

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение гимназия № 5

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
МБОУ гимназии № 5

Протокол №1
от « 1 » сентября 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ гимназия №5
Т.А.Шиндина
Приказ № 5/4
от « 1 » 09 2023 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности

«Эстрадный танец»

Возраст: 6-18 лет

Срок реализации : 1 год

Авторы- составители:

педагоги дополнительного образования

Костарев А.В., Крыленко С.Н.

Екатеринбург
2023

Пояснительная записка

Настоящая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана с учетом Федерального Закона Российской Федерации от 29. 12. 2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»; Приказа Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам” ; Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2. 4. 4. 3172-14 «Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

Направленность программы – художественная.

Программа «Современный эстрадный танец» разработана на основе методической разработки «Модерн-джаз танец» (автор - В.Ю.Никитин, 1999 г.).

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Хореографическое воспитание имеет важное значение как в физическом, так и в нравственном становлении личности ребенка, которая является важнейшей целью всего процесса обучения и эстетического воспитания. Без формирования способности к эстетическому творчеству невозможно решить важнейшую задачу всестороннего и гармоничного развития личности. Танец – это вид искусства, в котором художественные образы создаются посредством пластических движений и ритмически четкой и непрерывной смены выразительных положений человеческого тела из чего, и формируется техника танцев. Познав красоту в процессе творчества, человек глубже чувствует прекрасное во всех проявлениях и в искусстве и в жизни. Его художественный вкус становится более тонким. Душой танца является музыка. Она создает эмоциональную основу, определяет характер танца. Умению слышать музыку, понимать ее язык, разбираться в основных формах и выразительных средствах, легко и непринужденно двигаться в ритме определенной музыки, получать удовольствие от ее красоты – всему этому учит танец.

Еще в Древней Греции полагали, что в процессе обучения такие дисциплины как музыка и танцы не менее важны, чем точные науки. Учителя того времени были твердо убеждены, что для формирования творческой, гармонически развитой личности необходимо всесторонне образование.

В процессе учебных занятий у школьников происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, в результате длительного поддержания статической позы (долгого сидения за школьной партой) нарушается осанка, увеличивается тенденция к наклону головы. На занятиях танцами увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно сосудистой и нервной системы.

Отличительные особенности программы в том, что обучение доступно большему кругу детей (нет профессионального отбора), значительно меньше время и объем изучаемого материала, ниже уровень требований к способностям и физическим данным обучающихся.

В коллектив принимаются все желающие дети, независимо от степени одаренности и уровня хореографической подготовки. Содержание программы направлено не на подготовку профессионального танцора, а на предоставление возможности ребенку выразить себя в танце, передать эмоции через пластику. Также особенностью программы является то, что в программу введен раздел «Танцевальная импровизация», которая рассматривается как возможность приобщения детей к творческой самодеятельности,

реализации своих чувств и мыслей. «Я хочу танцевать» - это желание ребенка есть главный девиз данной программы. И это желание будет решающим и определяющим при принятии ребенка в коллектив.

Призвание это или каприз покажет время, но позволить реализовать себя в этой сфере искусства может каждый, тем более что обучение танцевальному искусству предполагает большие физические и моральные нагрузки и здесь без желания и стремления не обойтись. Ведь не редко, дети, обладающие прекрасными данными, в процессе обучения пасуют перед трудностями и, не желая утруждать себя, прерывают учебу. Дети же, не имеющие данных и вызывающие порой недоумение специалистов по поводу выбранного ими вида деятельности, но обладающие сильным желанием и стремлением, преодолевая свои физические недостатки путем самостоятельных занятий, добиваются блестящих результатов.

Реализация программы будет проводиться в форме теоретических и практических занятий согласно учебному плану. Последовательность изложения тем и количество времени может быть изменено в зависимости от индивидуальных способностей детей, темы года, участия в конкурсах и фестивалях, концертах.

Адресат в групповой форме с ярко выраженным индивидуальным подходом. Численность группы от 10-15 человек.

Режим занятий 2 раза в неделю по 2 часа. Состав группы постоянный.

Язык обучения – русский.

Объем общеразвивающей программы. Программа «Современный эстрадный танец» (базовый уровень) разработана на 1 год, общее количество часов в год - 136 часов, в неделю 4 часа.

Цель программы – формирование мотивации к современному танцевальному искусству и развитие творческих способностей обучающихся через разнообразные техники эстрадного танца.

Для достижения данной цели формируются следующие задачи:

Обучающие:

- обучение самовыражению, как в творчестве, так и в межличностных отношениях;
- обучение культуре движений и их выразительности;
- обучение манере исполнения элементов эстрадного танца;
- обучение свободному движению под музыку с различным ритмическим рисунком.

Развивающие:

- более полное физическое и пластическое развитие мышечного аппарата;
- развитие индивидуального уровня исполнительского мастерства;
- развитие координации движения;
- развитие творческой активности и артистизма.

Воспитывающие:

- воспитание художественного вкуса;
- воспитание артистизма и выразительности.

Педагогическая целесообразность объясняется основными принципами, на которых основывается программа:

- Принцип вариативности и свободы выбора, он необходим для самореализации личности.
- Принцип эмоциональной насыщенности. Занятия танцами дают основу для создания среды, богатой ценностным общением, стимулируют положительные эмоции, благоприятно влияющие на физическое и душевное здоровье обучающихся и побуждающие ребенка к дальнейшему развитию.
- Принцип креативности предполагает развитие и активизацию творческих способностей каждого ребенка.

- Принцип индивидуализации имеет значение для осуществления личностно-ориентированного подхода в процессе эстетического воспитания и творческого развития личности обучающихся.
- Принцип диалогичности предусматривает овладение детьми языком искусств, не просто усвоение предлагаемого материала, а познание мира через активный диалог с ним.
- Принцип интеграции основан на взаимопроникновении специфического языка танца в другие сферы жизни. На основе общих выразительных средств дети ищут параллели в различных видах искусства, раскрывая художественный образ.
- Принцип доступности, обеспечивающий переход от простого к сложному, от известного к неизвестному.

Обучение ведется по следующим разделам:

- тренаж к эстраднему танцу;
- фольк танец;
- кантри танец;
- диско танец;
- ритмический танец;
- эксцентрический танец;
- новинки танцевальной эстрады;
- степ;
- акробатический танец;
- эстрадный танец в мюзик – холле;
- модерн и джаз танец.

Учебный план
Первый год обучения

№	Название раздела, темы	Кол-во часов			Формы аттестации/ контроля
		<i>Всего</i>	Теория	Практика	
1	Вводное занятие Инструктаж по ТБ	<i>1</i>	1		Входящий контроль
2	Тренаж к эстраднему танцу (базовые)	24	4	20	Текущий контроль. Самостоятельная работа
3	Фольк танец	<i>7</i>	1	6	
4	Кантри танец	8	1	7	
5	Диско танец	15	2	13	
6	Эксцентрический танец	21	2	19	Промежуточный контроль
7	Акробатический танец (элементы)	18	2	16	Текущий контроль. Самостоятельная работа
8	Степ (элементы)	10	2	8	
9	Ритмический танец	20	2	18	
10	Работа над концертным репертуаром	10	-	10	
11	Итоговое занятие	2	-	2	Итоговый контроль
	Всего:	136	17	119	

Содержание учебного плана

Выработка определённых навыков, характерных для эстрадной хореографии.

Тема 1. Инструктаж по технике безопасности. Введение в предмет

Теория

Инструктаж по технике безопасности для обучающихся в кабинете хореографии; правила поведения на занятии и после его окончания, а также в чрезвычайных ситуациях. Введение в предмет: История танцевальной эстрады.

Тема 2. Тренаж к эстраднему танцу

Теория

Знакомство с эстрадным танцем и его спецификой.

Выразительность и артистичность исполнителя.

Виды упражнений с нагрузкой на различные группы мышц в эстрадной хореографии.

Практика

Упражнения, разогревающие мышцы тела:

Голова. Виды движений:

- наклон вперед и назад;
- наклоны вправо и влево;
- повороты вправо и влево;
- sundagi вперед - назад и из стороны в сторону.

Плечи. Виды движений:

- подъем одного или двух плеч вверх;
- движение плеч вперед – назад;
- твист плеч;
- шейк плеч.

Грудная клетка. Виды движений:

- движения из стороны в сторону;
- движения вперед – назад;
- подъем и опускание;
- твист;
- упражнения для выработки подвижности позвоночника, укрепления мышц спины;
- повороты корпуса «спираль»;
- наклоны корпуса;
- упражнения на полу для разогрева позвоночника и его отделов.

Руки. Виды движений различны.

Ноги. Виды движений различны.

Голова. Виды комбинаций:

- крест;
- квадрат;
- круг;
- фиксированный полукруг;
- свинговый полукруг.

Плечи. Виды комбинаций:

- крест;
- полукруг;
- круг;
- «восьмерка».

Грудная клетка:

- крест;
- квадрат;
- полукруг;
- круг.

Руки. Различные комбинации.

Ноги. Различные комбинации.

Тема 3. Фольк танец

Теория

Характеристика танцевального направления:

- история возникновения,
- стилевые особенности.

Знакомство с музыкальным материалом - стилизованной народной музыкой групп "Золотое кольцо", "Балаган лимитед".

Практика

Фольк танец (по выбору педагога на любом народном материале).

На русском материале:

Основные движения:

- ход на высоких полупальцах;
- броски на 45 °; 90 °;
- вращения;
- поддержки;
- трюки;
- движения с увеличением амплитуды.

Композиция этюда.

Тема 4. Кантри танец

Теория

Характеристика танцевального направления:

- история возникновения,
- стилевые особенности.

Прослушивание эстрадной музыки в стиле "кантри" (гр. "Reolrex")

Практика

Основные движения:

- ход с выносом стопы на ребро;
- широкий бег;
- «перетяжки»;
- шаг польки;
- галоп;
- прыжки;
- трюки; поддержки.

Композиция этюда.

Тема 5. Диско танец

Теория

Характеристика танцевального направления:

- история возникновения,
- стилевые особенности.

Прослушивание музыки в стиле "диско" (гр. "Back boys blue").

Практика

Основные движения:

- диагональный ход с поворотом;
- различные наклоны;
- «маятник»;
- прыжки, подскоки;
- «регулирующий»;
- «карате»;
- импульсивный ход.

Композиция этюда - проявление творческой фантазии в трактовке той или иной танцевальной темы.

Тренаж проводится по такому же принципу, но движения составляются в комбинации.

Тема 6. Эксцентрический танец

Теория

Характеристика танцевального направления:

- история возникновения,
- стилевые особенности.

Знакомство с музыкальным материалом в стиле «Чарльстон», «Ганго».

Практика

Основные движения:

- glissade;
- степовой ход;
- вращение;
- поддержки; трюки;
- пружинистый шаг с переносом ноги вперёд – назад;
- гротескные движения «Чарльстона».

Композиция этюда.

Тема 7. Акробатический танец

Теория

- Характеристика танцевального направления:
- история возникновения,
- стилевые особенности.

Прослушивание роковых композиций, музыкального материала в стиле рок-н-ролла (Элвис Пресли), брейка.

Практика

Основные движения:

- прыжки с ноги на ногу («Ник»);
- прыжок на левой ноге, правая вперёд на пятку;
- бег с высоко поднятыми коленями;
- поворот коленей вправо, влево;
- поочерёдные перекаты с носка на всю стопу каждой ногой;
- «робот»;
- «лунная походка»;
- «волна»;
- «целостная волна»;
- партерный брейк.

Композиция этюда.

Тема 8. Степ (элементы)

Теория

Характеристика танцевального направления:

- история возникновения,
- стилевые особенности.

Прослушивание музыкального материала группы «Чай вдвоём».

Практика

- основные удары;
- композиция основных ударов.

Тема 9. Ритмический танец

Теория

Прослушивание музыкальных произведений с чёткой ритмической структурой в стиле «хип-хоп»; «техно»; «реп» (группа «D.Y.Hits»).

Практика

Основные движения:

- «пружина»;
- выпады;
- скольжение;
- «волна»;
- движения бёдрами;
- «кошка»;
- «флюгер»;
- прыжки, трюки.

Композиция этюда.

Тема 10. Подготовка концертных номеров

Теория

Сценическая культура.

Практика

Выступления на концертах, конкурсах.

Тема 11. Итоговое занятие

Теория

Подведение итогов. Диагностика обучающихся.

Планируемые результаты

По окончании 1 года обучающиеся должны знать:

- специфику эстрадной хореографии;
- движения и элементы, укрепляющие суставы и мышечно-связочный аппарат;
- терминологию эстрадного танца;
- различные направления эстрадной хореографии;
- правила координации движений;
- правила исполнения танцевальных связок.

Обучающиеся должны уметь:

- хорошо владеть своим телом;
- согласованно двигаться под музыкальный материал;
- исполнять чётко и точно изучаемые движения и элементы;
- хорошо двигаться под современную музыку;
- выразительно исполнять движения;
- технически грамотно исполнять отдельные движения, танцевальные связки.

Комплекс организационно-педагогических условий

Методическое обеспечение программы

В организации хореографических занятий используются следующие методы:

- *Практический метод* – танцы, метод танцевальной импровизации, упражнения.
- *Метод действенного анализа* - постановочно-репетиционный процесс.

Эти методы и приемы используются в комплексе, чередуются и дополняют друг друга, развивают внимание, память, творческое воображение, помогают освоить базовые танцевальные и театральные умения и навыки.

Методы обучения:

- словесный (беседа, устное изложение, инструкция);
- наглядный практический (выполнение работы по сценарию);
- объяснительно-иллюстративный (видеоматериалы, иллюстрации);
- репродуктивный (воспроизведение базовых элементов по образцу);
- частично-поисковый (творческий поиск);

Методы воспитания:

- убеждение;
- поощрение;
- стимулирование;
- мотивация.

Формы организации образовательного процесса:

- фронтальная;
- индивидуально-групповая;
- групповая;
- работа в парах.

Типы занятий:

- комбинированный;
- первичного ознакомления материала;
- усвоение новых знаний;
- применение полученных знаний на практике;
- закрепление, повторение;

- итоговое.

Формы организации учебного занятия:

- беседа;
- экскурсия;
- учебная деятельность;
- репетиционно-постановочная деятельность.

Формы работы с родителями:

- индивидуальная работа с родителями (беседы, творческое сотрудничество в подготовке сценических номеров и изготовление костюмов);
- повышение образовательного уровня педагога и родителей (самообразование, обмен опытом работы, беседы, советы и т.д.);
- приглашение родителей на открытые занятия, концерты и выступления.

Педагогические технологии:

- технология индивидуального обучения;
- технология группового обучения;
- технология разноуровневого обучения;
- технология развивающего обучения;
- игровая технология обучения;
- коммуникативная технология обучения;
- технология коллективной творческой деятельности;
- здоровьесберегающая технология.

Материально-техническое обеспечение программы:

- Просторное помещение с деревянным половым покрытием.
- Зеркала
- Станок.
- Сценическая площадка.

Приборы и оборудование:

- CD проигрыватель с USB

Костюмы:

- удобная форма для работы на занятиях,
- мягкая обувь,
- сценические костюмы из репертуара коллектива.

Информационное обеспечение:

- книги и журналы о хореографии;
- видеокассеты, DVD с записью хореографического материала;
- конкурсные выступления коллектива;
- видеозаписи выступлений, концертов;
- интернет источники.

Методическое и информационное обеспечение программы:

- иллюстрации,
- стенды,
- сценарные разработки;
- фотографии, видео и аудио материалы к практическим темам.

Педагогический мониторинг:

- творческие задания,
- диагностика личностного роста и продвижения,
- ведение журнала учёта достижений обучающихся,
- анкетирование родителей.

Формы аттестации:

- концертная деятельность,
- открытые занятия,
- танцевальные конкурсы,

- творческие итоговые работы.

Виды контроля

Для полноценной реализации программы используются виды контроля:

- входящий контроль (внешняя диагностика обучающихся, опрос);
- текущий контроль практических навыков осуществляется регулярно на каждом занятии (педагогическое наблюдение за деятельностью обучающихся);
- промежуточный контроль (творческая работа, игровые задания);
- итоговый контроль проводится в конце учебного года, где отслеживаются уровень освоения обучающего курса, динамика освоения практических навыков, техника танцевального исполнения (открытые занятия, концертная деятельность, музыкальные соревнования и танцевальные конкурсы).

Формы подведения итогов по реализации программы:

- мониторинг - опрос, внешняя диагностика;
- отчетный концерт;
- участие в конкурсах, праздниках и проектах;
- открытые занятия (2 раза в год);
- музыкальное соревнование.

Способы определения результативности

Достижение творческого результата, является основным видом педагогического контроля. На протяжении всего обучения, главным критерием освоения программы являются выступления и концерты, танцевальные этюды. В первый год обучения – это открытые занятия или подготовка малых концертных номеров. Во второй год обучения – подготовка более сложных выступлений и участие детей в творческих спектаклях учреждения. Эффективность занятий определяется диагностикой по следующим критериям: выполнение задания по инструкции, координация движений, гибкость, чувство ритма и внимательность.

Способы отслеживания результативности:

Два раза в год проводится тестирование обучающихся:

- творческие упражнения;
- определение возможности исполнения двигательных движений.

Педагогические наблюдения во время занятий:

- мотивация;
- степень внимания;
- внешние признаки реакции на сложные упражнения.

Публичные выступления (параметры контроля во время занятий):

- наблюдение за работой обучающихся;
- остановка исполнения, обсуждение и повтор упражнения.

Критерии к мониторингу

- ***Уровень развития музыкальности и чувства ритма у ребенка***

Высокий уровень – музыкально исполняет движения, хорошо развито чувство ритма.

Чутко реагирует на интонационные и темповые оттенки звучания. Двигаясь, ребенок правильно ощущает построение музыкальной фразы, схватывает характер счета, легко справляется с ритмическими заданиями. Безошибочно вступает на нужной доле музыкального такта. Движения гармонично сливаются с музыкой. Танцует красиво, ритмично.

Средний уровень – достаточно музыкально и ритмично исполняет движения. Двигаясь, ощущает построение музыкальной фразы, схватывает характер счета, в ритмичных упражнениях неважно справляется с отсчетом ритма. Несколько неуверенно исполняет движения при темповом изменении в музыке, — торопится или наоборот опаздывает. Движения не всегда совпадают с музыкой. «Заторможенность» реакции на музыку мешает вовремя вступить на нужной доле музыкального такта.

Низкий уровень – слабо владеет музыкально - ритмическими навыками, не чувствителен к ритму, темпу, фразировке мелодий. Движения неуверенны, часто «в разрез» с музыкой. Не умеет самостоятельно вступить на нужной доле музыкального такта.

- **Уровень развития собранности и умения концентрировать внимание**

Высокий уровень – ребенок предельно собранный и внимательный. Точно и музыкально выполняет движения, уверенно справляется с более сложным заданием. Владеет умением концентрировать свое внимание.

Средний уровень – может быть собранным и внимательным. Движения выполняет правильно, согласно своему счету. Недостаточно владеет умением сосредоточиться, часто отвлекается. При выполнении движений «канон» допускает ошибки.

Низкий уровень – ребенок несобранный, внимание рассеянное. Редко справляется с выполнением задания самостоятельно. Не владеет умением концентрировать свое внимание. С помощью педагога может справиться.

- **Уровень эмоционально – эстетической настроенности**

Высокий уровень – распознает и оценивает свои эмоции и эмоции других людей по мимике и жестам. Проявляет произвольную активность, развиты эмоционально - выразительные движения рук, адекватно использует жест. Высокий уровень включенности в образ.

Средний уровень – видит разные эмоциональные состояния, напряжен общий вид, нечетко выражает свое эмоциональное состояние, пытается выразить свои эмоции мимикой и жестом, не проникая в образ.

Низкий уровень – подавленный, напряженный общий вид, бедная, маловыразительная мимика, не в состоянии четко выразить свое эмоциональное состояние, не развиты эмоционально - выразительные движения рук, неадекватно использует жест.

Список литературы

Для педагога:

- Алексеева Л. Н. Двигаться и думать: сб. материалов/ Л. Н. Алексеева. - М., 2000
- «Учите детей танцевать» Авторы: Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Москва «Век информации» 2009
- Кулагина И. Е. Художественное движение. Метод Л.Н.Алексеевой: Пособие для преподавателей общеобразовательных школ и учреждений дополнительного образования. В 2 ч. / И.Е. Кулагина. — М., 1999, 2000
- Методическое пособие по модерн – джаз танцу В.Ю. Никитина, доцента Российской академии театрального искусства, кандидата искусствоведения. М, 2007
- Джазовый танец Иевлева Л.Д. Учебное пособие для студентов и преподавателей институтов искусства и культуры. (Челябинский государственный институт искусства и культуры, кафедра хореографии. Челябинск, 2006)
- Семинар «Перспективные направления и формы обучения танцам» (из опыта ведущих танцевальных объединений учителей танцев Великобритании). – Лондон-С-Пб., 2005

Для обучающихся:

- Школьников Л.С. О танцах в шутку и всерьез.- М.: Сов. Россия, 2005
- Барщинникова Т. Азбука хореографии. М., Респекс, Люкси, 2006
- Череховская Р.Л. Танцевать могут все. – Минск, 2003, с. 6-11

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 259083907921181952501347624724699269454793049241

Владелец Шиндина Татьяна Андреевна

Действителен с 21.09.2023 по 20.09.2024