов и произведения таких стилей, как Jazz, Modern, Contemporary, Street, особенности этих стилей, лексику;
- профессии в современной танцевальной индустрии, их особенности и требования к профессиональным качествам.

По итогам освоения программы учащиеся должны **уметь**:

- самостоятельно выполнять комплекс по растяжке различных групп мышц и уметь демонстрировать гибкость в танце;
- выполнять технические элементы (гимнастические, акробатические, прыжки, вращения), их вариации и комбинации;
- исполнять учебные комбинации в таких стилях, как Jazz, Contemporary, Street;
- исполнять танцевальные номера в стиле современная хореография;
- использовать приемы партнеринга и контактной импровизации в постановках;
- исполнять импровизацию в стиле современная хореография;
- самостоятельно ставить сольный номер или дуэт в стиле современная хореография;
- выполнить проектную работу, посвященную профориентации в танцевальной индустрии.

Метапредметные результаты:

- развитие навыков выступления на конкурсах, фестивалях, концертах;
- формирование навыка быстро ориентироваться в различных ситуациях, решать поставленные задачи;
- формирование навыка командной работы

Личностные результаты.

Будут сформированы:

- интерес к различным направлениям современного хореографического искусства;
- трудолюбие, ответственность, целеустремленность и дисциплина;
- осознание ценности здорового образа жизни;
- стремление к совершенствованию музыкально-эстетического вкуса и исполнительской культуры;
- чувство партнерства, уважения к участникам коллектива.

Содержание программы.

1. Вводное занятие.

Теория. Основные правила техники безопасности на занятиях по хореографии. Знакомство с целями и задачами третьего года обучения. Проверка домашних заданий на лето.

Практика. Комплексный разогрев. Входной контроль (замеры по растяжке).

2. Развитие физических данных.

2.1 Растяжка.

Практика. Комплекс упражнений для растяжки задней поверхности бедра, подколенных мышц и мышц голени. Комплекс упражнений для растяжки передней поверхности бедра. Комплекс упражнений для растяжки внутренней поверхности бедра и раскрытия тазо-бедренных суставов (ТБС). Комплекс упражнений для разработки подъемов стоп. Комплекс упражнений для подвижности позвоночника и плечевого пояса. Комбинированные упражнения на растяжку продольного шпагата, поперечного шпагата, гибкость спины и плечевого пояса.

Текущий контроль. Замеры шпагатов, мостов и их вариаций с фотофиксацией. Пример: шпагат со стула, шпагат в провисе между стульями, вертикальный шпагат с упором в пол, вертикальный шпагат в передней/задней затяжке, тилт, мост из положения стоя, мост «капелька», переворот вперед с выходом в затяжку в мосте «капелька», переворот вперед с выходом в переднюю затяжку, переворот назад на прямых руках, с выходом в переднюю затяжку.

2.2. Технические классы.

Практика.

Технический тренаж (прыжки и бег на месте/в продвижении/в планке, комбинации упражнений на силу спины, пресса, корпуса, рук, ног). Тренаж перемежается с упражнениями на растяжку: шпагаты, мосты, батманы в различных положениях, затяжки в различных положениях, может включать гимнастические и акробатические элементы.

Класс по прыжкам. Подводящие упражнения к прыжку. Отработка различных фаз прыжка. Отработка прыжка. Комбинация прыжков. Творческое задание на отработку прыжка (пример: составить танцевальную комбинацию на 2-4 восьмерки, включая прыжок; импровизация с демонстрацией прыжка). Набор разучиваемых прыжков и их вариаций зависит от уровня подготовки учащихся. Примеры прыжков: *sisson*, *grand jete*, *pas de chat*, «перекидной» и их разновидности: с поворотом, с прогибом, сгибая переднюю ногу, сгибая заднюю ногу, высокие маховые прыжки, в том числе «разрывные прыжки», прыжки с различным приземлением (на одну ногу, на две, с уходом в пол), *revoltat*.

Класс по вращениям. Подводящие упражнения на развитие устойчивости во вращении. Отработка различных фаз вращения. Отработка вращения. Комбинация на вращения. Творческое задание на отработку вращения (пример: составить танцевальную комбинацию на 2-4 восьмерки, включая вращение; импровизация с демонстрацией вращения). Набор разучиваемых прыжков и их вариаций зависит от уровня подготовки учащихся. Примеры вращений: *en dehors*, *en dedans* с различным положением рабочей ноги (*passé*, *a la seconde*, *attitude*, *terboushon*), на согнутой опорной ноге, на прямой опорной ноге, с различным положением рук (классические, джазовые или свободные позиции) и корпуса (прямой корпус, в прогибе, со скручиванием), со сменой уровней (поворот в воздухе, на одной ноге, в партере), со сменой осей (в вертикальной плоскости, в горизонтальной плоскости, в наклоне).

Класс по акробатическим/гимнастическим элементам. Подводящие упражнения к элементу. Отработка различных фаз элемента. Отработка элемента. Комбинация элементов. Творческое задание на отработку элемента (пример: составить танцевальную комбинацию на 2-4 восьмерки, включая элемент; импровизация с демонстрацией элемента). Набор разучиваемых элементов и их вариаций зависит от уровня подготовки учащихся. Примеры элементов: подъем разгибом, перекаты в партере, темповой переворот, «вытяжка» - прыжок в партере назад, прогнувшись с опорой на одну руку, *helicopter*, переворот вперед, переворот назад, «бабочка», эриал, маховое сальто, темповой переворот, перекаты, фриззы, стойки.

Текущий контроль. Выполнение технического элемента или комбинации элементов.

3. Современный танец.

3.1 Теория современного танца.

Теория. Что такое танец. Понятие композиции танца. Рисунок танца. Танцевальная лексика. Ракурсы. Приемы в постановке танца. Виды постановок в современном танце: танцевальный номер, концерт, спектакль, шоу, перформанс. Музыка в современном танце. Танцевальные профессии. Просмотр видеоматериала. Общение с представителями профессии.

Текущий контроль. Открытая беседа или устный доклад.

3.2 Contemporary.

Теория. TOP-10 номеров в современной хореографии за последний год. Просмотр видеоматериала, обсуждение.

Текущий контроль. Отзыв о просмотренных номерах.

Практика.

Экзерсис на середине зала. Комбинации элементов на отработку техники исполнения.

Диагонали (кроссы). Комбинации шагов, прыжков, вращений на продвижение, элементов contemporary на продвижение.

Разучивание танцевальной комбинации в стиле Contemporary.

Текущий контроль. Открытый урок по технике contemporary. (выполнение всех выученных комбинаций малыми группами или всей группой. Критерии оценки: знание комбинации (в том числе уверенность исполнения), техничность, музыкальность).

3.3 Street.

Теория. Хореографы и танцовщики уличных направлений нашего времени. Интеграция уличных стилей в современную импровизацию и современную хореографию. Просмотр видео материалов. Обсуждение.

Текущий контроль. Тест или устный опрос.

Практика. Упражнения на отработку основных техник Animation: popping, strobing, waving, gliding, tutting, ticking, slowmo. Разучивание танцевальной связки в стиле Animation. Самостоятельная работа: постановка связки в стиле animation сольно и в паре.

Текущий контроль. Исполнение танцевальной связки в стиле animation.

3.4 Jazz.

Теория. Стил Jazz в наше время. Просмотр видеоматериалов, обсуждение.

Текущий контроль. Тест или письменный доклад.

Практика.

Экзерсис у станка. Комбинации на отработку основных элементов.

Экзерсис на середине зала. Комбинации на отработку техники исполнения.

Диагонали (кроссы). Комбинации шагов, прыжков и вращений на продвижение.

Разучивание танцевальной комбинации в стиле Jazz.

Текущий контроль. Открытый урок по технике Jazz. (выполнение всех выученных комбинаций малыми группами или всей группой. Критерии оценки: знание комбинации (в том числе уверенность исполнения), техничность, музыкальность)

3.5 Партнёринг и контактная импровизация

Теория. Вспоминаем основные принципы партнёринга. Просмотр видеоматериалов.

Текущий контроль. Устный опрос.

Практика. Новые приёмы работы с весом партнёра. Поддержки. Комбинации в парах и малых группах со сменой уровней. Тренинги на доверие и взаимодействие. Импровизация в группе, используя заранее оговоренные правила (на середине зала, в партере, в шаге, в прыжках, в беге).

Текущий контроль. Импровизация по заданию или перформанс (парный/групповой).

3.6 Импровизация и актёрское мастерство.

Тренинги по импровизации на:

- ощущение тела и поиск движений в теле;
- ощущение пространства, поиск способов перемещения;
- использование технических и авторских элементов в импровизации;

- музыкальность;
- актёрское мастерство (сюжетность, выразительность, образность);
- тренировки с мячом.

Импровизация со стеной. Импровизация с текстом. Импровизация с предметом.
Текущий контроль. Перфоманс.

4. Постановочно-репетиционная работа.

Практика. Разучивание связки. Отработка связки. Отработка синхрона. Разводка номера. Отработка номера. Репетиция номера.

5. Проектная и исследовательская деятельность.

Теория. Содержание проекта. Правила оформления. Темы проекта и виды демонстрации результата: теоретические исследования в области современной хореографии, сценарий спектакля, сольный номер, групповой номер, театрализованное представление, видеоработа, блог в социальной сети и прочее. Консультирование по вопросам проектной деятельности.

Текущий контроль. Защита проекта.

6. Контрольные и итоговые занятия.

Практика. Зачёт по теории. технический зачёт. Отчётное мероприятие. Анализ и обобщение данных об освоении программы учащимися, участия в фестивалях, конкурсах, соревнованиях, концертной деятельности.

МЕТОДИЧЕСКИЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Методические материалы

Обучение по общеразвивающей программе «Современная хореография. PRO» основывается на следующих педагогических принципах:

- принцип систематичности и последовательности в практическом овладении техниками современной хореографии;
- принцип движения «от простого к сложному» (постепенное усложнение упражнений и заданий);
- принцип наглядности, привлечение чувственного восприятия, наблюдения (практический показ движений педагогом);
- принцип доступности и индивидуального подхода в обучении, учитывающий возрастные особенности и возможности учащегося (определение посильных заданий для каждого учащегося).

При обучении используются следующие педагогические технологии:

- личностно-ориентированный подход (обращение к опыту учащегося, то есть к опыту его собственной жизнедеятельности, личностным особенностям; признание самобытности и уникальности каждого учащегося, создание условий для достижения успеха через участие в фестивалях, концертах);
- дифференциация и индивидуализация для развития навыков творческой работы учащихся на различных этапах обучения, что позволяет достигать более высоких результатов в обучении танцам;
- здоровьесберегающие технологии (сохранение и укрепление здоровья учащихся, соответствие содержания организации обучения возрастным особенностям учащихся, формирование правильной осанки, формирование ответственности за свое здоровье).

1. Информационные источники

Список литературы для педагогов:

1. Анатомия стретчинга. Большая иллюстрированная энциклопедия / пер. с англ. Н. А. Татаренко ; под. ред. Коробкина Т., Кальницкая Т.. – Москва : Эксмо, 2020. – 224 с. – ISBN 978-5-699-81838-9. – Текст : непосредственный
2. Васенина, Е. Российский современный танец. Диалоги. / Е. Васенина. – Москва : "Emergency Exit", 2005. – 264 с. – ISBN 5-98726-005-1.
3. Елисеева, Е. И. Ритмика в детском саду. Методическое пособие / Е. И. Елисеева. – Москва : УЦ "Перспектива", 2016. – 104 с. – ISBN 978-5-98594-360-3. – Текст : непосредственный
4. Мориц, В. Э. Методика классического тренажа : учебное пособие / В. Э. Мориц, Н. И. Тарасов, А. И. Чекрыгин. – 5-е изд., стер. – Санкт-Петербург : Планета музыки, 2017. – 224 с. – ISBN 978-5-8114-0963-1. – Текст : непосредственный
5. Никитин, В. Ю. Партерный тренаж / В. Ю. Никитин, Е. А. Кузнецов. – Москва : Век информации, 2018. – 260 с. – ISBN 978-5-906511-20-1.. – Текст : непосредственный
6. Фирилева, Ж. Лечебно-профилактический танец. Фитнес-данс : учебное пособие / Ж. Фирилева, Е. Сайкина. – Санкт-Петербург : Детство-Пресс, 2014. – 384 с. – ISBN 978-5-89814-368-8.. – Текст : непосредственный
7. Хаас, Ж. Г. Анатомия танца / Ж. Г. Хаас.; пер. с англ. В. М. Боженков. – Минск : Попурри, 2022. – 296 с. – ISBN 978-985-15-5163-3. – Текст : непосредственный
8. Хореография в гимнастике : учебное пособие пособие для студентов вузов / рек. М-вом образования и науки Украины ; под ред. В. Ю. Сосина. – Киев : Олимп, 2009. – 135 с. – ISBN 978-966-8708-19-0. – Текст : непосредственный

Список литературы для учащихся и родителей.

1. Носкова-Бек, О. Л. Танцевальн-ритмическое развитие детей 3–7 лет.

Танцезингия / О. Л. Носкова-Бек. – Санкт-Петербург : Планета музыки, 2021. – 48 с. – ISBN 978-5-507-46298-8. – Текст : непосредственный

2. Образцова, Т. Н. Музыкальные игры для детей / Т. Н. Образцова. – Москва : Лада, 2005. – 160 с. – ISBN 5-86887-123-5. – Текст : непосредственный

3. Пакстон, Д. Анатомикум : [Иллюстрированная энциклопедия] / Д. Пакстон. ; пер. с англ. Ольга Чибисова. – Москва : Махаон, 2021. – 104 с. – ISBN 978-5-389-16512-0. – Текст : непосредственный

4. Шишкина, В. А. Движение + движение. Книга для воспитателя детского сада / В. А. Шишкина. – Москва : Просвещение, 1992. – 32 с. – Текст : непосредственный

Интернет-источники:

1. Информационный портал для педагогов по хореографии : сайт. – 2009-2022. – URL: <https://www.horeograf.com/> – Режим доступа: свободный. – Текст : электронный

2. Хореографический ресурс : сайт . – Новосибирск, 2020. – URL: <https://choreoesour.ru/> – Режим доступа: свободный. – Текст : электронный

3. Хореографу в помощь! : сайт. – URL: <https://www.dancehelp.ru/> – Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. – Текст : электронный

2. Система средств обучения.

Организационно-педагогические средства:

– дополнительная общеразвивающая программа «Современная хореография. Intro»;

- план-конспект родительского собрания 1-го и 2-го года обучения;
- памятка по подготовке к выездным выступлениям.

Дидактические средства:

- иллюстративный материал к темам программы;
- плакаты с изображением строения скелета человека и его мышц;
- фотографии великих деятелей хореографического искусства.

Электронные образовательные ресурсы:

- комплекс авторских коротких видеоуроков «Intro On-line»;
- банк авторских видеоуроков по развитию данных и современной хореографии;
- банк видеоматериалов выступлений коллектива на концертах, конкурсах, фестивалях;
- фонотека музыкальных произведений для занятий, импровизационных композиций, постановок.

3. Система средств контроля результативности обучения

- диагностические и контрольные материалы (диагностические и информационные карты, задания по темам программы).

Оценочные материалы

Сроки контроля результативности освоения программы.

Вид контроля/ аттестации	Формы контроля/ аттестации	Срок контроля/ аттестации
Входной	Сдача нормативов по физической подготовке	Сентябрь
Текущий	Устный опрос. Замеры по растяжке. Практическое задание Беседа/устный доклад Тест/письменный доклад Сценическое выступление Защита проекта	Согласно календарно-тематическому плану
Промежуточная	Технический зачёт Зачёт по теории	декабрь, май 1, 2 год обучения, декабрь 3 год

	Анализ метапредметных и личностных результатов	обучения
Итоговый	Отчётное мероприятие: класс-концерт/отчетный концерт/спектакль. Анализ результатов	май 3 год обучения

Входной контроль – проводится в сентябре (на первых занятиях) для учащихся 1-го года обучения/поступивших на 2-ой/3-й год обучения с целью определения уровня физической подготовленности к занятиям. Учащиеся выполняют нормативы по физической подготовке. Педагог осуществляет наблюдение за ходом выполнения и производит фотофиксацию замеров: по растяжке (левый, правый, поперечный шпагаты, мост, подъем пятки стопы над полом в положении сидя, ноги вместе, стопы point), видеофиксацию выполнения элементов (затяжка, переворот вперед, переворот назад, прыжок grand jete, saisson, pa de chat, вращение: tour chaines, tour pique).

Текущий контроль – проводится на занятиях в течение всего учебного года для отслеживания уровня освоения учебного материала программы по мере достижения поставленных задач. Отслеживание результатов текущего контроля осуществляется методом педагогического наблюдения. Результаты текущего контроля фиксируются педагогом в произвольной форме.

Формы контроля:

- по выбору (устный опрос, беседа, устный доклад, тест, письменный доклад) – на выявление умения рассказать правила исполнения и показать основные элементы, по программе обучения, на знание теории или истории современного танца;
- замеры по растяжке – фотофиксация амплитуды гимнастических элементов (шпагаты, мосты и их вариации, высота подъема стопы, линия ног);
- практическое задание – выполнить элемент/комбинацию элементов, танцевальную комбинацию, экзерсис, импровизация по заданию или перфоманс;
- сценическое выступление.

Промежуточная аттестация – предусмотрена 2 раза в год (декабрь, май) на 1-м и 2-м году и в декабре на 3-м году обучения с целью выявления уровня освоения программы учащимися и уровня развития личностных качеств.

Формы контроля:

- зачет по теории – в виде теста или ответов на билеты;
- технический зачет – открытый урок с присутствием родителей, педагогов или только учебной группы в случаях ограничений по допуску лиц в учреждение, который содержит в себе проверку знаний методики исполнения элементов современной хореографии, а также умения исполнять учебные комбинации и современный танец.

Среди критериев, по которым оценивается качество выполнения учебных комбинаций, выделяются:

- техника исполнения;
- уверенность и самостоятельность исполнения;
- музыкальность;
- артистичность.

Диагностика метапредметных и личностных результатов проводится на занятиях и сценических выступлениях методом педагогического наблюдения. Педагог отслеживает достижения детей в освоении универсальных учебных действий и в личностном развитии, делая примечания о формах проявления тех или иных осваиваемых результатов.

Педагог анализирует и систематизирует полученные результаты, учитывая свои примечания и наблюдения, а затем отражает их в информационных картах.

Формы фиксации:

- Информационная карта «Уровень достижения учащимися предметных результатов».
- Информационная карта «Уровень достижения учащимися метапредметных и

личностных результатов».

Итоговый контроль (оценивание) - проводится в конце обучения по программе.

Формы контроля:

- отчётное мероприятие по выбору (класс-концерт, отчетный концерт, спектакль для родителей, сверстников, учащихся младших групп, педагогов), на котором выпускники демонстрируют практические навыки, приобретенные за время обучения по программе;

- анализ и обобщение данных об освоении программы учащимися, участия в фестивалях, конкурсах, соревнованиях, концертной деятельности.

Диагностика метапредметных и личностных результатов проводится на отчетном мероприятии и при его подготовке методом педагогического наблюдения. Педагог отслеживает достижения детей в освоении универсальных учебных действий и в личностном развитии на любом занятии, делая примечания о формах проявления тех или иных осваиваемых результатов.

Педагог анализирует и систематизирует полученные результаты, учитывая свои примечания и наблюдения, а затем отражает их в информационных картах.

Формы фиксации:

- Информационная карта «Уровень достижения учащимися предметных результатов».

- Информационная карта «Уровень достижения учащимися метапредметных и личностных результатов».

**Информационная карта «Уровень достижения учащимися предметных результатов»
по дополнительной общеразвивающей программе «Современная хореография. PRO».**

Педагог _____ год обучения первый группа № _____

№ п/п	ФИ учащегося	полугодие					Сумма баллов	Уровень освоения	полугодие					Сумма баллов	Уровень освоения
		Зачет по теории	Технический зачет						Зачет по теории	Технический зачет					
			Техника исполнения	Уверенность и самостоятельнос ть исполнения	Музыкальность	Артистичность				Техника исполнения	Уверенность и самостоятельнос ть исполнения	Музыкальность	Артистичность		
1															
2															
3															
...															
15															
Средний балл									Средний балл						

Определение уровня освоения учащимися предметных результатов			
Уровень	Сумма баллов __ полугодие	Количество учащихся	Количество учащихся, в %%
Н – начальный уровень	4-6		
С – средний уровень	7-9		
В – высокий уровень	10-12		

Критерии оценивания уровня достижения обучающимся предметных результатов.

Раздел программы	Критерии оценки	Балл
Теоретическая подготовка: зачет по теории	1 полугодие. Основные правила техники безопасности на занятиях по хореографии. История хореографии. - Знание техники безопасности на занятиях; – Знание особенностей стилей Jazz, contemporary; – Знание имен выдающихся хореографов и танцовщиков стилей Jazz, contemporary.	зачет/не зачет
	2 полугодие. История хореографии. – Знание особенностей стиля Modern, классического танца; – Знание имен выдающихся хореографов и танцовщиков стиля Modern, классического танца.	зачет/не зачет
	3 полугодие. Основные правила техники безопасности на занятиях по хореографии. История хореографии. - Знание техники безопасности на занятиях; - Знание знаменитых произведений современного хореографического искусства 20/21 века; - Знание имен выдающихся хореографов и танцовщиков стилей Jazz, contemporary нашего времени.	зачет/не зачет
	4 полугодие. Уличный танец. – Знание названий уличных стилей танцев, их особенностей и отличий; – знание структуры поэтического и прозаического текста.	зачет/не зачет
	5 полугодие. Основные правила техники безопасности на занятиях по хореографии. Теория современного танца. – Знание основ композиции танца; – Знание танцевальных профессий и их функций	зачет/не зачет
	6 полугодие. Проектно-исследовательская работа. Защита проекта	зачет/не зачет
Практическая подготовка: технический зачет	Техничность исполнения: 1 балл –слабо выражена, 2 балла – средне выражена, 3 балла – ярко выражена.	1 балл
		2 балла
		3 балла
	Уверенность и самостоятельность исполнения: 1 балл – слабо выражены, 2 балла – средне выражены, 3 балла – ярко выражены.	1 балл
		2 балла
		3 балла
	Музыкальность: 1 балл – слабо выражена, 2 балла – средне выражена, 3 балла – ярко выражена.	1 балл
		2 балла
		3 балла
	Артистичность: 1 балл – слабо выражена, 2 балла – средне выражена, 3 балла – ярко выражена.	1 балл
		2 балла
		3 балла

**Информационная карта «Уровень достижения учащимися метапредметных и личностных результатов»
по дополнительной общеразвивающей программе «Современная хореография. PRO».**

Педагог _____ год обучения _____ группа № _____

№ п/п	ФИО	Метапредметные результаты						Сумма баллов	Уровень освоения	Личностные результаты								Сумма баллов	Уровень освоения			
		Развитие навыков выступления на конкурсах, фестивалях, выставках		Формирование навыка быстро ориентироваться в различных ситуациях, решать поставленные задачи		Формирование навыка командной работы				Интерес к различным направлениям современного хореографического искусства		Трудолюбие, ответственность, целеустремленность и дисциплина		Осознание ценности здорового образа жизни		Стремление к совершенствованию музыкально-эстетического вкуса и исполнительской						
Период (1/2 полугодие)		1	2	1	2	1	2															
1.																						
...																						
15.																						
Средний уровень группы																						

Определение уровня владения учащимися планируемых результатов программы		
Уровень освоения	Сумма баллов: <i>метапредметные результаты</i>	Сумма баллов: <i>личностные результаты</i>
Н – начальный уровень	3-4	4-6
С – средний уровень	5-6	7-9
В – высокий уровень	7-9	10-12

Критерии оценки метапредметных и личностных результатов.

Метапредметные результаты			
Результат	Критерий оценки	Оценка	Балл
Развитие навыка выступления в условиях конкурсов, фестивалей, концертов	Уверенность в себе; Ощущает свободу на сцене	Чувствует неуверенность при выступлении, движения скованы, выразительность слабо выражена	1
		Достаточно уверен в себе, движения чёткие, но выразительность слабо выражена на фоне концентрации на движении.	2
		Уверен в себе, движения чёткие, исполнение выразительное.	3
Формирование навыка быстро ориентироваться в различных ситуациях, решать поставленные задачи	Концентрация внимания; Готовность решать поставленную задачу	Учащийся не сразу понимает, что ему нужно делать, не ищет самостоятельного решения, решение принимает «как большинство»	1
		Учащийся не сразу понимает, что ему нужно делать из-за отсутствия должной концентрации, но решение принимает самостоятельно, довольно быстро.	2
		Учащийся вовремя понимает поставленную задачу, быстро и самостоятельно её решает.	3
Формирование навыка командной работы	Участие в решении командных задач	Учащийся не проявляет инициативу в решении командных задач, держится в стороне	1
		Учащийся принимает пассивное участие в решении командных задач, действует «как все»	2
		Учащийся принимает активное участие в решении командных задач, проявляет инициативу и взаимопомощь	3
Личностные результаты			
Интерес к различным направлениям современного хореографического искусства	Знание направлений современного искусства	Не может рассказать о направлениях современного искусства или ответить на вопросы на эту тему.	1
		Имеет базовое представление о направлениях современного искусства, может ответить на простые вопросы на эту тему.	2
		Имеет широкое представление о направлениях современного искусства, свободно отвечает на вопросы по теме.	3
Трудолюбие, ответственность, целеустремленность и дисциплина	Наличие цели, исполнительская дисциплина	Не может сформулировать цель занятий танцами, исполнительская дисциплина в течение учебного года нарушается.	1
		Может сформулировать цель занятий танцами, но на занятиях исполнительская дисциплина не всегда на должном уровне.	2
		Может сформулировать цель занятий танцами, исполнительская дисциплина на высоком уровне, учащийся делает все для достижения своей цели.	3
Осознание ценности здорового образа жизни	Знание и соблюдение основ здорового питания, гигиены и режима	Учащийся не всегда соблюдает режим дня, гигиену, имеет проблемы, связанные с неправильным питанием. Не может сформулировать принципов ЗОЖ.	1
		Учащийся соблюдает режим дня, гигиену, но имеет проблемы, связанные с неправильным питанием. Имеет представление о ЗОЖ.	2

	дня при посещении занятий	Учащийся соблюдает режим дня, гигиену, правильно питается, знает принципы ЗОЖ.	3
Стремление к совершенствованию музыкально-эстетического вкуса и исполнительской культуры; чувство партнерства, уважения к участникам коллектива	Мотивированность, старательность на занятии, расположенность к учащимся в группе	Учащийся не понимает, зачем стараться и совершенствовать музыкально-эстетический вкус. Имеет проблемы в коллективе.	1
		Учащийся понимает, зачем стараться и совершенствовать музыкально-эстетический вкус, но не всегда имеет достаточную мотивацию. В коллективе активно общается с несколькими учащимися.	2
		Учащийся мотивирован стараться и совершенствовать музыкально-эстетический вкус, исполнительское мастерство. Расположен и общается со всеми участниками коллектива.	3

Информационная карта учета творческих достижений обучающихся.

Педагог _____ год обучения _____ группа № _____

№	Фамилия, имя обучающегося	На уровне учреждения			На уровне района			На уровне города			На международном и российском уровне			Итого баллов
		Участие	Призер, дипломант	Победитель	Участие	Призер, дипломант	Победитель	Участие	Призер, дипломант	Победитель	Участие	Призер, дипломант	Победитель	
		1б	2б	3б	2б	3б	4б	3б	4б	5б	4б	5б	6б	
1.														
...														
15														

Количество баллов для определения уровня творческой активности и достижений обучающихся определяется педагогом и учитывает реальные возможности участия обучающихся в соревнованиях и конкурсах различного уровня.