|  |
| --- |
| **Министерство образования Омской области****Бюджетное учреждение Омской области дополнительного образования** **«Центр духовно-нравственного воспитания «Исток»** |
| Рекомендована к реализациинаучно-методическим советомБУ ОО ДО «ЦДНВ «Исток» Протокол № \_\_\_от \_\_\_\_\_2024 г. | УТВЕРЖДАЮДиректор\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Н. Е. АндриановаПриказ № \_\_от \_\_\_\_\_\_\_ 2024г.  |
|  |  |
| **Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа****художественной направленности****«Студия современной хореографии «ТанцТеатр»»** |
|  |
|  |
| Возраст обучающихся: | 15-17 лет |  |
|  |  |  |
| Срок реализации: | 1 год |  |
| Трудоемкость в год |  216 ч |  |
| Уровень |  базовый |  |
|

|  |
| --- |
| Составитель:Тупотилова Анастасия Витальевна,педагог дополнительного образования |
|   |

 |
|  |
| ОМСК, 2024 |

**Содержание**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. | Пояснительная записка | ? |
| 2. | Учебно-тематический план | ? |
| 3. | Содержание программы | ? |
| 4. | Контрольно-оценочные средства  | ? |
| 5. | Условия реализации программы | ? |
| 6. | Список литературы | ? |

**Пояснительная записка**

Дополнительная образовательная программа «ТанцТеатр»» рассчитана на детей 15-17 лет. Направленность программы – художественная.

Современный танец – одно из важнейших направлений хореографического искусства. Это язык выражения свободной хореографии, свободного танца, в который органично вошел современный, классический и стилизованный танец.

**Актуальность программы.**

Современное направление стало очень привлекательным для детей данного возраста, а принципы освоения современного танца помогают достигать любому ребенку самовыражение через движения, реализую потребность в развитии творческих способностей. Детям данной возрастной категории программа позволяет развить выносливость, координацию, гибкость, пластичность, выработать правильную осанку, исправить нюансы фигуры и даже некоторые заболевания опорно-двигательного аппарата (сколиоз, лордоз, и т.п.).

В подростковом возрасте дети бывают зажаты, закомплексованы, а танец, равно как и сценическая деятельность, помогает раскрыться и раскрепоститься.

В процессе систематических занятий у обучающихся развивается музыкально-слуховое восприятие. Детям приходится вслушиваться в музыку для того, чтобы одновременно точно выполнять движения.

Программа способствует пробуждению профессионального интереса и склонностей учащихся к изучению мира современного танца, творческому развитию и формированию индивидуального и неповторимого собственного стиля в хореографии.

Участие обучающихся в концертно-исполнительской и конкурсной деятельности учит их не бояться публики, уверенно держаться на сцене, помогает приобрести важные волевые качества: настойчивость и усердие в приобретении танцевальных знаний и умений.

Реализация программы предусматривает различные формы организации образовательной деятельности: практические занятия, творческие занятия - импровизации, проектная деятельность, отчетные концерты, участие в конкурсах и фестивалях.

*Приобщение к духовно-нравственным ценностям детей в процессе образования связано с потребностями современного общества, наличием социального заказа в сфере образования, жизненной необходимостью каждого человека как части социума. Для решения проблем воспитания программа «ТанцТеатр» ориентирована на воспитание нравственных качеств ребенка: упорство и дисциплинированность. Именно эти нравственные качества, имеют большую роль в развитии жизни и в танцах. Ребёнок начинает с ранних лет вести себя сдержанно, уверенно и добиваться поставленных целей. С возрастом, он только совершенствует свои навыки и привычки.*

**Форма обучения –** очная.

**Трудоемкость программы:** срок реализации 216 часов (три раза в неделю), группа – 16 обучающихся.

**Режим занятий:** Занятия на базе учреждения 3 раза в неделю по 45 минут с перерывом в 10 минут.

**Особенности организации образовательного процесса**

Методика обучения предполагает доступность восприятия теоретического материала, которая достигается за счет максимальной наглядности и неразрывности с практическими занятиями. Большое внимание уделяется индивидуальному подходу. Важным условием для успешного усвоения программы является организация комфортной творческой атмосферы, что необходимо для возникновения отношений сотрудничества и взаимопонимания между педагогом и обучающимися и у обучающихся между собой. Освоение учебного материала основано на принципе постепенности, учета возрастных и индивидуальных особенностей детей.

Ведущей образовательной технологией является технология личностно- ориентированного обучения, что обусловлено целью и задачами программы.

Программа рассчитана на разновозрастную группу детей 15-17 лет. Попадая в разновозрастную группу, ребёнок видит то, к чему он реально может стремиться, понимает, что если другие дети это делают, то значит, и он сам может этого достичь сейчас, или когда чуть-чуть подрастёт. Дети тянутся за старшими, учатся у них, перенимают правила поведения, способы решения конфликтов, а также, конечно, хотят повторить то, чем занимаются старшие - например, интересуются более сложным материалом. Разновозрастная группа предусматривает организацию постоянной заботы старших о младших, систематическую совместную деятельность, сотрудничество в разных формах работы и на разных этапах: при планировании, подготовке, проведении и подведении итогов совместной деятельности.

*Духовно нравственный компонент реализуется следующим образом. Методика работы педагогов со обучающимися основывается на сопереживании, сочувствии, милосердии, доброте. Что больше чем фильм, может удивить подростка? Фильм близок подростку по мироощущению, ведь у него эмоционально-чувственное восприятие мира. Ему ещё не совсем непонятна логика взрослых рассуждений. Через восприятие фильма закладываются основы духовно-нравственного сознания подростка, даётся представление о духовно-нравственных качествах: доброте, милосердии, великодушии, сострадании. Фильм способствует формированию системы жизненных ценностей, духовно- нравственных установок человека, может научить подростка доброте, вежливости, отзывчивости, взаимопомощи, дружбе.*

*На занятиях хореографии очень важно показывать обучающимся документальные и художественных фильмы. Так же это все включено в раздел по воспитательной работе, который реализуется во время всего учебного года, и мы всегда обращаем внимание на ребёнка, как он усваивает материал, и развивается в целом.*

Занятия могут проводится также и в дистанционном режиме ( с применением электронных ресурсов: Zoom). Образовательный процесс обучающихся в дистанционном режиме формируется на основе средств связи и интернет. Онлайн - занятия в формате видеоконференции с включением интерактивных учебных материалов, которые содержат учебный контент ( видео, мини фильмы, рисунки, инструкции).

 Представленный программный материал в полной мере может быть использован как при проведении очных занятий, так и при проведении очных занятий с использованием дистанционных образовательных технологий.

**Форма проведения занятий:** коллективная деятельность, тренинг, игра «опрос-ответ», импровизация, практические занятия.

**Набор в группы** осуществляется по желанию детей, не имеющих медицинских противопоказаний к хореографическим занятиям. Условием добора обучающихся является собеседование и предварительный просмотр обучающихся. Возраст по программе 15-17 лет.

**Цель программы:** формирование и развитие пластических, танцевальных способностей и творческого потенциала обучающихся посредством овладения техниками эстрадного и современного танца.

**Задачи**:

**Обучающие:**

− выработать у обучающихся комплекс навыков и умений,

способствующих свободному и выразительному овладению

различными техниками и стилями эстрадной и современной хореографии;

− познакомить с историей танца, различными танцевальными

культурами;

− сформировать исполнительскую культуру и навыки ориентации в

сценическом пространстве.

**Развивающие:**

− раскрыть и развить творческие способности обучающихся,

эмоциональную отзывчивость на музыку, способность к импровизации;

− содействовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного

аппарата, формированию правильной осанки, профилактике

плоскостопия, функциональному совершенствованию органов

дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем

организма;

− развить мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и

координационные способности обучающихся;

− развить художественный и эстетический вкус, самостоятельность, активность.

**Воспитательные:**

− привить интерес к танцевальному творчеству;

− воспитать культуру общения, способствовать установлению и

укреплению дружеских взаимоотношений в коллективе;

− воспитать чувство ответственности за индивидуальное и коллективное

творчество;

− приобщить к здоровому образу жизни;

− воспитать дисциплинированность и упорство.

**Планируемые результаты**

**Личностные результаты:**

- сформирована общественно - активная личность с гражданской позицией

- чувства патриотизма, чувства коллективизма, культуры общения и поведения в социуме.

-привита аккуратность, дисциплина, воля и целеустремленность

**Метапредметные результаты:**

- развита мотивация к активным занятиям хореографией,

- воспитан художественный вкус и исполнительская культура,

-развита координации, вестибулярного аппарата и пластики

-музыкального слуха, эмоциональности и выразительности,

-навыков здорового образа жизни

-обучены навыкам самоконтроля, потребности в саморазвитии, самостоятельности,

творческой активности,

**Предметные результаты:**

- расширены знания учащихся о хореографической лексике

- расширены знания хореографической терминалогии

-закреплены умения и навыки сохранения стиля и национального характера танца

-развиты умения и навыки танцевальной импровизации

-обучены владению телом и координацией движений, свободному ощущению себя в

танце.

- сформировано понимание единства формы и содержания танца

**Учебно-тематическое планирование 1 года обучения (заполнить темы и разделы с оформлением)**

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Раздел / Тема занятия** | **Количество часов** |
| **1** | **Введение.** | **2** |
| 1.1 |  | 2 |
| **2** | **Раздел такой то..**  | **8 (например)** |
| 2.1 |  | 2 |
| 2.2 |  |  |
| 2.3 |  |  |
| 2.4 |  |  |
| 2.5 | И т.д  |  |
| 2.6 |  |  |
| 2.7 |   |  |
| 2.8 |  |  |
| 2.9 |  |  |
| **3** |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

**(перенести из таблицы в зеленую таблицу утп)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование раздела, темы занятия** | **Всего** |
| **1.** | **Вводное занятие. Техника безопасности.** | **2ч** |
| **2.** | Тема 1.1: Изучение разминки по современной хореографии | **14ч** |
| **3.** | Тема 1.2 Основы народно-сценического танца | **20ч** |
| **4.** | Тема 1.3 Основы классического танца | **60ч** |
| **5.** | Тема 1.4 Танцевальная практика | **62ч** |
| **6.** | Тема 1.5 Танцевальная импровизация | **18ч** |
| **7.** | Тема 1.6 Культурно-досуговая деятельность | **6ч** |
| **8.** | Тема 1.7 Концертная деятельность | **24ч** |
| **9.** | Тема 1.8 Контрольное занятие | **6ч** |
| **10.** | Тема 1.9 Итоговое занятие | **4ч** |
|  | **ИТОГО**  | **216** |

**Содержание третьего года обучения**

1. **Вводное занятие**
	1. **(пример оформления содержания занятий) исключить дистанц. Обуч. В содержании**

**Понятия и термины:** техника безопасности, буква, звук, алфавит, книга.

 **Виды деятельности обучающегося.**

 (ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ ( ОТВЕЧАЕТ НА ВОПРОС : «ЧТО ДЕЛАЕТ?»)

Играет в ознакомительные игры «Давайте познакомимся!», «Расскажи о себе». Изучает правила поведения на занятиях, правила внутреннего распорядка «Истока». Слушает инструктаж по ТБ. Участвует в беседе о деятельности детского объединения «Читалочка». Участвует в составлении плана работы «О чем интересном мы узнаем».

*Изучает понятия о том как нужно правильно знакомиться и здороваться.*

*Изучает вежливые слова, правила хороших манер.*

Рефлексия. На занятии проводится входной мониторинг.

**Форма организации учебного занятия**: занятие-путешествие.

**Формы организации учебной деятельности**: групповая, индивидуальная.

**Форма контроля:** задание «название», тест или вопросы «название»

*Теория*:. Инструктаж по технике безопасности. Цели и задачи на третий год обучения

*Практика: Упражнения* на выносливость, координацию движений, память, внимание.

***2*. Разминка, par terre тренаж (балетная гимнастика)**

*Теория:* Разминка - Включает в себя движения на развитие координации движений, головы рук, корпуса.

 *Практика:* Тренаж*-*упражнения*на* развитие выносливости, силы ног, гибкости позвоночника, растяжку: сидя на полу, лежа на спине, на животе; упражнения на формирование мышечного корсета.

**3. Основы народно-сценического танца**

*Теория*: Элементы Русского танца различных областей. Элементы Еврейского танца. Элементы Румынского танца. Элементы Венгерского танца. Элементы Японского танца.

*Практика*: Упражнения: припадание; падебаск в сочетании с дробным выстукиванием; моталочка в повортое с угла. Комбинация дробных движений. Переменный шаг с каблука. Вращения (двойные туры; шене с угла; фуете;абертас )

Дроби с продвижение, сложные ключи, сложные дробные выстукивания. Все виды ковырялочек. Веревочка все виды. Элементы Еврейского танца. Элементы Румынского танца; Основные движения Венгерского танца: сложная работа рук, ключи. Элементы Японского танца. Культура исполнения

**4. Основы классического танца**

*Теория*: Движения классического тренажа (усложнение). Видеофильмы по хореографии: «Танцует ансамбль народного танца И.Моисеева». «Творческие портреты. Майя Плисецкая- легенда русского балета». Видеозаписи репетиций.

*Практика*: Demi; Grand plie I, II, V, позициям.Battement tandy: вперед, сторону, назад по 1\4. Battement tandy jete, Battement piqve Положение ноги sur le cou de pied. Demi rond de jambe par terre ан деор и ан дедан. Battement fondy в сторону на 45, 90 градусов. rond de jambe an lear на 4/4. Relevelent на 450-в сторону на 900.Повороты у станка ан деор и ан дедан на 2т 4/4. Перегибы корпуса стоя лицом к станку.  Упражнения на растяжку. На середине зала: прыжки sotte по 1,2 позициям ног, echappe,1-2 пор де бра рук, par balance, par de bask на 2 т-а 4/4. Все формы port de bras.

**5. Танцевальная практика**

*Теория:* Закрепление навыков   классического и народно-сценического танцев. Репертуар ансамбля. Историческая справка номера.

*Практика*: Освоение основных комбинаций из танцев. Ансамблевые занятия. Совместные репетиции с концертной группой репертуара ансамбля. Постановочная работа.

**6. Танцевальная импровизация**

*Теория:* Знакомство с понятием «импровизация» в танце. Объяснение основных правил построения импровизации

*Практика:*Импровизация на заданную тему.

**7.** **Культурно-досуговая деятельность**

*Теория*: Правила поведения в театре. Инструктаж по технике безопасности.

*Практика:* Посещение музыкально-хореографических спектаклей.

**8.** **Концертная деятельность**

*Теория*: Правила поведения на концертах и выступлениях.

*Практика:* Концертная деятельность

**9. Контрольное занятие**

*Практика:*Технический и творческий зачеты и концертные выступления.

**10.** **Итоговое занятие**

 Подведение итогов. Награждение исполнителей. Концерт.

**Список литературы: (оформить)**

**Список литературы для педагога**

1. Бурцева, Г.В. Технология профессионального обучения педагога-хореографа в контексте инновационной деятельности. [Текст] / Г.В. Бурцева Барнаул.: изд. АлтГАКИ, 2006.
2. Бурцева, Г.В. Методологическая основа педагогической технологии в условиях специализации «Современный (джазовый) танец». [Текст] / Г.В. Бурцева //Современные модели развития социальной культуры в Российском регионе: ученые записки. [Текст] Юбилейный сборник, 1975-2005гг / Кондыков А.С. Барнаул.: изд. АлтГАКИ, 2005.
3. Бурцева, Г.В. Стили и техника джаз-танца: учебное пособие для студентов хореографических отделений институтов культуры и искусств [Текст] / Г.В. Бурцева Барнаул.: изд. АлтГАКИ, 2006.
4. Бурцева, Г.В. Джаз-танец. История. Теория. Практика. [Текст] / Г.В. Бурцева Барнаул.: изд. АлтГАКИ**,**2007.
5. Никитин, В.Ю. Особенности художественно- творческого мышления балетмейстера в современной хореографии. [Текст] /постановочная работа и композиция современного танца. Методическое пособие для студентов хореографических отделений вузов культуры и искусств [Текст] /Никитин В.Ю. М.: МГУКИ, 2005.
6. Культурная традиция и современный танец в образовательном хореографическом пространстве сибирского региона [Текст] / под редакцией Бурцевой Г.В. Барнаул.:изд. АлтГАКИ, 2006.
7. Перлина, Л.В. Танец модерн и методика его преподавания [Текст] /Л.В. Перлина Барнаул.: изд.АлтГАКИ, 2010.

**Список литературы для обучающихся**

1. Бурцева, Г.В. Стили и техника джаз-танца: учебное пособие для студентов хореографических отделений институтов культуры и искусств [Текст] / Г.В. Бурцева Барнаул.: изд. АлтГАКИ, 2006.
2. Бурцева, Г.В. Джаз-танец. История. Теория. Практика. [Текст] / Г.В. Бурцева Барнаул.: изд. АлтГАКИ**,**2007.
3. Никитин, В.Ю. Особенности художественно- творческого мышления балетмейстера в современной хореографии. [Текст] /постановочная работа и композиция современного танца. Методическое пособие для студентов хореографических отделений вузов культуры и искусств [Текст] /Никитин В.Ю. М.: МГУКИ, 2005.
4. Культурная традиция и современный танец в образовательном хореографическом пространстве сибирского региона [Текст] / под редакцией Бурцевой Г.В. Барнаул.: изд. АлтГАКИ, 2006.
5. Перлина, Л.В. Танец модерн и методика его преподавания [Текст] /Л.В. Перлина Барнаул.: изд. АлтГАКИ, 2010.

**Контрольно – оценочные средства**

Мониторинг образовательных результатов по программе осуществляется в течение года и имеет следующую структуру: стартовая диагностика (для первого года обучения), текущая диагностика, промежуточная диагностика, итоговая диагностика (Таблица 1).

Текущая диагностика проводится в течение учебного года по темам и разделам программы, не предполагает фиксацию результатов в итоговых диагностических картах.

Процедура проведения итоговой педагогической диагностики может проводиться на одном или на нескольких занятиях. Формы проведения таких занятий: игра, соревнование, итоговое занятие.

**Формы промежуточной аттестации:** выполнение контрольных упражнений.

Выявление развития коммуникативных УУД осуществляется через концертную деятельность; отслеживание личностного развития детей методом наблюдения.

Таблица №1

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Виддиагностическихпроцедур | Цель, задачи | Объект контроля |
| 1 | Входная диагностика | Выявлениеметапредметных,личностных УУД,необходимых длязанятий по программе | Оценка предметных,метапредметных,личностныхУУД |
| 2 | Текущаядиагностика | Контроль результатовОсвоения разделов(модулей), тем программы | Оценка образовательных результатов по разделам,темам |
| 3 | Промежуточный | Контроль промежуточныхРезультатов освоенияпрограммы | Оценка планируемыхрезультатов |
| 4 | Итоговаядиагностика | Контроль результатовосвоения программы | Оценка планируемыхрезультатов за год (поуровням) |

Оценивание сформированности личностных, метапредметных, предметных универсальных учебных действий производится по трем уровням освоения образовательных результатов дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы на основании демонстрация показателей и критериев освоения планируемых результатов, представленных в Информационной карте, фиксируется в Индивидуальной диагностической карте сформированности личностных, предметных, метапредметных универсальных учебных действий

В итоговой ведомости учета освоения личностных, метапредметных, предметных результатов освоения программы фиксируются уровни освоения программы обучающимися группы, выводится средний показатель освоения обучающимися образовательных результатов программы.

**Информационная карта**

**сформированности личностных, предметных, метапредметных результатов**

**(стартовая, промежуточная, итоговая диагностика).**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Показатели и критерии | Уровни освоения учебных действий (высокий, допустимый, критический) | Баллы - уровень | Методы изучения, инструментарий |
| входной | итоговый |
| *Личностные результаты* |
| 1 | Проявлять готовность и способность к саморазвитию | Проявляет готовность к работе, способствует к своему саморазвитию.  | 2 | 2 | практические задания, коллективная творческая работа |
| Стремится к положительной оценке, к саморазвитию не всегда относится ответственно. | 1 | 1 |
| Слабая готовность к обучению и саморазвитию, безответственен. | 0 | 0 |
| *2* | *Проявлять дисциплинированность, внимательность и ответственность в достижении поставленных целей;* | *Сформирована дисциплинированность, внимательность на занятиях, ответственно подходит к своим достижениям.*  | 2 | 2 | практические задания |
| *Положительно относится к нормам дисциплины, но не всегда им следует, не внимательно относится к поставленным целям.* | 1 | 1 |
| *Испытывает серьезные затруднения в работе, не может работать самостоятельно* | 0 | 0 |
| 3 | *Следует социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятель-ности, во взаимоотноше-ниях со взрослыми и сверстниками* | *Активно идет на контакт со взрослыми и сверстниками, следует социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности* | 2 | 2 | Педагогическое наблюдение |
| *Испытывает затруднения во взаимоотношениях со взрослыми или сверстниками, но готов идти на контакт* | 1 | 1 |
| *Не следует социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, не идет на контакт* | 0 | 0 |
| *Метапредметные результаты* |
| 1 | Осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности | Активно проявляет желание с корректировать и контролировать свои результаты.  | 2 | 2 | педагогическое наблюдение |
| Проявляет желание, но самостоятельно оценить результаты вызывает затруднение.  | 1 | 1 |
| Не проявляет желание корректировать свои результаты. | 0 | 0 |
| 2 | Различать и называть различные основные элементы и определять их; | Без какой-либо помощи справляется с поставленными вопросами по танцевальным элементам. | 2 | 2 | педагогическое наблюдение |
| Самостоятельно или с помощью педагога обнаруживает свои ошибки, вносит коррективы.  | 1 | 1 |
| Не разбирается в танцевальных элементах. | 0 | 0 |
|  *Предметные результаты*  |
| 1 | Владеет знаниями о разнообразных современных танцевальных стилях. | Знает особенности танцевальных стилей. Использует специальную терминологию в речи. | 2 | 2 | педагогическое наблюдение |
| Знает, но допускает небольшие неточности использования терминологии в речи.  | 1 | 1 |
| С помощью педагога называет современные танцевальные стили. В речи терминологию не использует.  | 0 | 0 |
| 2 | Определять особенности танцевальных стилей; | В работе с определениями танцевальных стилей ребенок ориентируется достаточно хорошо. | 2 | 2 | педагогическое наблюдение.Тест Бандаревского.  |
| В работе имеется затруднение, обращается за помощью к педагогу. | 1 | 1 |
| Не может определять самостоятельно.  | 0 | 0 |
| 3  | Передавать свои чувства и свою индивидуальность посредством танцевальных движений. | Правильное и выразительное исполнение танцевальных движений.  | 2 | 2 | педагогическое наблюдение |
| Выполняет, но допускает ошибки в исполнение танцевальных движений. | 1 | 1 |
| Не выполняет работу. | 0 | 0 |

**Уровни освоения программы:**

Выше базового - 2балла;

Базовый - 1 балл;

Ниже базового – 0 баллов;

**Условия реализации программы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ темы** | **Учебно-методическое обеспечение**  | **Материально-техническое обеспечение**  | **Информационные ресурсы** |
| 1.Вводное занятие | 1.Игра на знакомство;2.Формулирование правил поведения в коллективе;3.Знакомство с правилами поведения в Центре; 4.Инструктаж по ТБ во время занятий; 5.Правила поведения во время следования на занятия;6.Правила поведения в ЧС. | Музыкальный центр | 1.Заикина Е.А. Игра в экологическом образовании младших школьников.//Дополнительное образование. - 2004.-№ 2.- стр. 19-22.2. Комогорцева Н.А. Мы идем в поход.//Читаем, учимся, играем. – 2003.-№ 8.-стр. 79-82.3.Некрасов И.Б. Ура, мы на природе!// Читаем, учимся, играем. – 2003.-№ 8.-стр. 86-90, 94-96. |
| 2.Знакомство с упражненями разогрева в стиле джазового танца  |  | Музыкальный центр, ноутбук, зеркало. | Электронные ресурсы:1).<https://www.youtube.com/watch?v=JWIX0axFDLA> 2).<https://www.youtube.com/watch?v=IW9o99xTYeM>  |
| 3.Тренировка изоляции и координации | 1.Просмотр видеофрагмента; | Музыкальный центр, ноутбук, зеркало. | Электронные ресурсы:1).<https://www.youtube.com/watch?v=izdqagBsh-s> 2).<https://www.youtube.com/watch?v=NvNlsy2vQ6s>  |
| 4.Тренировка в стиле классический джаз | 1.Просмотр видеофрагмента; | Музыкальный центр, зеркало | Электронные ресурсы:1).<https://www.youtube.com/watch?v=wOUF650dNNk> 2).[**https://www.youtube.com/watch?v=TUCfOWRPQ-8**](https://www.youtube.com/watch?v=TUCfOWRPQ-8) |
| 5.Тренировка в стиле афро-джаз | 1.Просмотр видеофрагмента; | Музыкальный центр, ноутбук, зеркало | Электронные ресурсы:1).<https://www.youtube.com/watch?v=5kmEUixjQMM> 2).<https://www.youtube.com/watch?v=MyIga909hNw>  |
| 6.Знакомство со стилем бродвейский джаз | 1.Просмотр видеофрагмента; | Музыкальный центр, зеркало | Электронные ресурсы:1).<https://www.youtube.com/watch?v=YkwbuoyEttQ> 2).<https://www.youtube.com/watch?v=ZoA1UUY2hWA> 3).<https://www.youtube.com/watch?v=FeWZYEvro_w>  |
| 7.Знакомство с элементом «колесо», «Колесо на одной руке» | 1.Просмотр видеофрагмента; | Музыкальный центр, зеркало |  Электронные ресурсы:1).<https://www.youtube.com/watch?v=C7IejOgqwkA>2).<https://www.youtube.com/watch?v=w6NDhy_FeVo>3).<https://www.youtube.com/watch?v=AhEfXhQqbag> |
| 8.Знакомство с элементом «мостик» | 1.Просмотр видеофрагмента; | Музыкальный центр, зеркало | Электронные ресурсы:1).<https://www.youtube.com/watch?v=pszMkl8nPdk>2).<https://www.youtube.com/watch?v=QbqjJqmqEPM>3).<https://www.youtube.com/watch?v=HtH0jADZsHs> |
| 9.Знакомство с переворотами через мостик вперед и назад | 1.Просмотр видеофрагмента; | Музыкальный центр, зеркало | Электронные ресурсы:1).<https://www.youtube.com/watch?v=ZfUd6mzXtQs>2).<https://www.youtube.com/watch?v=Enlp0v1gXjQ>3).<https://www.youtube.com/watch?v=7ojbBJQDG8Q> |
| 10.Тренировка стойки на руках | 1.Просмотр видеофрагмента; | Музыкальный центр, зеркало | Электронные ресурсы:1).<https://www.youtube.com/watch?v=qmzW6vHSojM>2).<https://www.youtube.com/watch?v=M__DUE1nCLo>3).<https://www.youtube.com/watch?v=hwYBn8afi5Q> |
| 11.Знакомство с особенностями импровизации в стиле джазового танца  | 1.Просмотр видеофрагмента; | Музыкальный центр, зеркало | Электронные ресурсы:1).<https://www.youtube.com/watch?v=9mBZakfBu9I>  |
| 12.Растяжка мышц шеи, плечевого сустава и верхних и нижних конечностей | 1.Просмотр видеофрагмента; | Музыкальный центр, зеркало | Электронные ресурсы:1).<https://www.youtube.com/watch?v=8ekjT7CWzEs>2).<https://www.youtube.com/watch?v=cVtyYEHvWyQ>3).<https://www.youtube.com/watch?v=viEO5OLE91c> |
| 13.Растяжка спинного отдела и поясничного отдела. | 1.Просмотр видеофрагмента; | Музыкальный центр, зеркало | Электронные ресурсы:1).<https://www.youtube.com/watch?v=WFDoWGB82HQ>2).<https://www.youtube.com/watch?v=zFL53PsevPA>3).<https://www.youtube.com/watch?v=-FakeZ-C3r4> |
| 14.Растяжка тазобедренного сустава и стоп, на хореографическом станке | 1.Просмотр видеофрагмента; | Музыкальный центр, зеркало | Электронные ресурсы:1).<https://www.youtube.com/watch?v=BYfrzGpIadk>2).<https://www.youtube.com/watch?v=CK1IUeL_B74>3).<https://www.youtube.com/watch?v=Vx9fS1FHL1Y> |
| 15.Знакомство с основными элементами разогрева в современном танце | 1.Просмотр видеофрагмента; | Музыкальный центр, зеркало | Электронные ресурсы:1).<https://www.youtube.com/watch?v=IupZvAJiZF4>2).<https://www.youtube.com/watch?v=LRdJ3Sbutmc>3).<https://www.youtube.com/watch?v=M6ABMHUi1yI> |
| 16.Знакомство с партерным разогревом в современном танце | 1.Просмотр видеофрагмента; | Музыкальный центр, зеркало | Электронные ресурсы:1).<https://www.youtube.com/watch?v=LRpAT4VW1n4>2).<https://www.youtube.com/watch?v=w-i6GFhBNgU>3).<https://www.youtube.com/watch?v=pC-tIJkQmgs> |
| 17.Знакомство с классическим станком и основных позиций (позиции рук и ног, позы эфассе, экарте, эпольман, арабески) | 1.Просмотр видеофрагмента; | Музыкальный центр, зеркало | Электронные ресурсы:1).<https://www.youtube.com/watch?v=vWm8O-i8edI>2).<https://www.youtube.com/watch?v=wyZVNqxdciY>3).<https://www.youtube.com/watch?v=6cZGJVHUxsE>4).<https://www.youtube.com/watch?v=w2RrvLnZ5ZM> |
| 18.Изучение demi plie, grand plie, releve | 1.Просмотр видеофрагмента; | Музыкальный центр, зеркало | Электронные ресурсы:1). <https://www.youtube.com/watch?v=urdf_Arq9BQ>2).<https://www.youtube.com/watch?v=-MvnBxyOVNc>3).<https://www.youtube.com/watch?v=KzBcT3phMH8> |
| 19.Изучение battement tendu и battement tendu jete | 1.Просмотр видеофрагмента; | Музыкальный центр, зеркало | Электронные ресурсы:1).<https://www.youtube.com/watch?v=vnyN__oXV4Y>2).<https://www.youtube.com/watch?v=oZJjbg0xUW0> |
| 20.Изучение rond de jamp par terre и battement fondu | 1.Просмотр видеофрагмента; | Музыкальный центр, зеркало | Электронные ресурсы:1).<https://www.youtube.com/watch?v=5mWGYWrkU0U>2).<https://www.youtube.com/watch?v=anDkHXZtY08> |
| 21.Изучение grand battement | 1.Просмотр видеофрагмента; | Музыкальный центр, зеркало | Электронные ресурсы:1).<https://www.youtube.com/watch?v=IIo89v_2-8o>2).<https://www.youtube.com/watch?v=BfuKFMZaal0>3).<https://www.youtube.com/watch?v=wTWkFRMJrR4> |
| 22.Знакомство с кроссами в современном танце по по диагонали | 1.Просмотр видеофрагмента; | Музыкальный центр, зеркало | Электронные ресурсы:1).<https://www.youtube.com/watch?v=X0nE2e2FK6M>2).<https://www.youtube.com/watch?v=QGlPLrr32Go> |
| 23.Знакомство с кроссами в современном танце в партере | 1.Просмотр видеофрагмента; | Музыкальный центр, зеркало | Электронные ресурсы:1).<https://www.youtube.com/watch?v=uY3VwdJJrJE>2).<https://www.youtube.com/watch?v=G_7hMjaP-R0>3).<https://www.youtube.com/watch?v=Yl8APb0r4CI> |
| 24.Изучение танцевальной комбинации | 1.Просмотр видеофрагмента; | Музыкальный центр, зеркало | Электронные ресурсы:1).<https://www.youtube.com/watch?v=WzgsU_rzKg4>2).<https://www.youtube.com/watch?v=JIzUPkNkCus>3).<https://www.youtube.com/watch?v=EUj_87BuL60> |
| 25.Знакомство с прыжком «кабриоль» | 1.Просмотр видеофрагмента; | Музыкальный центр, зеркало | Электронные ресурсы:1).<https://www.youtube.com/watch?v=3K4EcRwp110>2).<https://www.youtube.com/watch?v=B9IoMPw_M18>3).<https://www.youtube.com/watch?v=Q-MgXKUrLto> |
| 26.Знакомство с прыжком с прогибом назад | 1.Просмотр видеофрагмента; | Музыкальный центр, зеркало | Электронные ресурсы:1).<https://www.youtube.com/watch?v=LxXU0uCJ7vU>2).<https://www.youtube.com/watch?v=R_MVYqVhMFs> |
| 27.Знакомство с прыжком «гранд жете» | 1.Просмотр видеофрагмента; | Музыкальный центр, зеркало | Электронные ресурсы:1).<https://www.youtube.com/watch?v=RtKc8zs0Pj4>2).<https://www.youtube.com/watch?v=MnHABeOotAM> |
| 28.Знакомство с прыжком «боковой казачок» | 1.Просмотр видеофрагмента; | Музыкальный центр, зеркало | Электронные ресурсы:1).<https://www.youtube.com/watch?v=618DnfKcP-A> |
| 29.Знакомство с особенностями импровизации в стиле современного танца | 1.Просмотр видеофрагмента; | Музыкальный центр, зеркало | Электронные ресурсы:1).<https://www.youtube.com/watch?v=o450UIkao3o>2).<https://www.youtube.com/watch?v=CBxtiUdeGCA> |
| 30. ДНК | 1. Просмотр художественного и документального фильма | Ноутбук, колонки | Электронные ресурсы:1).<https://www.youtube.com/watch?v=lCPws72NmqA>2).<https://www.youtube.com/watch?v=slCV0wa--TQ> 3).<https://yandex.ru/video/preview/?text=%D0%BF%D0%BE%D1%81%D0%BB%D0%B5+%D1%82%D0%B5%D0%B1%D1%8F+%D1%84%D0%B8%D0%BB%D1%8C%D0%BC+2016&path=wizard&parent-reqid=1622732664560267-17438156605519048426-balancer-knoss-search-yp-sas-18-BAL-928&noreask=1&wiz_type=vital&filmId=13442255320695422389&url=http%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3D7SSNCUWp0V8> 4).<https://www.youtube.com/watch?v=gLdmVLxqqps> 5). <http://ab-online.lordfilms-s.life/33325-film-shag-vpered-2006.html> 6). <http://ab-online.lordfilms-s.life/31736-film-shag-vpered-4-2012.html> 7).<https://ls1.lordsfilms.xyz/dokumentalnyy-smotret/9973-pina-tanec-strasti-v-3d.html> 8). <https://lord-filmhd.lordfilm2.skin/1690-impulso-bolshe-chem-flamenko-2017.html> 9). <https://my.lordfilmq.net/27405-tancuj-serdcem.html>  |

 **Список литературы**

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Концепция развития дополнительного образования обучающихся (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 04 сентября 2014 г. № 1726-р).
3. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008).
4. СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования обучающихся» (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41).

1. Авдулова Т. П. Возрастная психология: учебное пособие / Т.П. Москва: Академия, 2014. – 185 с.;
2. Алиева С.В. Социальная педагогика: Учебное пособие / С.В. Алиева. - М.: Дашков и К, 2013. - 424 c.;
3. Азбука классического танца. Первые три года обучения : Учебное пособие /Надежда Базарова, Варвара Мей , 1983 год;
4. Бурцева Г.В. Джаз танец. История, Теория. Практика. Барнаул,1994 г.
5. Бурцева Г.В., Байкова А.П. Стили и техники джаз-танца. Барнаул,1998 г.
6. Бурцева Г.В., Филиппова В.Н. Теория и методика преподавания джаз-танца. Барнаул,2002 г.
7. Зуев Е.И. Волшебная сила растяжки. М, 1990 г.
8. Ивлева Л.Д. Джазовый танец. Челябинск, 1996 г.
9. Основы классического танца: Учебное пособие/ А.Я. Ваганова, 2007 год, издательство Лань;
10. Основы характерного танца: Учебное пособие/ №20 в Опера, балет , 2007 год, Лань, Планета музыки;
11. "Основы современного танца": Учебное пособие/ С.С.Поляков, 2006г., Ростов-на-Дону;
12. Танец модерн. Пособие для начинающих: Учебное пособие/ Н. А. Александрова, В. А. Голубева, 2011 год, Издательство: Лань, Планета музыки;
13. Секрет танца: Учебное пособие/ Опера, балет, 1997 год, Издательство: ДИАМАНТ;
14. «Основы современного танца»: Учебное пособие/ С.С. Полятков, 2006 год, Издательство: Феникс;
15. "Растягивайся и расслабляйся": Учебное пособи/ М.Тобаас, М.Стюарт, 1994г.;
16. "Самоучитель клубных танцев: Funk, Trance, House": Учебное пособие/ Володина О.В. Анисимова Т.Б. 2005г. Ростов-на-Дону;
17. Экзерсис на полу для подготовки к занятиям классическим танцем: Учебное пособие / Вихрева Н., 2004 год, Издательство:М.: Театралес;

**Приложение 1**

**Разогрев на середине зала.**

• Повороты головы вправо, влево, наклоны вперед, назад, вращение головы по кругу;

• Разогрев плечевого сустава;

• Разогрев грудной клетки;

• Разогрев корпуса (наклоны вправо, влево, вперед, назад, пор-де-бра, скручивание корпуса, изоляция);

• Разогрев бедер;

• Разогрев коленного сустава с помощью приседаний, выпады, гранд батман.

• Разогрев стоп. Основные шаги по кругу, переменный шаг, шаги с прыжками, переменный бег, подскоки.

**Партерный экзерсис.**

• упражнения на напряжение и расслабление мышц тела;

• упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развития подвижности локтевого сустава;

• упражнения для развития гибкости плечевого и поясничного суставов;

 упражнения на укрепление мышц брюшного пресса;

• упражнения на улучшение гибкости позвоночника;

• упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра;

• упражнения на улучшение гибкости коленных суставов;

• упражнения на развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы;

• упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага;

• упражнения на исправление осанки.

Упражнения для растяжки на середине и в портере.

• Наклоны с руками «в замке» за спиной;

• Глубокие выпады вперёд;

• Глубокий выпад с поднятием голени;

• Наклоны к одной ноге;

• Наклон вперёд с раскрытием ног;

• Растяжка в боковой планке;

• Силовая растяжка в положении стоя;

• Вертикальный шпагат;

• Шпагат с поддержкой голеностопа;

• Поперечный шпагат;

**Разогрев на середине зала.**

• Движения для головы: повороты, наклоны, выдвижение подбородка по углам, круг по плечам.

• Упражнения для плеч: поочередное поднимание и опускание, круговые движения, движения из стороны в сторону, вперед, назад.

• Упражнения для рук: кисти вверх, вниз, круг кистями, круговые движения от локтя, движение локтей вверх, вниз, через центр и без центра.

• Упражнения для корпуса: смещение вправо, влево, работа центра, работа на гибкость.

• Движения бедер: из стороны в сторону, вперед, назад, круговые движения.

• Упражнения для ног: движения колена в сторону, круговые движения колена.

• Шаги.

• Прыжки.

• Упражнения на растяжку.

**Классический экзерсис у станка.**

Постановка корпуса в выворотном положении, лицом к станку.

• Preparation.

• Позиции ног – 1,2,3.

• Позиции рук – подготовительная, 1,2,3.

• Demiplie, grandplie по 6 позиции, после по 1,2,3 позиции. Полуприседание и полное приседание. Развивает выворотность бедра, эластичность и силу ног.

• Battementtendu в сторону по 1 позиции. Вырабатывает натянутость ноги в колене, стопе, пальцах и развивает силу.

• Releve на полупальцы по 1,2,3 позиции. Разучивается по 6 позиции. Приподнимание на полупальцы. Развивает силу ног.

 Перечень движений современной пластики.

• Поочередный взмах рук (развитие координации).

• Взмахи и перекрещивания (развитие координации).

• Взмахи с выпадами.

• Выпады с круговыми движениями рук.

• Приседания с отскоком.

• Прыжки по квадратам (синхронность).

• Бег с галопом.

• Галоп и жете.

• Елочка.

• Ход маятника.

• Развороты корпуса.

• Верчения и др.

**Передвижения в пространстве (Cross)**

Виды движений используемых в кроссе:

1 .Шаги

2.Прыжки

3.Вращения

 **Разучивание Виды движений:**

Движениякорпуса:

1. Flat back

2. Curve

3. Arch

4. Lay out

5. Contraction, release

6. High release

**Позыиположениякорпуса:**

1. Alaseconde

2. Attitude

3. Epaulment

4. Arabesque