

Государственное образовательное автономное учреждение  
дополнительного образования Ярославской области  
«Центр детей и юношества»

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГОАУ ДО ЯО

«Центр детей и юношества»

Е.А. Дубовик

Приказ № 17-01/359 от 03.06.2024 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Танец – мир души»

направленность программы – художественная

уровень программы – стартовый

возраст детей – 10-14 лет

срок реализации – 24 часа

**Автор-составитель:**

Лукьянова Елена Сергеевна,

педагог дополнительного образования

г. Ярославль,

2024 г.

## Оглавление

<b>1.</b>	<b>Комплекс основных характеристик программы</b>	
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Учебно-тематический план по годам обучения	5
1.3.	Содержание программы	5
<b>2.</b>	<b>Комплекс организационно-педагогических условий</b>	
2.1.	Календарный учебный график	6
2.2.	Методическое обеспечение	6
2.3.	Оценочные материалы	7
2.4.	Материально-техническое обеспечение	8
2.5.	Кадровое обеспечение	9
<b>3.</b>	<b>Список информационных источников</b>	9
<b>4.</b>	<b>Приложения</b>	
1.	Примерный календарный график на 2023-2024 учебный год	11

# 1. Комплекс основных характеристик программы

## 1.1. Пояснительная записка

Хореографическое искусство всегда привлекало к себе внимание детей. Оно приобрело широкое распространение в современном мире. Показало себя на практике как перспективная форма эстетического воспитания детей и подростков. Оно обеспечивает более полное развитие индивидуальных способностей детей, и поэтому обучение в хореографических коллективах должно быть доступно значительно большему кругу детей и подростков. Они любят искусство танца и посещают занятия в течение достаточно длительного времени, проявляют настойчивость и усердие в приобретении танцевальных знаний и умений. Используя специфические средства искусства танца, заинтересованность детей, преподаватели хореографии имеют возможность проводить большую воспитательную работу.

Современный танец в отличие от классического танца впитывает в себя все сегодняшнее, его окружающее. Он подвижен и непредсказуем и не хочет обладать какими-то правилами, канонами. Он пытается воплотить в хореографическую форму, окружающую жизнь, ее новые ритмы, новые манеры, в итоге, создает новую пластику. Современные танцы с их стремительными ритмами, необычными и сложными положениями тела хорошо тренируют выносливость, вестибулярный аппарат, систему дыхания и сердце. Поэтому современный танец интересен и близок молодому поколению.

Современный танец – это самостоятельная форма искусства, где по-новому соединились движения, музыка, свет и краски, где тело действительно обрело свой полнокровный язык. Современный танец убеждает людей в том, что искусство есть продолжение жизни и постижения себя, что им может заниматься каждый, если преодолет в себе лень и страх перед незнакомым.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танец – мир души» разработана с учетом нормативно-правовой базы и локальных актов ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества», указанных в списке источников в разделе «Нормативно-правовая база».

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «танец – мир души» (далее – программа) имеет художественную направленность и относится к стартовому уровню обучения. Программа реализуется в детском объединении «76 Регион» ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества».

Данная программа воспитывает свободную личность ребёнка, «музыкальное тело», способное выразить в пластике всю сложность, свойственную нюансам, акцентам и логике того музыкального произведения, на содержание которого создаётся танец; укрепляет физическое и психическое здоровье обучающихся средствами хореографического искусства.

**Цель программы:** содействовать раскрытию творческого потенциала обучающихся через современный танец.

**Задачи:**

- формировать танцевальные знания, умения, навыки;
- овладевать техникой танца;
- развивать координацию движений (корпуса, рук, ног, головы);
- развивать личностные качества и творческие способности детей
- воспитывать самостоятельность и инициативность;
- создать условия для формирования детского коллектива как средства развития личности.

**Условия реализации программы**

Программа рассчитана на детей 10-14 лет. Наполняемость группы 15 человек.

Запись в коллектив осуществляется без специальных отборочных мероприятий, желание мальчиков и девочек танцевать – это и есть основной отборочный критерий.

Для обучения по данной программе допускаются обучающиеся на основании сведений, содержащихся в заключении медицинской организации (справка).

### **Режим организации занятий**

Занятия проходят 3 раза в неделю по 2 учебных часа. Продолжительность учебного часа составляет 45 минут с перерывом не менее 10 минут.

Форма одежды на занятиях для девочек: гимнастический купальник (черный); балетки белого или черного цвета, белые носки и черные лосины; волосы собраны в пучок.

Форма одежды на занятиях для мальчиков: футболка белого цвета; шорты темного цвета; балетки белого или черного цвета, носки.

Большая часть учебного занятия отведена ритмическим упражнениям, тренажу, партерной гимнастике (упражнения на ковриках), в ходе занятия присутствуют игровые элементы.

Форма обучения – очная, групповая.

В случае введения ограничительных мер на реализацию программы в очном формате, связанных с санитарно-эпидемиологической обстановкой, программа может осуществляться в дистанционном режиме с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. Реализация программы будет осуществляться через специализированные сервисы организации занятий, утвержденные приказом директора образовательной организации. Выбор специализированного сервиса будет осуществляться по конкретным обстоятельствам ограничительных мер.

### **Планируемые результаты освоения программы:**

#### **Знать:**

- танцевальные связки в современной хореографии;
- самостоятельно начинать движения после вступления, сохранять дистанцию, останавливаться после ходьбы всем одновременно;
- правильное исполнения элементов современной хореографии согласно программе.

#### **Уметь:**

- выразительно и непринужденно исполнять танцевальные композиции;
- в процессе обучения создаётся творческое содружество детей с преемственностью его участников;
- исполнять современную хореографию.

#### **Личностные результаты:**

- проявлять общую эстетическую и танцевальную культуру;
- иметь выраженное желание и умение к самостоятельному образовательному, творческому и духовному развитию;
- проявлять умение терпимо относиться к любым видам искусства, правильно их оценивать в собственном сознании;
- иметь основы крепкого здоровья и физической выносливости.

### **Формы контроля и аттестации обучающихся**

Реализация программы «Танец – мир души» предусматривает входную диагностику, текущий и промежуточный контроль, аттестацию обучающихся, которые проводятся в соответствии с Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и аттестации обучающихся ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества».

Входная диагностика – анализ данных о стартовом уровне готовности обучающихся к освоению программы: их интересах, уровне мотивации и развития хореографических навыков.

Текущий контроль проводится в течение освоения программы, с тем чтобы определить уровень теоретических знаний, практических навыков и умений, и осуществляется на каждом занятии: беседа, опрос, наблюдение за практической деятельностью обучающихся.

Промежуточный контроль осуществляется в середине срока освоения программы с целью определения степени усвоения обучающимися материала программы, определения промежуточных результатов обучения, и проходит в форме контрольного занятия, устного опроса. Контрольный урок может проходить в виде просмотра концертных номеров.

Аттестация обучающихся проходит по итогам полного курса обучения в виде итогового занятия.

Оценивание результатов воспитательной работы происходит в процессе педагогического наблюдения на протяжении всего периода обучения, который является основным механизмом выявления результатов воспитания.

## 1.2. Учебно-тематический план

№	Название раздела	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Введение в программу. Техника безопасности	1	0,5	0,5
2.	Учебно-тренировочная работа. Тренаж в стиле джаз - модерна. Партерная гимнастика	10	1	9
3.	Учебно-тренировочная работа. Тренаж современная хореография. Партерная гимнастика	11	1	10
4.	Аттестация обучающихся	2	0	2
<b>Итого:</b>		<b>24</b>	<b>2,5</b>	<b>21,5</b>

## 1.3. Содержание программы

### 1. Введение в программу. Техника безопасности

*Теория:* Вводное занятие. Стили современной хореографии. Техника безопасности.

*Практика:* Практические упражнения на движения современной пластики. Инструктаж по технике безопасности. Учебная эвакуация

### 2. Учебно-тренировочная работа. Тренаж в стиле джаз -модерна. Партерная гимнастика

*Теория:* Изучение стилей. Квадрат и крест в разделе изоляция.

*Практика:* Практические движения современной пластики. Практические упражнения на усвоение нового понятия «крести и квадрат».

### 3. Учебно-тренировочная работа. Тренаж современная хореография. Партерная гимнастика

*Теория:* Изучение техники исполнения. Акробатические элементы (колесо, большой мостик, кувырки, перекаты).

*Практика:* Практические танцевальные комбинации. Практические упражнения *дыхательной* гимнастики с использованием contraction, release, с добавлением работы рук в положении стоя. Введение практических акробатических элементов «выход на большой мостик из положения стоя», «стойка на лопатках «березка», «кувырки вперед, назад, перекаты». Растяжка.

### 4. Аттестация обучающихся

*Теория:* Порядок проведения аттестации.

*Практика:* Открытое занятие.

## 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1. Календарный учебный график

Дата начала	Дата окончания	Кол-во учебных	Кол-во часов в	Место проведения занятий	Режим занятий
-------------	----------------	----------------	----------------	--------------------------	---------------

		неделя	год		
01.08.2024	31.08.2024	4	24ч	ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества», каб. № 601	3 раза в неделю по 2 учебных часа

Примерный календарный учебный график на 2023-2024 учебный год для временной группы обучения смотри ниже в разделе «Приложения» (Приложение 1).

## 2.2. Методическое обеспечение

Методическое обеспечение дополнительной общеобразовательной программы «Танец – мир души» предполагает:

- систематическую работу с литературой научно-методического характера в области педагогики, хореографии, психологии и других научных областях;
- поиск эффективных методов и образовательных технологий;
- работу в области педагогического проектирования, психолого-педагогической диагностики, поисковых методов обучения и воспитания в дополнительном образовании детей, эффективных педагогических технологий;
- систематизацию накопленных методических материалов (каталоги, тематические папки, картотеки, сборники педагогических ситуаций и задач и др.).

Критерии отбора материалов для методического обеспечения деятельности:

- актуальность;
- возможность применения на практике;
- новизна.

Собственно методическое обеспечение в рамках программы представлено:

- данной дополнительной общеобразовательной программой;
- составлением методических рекомендаций для проведения учебных занятий;
- диагностическими методиками педагогического анализа самого образовательного процесса.

Занятия хореографией делятся на несколько типов.

**Обучающие занятия.** На обучающих занятиях детально разбирается движение. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений в медленном темпе. Объясняется прием его исполнения, проводится наглядный показ. На занятии может быть введено не более 2-3 комбинаций.

**Закрепляющие занятия.** Предполагают повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повтор исполняются вместе с педагогом. При повторях выбирается кто-то из ребят, выполняющих движение правильно, лучше других или идет соревнование – игра между второй и первой линиями. И в этом, и в другом случае дети играют роль солиста или как бы помощника педагога.

**Итоговое занятие.** Дети практически самостоятельно, без подсказки должны уметь выполнять все заученные движения и танцевальные комбинации.

**Импровизационная работа.** На этих занятиях дети танцуют придуманные ими вариации или сочиняют этюд, мини-композицию на тему, данную им педагогом. Такие типы занятий развивают воображение. Ребенок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать свое видение образа.

### Методы обучения

**Методы наглядного восприятия** способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению обучающимися материала, повышению интереса к изучаемым упражнениям. К ним можно отнести показ упражнений, демонстрацию плакатов, видеофильмов, рисунков, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Все это

способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

**Словесный метод** – универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи, раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы хореографической грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приемов использования словесного метода: рассказ, беседа, объяснения, обсуждение, словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

**Практические методы** основаны на активной деятельности самих детей. Это метод целостного освоения упражнений, движений, метод обучения посредством дробления их, а также игровой метод.

**Метод целостного освоения упражнений** широко применяется на раннем этапе освоения программы, что объясняется относительной доступностью упражнений. Использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее (двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные упражнения).

**Метод дробления** широко используется для освоения самых разных движений и композиций. Этот метод применяется также при изучении сложных движений.

### 2.3. Оценочные материалы

Первичная диагностика проводится в начале образовательного процесса. Цель: определение общего уровня развития ребенка и его склонности к занятиям хореографией.

Форма проведения: выполнение практического задания.

Результат фиксируется в таблице

№	ФИ	Возраст	Осанка	Стопа	Складочка	Лягушка сидя	Лягушка лежа	Прогиб назад	Прыжок	Шаг	Ритм

«+» - упражнение выполняется легко;

«±» - выполнение упражнения вызывает затруднение;

«-» - упражнение не выполнено.

Промежуточный контроль. Основными задачами промежуточного контроля являются:

- выявление уровня заинтересованности детей на занятии хореографией;
- определение изменения в уровне развития физических и музыкальных способностей за данный период обучения. Оценивается: правильность исполнения элементов; активность ребенка во время занятия; уровень физической нагрузки;

Форма контроля – контрольное занятие.

Итоговый контроль служит для выявления уровня освоения обучающимися программы.

В ходе итогового контроля оценивается:

- владение теоретическими знаниями по основным разделам учебно-тематического плана;
- сформированность практических умений и навыков, предусмотренных программой;
- развитие исполнительского мастерства обучающихся;
- проявление интереса к занятиям хореографией.

Одной из основных форм отслеживания результатов аттестации является наблюдение, что показано в таблице, представленной ниже.

Результат	Критерии	Показатели	Формы фиксации	Форма (метод) отслеживания результатов
Владение теоретическим и знаниями по основным разделам учебно-тематического плана	Уровень владения теоретическими знаниями по основным разделам учебно-тематического плана	высокий (легко ориентируется и оперирует терминами)	3	Наблюдение, опрос
		средний (терминологию знает, но не всегда ориентируется в ней без подсказки)	2	
		низкий (термины знает плохо)	1	
Сформированность практических умений и навыков, предусмотренных программой	Уровень владения практическими умениями и навыками	высокий (отлично владеет и легко умеет применять на практике полученные знания)	3	Наблюдение
		средний (легко выполняет основные элементы танца, но при этом может вызывать затруднение исполнение их комбинаций)	2	
		низкий (много не получается, требуются дополнительные усилия)	1	
Развитие исполнительского мастерства учащихся	Уровень развития исполнительского мастерства учащихся	высокий (хорошо выглядит на сцене, правильно и артистично исполняет композиции)	3	Выступления
		средний (не всегда стабильно хорошо выглядит на сцене)	2	
		низкий (допускает ошибки в исполнении движений и забывает хореографический текст, боится зрителя)	1	
Проявление интереса к занятиям хореографией	Уровень проявления интереса учащихся к занятиям хореографией	высокий (проявляется стабильный интерес к занятиям)	3	Наблюдение
		средний (иногда не проявляет активности и упорства в процессе занятий)	2	
		низкий (пассивный уровень восприятия на занятиях)	1	

## 2.4. Материально-техническое обеспечение

Материально-техническое обеспечение программы представлено следующим оборудованием:

- наличие танцевального зала;
- музыкальный центр, диски с фонограммами, скакалки
- гимнастические коврики;
- бутафория.

## 2.5. Кадровое обеспечение

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танец – мир души» реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим необходимые профессиональные компетенции.



### 3. Список информационных источников

#### Нормативно-правовая база:

1. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
2. Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 № 400 «О стратегии национальной безопасности Российской Федерации».
3. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».
4. Указ Президента Российской Федерации от 22.11.2023 № 875 «О проведении в Российской Федерации года семьи».
5. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями).
6. Федеральный закон от 31.07.2020 г. № 304-ФЗ о внесении изменений в Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации по вопросам воспитания обучающихся».
7. Постановление Правительства РФ от 11.10.2023 N 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
8. Распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
9. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года».
10. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
11. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
12. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам».
13. Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 30.08.2020 № 845/369 «Об утверждении Порядка зачета организацией, осуществляющей образовательную деятельность, результатов освоения обучающимися учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практики, дополнительных образовательных программ в других организациях, осуществляющих образовательную деятельность».
14. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
15. Приказ департамента образования Ярославской области от 27.12.2019 г. № 47-нп «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Ярославской области».

16. Положение об организации и осуществлении образовательного процесса в ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества», утверждено приказом № 17-01/593 от 10.11.2023.
17. Положение о дополнительной общеобразовательной программе и порядке её утверждения в ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества», утверждено приказом № 17-01/117 от 01.03.2023.

**Литература для педагога:**

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – М., 1964.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии – М.: Айрис Пресс, 2000.
3. Богаткова Л.Н. Танцы разных народов. – М., 1958.
4. Боголюбская М.С. Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах: Методические рекомендации. – М., 1982.
5. Бондаренко Л. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях. – Киев: Музична Украина, 1985.
6. Ваганова Н. Я. Основы классического танца – СПб, 2000.
7. Гуцина Т.Н. Знакомьтесь: педагогическая студия // Внешкольник. – Ярославль. – 1996. - № 2. – Стр.10
8. Журкина А.Я. Воспитательный потенциал дополнительного образования // Дополнительное образование. – 2000. - № 9.
9. Историко-бытовой танец. Методика его преподавания: Сборник тестовых заданий – Самара, 2004.
10. Игры: обучение, тренинг, досуг /Под ред. В.В. Петрусинского. – М.: Новая школа, 1994.
11. Константиновский В.С. Мир танца. – М.: Молодая гвардия, 1973.
12. Костровицкая В.С. 100 уроков классического танца. – Л., 1994.
13. Кудрявцева Н.Ю. Дополнительная образовательная программа Образцового ансамбля танца «Надежда». С любовью к России: возрастной состав обучающихся 7 лет: срок реализации 7 лет, Муницип. Образовательное учреждение доп. Образования детей Дом дет. Творчества. – М.: Век информ., 2013. – 88с.
14. Ляшко Т.В. Развивающие технологии в дополнительном образовании // Дополнительные образования. – 2000. - № 2.
15. Мирный В. И. хореографическая композиция. – Самара, 2003.
16. Настюков Г.А. Сюжетный танец. – М.: Из-во ВЦСПС, 1960.
17. Никитин В. Ю. Модерн-джаз танец: История. Методика. Практика. – М.: Издательство «ГИТИС», 2000.
18. Попова Е. Г. Общеразвивающие упражнения в гимнастике. – М.: Тера спорт, 2000.
19. Руднева С.Э. Музыкальное движение: Методическое пособие. – М.,1972.
20. Сборник авторских образовательных программ – лауреатов III Всероссийского конкурса (для системы дополнительного образования детей) /Сост. А.К. Бруднов, А.В. Егорова, А.А. Коц. – М., 1999.
21. Сидоров В. Современный танец. – М.: Первина, 1992.
22. Ткаченко Т.С. Народный танец. – М., 1975.
23. Устинова Т.А. Избранные русские народные танцы. – М., 1996.
24. Шершнева В.Г. От ритмики к танцу. / Издательский дом «Один из лучших». – Москва, 2008.

**Приложение 1**

**Примерный учебный календарный график на 2023-2024 учебный год**

год обучения - 1, временная группа

время занятий – вт, чт,пят., место занятий – каб. 601

№ п/п	дата	тема занятия	кол-во часов	Форма контроля
1	01.08	Вводное занятие. Входной контроль, инструктаж по технике	2	Диагностика,

		безопасности. Тренаж современная хореография. Партерная гимнастика.		наблюдение
2	06.08	Учебно-тренировочная работа. Тренаж в стиле джаз -модерна. Партерная гимнастика.	2	Диагностика, наблюдение
3	08.08	Тренаж современная хореография. Партерная гимнастика.	2	Диагностика, наблюдение
4	09.08	Учебно-тренировочная работа. Тренаж в стиле джаз -модерна. Партерная гимнастика.	2	Диагностика, наблюдение
5	13.08	Тренаж современная хореография. Партерная гимнастика.	2	Диагностика, наблюдение
6	15.08	Учебно-тренировочная работа. Тренаж в стиле джаз -модерна. Партерная гимнастика.	2	Диагностика, наблюдение
7	16.08	Тренаж современная хореография. Партерная гимнастика.	2	Диагностика, наблюдение
8	20.08	Учебно-тренировочная работа. Тренаж в стиле джаз -модерна. Партерная гимнастика.	2	Диагностика, наблюдение
9	22.08	Тренаж современная хореография. Партерная гимнастика.	2	Диагностика, наблюдение
10	23.08	Учебно-тренировочная работа. Тренаж в стиле джаз -модерна. Партерная гимнастика.	2	Диагностика, наблюдение
11	27.08	Тренаж современная хореографии, в стиле джас-модерн. Партерная гимнастика. Аттестация обучающихся.	2	Диагностика, наблюдение
12	29.08	Аттестация обучающихся	2	Диагностика, наблюдение. Открытое занятие
<b>Итого</b>			<b>24ч</b>	