

Комитет по образованию города Барнаула
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детская школа искусств «Традиция» с. Власиха г. Барнаула

Принята на заседании
педагогического совета
от 05.12.2022, прот 4



Утверждаю

Директор МБУ ДО ДШИ
«Традиция»

Л.В. Белькова

Рабочая программа
на 2022-2023 учебный год
к дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе
«Современный танец»

Возраст детей: 7-10 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Красильникова Вера Васильевна,
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Рабочая программа на 2022-2023 учебный год к ДООП «Современный танец» художественной направленности составлена для реализации в условиях Этнокультурного подразделения «Спутник» МБУ ДО «Детская школа искусств «Традиция».

Основной организационной формой реализации программы является учебное занятие в групповом формате. Учебный план предполагает организацию учебных занятий с периодичностью проведения **2 раза в неделю, 144 часов в год. Наполняемость** детей в группах **10-15 человек**, продолжительность занятий 2 раза в неделю по 2 часа.

Форма обучения: **очная.**

Язык – **русский.**

Календарный учебный график

Количество учебных недель	36
Количество учебных дней	72
Продолжительность каникул	с 01.06.2023 по 31.08.2023
Даты начала и окончания учебного года	с 15.09.2022 по 31.05.2023
Сроки промежуточной аттестации	10-20.12.2022; 10-15.05.2023

Календарно-тематический план на 2022-2023 учебный год

	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения		репертуар
			План	изменения	
1.	Организационное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2	16.09.2022 16.09.2022		
2.	Разминка (изоляция)	4	20.09.2022 20.09.2022 23.09.2022 23.09.2022		Изоляция головы: - наклоны вперед, назад, в стороны - крест - поворот - круг Изоляция плеч: - подъем плеча вверх шейк (волнообразное движение плеч) - крест - полукруг - круг Изоляция грудной клетки: - движение из стороны в сторону - движение вперед – назад - полукруги - круги Изоляция бедер: - движение из стороны в сторону - подъем одного бедра - shimmy (спиральное закручивание бедер) - полукруг

					<ul style="list-style-type: none"> - круг - восьмерка <li style="padding-left: 20px;">Изоляция ног: - круговые движения стоп - сокращения стоп
3.	Экзерсис на середине	4	<p>27.09.2022 27.09.2022 30.09.2022 30.09.2022</p>		<ul style="list-style-type: none"> - demi – plie , grand – plie (деми, гранд плие) - battement tendu (батман тандю) - battement tendu jete (батман тандю жете) - адажио - grand battement jete (гранд батман жете)
4.	Растяжка (стрейч)	4	<p>04.10.2022 04.10.2022 07.10.2022 07.10.2022</p>		Растяжка на все группы мышц
5.	Кросс	5	<p>11.10.2022 11.10.2022 14.10.2022 14.10.2022 18.10.2022</p>		<p>Прыжки:</p> <ul style="list-style-type: none"> - soute (соте) по 6, 1, 3 позиции - поджатый - разношка - assemble (ассамблее) <p>Кросс:</p> <ul style="list-style-type: none"> - hop (хоп) - jump (джамп) - Шоссе <p>Туры:</p> <ul style="list-style-type: none"> - tour chaines (тур шене)
6.	Классический танец	15	<p>18.10.2022 21.10.2022 21.10.2022 25.10.2022 25.10.2022 28.10.2022 28.10.2022 01.11.2022 01.11.2022 04.11.2022 04.11.2022 08.11.2022 08.11.2022 11.11.2022 11.11.2022</p>		<p>Движения в повороте. Дальнейшее изучение движений:</p> <ul style="list-style-type: none"> - battement double fondu на 450 и 900 - petit battement sur le cou-de-pied - flic-flac на 900 - grand battement jeté - battement divise en quart и др.
7.	Классический танец	15	<p>15.11.2022 15.11.2022 18.11.2022 18.11.2022 22.11.2022 22.11.2022 25.11.2022 25.11.2022 29.11.2022</p>		<p>Заноски и прыжки с поворотом.</p> <p>Развитие танцевальной пластики при исполнении заносок.</p> <p>Изучение сложных форм заносок.</p>

			29.11.2022 02.12.2022 02.12.2022 06.12.2022 06.12.2022 09.12.2022		
8.	Классический танец	5	09.12.2022 13.12.2022 13.12.2022 16.12.2022 16.12.2022		<p>Развитие силы и выносливости</p> <p>Развитие выносливости за счет ускорения темпа и нагрузки в комбинациях.</p> <p>Выполнение экзерсиса на середине зала.</p> <p>Выполнение упражнений по диагонали: вращения: fouette и пируэт на месте и с продвижением по диагонали. Работа над увеличением скорости и чистоты исполнения составляющих элементов.</p>
9.	Народный сценический танец	8	20.12.2022 20.12.2022 23.12.2022 23.12.2022 27.12.2022 27.12.2022 30.12.2022 30.12.2022		<p>Развитие силы ног, навыков координации и танцевальности.</p> <p>- поочередное раскрытие рук (приглашение).</p> <p>- Движение рук с платком из подготовительного положения в 1-е положение и в 4-ю и 5-ю позиции.</p>
10.	Народный сценический танец	7	03.01.2023 03.01.2023 06.01.2023 06.01.2023 10.01.2023 10.01.2023 13.01.2023		<p>- Бытовой шаг с притопом («Шаркающий шаг»:</p> <p>- каблуком по полу, полупальцами по полу.</p> <p>- «Переменный шаг» с притопом и продвижением вперед и назад.</p> <p>- «Девичий ход» с переступаниями).</p>
11.	Народный сценический танец	5	13.01.2023 17.01.2023 17.01.2023 20.01.2023 20.01.2023		<p>Боковое «припадание»:</p> <p>- с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги.</p> <p>- с двойным ударом полупальцами спереди опорной ноги.</p>
12.	Народный сценический танец	5	24.01.2023 24.01.2023 27.01.2023 27.01.2023 31.01.2023		<p>- Поочередное выбрасывание ног перед собой или крест - накрест на носок или ребро каблука. На месте и с отходом назад.</p>

13.	Народный сценический танец	10	31.01.2023 03.02.2023 03.02.2023 07.02.2023 07.02.2023 10.02.2023 10.02.2023 14.02.2023 14.02.2023 17.02.2023		- «Моталочка» в прямом положении на полупальцах и с акцентом на всей стопе. - «Веревочка»: а) с двойным ударом полупальцами, б) простая с поочередными переступаниями. - «Ковырялочка» с подскоками - «Ключ» простой на подскоках. - Прыжки с обеих ног
14.	Разучивание танцевальных связок в разных танцевальных направлениях	10	17.02.2023 21.02.2023 21.02.2023 24.02.2023 24.02.2023 28.02.2023 28.02.2023 03.03.2023 03.03.2023 07.03.2023		Разучивание элементов из разных танцевальных направлений (джаз, модерн, хип – поп и т.д.)
15.	Разучивание танцевальных связок в разных танцевальных направлениях	10	07.03.2023 10.03.2023 10.03.2023 14.03.2023 14.03.2023 17.03.2023 17.03.2023 21.03.2023 21.03.2023 24.03.2023		Разучивание элементов из разных танцевальных направлений (джаз, модерн, хип – поп и т.д.)
16.	Разучивание танцевальных связок в разных танцевальных направлениях	10	24.03.2023 28.03.2023 28.03.2023 31.03.2023 31.03.2023 04.04.2023 04.04.2023 07.04.2023 07.04.2023 11.04.2023		Разучивание элементов из разных танцевальных направлений (джаз, модерн, хип – поп и т.д.)
17.	Разучивание танцевальных связок в разных танцевальных направлениях	5	11.04.2023 14.04.2023 14.04.2023 18.04.2023 18.04.2023		Разучивание элементов из разных танцевальных направлений (джаз, модерн, хип – поп и т.д.)
18.	Репетиционная постановочная работа	18	21.04.2023 21.04.2023 25.04.2023		Репетиционная работа. Разучивание движений танца,

			25.04.2023 28.04.2023 28.04.2023 02.05.2023 02.05.2023 05.05.2023 05.05.2023 09.05.2023 09.05.2023 12.05.2023 12.05.2023 16.05.2023 16.05.2023 19.05.2023 19.05.2023		разведение хореографического рисунка, отработку танцевальных постановок, работа над образом.
19.	Итоговое занятие.	2	23.05.2023 23.05.2023		Показ.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Результат/изделие
		Всего	Теория	Практика	
1	Современный танец	144	20	124	Прогнозируемые результаты первого года: Первый год обучения - ребенок овладеет правилами поведения на занятии, при участии в культурно-массовых мероприятиях, концертах. Научится ориентироваться в базовой терминологии. Освоит правила поведения в танцевальном зале, за кулисами. Обретет элементарные навыки координации движений, основы правильной постановки корпуса, основные позиции рук, ног, головы. Будет выполнять общеразвивающие и специальные упражнения разминки и тренажа.

Содержание программы

Раздел 1. Организационное занятие.

Тема 1.1 Знакомство с учащимися.

Теория: Объяснение важности изучения современного эстрадного танца. Расписание занятий. Правила поведения. Дисциплина на занятиях. Внешний вид.

Практика: Инструктаж по технике безопасности.

Раздел 2. Разминка (изоляция).

Тема 2.1. Прыжковый разогрев всего организма.

Теория: Основное отличие прыжковой разминки.

Практика: проводится на каждом занятии в течении 15 – 20 минут стоя на середине зала.

Изоляция головы:

1. наклоны вперед, назад, в стороны
2. крест
3. поворот
4. круг

Изоляция плеч:

1. подъем плеча вверх
2. шейк (волнообразное движение плеч)
3. крест
4. полукруг
5. круг

Изоляция грудной клетки:

1. движение из стороны в сторону
2. движение вперед – назад
3. полукруги
4. круги

Изоляция бедер:

1. движение из стороны в сторону
2. подъем одного бедра
3. shimmy (спиральное закручивание бедер)
4. полукруг
5. круг
6. восьмерка

Изоляция ног:

1. круговые движения стоп
2. сокращения стоп

На основании основных упражнений составляются комбинации.

Раздел 3. Экзерсис на середине.

Тема 3.1. Значение и последовательность.

Теория: Развитие мышц стопы, предельно вытянутых ног, выворотности тазобедренного сустава, подтянутой спины, равновесия, ловкости, постановки корпуса и рук.

Практика: Проводится на каждом занятии в течение 25 минут, на середине зала.

1. demi – plie , grand – plie (деми, гранд плие)
2. battement tendu (батман тандю)
3. battement tendu jete (батман тандю жете)
4. адажио
5. grand battement jete (гранд батман жете)

На основании всех упражнений составляются комбинации.

Раздел 4. Растяжка

Тема 4.1. Стретчинг

Теория: Правильная растяжка по мере возможности на все группы мышц.

Практика: Проводится на каждом занятии в течении 20-25 минут, на середине зала.

Растяжка строится из расчета подготовки учащихся, направлена на все мышцы тела придавая им эластичность, упругость.

Раздел 5. Кросс

Тема 5.1. Передвижение в пространстве.

Теория: Шаги, прыжки и вращения.

Практика: Развитие силы мышц ног, координаций, легкости, выворотности, точных поворотов головы.

Проводится на каждом занятии в течении 20 минут.

И.П.: Стоя на середине зала, лицом в анфас.

Прыжки:

1. soute (cote) по 6, 1, 3 позиции

2. поджатый
3. разношка
4. assemble (ассамблее)

Кросс:

1. hop (хоп)
2. jump (джамп)
3. Шоссе

Туры:

1. tour chaines (тур шене)

Раздел 6. Классический танец

Тема 6.1. Знакомство с жизнью и творчеством Мариуса Петипа – солистом балета, балетмейстером, театральным деятелем и педагогом.

Теория: Биография Мариуса Петипа

Практика: Просмотр видеофильма

Тема 6.2. Движения в повороте

Теория: Изучение терминов: *battement double fondu*, *petit battement sur le cou-de-pied*, *flic-flac*, *grand battement jeté* *battement divise en quart*.

Практика. Дальнейшее изучение движений: *battement double fondu* на 450 и 900; *petit battement sur le cou-de-pied*; *flic-flac* на 900; *grand battement jeté*; *battement divise en quart* и др.

Тема 6.3. Заноски и прыжки с поворотом.

Теория: Динамика и виртуозный характер исполнения.

Практика: Развитие танцевальной пластики при исполнении заносок.

Изучение сложных форм заносок.

Тема 6.4. Развитие силы и выносливости

Теория: Развитие выносливости за счет ускорения темпа и нагрузки в комбинациях.

Практика: Экзерсис у станка, все элементы исполняются на полупальцах: *demi-plie*, *grand-plie*, *battement tendu*, *battement tendu jete*, *rond de jambe parterre*, *battements frappes*, *battements fondus*, *battements releves lens*, *battements developpes*, *grands battements jetes*.

Выполнение экзерсиса на середине зала.

Выполнение упражнений по диагонали: вращения: *fouette* и пируэт на месте и с продвижением по диагонали. Работа над увеличением скорости и чистоты исполнения составляющих элементов. Техника безопасности.

Раздел 7. Народный сценический танец

Тема 7.1. Практическое освоение танцевальных элементов и комбинаций народно – сценического танца.

Теория: Понятие характерного танца

Практика: Развитие силы ног, навыков координации и танцевальности. Воспитание у учащихся музыкальности, умению раскрыть в народном танце характерную манеру исполнения.

Изучаются элементы русского и вводятся элементы русского стилизованного:

1. Поочередное раскрытие рук (приглашение). Муз. размер 2/4, 4/4.
2. Движение рук с платком из подготовительного положения в 1-е положение и в 4-ю и 5-ю позиции.
3. Бытовой шаг с притопом («Шаркающий шаг»: каблуком по полу, полупальцами по полу. «Переменный шаг» с притопом и продвижением вперед и назад. «Девичий ход» с переступаниями).
4. Боковое «припадание»:
 - а) с двойным ударом полупальцами сзади опорной ноги.
 - б) с двойным ударом полупальцами спереди опорной ноги.
5. Поочередное выбрасывание ног перед собой или крест - накрест на носок или ребро каблука. На месте и с отходом назад.
6. «Моталочка» в прямом положении на полупальцах и с акцентом на всей стопе.
7. «Веребочка»:
 - а) с двойным ударом полупальцами,

- б) простая с поочередными переступаниями.
8. «Ковырялочка» с подскоками
9. «Ключ» простой на подскоках.
10. Прыжки с обеих ног (обе ноги согнуты в коленях назад).

Раздел 8. Разучивание танцевальных связок в разных танцевальных направлениях

Тема 8.1. Танцевальные комбинации

Теория: Знакомство учащихся с различными направлениями современного танца.

Практика: Разучиванию и отработке уделяется по 20 минут на каждом уроке. Берутся элементы из разных танцевальных направлений, таких как: джаз, модерн, хип – поп и т.д. На основании элементов строятся различные комбинации.

Раздел 9. Репетиционно-постановочная работа.

Тема 9.1. Репетиционная работа

Теория: Показ и объяснение танцевальных элементов. Объяснение драматургического рисунка.

Практика: Занятия по этому разделу предполагают работу над этюдами в разных видах хореографии, входящих в программу обучения, танцевальными номерами для сценического исполнения и включают в себя разучивание движений танца, разведение хореографического рисунка, отработку танцевальных постановок, работу над образом в танце. Репертуар коллектива планируется в соответствии с актуальными потребностями учебного заведения, города и творческим состоянием той или иной группы, учитываются интересы учащихся. В связи с этим каждый год делается анализ педагогической и художественно-творческой работы коллектива, определяется новый репертуар.

При подготовке танцевальных постановок учитываются интересы учащихся, их подготовленность к восприятию произведения. Идея постановки имеет воспитывающее значение, оказывает влияние на формирования сознания учащихся.

Задача – увлечь, заинтересовать, удовлетворить их потребность в движении.

Результаты освоения программы

В результате освоения программы ребенок должен обладать следующими компетенциями:

По окончании первого года обучения (стартовый уровень):

Ребенок овладеет правилами поведения на занятии, при участии в культурно-массовых мероприятиях, концертах. Научится ориентироваться в базовой терминологии. Освоит правила поведения в танцевальном зале, за кулисами. Обретет элементарные навыки координации движений, основы правильной постановки корпуса, основные позиции рук, ног, головы. Будет выполнять общеразвивающие и специальные упражнения разминки и тренажа.

Список литературы

1. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии / Т.К. Барышникова. - М.: АйрисПресс: Рольф, 1999. – 262с.
2. ГБОУ ЗДТДиМ Дополнительная общеобразовательная программа «Основы джаз-модерн танца» Хореографический коллектив «Акварели» 23 2. Березина, В. А. Дополнительное образование детей России / В. А. Березин; Министерство образования и науки Российской Федерации. - Москва: Диалог культур, 2007. – 511 с.
3. Евладова, Е. Б. Дополнительное образование детей: Учеб. пособие для студентов учреждений проф. образования, обучающихся по специальности 0317 "Педагогика доп. образования" / Е. Б. Евладова, Л.Г. Логинова, Н. Н. Михайлова. - М.: Владос, 2002. – 348 с.
4. Ерохина, О. В. Школа танцев для детей: [Фольклор, классика, модерн] / Ерохина О.В. - Ростов н/Д.: Феникс, 2003. – 223 с.
5. Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец: История. Методика. Практика / В.Ю. Никитин. - М.: ГИТИС, 2000. – 438 с.
6. Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец: Методика преподавания / В.Ю. Никитин. - М.: Всерос. Центр худож. творчества учащихся и работников нач. проф. образования, 2002. – 158 с.

7. От внешкольной работы – к дополнительному образованию детей: Сб. нормат. и метод. материалов для доп. образования детей / [Ред.-сост. И.В. Калиш]; Науч. ред. А.К. Бруднов. - М.: ВЛАДОС, 1999. – 541 с.

8. Социальное воспитание в учреждениях дополнительного образования детей: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 050711 (031300) - Социал. педагогика / [Б.В. Куприянов и др.]; Под ред. А. В. Мудрика. - М.: Academia, 2004. – 240 с.