

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
Центр внешкольной работы «Новая Авеста»
(МБУ ДО Центр «Новая Авеста»)

Принята на заседании
Педагогического совета
МБУ ДО Центр «Новая Авеста»
Протокол от 29.08.2024 г. №1

Утверждаю
Директор МБУ ДО Центр «Новая Авеста»
 Г.П. Засева
Приказ от 30.08.2024 г. № 60-0



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
художественной направленности
«Современная хореография»
на 2024-2025 учебный год

Возраст обучающихся: 17 - 18 лет
5 год обучения (152 часа)
№ групп: 7
Уровень: базовый

Автор-составитель:
Попова Полина Евгеньевна
Педагог дополнительного образования

Содержание

	Наименование	Стр.
1.	Пояснительная записка	3
2.	Цель и задачи программы 5 года обучения	3
3.	Планируемый результат 5 года	4
4.	Содержание программы 5 года обучения	4
5.	Календарно-тематический план 5 года обучения	6
6.	Условия реализации программы	10
7.	Список литературы	11
	Приложения	12

1. Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Современная хореография».

Направленность рабочей программы - художественная.

Уровень рабочей программы: базовый

Адресат программы: обучающиеся 17-18 лет.

Количество обучающихся в группе: 15 человек.

Объем и срок освоения рабочей программы. 5 год обучения, 152 часа в год.

Периодичность и продолжительность занятий: 2 раза в неделю по 2 часа на группу, 1 час равен 45 минутам.

Форма обучения: групповая.

Виды занятий: беседа, практическое занятие, тренинг, открытое занятие.

Форма подведения результатов: педагогическое наблюдение, упражнения, открытое занятие, отчётный концерт.

Особенности организации образовательной деятельности:

группы формируются из обучающихся одного возраста; состав группы постоянный, специального отбора в группы не проводится.

Учебный год начинается с 1 сентября.

Рабочую программу реализует педагог дополнительного образования и концертмейстер.

Рабочая программа «Современная хореография» реализуется в течение всего учебного года, включая каникулярное время.

2. Цель и задачи рабочей программы

Цель: формирование у подростков вкуса и системы ценностей в восприятии современной культуры, ознакомление воспитанников с различными стилями исполнения современного танца.

Задачи:

Обучающие:

- обучить основам современного танца;
- обучить основам народного танца;
- изучить историю развития хореографического искусства.

Развивающие:

- развивать мышечный аппарат, осанку, стопы, координацию, музыкально-двигательную память, физическую выносливость и силу;
- укрепление здоровья обучающихся путём повышения уровня их физических возможностей;
- развивать память, внимание, творческое мышление.

Воспитательные:

- воспитать умение распознавать «прекрасное» и «безобразное» в общем потоке современной индустрии;
- воспитать культуру исполнения современного танца;
- привить бытовую и сценическую культуру.

3. Планируемые результаты 5 год обучения

Личностные:

- формирование эстетической и художественной культуры;
- стремление развиваться самостоятельно;
- развитие навыков исполнения танцев разных жанров.

Метапредметные:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления в разных формах и видах хореографии.

Предметные:

- формирование знаний о роли хореографии для укрепления здоровья (физического, социального и психического), о положительном влиянии танца на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о хореографии и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации.

4. Содержание программы 5 год обучения

РАЗДЕЛ 1. СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ.

1.1 История возникновения современного танца. Появление современного танца в России.

Теория: Современный танец зародился на рубеже XIX–XX веков. Своё развитие как самостоятельное направление он получил только в XX веке. В России интерес к свободным формам танца появился в 1910-х годах. В обеих столицах появилось множество студий пластического, ритмопластического танца и свободного движения. Их основатели провозглашали свободу и естественность танцующего тела в противовес строгим канонам классического танца.

1.2 Техника изоляции.

Теория: Рассказ и проработка о изоляции.

Практика: изолированные движения всех частей тела: голова, плечи, руки, ноги, корпус, бедра.

1.3 Основные шаги.

Теория: Изучение основных шагов в современном танце.

Практика: приставной шаг с plié, выпады в сторону.

1.4 Основные движения корпуса.

Теория: Знакомство с различными движениями корпуса.

Практика: раскачивание корпусом вперёд-назад, из стороны в сторону.

1.5 Прыжки.

Теория: Правильное и безопасное исполнение прыжков.

Практика: прыжки на месте, прыжки вперёд-назад, прыжки «ноги вместе - ноги врозь».

1.6 Танцевальные комбинации.

Практика: Изучение различных комбинаций в стиле современного танца.

РАЗДЕЛ 2. ДЖАЗОВЫЙ ТАНЕЦ.

2.1 История возникновения джазового танца.

Теория: художественные особенности, знаменитые исполнители и хореографы, знаменитые факты из их биографии.

2.2 Изучение основных позиций рук.

Теория: Правильное исполнение позиций рук.

Практика: вытянутое, округлённое положение локтя, сокращённое flex-положение кисти или jazzhand- пальцы напряжены и расставлены.

2.3 Изучение основных позиций ног.

Теория: Правильное исполнение позиций ног.

Практика: 5 основных позиций ног.

2.4 Изучение элементов джазового танца.

Теория: Знакомство с элементами джазового танца.

Практика: Plie, Battement tendu.

2.5 Основные положения корпуса в джазовом танце.

Теория: Правильная работа корпуса.

Практика: Rolldown/up, Flatback, Deepbodybend.

2.6 Прыжки.

Теория: Правильное и безопасное исполнение прыжков.

Практика: jump, hop, leap.

2.7 Вращения.

Теория: Использование вращений в разных направлениях.

Практика: поворот на трёх шагах.

РАЗДЕЛ 3. НАРОДНО-СЦЕНИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ.

3.1 Народный танец как вид хореографического искусства.

Теория: Некоторые характерные черты народной хореографии: связь с народными традициями, выразительность, содержательность и реализм. Народное танцевальное искусство занимает большое место в современном хореографическом процессе. Народные танцы составляют основу репертуара многих профессиональных художественных коллективов, занимают ведущее положение в творчестве любительских ансамблей и участников хореографической самодеятельности.

3.2 Русский танец.

Теория: Знакомство с русским танцем.

Практика: основные позиции рук, ног, корпуса, головы.

3.3 Элементарные шаги и проходки.

Теория: Правильное исполнение шагов.

Практика: основной шаг с продвижением назад, основной шаг с притопом, шаг на ребро каблука с притопом, шаг на ребро каблука с проскальзывающим ударом.

3.4 «Моталочки».

Теория: Знакомство с новым движением и правильным его исполнением.

Практика: одной ногой без подскока с двойным притопом.

3.5 Дробные выстукивания.

Теория: Знакомство с новым движением и правильным его исполнением.

Практика: удары по полу пальцами, удары каблуком, двойные притопы.

РАЗДЕЛ 4. ПОДГОТОВКА РЕПЕРТУАРА.

4.1 Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке.

Теория: Знакомство с произведением, разговор с детьми и их мнение.

4.2 Знакомство с музыкальным материалом постановки.

Теория: Внимательное слушание и представление (воображение) детей по музыкальному

материалу.

4.3 Создание сценического образа.

Теория: Обсуждение с детьми образ, который им предстоит показывать.

Практика: «Пантомима», «Создание образа», «Составь историю»

4.4 Изучение танцевальных движений.

Теория/Практика: Разучивание движений для постановки.

4.5 Соединение движений в танцевальные комбинации.

Теория: Изучение, как из танцевальных движений получаются комбинации.

Практика: Разучивание танцевальных комбинаций к постановке.

4.6 Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.

Теория: Изучение рисунков, переходов и образов.

Практика: Расположение и перемещение исполнителей по сценической площадке в рисунках, переходах, образах в определенной последовательности.

4.7 Отработка элементов.

Теория: Беседа о рисунке танца.

Практика: Отработка согласованности, единства и синхронности исполнения танца.

4.8 Работа над музыкальностью.

Теория: Приобретение знаний и их запоминание и накопление.

Практика: Прохлопать ритмические рисунки, проговаривать их с помощью ритмослогов.

4.9 Развитие пластичности.

Теория/Практика: «баланс», «мышечная сила», «подвижность суставов».

4.10 Синхронность в исполнении.

Теория/Практика: Отработка синхронности в комбинациях.

4.11 Работа над техникой исполнения.

Теория/Практика: Отработка постановки.

4.12 Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений.

Теория/Практика: Отработка чёткости и чистоты рисунков, построений и перестроений методом многократного повторения с использованием специальных тренировочных упражнений на ориентирование в пространстве.

4.13 Выразительность и эмоциональность исполнения.

Теория/Практика: Создание законченного образа.

РАЗДЕЛ 5. ИНТЕГРИРОВАННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ.

Теория и практика:

- изучение основ музыкальной грамоты;
- изучение основ актерского мастерства.

5. Календарно-тематический план

5 год обучения

Дата	№	Форма занятия	Количество уч. часов		Тема занятия	Форма контроля
			практ	теор		
02.09.24	1	Практическое занятие		2	Инструктаж по ТБ. История возникновения современного танца	Наблюдение
06.09.24	2	Практическое занятие	1,5	0,5	Техника изоляции	Наблюдение

09.09.24	3	Практическое занятие	2		Техника изоляции	Наблюдение
13.09.24	4	Практическое занятие	2		Техника изоляции	Наблюдение
16.09.24	5	Практическое занятие	1,5	0,5	Основные шаги	Наблюдение
20.09.24	6	Практическое занятие	2		Основные шаги	Наблюдение
23.09.24	7	Практическое занятие	2		Основные шаги	Наблюдение
27.09.24	8	Практическое занятие	2		Основные шаги	Наблюдение
30.09.24	9	Практическое занятие	1,5	0,5	Основные движения корпуса	Наблюдение
04.10.24	10	Практическое занятие	2		Основные движения корпуса	Наблюдение
07.10.24	11	Практическое занятие	2		Основные движения корпуса	Наблюдение
11.10.24	12	Практическое занятие	1,5	0,5	Прыжки	Наблюдение
14.10.24	13	Практическое занятие	2		Прыжки	Наблюдение
18.10.24	14	Практическое занятие	2		Прыжки	Наблюдение
21.10.24	15	Практическое занятие	2		Танцевальная комбинация	Наблюдение
25.10.24	16	Практическое занятие	2		Танцевальная комбинация	Наблюдение
28.10.24	17	Практическое занятие	2		Танцевальная комбинация	Наблюдение
01.10.24	18	Практическое занятие	2		Танцевальная комбинация	Наблюдение
04.11.24	19	Практическое занятие		2	История возникновения джазового танца	Наблюдение
08.11.24	20	Практическое занятие	1,5	0,5	Изучение основных позиций рук	Наблюдение
11.11.24	21	Практическое занятие	2		Изучение основных позиций рук	Наблюдение
15.11.24	22	Практическое занятие	1,5	0,5	Изучение основных позиций ног	Наблюдение
18.11.24	23	Практическое занятие	2		Изучение основных позиций ног	Наблюдение
22.11.24	24	Практическое занятие	1,5	0,5	Изучение элементов джазового танца	Наблюдение
25.11.24	25	Практическое занятие	2		Изучение элементов джазового танца	Наблюдение
29.11.24	26	Практическое занятие	2		Изучение элементов джазового танца	Наблюдение
02.12.24	27	Практическое занятие	2		Изучение элементов джазового танца	Наблюдение

06.12.24	28	Практическое занятие	1,5	0,5	Основные положения корпуса в джазовом танце	Наблюдение
09.12.24	29	Практическое занятие	2		Основные положения корпуса в джазовом танце	Наблюдение
13.12.24	30	Практическое занятие	2		Основные положения корпуса в джазовом танце	Наблюдение
16.12.24	31	Практическое занятие	2		Основные положения корпуса в джазовом танце	Наблюдение
20.12.24	32	Практическое занятие	1,5	0,5	Прыжки	Наблюдение
23.12.24	33	Практическое занятие	2		Прыжки	Наблюдение
27.12.24	34	Практическое занятие	2		Прыжки	Наблюдение
30.12.24	35	Практическое занятие	1,5	0,5	Вращения	Наблюдение
10.01.25	36	Практическое занятие	2		Инструктаж по ТБ. Вращения	Наблюдение
13.01.25	37	Практическое занятие	2		Вращения	Наблюдение
17.01.25	38	Практическое занятие		2	Народный танец как вид хореографического искусства	Наблюдение
20.01.25	39	Практическое занятие	1,5	0,5	Русский танец	Наблюдение
24.01.25	40	Практическое занятие	1,5	0,5	Элементарные шаги и проходки	Наблюдение
27.01.25	41	Практическое занятие	1,5	0,5	«Моталочки»	Наблюдение
31.01.25	42	Практическое занятие	1,5	0,5	Дробные выстукивания	Наблюдение
03.02.25	43	Практическое занятие		2	Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке	Наблюдение
07.02.25	44	Практическое занятие		2	Знакомство с музыкальным материалом постановки	Наблюдение
10.02.25	45	Практическое занятие	1,5	0,5	Создание сценического образа	Наблюдение
14.02.25	46	Практическое занятие	2		Создание сценического образа	Наблюдение
17.02.25	47	Практическое занятие	2		Создание сценического образа	Наблюдение
21.02.25	48	Практическое занятие	1,5	0,5	Изучение танцевальных движений	Наблюдение

24.02.25	49	Практическое занятие	2		Изучение танцевальных движений	Наблюдение
28.02.25	50	Практическое занятие	2		Изучение танцевальных движений	Наблюдение
03.03.25	51	Практическое занятие	1,5	0,5	Соединение движений в танцевальные комбинации	Наблюдение
07.03.25	52	Практическое занятие	2		Соединение движений в танцевальные комбинации	Наблюдение
10.03.25	53	Практическое занятие	1,5	0,5	Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах	Наблюдение
14.03.25	54	Практическое занятие	2		Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах	Наблюдение
17.03.25	55	Практическое занятие	2		Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах	Наблюдение
21.03.25	56	Практическое занятие	1,5	0,5	Отработка элементов	Наблюдение
24.03.25	57	Практическое занятие	2		Отработка элементов	Наблюдение
28.03.25	58	Практическое занятие	2		Отработка элементов	Наблюдение
31.03.25	59	Практическое занятие	1,5	0,5	Работа над музыкальностью	Наблюдение
04.04.25	60	Практическое занятие	2		Работа над музыкальностью	Наблюдение
07.04.25	61	Практическое занятие	1,5	0,5	Развитие пластичности	Наблюдение
11.04.25	62	Практическое занятие	2		Развитие пластичности	Наблюдение
14.04.25	63	Практическое занятие	2		Развитие пластичности	Наблюдение
18.04.25	64	Практическое занятие	1,5	0,5	Синхронность в исполнении	Наблюдение
21.04.25	65	Практическое занятие	2		Синхронность в исполнении	Наблюдение
25.04.25	66	Практическое занятие	2		Синхронность в исполнении	Наблюдение
28.04.25	67	Практическое занятие	1,5	0,5	Работа над техникой танца	Наблюдение
02.05.25	68	Практическое занятие	2		Работа над техникой танца	Наблюдение
05.05.25	69	Практическое занятие	2		Работа над техникой танца	Наблюдение
12.05.25	70	Практическое занятие	1,5	0,5	Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений	Наблюдение

16.05.25	71	Практическое занятие	2		Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений	Наблюдение
19.05.25	72	Практическое занятие	2		Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений	Наблюдение
23.05.25	73	Практическое занятие		2	Выразительность и эмоциональность исполнения	Открытое занятие
23.05.25	74	Практическое занятие	2		Выразительность и эмоциональность исполнения	
26.05.25	75	Практическое занятие		2	Изучение основ музыкальной грамоты	Наблюдение
30.05.25	76	Практическое занятие		2	Изучение основ актерского мастерства	Наблюдение
		Всего	124	28		
			152			

6. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

- хореографический станок;
- гимнастические коврики (20 штук);
- музыкальный инструмент (фортепиано);
- колонка;
- музыкальный центр.

Кадровое обеспечение:

В реализации общеразвивающей программы участвует 2 специалиста:

Попова Полина Евгеньевна, педагог дополнительного образования.

Квалификационная категория: первая.

Образование: средне-специальное. ГАПОУ СО Свердловский областной педагогический колледж, специальность «Педагог дополнительного образования в области хореографии»,

Педагогический стаж работы – 2 года, по специальности – 2 года, в данном учреждении – 2 года.

Гилева Светлана Михайловна, концертмейстер.

Квалификационная категория: высшая.

Образование: высшее. ОГОУ СПО «Свердловское областное училище им. П.И.Чайковского», специальность «Руководитель хора и творческого коллектива, учитель музыки», 2005 г.

Педагогический стаж работы – 12 лет, по специальности – 9 лет, в данном учреждении – 4 года.

Методическое обеспечение:

- нотный материал.

7. Список литературы

Список литературы для педагога

1. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии / Т.К. Барышникова. - М.: АйрисПресс Рольф, 1999. – 262с.
2. Березина, В. А. Дополнительное образование детей России / В. А. Березин; Министерство образования и науки Российской Федерации. - Москва: Диалог культур, 2007. - 511, с.
3. Евладова, Е. Б. Дополнительное образование детей: Учеб. пособие для студентов учреждений проф. образования, обучающихся по специальности 0317 "Педагогика доп.образования" / Е. Б. Евладова, Л. Г. Логинова, Н. Н. Михайлова. - М. Владос, 2002.
4. Ерохина, О. В. Школа танцев для детей [Фольклор, классика, модерн] / Ерохина О.В. - Ростов н/Д.: Феникс, 2003. - 223 с.
5. Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец: История. Методика. Практика/В.Ю.Никитин. - М.: ГИТИС, 2000. - 438с.
6. Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец: Методика преподавания / В.Ю. Никитин. - М.: Всерос. Центр худож. творчества учащихся и работников нач. проф. образования, 2002. -158 с.
7. От внешкольной работы - к дополнительному образованию детей: Сб. нормат. И метод. материалов для доп. образования детей / [Ред.-сост. И.В. Калиш]; Науч. ред. А.К.Бруднов. - М.: ВЛАДОС, 1999. - 541.
8. Социальное воспитание в учреждениях дополнительного образования детей: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 050711 (031300) - Социал. педагогика / [Б.В. Куприянов и др.]; Под ред. А. В. Мудрика. - М: Academia, 2004. - 240 с.
9. Дополнительное образование детей: Учеб. пособие для студентов вузов / [Лебедев О.Е. и др.]; Под ред. О. Е. Лебедева. - М.Владос, 2003 (Петрозаводск: ГП Тип.им. П.Ф.Анохина). - 254 с.

Список литературы для обучающихся:

1. Пасютинская В.М. Волшебный мир танца. – Москва. Просвещение, 1985.
2. Балет. Энциклопедия. Москва. Современная энциклопедия. 1986.
3. Энциклопедия обрядов и праздников. СПб, «Респек», 1996.
4. Дашкова И. Загадки Терпсихоры. Москва. Детская литература, 1989.
5. Блок Д.Д. Классический танец. История и современность. Искусство, 1987.
6. Погодина Е.В. 16 уроков для будущих джентльменов и принцесс. Харьков, «Фимео», 1997.

Оценочные материалы 1 года обучения

№	Имя	Начало года			Конец года		
		Шпагат	«Мостик»	Знание основных терминов современного танца	Шпагат	«Мостик»	Знание основных терминов современного танца

в-высокий уровень

д-достаточный уровень

н-низкий уровень

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 80760091953345287616995357499410305195481097556

Владелец Заева Галина Петровна

Действителен с 09.04.2025 по 09.04.2026