

**Комитет по образованию администрации муниципального образования
Всеволожского муниципального района Ленинградской области**

**Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа «Кудровский ЦО № 1»**

Принята на заседании
Методического совета
от «29» августа 2024г.
Протокол № 1

Утверждена
приказом от «30» августа 2024 г
№ 366/01-10

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
Хореографическая студия эстрадного танца «Феникс»
(продвинутый уровень)

Направленность: художественная
Возраст обучающихся: 11 - 14 лет
Срок реализации программы: 1 год
Количество часов в год: 72 часа

Автор-составитель:
Гавран Надежда Руслановна, педагог
дополнительного образования

Раздел 1. Пояснительная записка

1.1. Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности Хореографическая студия эстрадного танца «Феникс» разработана на основе:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";

2. Основы государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей (утв. Указом Президента РФ от 9 ноября 2022 г. № 809);

3. Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утв. распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);

4. Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей (утв. Приказом Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467);

5. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утв. Приказом Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629);

6. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28);

7. СП 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

8. Устав МОБУ «СОШ «Кудровский ЦО № 1»;

9. Положение о дополнительных общеразвивающих программах, реализуемых в МОБУ «СОШ «Кудровский ЦО № 1».

1.2. Уровень программы – продвинутый.

1.3. Актуальность программы.

Актуальность программы Хореографическая студия эстрадного танца «Феникс» заключается в том, что программа соответствует требованиям и запросам современной молодёжи. Обучение предполагает специальные тренировочные упражнения на развитие силы, выносливости и гибкости учащегося. Систематические занятия развивают ряд физических свойств организма, красоту человеческого телостроения, способствует устранению ряда физических недостатков, вырабатывают правильную и красивую осанку, придают внешнему облику человека спортивную элегантность. Фактором, свидетельствующим об актуальности и востребованности данной программы, является устойчивый интерес воспитанников к занятиям в студии.

Актуальность программы Хореографическая студия эстрадного танца «Феникс» обусловлена тем, что современная хореография отходит от норм классической, народной, эстрадной хореографии. Появляются новые танцевальные элементы, связанные с силовой подготовкой, новые подходы к проведению занятий и соревнований. Освоение материала, который содержит

программа, строится по принципу комбинирования различных видов деятельности: беседа, демонстрация, учебно-тренировочный блок, постановочный блок, работа в мини-группах (теория, практика)

Программа Хореографическая студия эстрадного танца «Феникс» актуальна, т.к. даёт возможность личности раскрыть свой творческий потенциал в данном направлении. Повышает компетентность обучающихся в знании направлений и тенденций развития современного танца (в том числе и спортивного). Занятия способствуют физическому совершенствованию обучающихся.

Новизна программы. Подраздел присутствует в основном в авторских программах. Новизна программы - это признак, наличие которого дает право на использование понятие «впервые» при характеристике программы. Понятие «впервые» означает факт отсутствия подобных программ. Если программа не авторская, то данный подраздел можно исключить.

Педагогическая целесообразность. Педагогическая целесообразность программы заключается в аргументированном обосновании педагогом выбранных форм, методов и средств образовательной деятельности (в соответствии с целями и задачами) и организации образовательного процесса.

1.4. Цель программы – хореографическое образование детей, способствующее формированию художественно-эстетического вкуса средствами современной хореографии, овладению танцевальными элементами, содействию физическому совершенствованию учащегося и укреплению его здоровья.

1.5. Задачи программы.

Обучающие:

1. Формирование хореографических и спортивных знаний;
2. Создание представления о темпе, ритме и амплитуде движений;
3. Создание представления о чередовании физической нагрузки с отдыхом для поддержания работоспособности и активности человека.

Развивающие:

1. Развитие познавательного интереса к истории развития современной хореографии, о её направлениях;
2. Уметь выражать собственные ощущения, используя навык хореографии;
3. Развить навыки общения с другими.

Воспитательные:

1. Воспитание ответственности, самостоятельности, аккуратности;
2. Содействовать гармоничному развитию творческой личности ребенка;
3. Формирование активной жизненной позиции.

1.6. Учащиеся, для которых программа актуальна.

Возраст обучающихся по данной программе: 11 – 14 лет. Группы формируются с учетом индивидуальных данных.

Количество обучающихся в группе: 15 – 20 человек.

1.7. Формы и режим занятий

Форма проведения занятий – аудиторные или внеаудиторные;

Форма организации деятельности: групповая.

Форма обучения: очная.

Занятия проходят 2 раза в неделю по 45 минут

1.8. Срок реализации программы

Срок реализации программы – 1 год. Количество учебных часов в год: 72 часа.

1.9. Планируемые результаты

Предметные:

1. знание о многообразии видов и жанров искусства хореографии;
2. истории танцевального искусства;
3. расширение эрудиции и кругозора.

Метапредметные:

1. целеустремленность и настойчивость в достижении цели;
2. продуктивно разрешать конфликты на основе учета интересов и позиций всех его участников;
3. умение сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении различных музыкально-творческих задач, принимать на себя ответственность за результаты своих действий.

Личностные:

1. развитое чувство коллективизма;
2. реализация творческого потенциала в процессе занятий хореографий;
3. позитивная самооценка своих возможностей.

Результаты соотносятся с целью и задачами программы.

Вариативность образовательных результатов позволяет сформулировать их в разных парадигмах: ЗУН, компетенции, УУД, способности. Планируемые результаты обязательно должны быть проверяемыми и соотнесены с задачами, которые были поставлены.

По итогам 1-го года обучения обучающиеся будут знать:

- основные виды и жанры искусства;
- основы хореографических упражнений;

уметь:

- исполнять основные элементы хореографических экзерсисов;
- терминологию классического и современного танца, используемую на занятиях;

- жанры музыкальных произведений;

уметь:

- выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца;
- выражать свои собственные ощущения, используя язык хореографии;
- контролировать и координировать свое тело.

Раздел 2. Формы аттестации и оценочные материалы

2.1. Формы контроля.

Реализация программы Хореографическая студия эстрадного танца «Феникс» предусматривает текущий, промежуточный контроль и итоговую аттестацию обучающихся.

Текущий, промежуточный – с целью контроля усвоения учащимися тем и разделов программы. Итоговый – с целью усвоения обучающимися программного материала в целом.

Текущий контроль включает следующие формы: наблюдение о регулярном посещении занятий, а также оценочная система выполнения требований программы.

Промежуточный контроль осуществляется в следующих формах: соревнования по ОФП, участия в открытых мероприятиях, отчетный концерт в конце учебного года.

Итоговая аттестация-отчетный концерт.

2.2. Средства контроля.

Контроль освоения обучающимися программы осуществляется путем оценивания следующих критериев (параметров):

1. объяснительно-иллюстративный (объяснение нового материала, работа с литературой, демонстрация материала);
2. репродуктивный (применяется в основном для приобретения и освоения обучающимися навыков и умений и обогащения знаний);
3. частично-поисковый (используется для развития самостоятельности и творческой инициативы обучающихся).

Требование вариативности содержания образования обуславливает необходимость уровневого представления результатов (например, минимальный, средний, максимальный (продвинутый); или низкий, средний, высокий).

Результативность обучения дифференцируется по трем уровням (низкий, средний, высокий).

При *низком уровне* освоения программы обучающийся:

1. Может выполнить элементы стартового и базового уровней, но затрудняется выполнить элементы базового уровня, не может объяснить их выполнение;
2. Плохо чувствует музыку, скован, не может самостоятельно придумать связку для выступления;
3. Усвоено менее 50% изученного материала

При *среднем уровне* освоения программы обучающийся:

1. Уверенно использует элементы стартового и базового уровней. Выполняет занятия по предложенной схеме;
2. Хорошо чувствует музыку, двигается под её ритм, придумывает связки и мини-танцы для выступлений;
3. Усвоено более 50% изученного материала

При *высоком уровне* освоения программы обучающийся:

1. Уверенно использует элементы стартового и базового уровней, может объяснить их выполнение. Самостоятельно изучает элементы базового уровня. Знает порядок проведения занятия, может дополнительно включать, необходимые для него, элементы (например, в разминку, растяжку и т.д.);

2. Хорошо чувствует музыку, двигается под её ритм, импровизирует. Самостоятельно изучает технику выполнения элементов базового уровня;

3. Усвоено около 75% изученного материала.

Желательно указать конкретные мероприятия, которые станут средством или формой контроля.

Средства контроля – то, с помощью чего педагог осуществляет контроль: устный опрос, самостоятельная или лабораторная работа, диктант и пр. (традиционные средства); портфолио (нетрадиционные средства), проект.

Формы контроля - каким образом организуется процесс контроля: фронтальный, групповой, индивидуальный, комбинированный, самоконтроль, взаимоконтроль.

Раздел 3. Содержание программы

Учебно-тематический план обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы текущего контроля, аттестации по разделам
		Всего	Теоретических	Практических	
1.	Введение	1	1		Беседа
2.	Раздел 1 Учебно-тренировочная работа				
2.1.	Тема 1 Партерный экзерсис	7		7	Практическое занятие
2.2.	Тема 2 Азбука музыкального движения	3		3	Практическое занятие
2.3.	Тема 3 Элементы классического танца	3		3	Практическое занятие
2.4.	Тема 4 Элементы эстрадного танца	7		7	Практическое занятие
2.5.	Тема 5 Работа над репертуаром	38		38	Практическое занятие
3.	Раздел 2 Сценическое движение				
3.1.	Тема 1 Творческая деятельность	6		6	Практическое занятие

3.2.	Тема 2 Музыкально-танцевальные игры	2		2	Практическое занятие
4.	Раздел 3 Мероприятия воспитательного характера				
4.1	Тема 1 Беседы об искусстве. Прослушивание музыки, посещение концертов	4	4		Беседа, наблюдение
5.	Итоговое занятие	1		1	Отчетный концерт
	Итого	72	5	67	

Содержание учебно-тематического плана обучения

1. Вводное занятие.

Цель: Познакомится с детьми. Создать непринужденную обстановку на занятии. Провести инструктаж по технике безопасности.

Содержание материала: данный цикл занятий начинается со вступительной беседы, в которой раскрываются цели и задачи программы. Определяются основные правила этики, безопасности и гигиены.

2. Раздел 1.

2.1. Тема 1.

Цель: повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. Подготовиться к традиционному классическому экзерсису у станка. Развивать пластичность тела.

Содержание материала: комплекс упражнений направленный на улучшение эластичности мышц и связок, повышение гибкости суставов.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (балетки, чешки), коврики.

2.2. Тема 2.

Цель: Научить детей двигаться под музыку и перестраиваться. Привить детям театральные навыки, в виде работы над образными упражнениями. Основные понятия: музыка, темп, такт.

Содержание материала:

Совершенствование ритмичности (умения создавать, выявлять и воспринимать ритм). Практическое освоение понятия «мелодия и движение». Темп (быстро, медленно, умеренно). Музыкальные размеры 4/4, 2/4, 3/4. контрастная музыка: быстрая - медленная, веселая - грустная. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие, логика поворота вправо и влево. Соотнесение пространственных построений с музыкой. Музыкально-пространственные упражнения.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (мягкие тапочки,)

2.3. Тема 3.

Цель: Развивать выворотность ног и силу ног, правильную постановку тела. Правильно поставить отдельные кости рук: кисти, пальцы, локти, плечи.

Содержание материала:

Постановка корпуса, позиции ног, позиции рук:

1. Позиции ног – 1-я, 2-я, 3-я.;
2. Подготовительное положение и позиции рук – 1-я, 2-я, 3-я. (вначале изучаются на середине зала при неполной выворотности ног);
3. Постановка корпуса (лицом к станку, затем на середине зала);

Упражнения у станка:

1. Разогрев стопы лицом к станку;
2. Demi plie по 1-й, 2-й, 3-й позиции (лицом к станку);
3. Battements tendus в сторону, вперед, назад из 1-й позиции;
4. Releve по 1-й, 2-й позиции;
5. Battement tendu jete в сторону по 1-й позиции (лицом к станку);
6. Passe par terre
7. Degage;
8. Понятие направлений en dehors, en dedans;
9. Demi rond de jambe par terre en dehors, en dedans;
10. Battements releve lents в сторону на 45 градусов;
11. Grands battements вперед, назад и в сторону из 1-й позиции.

Упражнения на середине зала:

1. Поклон;
2. Demis plies по 1-й позиции;
3. Battements tendus в сторону, вперед, назад из 1-й позиции;
4. Battment tendu jete в сторону из 1 позиции;
5. Первое, второе и третье port de bras.

Allegro:

Temps leve sauté

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (балетки, чешки), коврики.

2.4. Тема 4.

Цель: Изучить основы танца джаз-модерн.

Содержание материала:

Основные положения ног и рук.

1. Позиции ног: 1 параллельная позиция; 1-аут - аналогична 1 позиции классического танца; 2 параллельная - стопы находятся точно под бедрами; 2-аут - аналогична 2 позиции классического танца.

2. Позиции рук: 1-я, 2-я, 3-я, подготовительное положение.

Разогрев.

1. Движения заимствованные из классического танца: Подъемы и опускания на полупальцы (releve) в сочетании с plie; Demi и grand plie по параллельным и выворотным позициям; Battement tendu; Battement tendu jete

по параллельным позициям с вытянутой стопой.

2. Движения заимствованные из танца модерн или других систем хореографии: Catch step - движение аналогично degage классического танца, Kick (пинок)

Упражнения для позвоночника: наклоны и изгибы торса.

1. Наклоны торса: Flat back - положение, в котором спина, голова и руки составляют одну плоскость; Roll down и roll up.

2. Спирали: Body roll – волна; Contraction; Release.

Изоляция.

Первоначально все движения изучаются в чистом виде. Голова; Плечи; Грудная клетка; Таз (пелвис); Руки; Ноги.

Второй этап обучения - соединение движений одного центра в простейшие комбинации: крест, квадрат, полукруг, круг.

Партер: упражнения stretch-характера.

Кросс (шаги, прыжки, вращения)

Cross - это самая импровизированная часть урока. Кросс может быть в различных манерах и стилях современного танца. В старших классах возможны кроссовые комбинации с использованием падений, перекатов на полу и т.д.

Cross - Танцевальный шаг в развитии. Шаг, passé. Шаг накрест по точкам плана класса. Танцевальная комбинация шаг – passé с шагами накрест по точкам плана класса. Дорожка из III позиции по точкам плана класса. Поворот на шагах из III позиции по точкам плана класса. Танцевальная комбинация – дорожка с поворотом на шагах из III позиции по точкам плана класса. Temps leve sauté по VI, I позициям ног. Temps leve sauté с поджатыми по VI, I позициям ног.

Танцевальные комбинации зависят от фантазии педагога. Однако главное требование комбинации - ее танцевальность. На первом этапе обучения комбинации должны быть достаточно просты для усвоения, их длительность не должна превышать 32 такта. Строятся комбинации на основе изученного материала

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (балетки, чешки), коврики.

2.5. Тема 5.

Цель: постановка танца, отработка движений, техника исполнения;

Содержание материала: Танец «Тихий океан»;

Методическое обеспечение: песня «Тихий океан».

3. Раздел 2.

3.1. Тема 1.

Цель: Развитие мизансценического мышления и пластического воображения детей.

Содержание материала:

Этюды.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (балетки, чешки), реквизит.

3.2. Тема 2.

Цель: Выбатывать выразительность, точность и индивидуальность в манере исполнения упражнений. Положительно воздействовать на эмоциональное состояние детей при помощи музыки.

Содержание материала:

- Танцевально-ритмические упражнения;
- Музыкальные игры.

Методическое обеспечение: специальная форма (шорты, майки, футболки), обувь (балетки, чешки)

4. Раздел 3.

4.1. Тема 1.

Цель: приобрести общую эстетическую и танцевальную культуру. Развить тонкое восприятие хореографического искусства.

Содержание материала: ознакомление детей с искусством хореографии. Идеи добра и зла, персонажи.

Практическая работа: прослушивание музыкальных фрагментов
Посещение концертов.

5. Итоговое занятие. Подведение итогов. Отчетный концерт.

Раздел 4. Организационно-педагогические условия реализации программы

4.1. Учебно-методическое обеспечение программы.

Реализация программы Хореографическая студия эстрадного танца «Феникс» предполагает следующие формы организации образовательной деятельности: возможность участия во внутришкольных мероприятиях, хореографических конкурсах, фестивалях различного уровня.

При реализации программы используются следующие методы и приемы обучения: объяснительно-иллюстративный (объяснение нового материала, работа с литературой, демонстрация материала); репродуктивный (применяется в основном для приобретения и освоения обучающимися навыков и умений и обогащения знаний); частично-поисковый (используется для развития самостоятельности и творческой инициативы обучающихся)

4.2. Материально-технические условия реализации программы.

Требования к помещению для занятий:

Зал для занятий хореографией с зеркалами.

Средства обучения и воспитания: колонки, костюмы, реквизит.

4.3. Кадровое обеспечение программы.

Программа Хореографическая студия эстрадного танца «Феникс» реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим профессиональное образование в области, соответствующей профилю программы, и постоянно повышающим уровень профессионального мастерства.

4.4. Учебно-информационное обеспечение программы.

Перечень литературы, используемой педагогом:

1. Буйлова, Л.Н., Клёнова, Н.В. Дополнительное образование в современной школе [Текст] Л.Н.Буйлова, Н.В.Клёнова. - М.: Сентябрь, 2005 г. – 192 с.;
2. Голуб, Г.Б. Портфолио в системе педагогической диагностики [Текст] / Г.Б. Голуб, О.В. Чуракова // Школьные технологии. 2005. - №1. - С. 181-195.;
3. Полтавец, Г.А. Научно-методические материалы по анализу практической проблемы оценивания качества в системе дополнительного образования детей: Методическое пособие для руководителей и педагогов учреждений дополнительного образования [Текст] / Г.А. Полтавец, С.К. Никулин. - М.: 1996, - 94 с. ;
4. Варшавская Р.А. Сюжетные танцы – М.: Искусство. 1972
5. Лисицкая Т. С. Ритм и Иная пластика. / Т.С. Лисицкая – М.: Искусство. 1988.
6. Мех В.И., Мейсон Г.Б. Физическое воспитание учащихся 1-11 классов с направленным развитием двигательных способностей. / В.И. Мех. Г.Б. Мейсон – М.: Просвещение. 1993.

Перечень литературы, рекомендуемой для учащихся и их родителей:

1. Балет. Энциклопедия – М.: Советская энциклопедия, 1981 ;
2. Сидоренко В.И.История стилей в искусстве и costume. – Ростов-на Дону: Феникс, 2004 ;

Интернет-ресурсы:

1. <http://www.horeograf.com>
2. <http://www.balletmusic.ru>
3. <http://www.ballet.classical.ru>