



Частное общеобразовательное учреждение
«Образовательный комплекс «Точка будущего»

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Театр танца»
художественной направленности**

Срок реализации программы: 2 года
Автор-составитель: Евсюнина Анастасия Андреевна

г. Иркутск
2023 год



Содержание

Пояснительная записка	3
Раздел 1. Учебный план	6
Раздел 2. Содержание программы	7
Раздел 3. Учебно-тематический план	12
Календарный учебный график на 2023–2024 учебный год.....	15
Раздел 4. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеразвивающей программы	16
Приложения	19

Пояснительная записка

Программа «Театр танца» разработана в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Актуальность программы «Театр танца» заключается в том, полученных навыков в танцевальном искусстве в предыдущие периоды, достаточно, чтобы не просто выйти на сцену и станцевать, а ещё и поучаствовать в творческих конкурсах. Благодаря этому изучение данного курса позволит обучающимся попробовать свои силы в танцевальном искусстве и примерить на себя разные образы как в концертной программе на уровне школьных мероприятий, так и на уровне городских/областных.

Преимущество данной программы выражено в сочетании теоретической и практической части занятий, которые взаимодополняют друг друга.

Цель обучения курса «Театр танца» развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей учащихся на основе приобретенного ими комплекса знаний, умений, навыков, необходимых для исполнения танцевальных композиций различных жанров и форм.

Задачи программы:

- 1) формирование у обучающихся музыкально-ритмических навыков;
- 2) формирование навыков правильного и выразительного движения в области классической и современной хореографии;
- 3) развитие познавательного интереса к культурно-историческому наследию нашей страны;
- 4) развитие эмоционального интеллекта обучающихся;
- 5) развитие потребности в творческом самовыражении обучающихся.

Направленность программы «Театр танца» по содержанию является художественной. По уровню освоения программа является базовой.

Базовый уровень предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно-тематического направления программы «Театр танца».

Реализация программы на данном уровне освоения предполагает удовлетворение познавательного интереса обучающихся в технике различных танцевальных стилей, расширение их информированности в системе дополнительных знаний по хореографии, гимнастике и актерскому мастерству; развитие у обучающихся способности к созданию и самостоятельному воплощению сюжетно-танцевального образа, воспитание у них танцевально-сценической культуры.

На данном уровне обучающиеся совершенствуют:

- основы классического танца;
- основы современного танца;
- хореографическую терминологию;
- понятие взаимосвязи музыки и движения, образа и тематики танцевального произведения.

Планируемые результаты освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Театр танца».

Личностные результаты:

- 1) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

- 2) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 3) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 4) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 5) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные результаты:

- 1) освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- 2) формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- 3) освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- 4) овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты:

- 1) формирование танцевально-исполнительской компетентности (владение основными теоретическими понятиями о классической хореографии);
- 2) формирование осмысленного и выразительного исполнения хореографических упражнений и элементов по классическому танцу.

По окончании курса обучения обучающиеся будут знать:

- правила выполнения движений;
- структуру и ритмическую раскладку;
- начальную терминологию классического и современного танца;

будут уметь:

- координировать движения ног, корпуса и головы в умеренном и быстром темпе;
- танцевать в ансамбле;
- различать выразительные средства в передаче характерного настроения;
- грамотно исполнять программные движения;
- замечать ошибки в исполнении других и уметь предложить способы их исправления.

Форма обучения – очная.

Объем программы – 170 часов.

Программа рассчитана на 2 года обучения.

Особенности организации учебного процесса:

Традиционная модель реализации программы представляет собой линейную последовательность освоения содержания в течение одного или нескольких лет обучения в одной образовательной организации.

Занятия проводятся по группам. Группы формируются из обучающихся разного возраста.

Состав группы обучающихся – постоянный. Продолжительность одного академического часа – 40 мин. Перерыв между учебными занятиями – 10 минут. Общее количество часов в неделю – 2 часа. Занятия проводятся 2 раза в неделю.

Программа адресована детям от 7 до 12 лет. Для обучения принимаются дети по предварительному просмотру и диагностике танцевальных данных (по результатам прохождения МК от педагога). Количество обучающихся до 14 человек в группе.

Организация и содержание методов оценки уровня усвоения программы обучающимися.

Формы аттестации: зачет, отчетные концерты, открытые уроки, творческие конкурсы. Текущий контроль включает следующие формы: зачетные занятия, концерты.

Показателями устойчивости интереса к деятельности и коллективу можно считать:

- текущая и перспективная сохранность контингента, наполняемость объединения;
- положительные мотивы посещения занятий;
- осознание обучающимися социальной значимости и полезности предмета (деятельности и коллектива) для себя;
- оценка ребенком роли предмета в его планах на будущее; широкое применение учащимися знаний на практике;
- наличие преемников и детей, выбравших свое дело или профессию, связанную с предметом.

Личностные достижения обучающихся.

Диагностика личностных достижений обучающихся - наиболее трудный аспект оценивания.

Критериями данного параметра могут стать:

Направленность динамики личностных изменений:

- характер изменения личностных качеств;
- направленность позиции ребенка в жизни и деятельности;
- адекватность мировосприятия, миропонимания и мировоззрения возрасту.

Нравственное развитие обучающихся (ориентация на нравственные ценности):

- характер отношений между педагогом и ребенком, между членами детского коллектива, микроклимат в группе;
- характер ориентаций и мотивов каждого ребенка и коллектива в целом,
- культура поведения обучающегося;
- освоение обучающимися культурных ценностей.

Творческая активность и самостоятельность обучающихся:

- владение технологиями поисковой, изобретательской, творческой деятельности;
- настроение и позиция ребенка в творческой деятельности (желание - нежелание, удовлетворенность - неудовлетворенность);
- эмоциональный комфорт (или дискомфорт) в творческой работе;
- способы выражения собственного мнения, точки зрения;
- количество и качество выдвигаемых идей, замыслов, нестандартных вариантов решений;
- степень стабильности творческих достижений во временном и качественном отношении;
- динамика развития каждого ребенка и коллектива в целом;
- разнообразие творческих достижений: по масштабности, степени сложности, по содержанию курса обучения и видам деятельности,
- удовлетворенность учащихся собственными достижениями, объективность самооценки.

Раздел 1. Учебный план
Учебный план 1 года обучения

№	Наименование раздела	Кол-во часов	Формы промежуточной/итоговой аттестации
1	Вводное занятие	1	
2	Подготовительно-развивающие упражнения, упражнения, направленные на формирование правильной осанки и мышечного корсета	3	
3	Азбука классического танца	11	
4	Основы современного танца	30	
5	Основы актерского мастерства	10	
6	Композиционная постановка хореографических произведений	13	Творческий отчет (концерт)
	Итого	68	

Учебный план 2 года обучения

№	Наименование раздела	Кол-во часов	Формы промежуточной/итоговой аттестации
1	Вводное занятие	1	
2	Упражнения на координацию и выносливость	9	
3	Стретчинг	9	
4	Основы классического танца	9	
5	Основы современного танца	9	
6	Комбинация и импровизация	30	
7	Постановочная работа	35	Тестирование, творческий отчет (концерт)
	Итого	102	

Раздел 2. Содержание программы

1 год обучения

Раздел 1. Вводное занятие

Тема 1. Что такое театр танца. Инструктаж по ТБ.

Теория. Ознакомление с программой курса, расписанием, требованиями к занятиям.
Организационные вопросы.

Практика. Поклон.

Раздел 2. Подготовительно-развивающие упражнения, упражнения, направленные на формирование правильной осанки и мышечного корсета

Тема 1. Постановка корпуса, рук, ног, головы

Теория. Основные правила, методика постановки корпуса, положения корпуса у станка и на середине. Понятие "подтянутый корпус".

Практика. Разучивание первой части разминки в комбинациях.

Тема 2. Развитие мышечного чувства.

Теория. Понятия "расслабленные и подтянутые мышцы", понятие "квадрат" (два плеча, два бедра). Смещенный корпус. Понятие "разогретые мышцы".

Практика. Разучивание второй части разминки в продвижении.

Тема 3. Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.

Теория. Основные понятия и приемы пластики в хореографии. Понятие "исходное положение" (стоя, сидя, лежа). Изучение особенностей строения человеческого тела (костный скелет, подвижность суставов и мышц).

Практика. Построения и исполнение движений (марш, подскоки, галоп, танцевальный шаг, приставной шаг, прыжки, grand battement) по кругу, в диагонали, по линиям, хаотично.

Тема 4. Формирование правильной осанки и укрепление мышечного корсета

Теория. Понятие "мышечный корсет", "осанка". Роль мышечного корсета. Техника безопасности при занятиях гимнастикой.

Практика. Комплекс упражнений для формирования правильной осанки и укрепления (устранение асимметрии), комплекс упражнений укрепления мышечного корсета позвоночника (для мышц спины, брюшного пресса, для боковой поверхности туловища).

Раздел 3. Азбука классического танца

Тема 1. Основные позиции ног в классическом танце.

Теория. Понятие "центр тяжести" с опорой. Смещение центра тяжести. Понятие "выворотность" и "полувыворотность". Понятие "опорная и работающая нога".

Практика. Правильное и неправильное положения корпуса у станка.

Тема 2. Основные позиции рук в классическом танце.

Теория. Понятия о выразительных средствах танца, о красоте рук.

Практика: Правильное и неправильное положение рук в позициях. Методика проучивания элементов классического танца в сочетании с головой (Port de bras).

Тема 3. Основные элементы экзерсиса у станка.

Теория. Понятия demi plies/releve, battement tendu, battement tendu jete, demi rond de jambe par terre.

Практика. Объяснение методики исполнения элементов demi plies/releve, battement tendu, battement tendu jete, demi rond de jambe par terre. Прорабатывание ошибок при выполнении элементов у станка.

Тема 4. Основные элементы экзерсиса на середине.

Практика. Объяснение методики исполнения элементов *demi plies/releve, battement tendu, battement tendu jete, demi rond de jambe par terre*. Прорабатывание ошибок при выполнении элементов на середине.

Тема 5. Прыжки в классическом танце.

Теория. Понятия *temps leve saut, changement de pieds*.

Практика. Объяснение методики исполнения элементов *temps leve saut, changement de pieds*. Прорабатывание ошибок при выполнении элементов на середине.

Раздел 4. Основы современного танца

Тема 1. История современной хореографии.

Теория. Истоки современной хореографии и её историческая связь с классическим танцем.

Тема 2. Разминка в современном танце.

Практика. Работа над комплексами изоляций - голова: соединение движений с другими центрами. Плечи: соединение с движениями других центров. Грудная клетка в сочетании с различными движениями. Законы общей координации движений тела. Техника исполнения движений партера.

Тема 3. Стретчинг в современном танце.

Практика. Работа на комбинациями-стретчинг.

Тема 4. История джаз-танца.

Теория. Понятия: пространство, время, уровни. значение импровизации. Контактная импровизация, контакт (этюд «продолжи движение в дуэте»).

Практика. Вход в импровизацию, пространство зала, смена уровней, ракурсов. «Включение» тела сверху-вниз и снизу вверх; рисование линий ногами, корпусом, руками, заимствования, скорости Цепочки позировок всей группой по диагонали, добавление тематики (птица, облако, кактус) и внутренний характер позировок. Игра «Стань хореографом» - работа с образами. Импровизация с музыкой.

Тема 5. Основные позиции ног в джаз танце.

Практика. Составление комбинации из основных позиций ног в джаз-танце.

Тема 6. Основные позиции рук в джаз танце.

Практика. Составление комбинации из основных позиций рук в джаз-танце.

Тема 7. Основные шаги в джаз-танце.

Практика. Составление комбинации из основных шагов в джаз-танце.

Тема 8. Комбинации в джаз-танце.

Практика. Постановка комбинаций в образе. Работа в парах.

Тема 9. Прыжки и вращения в современной хореографии.

Практика. Отработка основных принципов прыжка и виды вращения в современной хореографии.

Раздел 5. Основы актерского мастерства

Тема 1. Основы актерского мастерства

Теория: Эмоции человека. Влияние музыки на образ. Понятие эмоциональности в танце. Понятия "храбрость", "хитрость", "осторожность", "радость" и др.

Практика: Постановки этюдов по темам.

Раздел 6. Композиционная постановка хореографических произведений

Тема 1. Композиционная постановка хореографических произведений

Практика: Изучение основных движений, рисунков танца, перестроений.

Работа над образами и характерами героев, работа с реквизитом.

2 год обучения

Раздел 1. Вводное занятие

Тема 1. Что такое театр танца. Инструктаж по ТБ.

Теория. Ознакомление с программой курса, расписанием, требованиями к занятиям. Организационные вопросы.

Практика. Поклон.

Раздел 2. Упражнения на координацию и выносливость

Тема 1. Оценка координационных навыков и умений.

Теория. Понятие "равновесие", "координация".

Практика. Выполнение упражнений на равновесие (стоя на одной ноге и т.д.).

Тема 2. Фитнес-упражнения для улучшений координации движений.

Практика. Стоя на одной ноге, руки разводят в стороны (для баланса). Нужно совершать повороты головой из одной стороны в другую, не фиксируя взглядом на предметах. С постепенным привыканием организма к упражнению глаза закрывают. Стоя на одной ноге, бьют мячом в стену, подхватывая его в момент отскока. Концентрировать взгляд следует только на летящем снаряде, отрешаясь от происходящего. Прыжок с ноги на ногу. Порядок движений таков: встают на одну ногу, подпрыгивают, приземляясь уже на другую. Жонглирование мячами. Начинают с двух снарядов, постепенно усложняя задачу. Одновременное подкидывание мячей двумя руками. Упражнения с перекидыванием мячей в парах.

Тема 3. Упражнения на выносливость: общую и силовую.

Теория. Понятие "выносливость". Виды выносливости: общая или аэробная и специальная. Мышечная выносливость: силовая, скоростная, координационная.

Практика. Планка стоя на локтях, прыжки на скакалке, приседания с выпрыгиванием, подъемы туловища лежа на спине, отжимания, подъем на носках, прыжок "колени к груди", махи ногами, бег с высоким подъемом бедра, бег прыжками вперед, подскоки с ноги на ногу, бег с захлестыванием голени.

Раздел 3. Стретчинг

Тема 1. Упражнения на растяжку и гибкость

Теория. Понятие "гибкость". Виды гибкости: общая и специальная. Активные, пассивные и статические упражнения на растягивание. Правила выполнения упражнений на растягивание.

Практика. Ноги на ширине плеч. Делая глубокий вдох, поднять руки вверх, взяться одной рукой за запястье другой и на выдохе мягко потянуться в сторону в течение 5–10 секунд. На вдохе поменять руку, на выдохе — потянуться в другую сторону. Далее сложить ладони вместе и потянуться назад, открывая грудную клетку вперед. Бедра должны оставаться неподвижными, работает только корпус.

Оставаясь в том же исходном положении, выполнить перекаты головой по полукругу: наклонить голову вправо и аккуратно перекатить подбородок по ключицам к левому плечу. Повторить 5–7 раз.

Оставаясь в том же исходном положении, на вдохе потянуться вперед, наклоняя корпус и вытягивая руки вперед на уровне ушей. Спина ровная. На выдохе вернуться в исходное положение. Повторить 3–4 раза.

На вдохе наклонить корпус, стараясь ладонями коснуться до пола, на выдохе — вернуться в исходное положение и выпрямить плечи. Повторить 3–4 раза. Далее взяться за голени, подтянуть корпус к ногам и зафиксироваться в таком положении на 5–10 секунд. Для облегчения можно периодически сгибать и разгибать колени.

Встать ровно, ноги на максимальной ширине, стопы по диагонали. Руки на поясе или перед грудью. Сохраняя прямую спину, немного отвести таз назад и на вдохе плавно опуститься вниз, насколько позволяет растяжка. Главное, чтобы колени смотрели в сторону носков, а копчик и макушка находились на одной линии. На выдохе вернуться в исходное положение. Повторить 5–7 раз.

На вдохе наклонить корпус вниз, упираясь ладонями о пол (ноги можно расставить еще шире), задержаться на 5 секунд. Для облегчения можно пружинить корпусом или периодически сгибать-разгибать ноги. Далее отвести правую ладонь к носку правой ноги и, поднимая левую руку вверх, развернуть корпус в сторону. Через 5 секунд поменять сторону.

Оставаясь в положении, как в упражнении 6, открыть правую ногу, вывернув стопу, и опереть копчик на нее. Сесть вниз, упираясь на пятку и выпрямляя левую ногу. Колено смотрит в сторону. Задержаться в позиции на 3–5 секунд, после поменять ногу. Затем выполнить выпад вперед, оставляя стопы на земле с пятками, плотно прижатыми к полу. Зафиксироваться на 5 секунд.

Упор на коленях, кисти впереди плеч. Подать таз назад, опустить плечи, выпрямленные руки подать вперед, голова опущена вниз. Зафиксироваться в позиции на 5–10 секунд. После подать плечи вперед-вверх, прогибаясь в позвоночнике и вытягивая шею. Задержаться на 5–10 секунд.

Встать на четвереньки, спину выпрямить параллельно полу. Медленно выполнить прогибы в спине вверх-вниз, фиксируя крайние положения на 3–5 секунд. Повторить 5–7 раз.

Лечь на спину, правую ногу согнуть в колене. Левую ногу поднять вверх, мягко обхватить ее руками и постараться притянуть ее как можно ближе к корпусу, выполняя амплитудные движения. Повторить 5–7 раз, после поменять ногу.

Сесть на пол. Спина прямая, ноги вместе, стопы к себе. На вдохе вытянуться в спине, на выдохе — пружинить грудной клеткой вперед к ногам, вытягивая руки вперед. Повторить 5–10 раз. После ухватиться руками за голени или стопы, наклонить корпус вниз и зафиксироваться в положении на 5–10 секунд.

Сидя на полу, свести стопы вместе и подтянуть их как можно ближе к паховой области. Далее в комфортном темпе тянуть колени в стороны в течение 5–10 секунд.

Лечь на пол, руки вытянуть по сторонам. Согнуть правое колено и положить его на пол с левой стороны, взгляд направить вправо. Задержаться в положении на 5–10 секунд, затем поменять сторону.

Раздел 4. Основы классического танца

Тема 1. Основные позиции ног в классическом танце.

Теория. Понятие "центр тяжести" с опорой. Смещение центра тяжести. Понятие "выворотность" и "полувыворотность". Понятие "опорная и работающая нога".

Практика. Правильное и неправильное положения корпуса у станка.

Тема 2. Основные позиции рук в классическом танце.

Теория. Понятия о выразительных средствах танца, о красоте рук.

Практика: Правильное и неправильное положение рук в позициях. Методика проучивания элементов классического танца в сочетании с головой (Port de bras).

Тема 3. Основные элементы экзерсиса у станка.

Теория. Понятия demi plies/releve, battement tendu, battement tendu jete, demi rond de jambe par terre.

Практика. Объяснение методики исполнения элементов demi plies/releve, battement tendu, battement tendu jete, demi rond de jambe par terre. Прорабатывание ошибок при выполнении элементов у станка.

Тема 4. Основные элементы экзерсиса на середине.

Практика. Объяснение методики исполнения элементов *demi plies/releve, battement tendu, battement tendu jete, demi rond de jambe par terre*. Прорабатывание ошибок при выполнении элементов на середине.

Тема 5. Прыжки в классическом танце.

Теория. Понятия *temps leve saut, changement de pieds*.

Практика. Объяснение методики исполнения элементов *temps leve saut, changement de pieds*. Прорабатывание ошибок при выполнении элементов на середине.

Тема 6. Комбинации в классическом танце.

Практика. Разучивание комбинации классического танца.

Раздел 5. Основы современного танца

Тема 1. История современной хореографии.

Теория. Истоки современной хореографии и её историческая связь с классическим танцем.

Тема 2. Разминка в современном танце.

Практика. Работа над комплексами изоляций - голова: соединение движений с другими центрами. Плечи: соединение с движениями других центров. Грудная клетка в сочетании с различными движениями. Законы общей координации движений тела. Техника исполнения движений партера.

Тема 3. Основные позиции ног в джаз танце.

Практика. Составление комбинации из основных позиций ног в джаз-танце.

Тема 4. Основные позиции рук в джаз танце.

Практика. Составление комбинации из основных позиций рук в джаз-танце.

Тема 5. Основные шаги в джаз-танце.

Практика. Составление комбинации из основных шагов в джаз-танце.

Тема 6. Комбинации в джаз-танце.

Практика. Постановка комбинаций в образе. Работа в парах.

Тема 7. Прыжки и вращения в современной хореографии.

Практика. Отработка основных принципов прыжка и виды вращения в современной хореографии.

Раздел 6. Комбинация и импровизация

Тема 1. Комбинация и импровизация

Теория: Понятия "комбинация", "импровизация".

Практика: Разучивание хореографических связок на основе пройденного материала. Импровизационная работа.

Раздел 7. Постановочная работа

Тема 1. Постановочная работа

Практика: Постановка и отработка хореографического номера. Выступление.

Раздел 3. Учебно-тематический план

1 год обучения

Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля (зачет, открытый урок, сценическое выступ- ление)
	Всего	Теория	Практика	
Раздел 1. Вводное занятие				
Что такое театр танца. Инструктаж по ТБ	1	1	1	опрос
Раздел 2. Подготовительно-развивающие упражнения				
Постановка кор- пуса, рук, ног, го- ловы	1	-	1	
Развитие мышеч- ного чувства	1	-	1	
Развитие отдельных групп мышц и по- движности суставов	1	-	1	
Раздел 3. Азбука классического танца				
Классический та- нец. История ба- лета	2	2	-	
Основные позиции ног в классическом танце	1	-	1	
Основные позиции рук в классическом танце	1	-	1	
Основные элементы экзерсиса у станка	2	-	2	
Основные элементы экзерсиса на сере- дине	2	-	2	
Прыжки в классиче- ском танце	2	-	2	
Итоговое занятие	1	-	1	
Раздел 4. Основы современного танца				
История современ- ной хореографии	1	1	-	
Разминка	2	-	2	
Стретчинг	3	-	3	
История джаз-танца	2	2	-	
Основные позиции ног в джаз-танце	2	-	2	

Основные позиции рук в джаз-танце	2	-	2	
Основные шаги в джаз танце	3	-	3	
Комбинации в джаз танце	3	-	3	
История модерн-танца	1	1	-	
Комбинации в модерн-танце	3	-	3	
Прыжки, вращения	3	-	3	
Партерная гимнастика	4	-	4	
Итоговое занятие	1	-	1	
Раздел 5. Основы актерского мастерства				
Понятие эмоциональности	2	1	1	
Актерское перевоплощение	2	1	1	
Создание сценического образа	2	1	1	
Постановка этюдов. Работа в паре	3	-	3	
Итоговое занятие	1	-	1	зачет
Раздел 6. Композиционная постановка хореографических произведений				
Постановочная работа	6	-	6	
Репетиционная работа	6	-	6	
Итоговое занятие	1	-	1	открытый урок/отчетный концерт
Итого часов	68	10	58	

2 год обучения

Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля (зачет, открытый урок, сценическое выступление)
	Всего	Теория	Практика	
Раздел 1. Вводное занятие				
Что такое театр танца. Инструктаж по ТБ	1	1	-	опрос
Раздел 2. Упражнения на координацию и выносливость				
Оценка координационных навыков и умений	3	1	2	
Фитнес-упражнения для улучшений координации движений	3	-	3	
Упражнения на выносливость: общую и силовую.	3	1	2	
Раздел 3. Стретчинг				
Упражнения на растяжку и гибкость	8	1	7	
Итоговое занятие	1	-	1	
Раздел 4. Основы классического танца				
Классический танец. История балета	1	-	1	
Основные позиции ног в классическом танце	1	-	1	
Основные позиции рук в классическом танце	1	-	1	
Основные элементы экзерсиса у станка	1	-	1	
Основные элементы экзерсиса на середине	1	-	1	
Прыжки в классическом танце	1	-	1	
Комбинации в классическом танце	2	-	2	
Итоговое занятие	1	-	1	
Раздел 5. Основы современного танца				
История современной хореографии	1	1	-	

Разминка	1	-	1	
Основные позиции ног в джаз-танце	1	-	1	
Основные позиции рук в джаз-танце	1	-	1	
Основные шаги в джаз танце	1	-	1	
Комбинации в джаз танце	2	-	2	
Прыжки и вращения в современной хореографии	1	-	1	
Итоговое занятие	1	-	1	
Раздел 6. Комбинация и импровизация				
Комбинация и импровизация	29	2	27	
Итоговое занятие	1	-	1	зачет
Раздел 7. Постановочная работа				
Постановочная работа	34	-	34	
Итоговое занятие	1	-	1	открытый урок/отчетный концерт
Итого часов	102	7	95	

Календарный учебный график на 2023–2024 учебный год

Этапы образовательного процесса	1 год обучения
Начало учебного года	1 сентября
Продолжительность непосредственно образовательного блока	34 недели
Продолжительность учебной недели	6 дней
Продолжительность 1 учебного часа	40 мин
Окончание учебного года	31 мая 2024 г.

Раздел 4. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеразвивающей программы

1. Материально-технические условия: помещение для занятий по программе «Театр танца» должно быть достаточно просторным и хорошо проветриваемым, рекомендуемая площадь – от 60–90 кв.м. Дополнительная мебель для занятий, такая как столы, как правило не используется. Для работы в партере (на полу) требуются гимнастические коврики (коврики для йоги) в количестве 12 шт.; гимнастические резиновые эластичные ленты в количестве 12 шт.; хореографические станки длиной до 10 м. в количестве 2 шт.; роллы для мио-фасциального релиза – в количестве 12 шт. Звуко и видеовоспроизводящая аппаратура – колонки, проигрыватель, проектор, телевизор.

2. Использование дистанционных технологий при реализации программы: использование корпоративной программы ТИМС, команд класса в ТИМС, описание методических материалов, выложенных в ТИМСе.

В программе ТИМС обозначена каждая группа обучающихся курса «Театр танца». В файлах команды происходит обмен видеоматериалами между педагогом и обучающимися, задания для самостоятельного изучения обучающимися.

Оценочные материалы

Организация и содержание методов оценки уровня усвоения программы обучающимися.

Формы промежуточной и итоговой аттестации (по итогам учебного года, по итогам прохождения программы): зачет, отчетные концерты, открытые уроки.

Текущий контроль включает следующие формы: творческие работы, самостоятельные работы, выставки, тестирование, конкурс, защита творческих работ, проектов, конференция, фестиваль, соревнование, турнир, зачетные занятия.

Обязательным элементом является перечень критериев оценивания результатов освоения программы.

Оценивание образовательных результатов освоения программы критериальное, поддерживающее, отметок не предусмотрено (безотметочное). Система оценки достижения планируемых результатов соотносится с системой оценивания, принятой в ОК ТБ. Критериальное оценивание – это процесс, основанный на сравнении учебных достижений учащихся с четко определенными, коллективно выработанными, заранее известными всем участникам образовательного процесса критериями, соответствующими целям и содержанию образования.

Один из принципов критериального оценивания – самооценивание. Основным инструментом, позволяющим оценить развитие навыков обучающегося по курсу «Театр танца» – это отслеживание динамики исполнения танцевальных элементов посредством видеозаписей с уроков, с репетиций, концертов. Подборка работ за год позволяет оценить прогресс. Основной формой самооценивания являются маршрутные листы. Критерии оценивания по программе «Театр танца» включают основные критерии, характерные для всех видов творческой деятельности: умения, способы, понятия. И также включают специфические критерии, характерные для области хореографического обучения и воспитания. Пример маршрутных листов представлен в Приложении 1.

Методические материалы

Занятие, как правило, должно состоять из подготовительной, основной и заключительной частей и включать соответствующие разделы по мере их освоения (в разделе «азбука классического танца» экзерсис у станка, экзерсис на середине зала, allegro, adagio, экзерсис на пальцах).

При проведении урока необходимо руководствоваться следующими принципами:

- постепенно увеличивать нагрузку: от простых упражнений к более сложным;
- чередовать упражнения быстрые и медленные;
- темп исполнения упражнений должен быть сначала медленным с последующим ускорением;
- следить за свободным дыханием и самочувствием учащихся.

Для того, чтобы музыкально-хореографический материал усваивался обучающимися наилучшим образом, прививались танцевальные навыки, формировался и развивался эстетический вкус и хореографические способности, педагогу необходимо прибегать на своих занятиях к использованию следующих основных методов обучения хореографии.

Словесный метод обучения — это объяснение, разъяснение, рассказ, беседа, инструктаж, лекция, дискуссия, диспут. Рассказ – это изложение учебного материала, применяемого для последовательного, доходчивого и эмоционального преподнесения знаний. Ведущая функция данного метода – обучающая.

Практические методы обучения. Их используют с целью формирования практических, трудовых умений и навыков путем систематических осознанных упражнений и действий.

Репродуктивный метод обучения используется для приобретения учащимися умений и навыков пользоваться полученными знаниями. Суть метода состоит в многократном повторении способа деятельности по заданию педагога.

Лабораторный метод основан на самостоятельном проведении экспериментов, исследований учащимися. Методика проведения лабораторной работы: обучаемые под руководством педагога по заранее намеченному плану проводят опыты или выполняют определенные практические задания.

Дискуссия как метод обучения основана на обмене взглядами по конкретной программе.

Литература для педагога:

1. Васенина Е. Российский современный танец. Диалоги. – М.: Emergency Exit., 2005.
2. Володина О.В. Самоучитель клубных танцев. – Ростов на Дону: Феникс, 2005.
3. Выготский Л.С. Психология искусства / Анализ эстетической реакции. – М.: Лабиринт, 1997.
4. Гиршон А. Е. Импровизация и хореография. Электронный ресурс.- <http://girshon.ru/>
5. Гренлюнд. Э., Оганесян Н. Танцевальная терапия. Теория, методика, практика. – СПб.: Речь, 2014.
6. Громов Ю.И. Работа педагога-балетмейстера в детском хореографическом коллективе // Основы подготовки специалистов хореографов / Хореографическая педагогика: учебное пособие. – СПб.: СПбГУП, 2006.
7. Новикова Н. К. Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и укрепления мышечного корсета позвоночника / Серия «ЗОЖ — и каждый день хорош!». – М.: 2020.

Литература для обучающихся:

1. Есаулов И. Г. Устойчивость и координация в хореографии / И. Г. Есаулов. – М.: Издательство «Лань», 2016.
2. Гваттерини М. Албука балета. Перевод с ит. – М.: БММ АО, 2001.- 240 с.: ил. (серия «Учимся танцевать»).

Литература для родителей обучающихся:

1. Руднева С. Д. и Фиш Э. М. Ритмика и музыкальное движение / С. Д. Руднева, Э. М. Фиш. – М., 2003.

Приложения

Приложение 1

МАРШРУТНЫЙ ЛИСТ
(Ф.И. УЧЕНИКА) _____

КУРС "ТЕАТР ТАНЦА" ПЕДАГОГ:
ТАМБОВЦЕВА КСЕНИЯ МИХАЙЛОВНА

3 МОДУЛЬ
ГРУППА
5-6 КЛАСС

РАЗДЕЛ 4. ОСНОВЫ СОВРЕМЕННОГО
ТАНЦА (ЧАСТЬ 1)

- ***Я ЗНАЮ ПОЗИЦИИ НОГ В ДЖАЗ-ТАНЦЕ***
- ***Я МОГУ ПОКАЗАТЬ ПОЗИЦИИ НОГ В ДЖАЗ-ТАНЦЕ***
- ***Я ЗНАЮ ПОЗИЦИИ РУК В ДЖАЗ-ТАНЦЕ***
- ***Я МОГУ ПОКАЗАТЬ ПОЗИЦИИ РУК В ДЖАЗ-ТАНЦЕ***
- ***Я ЗНАЮ, ЧТО ТАКОЕ "BODY ROLL"***
- ***Я МОГУ ПОКАЗАТЬ ПРИМЕР "BODY ROLL"***
- ***Я ЗНАЮ, ЧТО ТАКОЕ "SWING"***
- ***Я МОГУ ПОКАЗАТЬ ПРИМЕР "SWING" В ДЖАЗ-ТАНЦЕ***



ВЫБЕРИТЕ И ПОДЧЕРКНИТЕ
УТВЕРЖДЕНИЯ, КОТОРЫЕ ПОДХОДЯТ
ИМЕННО ВАМ.

ЗАЧЕТ*
(ПОДПИСЬ ПЕДАГОГА)

ЗАЧЕТ СТАВИТСЯ ПРИ УСЛОВИИ
ВЫБОРА 60% УТВЕРЖДЕНИЙ