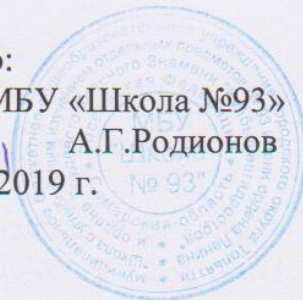


Департамент образования городского администрации г.о. Тольятти

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение городского округа Тольятти "Школа с углубленным изучением отдельных предметов № 93 имени ордена Ленина и ордена Трудового Красного Знамени "Куйбышевгидростроя"

Принята на заседании  
педагогического совета  
от «30» 08.2019 г.  
Протокол № 1

Утверждаю:  
Директор МБУ «Школа №93»  
А.Г.Родионов  
от «30» 08.2019 г.



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

Возраст обучающихся: **10 -15 лет**

Срок реализации: **1 год**

Разработчик:

Самоволикова Татьяна Леонидовна,  
педагог дополнительного образования

СП Центра «Школьная академия» МБУ «Школа №93» г.о. Тольятти

г.о. Тольятти, 2019

## Оглавление

1.	Пояснительная записка	3
2.	Учебно-тематический план	7
3.	Содержание	7
4.	Методическое обеспечение	9
5.	Список литературы	10

**Пояснительная записка** Классический танец (балет) является фундаментом всех сценических видов танца. Помимо самого утверждения танца как высокого искусства и самостоятельного вида театрального действия, способного развивать сюжет без помощи пения или декламации, балет выработал терминологию танца и систему подготовки танцоров, с небольшими изменениями используемую и в других стилях. Поэтому танцорам рекомендуется начинать с уроков классического танца, даже если они позднее специализируются в танце модерн, шоу-балете или джазовом танце.

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

**Направленность** программы художественная

**Новизна** - в образовательной программе представлены все основные направления современного танца: модерн, джаз, фанк, хип-хоп, R,n,B.

Включены партерные упражнения, прыжки по диагонали, массовые танцы.

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

Танец таит в себе огромное богатство для успешного художественного и нравственного воспитания, он сочетает в себе не только эмоциональную сторону искусства, приносит радость, как исполнителю, так и зрителю —

танец раскрывает и растит духовные силы, воспитывает художественный вкус и любовь к прекрасному.

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

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

**Задачи** -

- обучить основам современного танца,
- формировать и развивать исполнительские и творческие навыки каждого ученика,
- формировать устойчивый интерес к современному танцу,
- развивать координацию и музыкальный слух,
- развивать раскрепощение и самовыражение в танце,
- создать условия для самоопределения и самореализации личности воспитанников в данной сфере.

**Возраст детей** – 10 – 15 лет.

**Сроки реализации** – 1 год.

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

**Формы организации деятельности:**

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

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

**Ожидаемые результаты** —

- 1). Теоретическая подготовка учащихся

**Обучающиеся должны знать:**

- историю возникновения танца модерн,
- основные движения танца модерн,
- история возникновения джаз – танца,
- основные движения джаз – танца,
- история возникновения танца фанк,
- основные движения в танце фанк,
- история возникновения танцев хип-хоп, R,n,B,
- основные движения в танцах хип – хоп, R,n,B,
- технику безопасности при выполнении различных упражнений, гигиену тела и одежды.

- 2). Практическая подготовка

**Обучающиеся должны уметь:**

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

### 3). Творческая активность

#### ***Обучающийся может:***

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

### 4). Сформированность общеучебных умений и навыков

#### ***Обучающийся должен:***

- принимать наметать задачи;
- работать в группе.

### 5). Личностные результаты

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

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

- беседа
- устный опрос
- наблюдение
- выступления

#### **Формы подведения итогов**

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

## Учебно-тематический план программы

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

### Содержание изучаемого курса программы.

#### **Модуль № 1 «Модерн».**

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

2.Раздел: Модерн.

#### ***1. Тема***

#### **Теория:**

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

## **2.Тема:**

### **Практика:**

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

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

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

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

## **Модуль № 2 «Джаз».**

### **Теория:**

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

### **Практика:**

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

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

**4. Тема** «Прыжки; прыжковые комбинации»

## **4.Раздел: Фанк.**

### **Теория:**

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

### **Практика:**

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

**3.Тема** «Танцевальная разминка».

**4.Тема** «Танцевальные комбинации».

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

## **Модуль № 3 «Хип - хоп»Теория:**



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

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

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

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

**4.Тема** «Танцевальная комбинация».

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

**6.Раздел:R, n, B.**

#### **Теория**

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

#### **Практика**

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

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

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

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

#### **Методическое обеспечение**

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

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

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

#### **Методы обучения**

1. Структурный - последовательное разучивание и усвоение движений.
2. Метод усложнения - обеспечивает переход от простых движений к более сложным.
3. Метод сходства - помогает формировать идею простого движения в разнообразные варианты.
4. Метод блоков - движения не складываются из составных частей, а объединяются в блоки по мере усвоения.
5. Свободное повторение и выполнение движений под музыку.

### **Список использованной литературы**

Раздел: Модерн

1. Журнал «Балет» №2 , 2005.с.7

Раздел: Джаз

2. Журнал «Балет» №12 , 2004.с.18

Раздел: Фанк

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

Раздел: Хип - хоп

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

Раздел: R, n, B

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