



**ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №165
ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
ГБОУ школы №165
(протокол от 30.08. 2024 года № 1)

УТВЕРЖДЕНА

Приказом ГБОУ школы №165
от 30.08. 2024 года № 182 –ДОП

УЧТЕНО МНЕНИЕ

Совета родителей
(законных представителей) несовершеннолетних
обучающихся
(протокол от 30 августа 2024 г. № 1)

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Современная хореография»

Срок освоения: 2 года
Возраст обучающихся: 12-17 лет

Разработчик:
Педагог дополнительного образования

Самусев Николай Леонидович

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Современная хореография» разработана в соответствии с актуальными федеральными и региональными документами в сфере образования.¹

Направленность программы: художественная.

Адресат программы:

Программа рассчитана на обучающихся в возрасте 12 – 17 лет, как имеющие хореографическую подготовку, так и на тех, кто впервые знакомится с данным видом искусства.

Актуальность программы

Современный танец становится все более популярным, актуальным и востребованным среди детей и молодёжи. В программе используются наиболее интересные отечественные и зарубежные материалы в области современной хореографии, соответствующие возрастным, психологическим и физиологическим особенностям детей и подростков, а также уровню их подготовки.

Сами принципы обучения и воспитания в коллективе построены так, что каждый учащийся получает полную возможность творческой самореализации, приобретает навыки социально-активной личности, возможность проявить себя творчески, инициативно и уверенно не только в хореографии, но и в любой другой деятельности. Каждый имеет возможность проявить своё творческое начало и как исполнитель, и как постановщик и помощник педагога, постигнув основы методики постановочной работы. В современном мире это актуально, в связи с инфантилизацией общества. Не замыкаясь в рамках урочного занятия, творчество детей проявляется на концертных площадках города, также на мастер-классах и семинарах Российских и зарубежных хореографов во время различных конкурсов и фестивалей.

Отличительной особенностью программы В программе «Современная хореография» широко раскрываются и оттачиваются индивидуальные способности воспитанников: владение техникой джаз-модерн танца, пластическая и музыкальная выразительность, творческое мышление. Отличительной особенностью является то, что повзрослевшие дети уже вовлечены в процесс познания движений и работу над собой. Они осознанно, зрело и с желанием постигают искусство хореографии и способны на самостоятельный творческий подход.

Определяющим направлением этой программы является педагогика сотрудничества и сотворчества, когда ребенок – это мастер, способный работать наравне с педагогом. Это создает особый психологический климат, способствующий раскрепощению учащихся, их сближению друг с другом, познанию своей личности и раскрытию своего внутреннего мира. На этом этапе наиболее ярко прослеживается новый подход к танцу, при котором важен не столько результат, сколько процесс самопознания и самовыражения в танце.

В программе используются наиболее эффективные отечественные и зарубежные методики в области обучения современной хореографии. Программа соответствует возрастным, психологическим и физиологическим особенностям детей и подростков, а также уровню их подготовки.

Уровень освоения программы: общекультурный.

Объем и срок освоения программы: 2 года, по 144 ак. часа в год.

¹ 1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года // Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р.

3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года // Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р.

4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа – 4 академических часа в неделю, 144 часа в год.

Цель программы: совершенствование у учащихся танцевальных и творческих способностей, способствующих наиболее яркому раскрытию их личности и профориентации посредством углублённого изучения современной хореографии.

Задачи

Обучающие:

- изучить принципы полицентрики и полиритмии - законов движения в джаз-танце в танцевальных композициях и комбинациях, поставленных как педагогом, так и самостоятельно;
- совершенствовать техники правильного дыхания в различных танцевальных стилях;
- изучить применение техники джазового танца и техники танца body-awakeness Х.Лимона;
- совершенствовать практические навыки поиска новых форм движения посредством сольной и контактной импровизации;
- обучить выразительно и стилистически разнообразно исполнять танцевальные композиции и этюды;
- обучать правильно ориентироваться в принципиальном различии стилей хореографии при просмотре танцевальных номеров, видеоматериалов и на мастер-классах;

Развивающие:

- развивать координацию, подвижность двигательного аппарата, укреплять мышечный аппарат;
- развивать чувства ритма, динамики, выразительности, формы и стиля танца;
- формировать необходимые для занятий личностные качества (выносливость, концентрацию внимания, волевые качества и др.);
- развивать образное мышление, расширять творческий диапазон и желание импровизировать;
- способствовать развитию общей культуры учащихся.

Воспитательные:

- прививать чувство правильного этического и эстетического восприятия не только хореографического, но и искусства в целом, а также окружающего мира;
- воспитание трудолюбия и самодисциплины;
- формировать навыки коллективной работы;
- способствовать формированию у учащихся активного, творческого отношения к жизни, самостоятельности и инициативности;
- прививать интерес к новому современному искусству;
- воспитывать чувство ответственности по отношению к делу, коллективу, отношения к реквизиту, костюмам и всему что имеет отношение к хореографии и коллективу.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации программы: государственный язык РФ – русский.

Форма обучения: очная.

Условия набора и формирования групп Группы формируются по уровню подготовки: обучающиеся, имеющие хореографическую подготовку и не имеющие специальной подготовки в области хореографии. Количество учащихся: 1-ый год обучения не менее 15 человек, 2-ой год обучения – не менее 12 человек.

Запись в группу производится с разрешения врача, а в течение всего периода обучения проводится диагностика показателей развития физических качеств и двигательных навыков обучающихся.

Формы организации и проведения занятий

Занятия проводятся по группам аудиторно.

Формы проведения занятий: традиционное учебное занятие, конкурс, творческий показ.

Формы организации деятельности на занятии:

Занятия проводятся по группам аудиторно.

Формы проведения занятий: традиционное учебное занятие, конкурс, творческий показ.

Формы организации деятельности на занятии:

- фронтальная: рассказ, объяснение, показ педагога, беседа;
 - групповая: отработка упражнений, движений, постановка этюдов, разучивание текстов в малых группах, в парах;
 - коллективная – творческий показ;
 - индивидуальная: коррекция пробелов в знаниях и отработка отдельных навыков.
- **Материально-техническое оснащение программы:**

1. Оборудование зала:

- станок
- покрытие пола (паркет, сплошной линолеум или спец. покрытие).
- зеркала
- магнитофон

2. Форма одежды:

- девочки: трико, черные купальники, юбочки, балетные туфли мягкие, народные туфли, джазовки;
- мальчики: черные лосины и белые майки, допускаются подтяжки. Мягкая обувь для классического танца. Народные сапоги. Джазовки.

Материально-техническое обеспечение:

№ п/п	Оборудование	Примечания
1.	Зал для занятий хореографией	1
2.	Магнитофон (музыкальный центр)	1
3.	Удлинитель	2
4.	Коврики гимнастические	16
5.	Утяжелители	32
6.	Ленты эластичные для растяжки	10
7.	Скакалки	16
8.	Шпаги	12
9.	Подсолнухи (цветы искусственные)	24
10.	Костюмы	

Кадровое обеспечение: Занятия по программе ведёт педагог дополнительного образования в области хореографии.

Планируемые результаты освоения программы

Предметные:

- развитие художественного вкуса, устойчивый интерес к танцевальному искусству и различным видам танцевально-творческой деятельности;
- общее понятие о роли хореографии в жизни учащегося и его духовно-нравственном развитии, знание основных закономерностей хореографического искусства;
- представление о художественной картине мира на основе освоения отечественных традиций и постижения историко-культурной, этнической, религиозной самобытности танцевального искусства разных народов;

- использование элементарных умений и навыков при воплощении художественно-образного содержания танцевальных произведений в различных видах хореографической и учебно-творческой деятельности;
- готовность применять полученные знания и приобретенный опыт творческой деятельности при реализации различных проектов;
- участие в создании танцевально-пластических композиций, хореографических постановок, импровизаций, танцевальных фестивалей, концертов, конкурсов и др.

Метапредметные:

- 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 как факторе успешной учебы и социализации;
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья, показателями основных физических качеств (быстроты, координации, гибкости, выносливости);
- формирование навыка обнаружения ошибок при выполнении учебных заданий;
- формирование навыка взаимодействия со сверстниками;
- формирование умения планирования занятий физическими упражнениями в режиме дня, организации отдыха и досуга с использованием средств хореографии;
- осуществление анализа и объективной оценки выступлений своих сверстников, а также результатов собственного труда;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях человека;

Личностные:

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, а также уважительного отношения к истории и культуре других народов;
- овладение навыками сотрудничества со взрослыми и сверстниками;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, внимательности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат.

После 1 года обучения по дополнительной общеобразовательной программе «Современная хореография» учащиеся должны знать теоретически и показать практически:

- знать и иметь четкое представление о правильном выстраивании основания скелета, знать принципы правильного дыхания, основные принципы импровизации. Правильное дыхание в импровизации. Знать терминологию, основные принципы и понятия техники BODY-AWAKENESS. Разбираться в стилистических различиях танцевальных направлений. Знать восемь базовых типов усилий и 6 моделей рождения движений, основанных на связях техники LMA.

- уметь исполнять комбинации со сменой Levels с использованием contraction, release, спирали, твиста торса. Уметь практически использовать эмоциональное состояние, настроение при выполнении комбинации движений в технике Х.Лимона. Уметь взаимодействовать с партнером, с пространством, временем, работать с весом, инерцией, падением и вращением, выполнять комбинации в парах и с большим количеством участников. Уметь исполнять и выступать на сцене с танцевальными этюдами и композициями.

- овладеть техникой исполнения напряжении-расслаблении тела во время движения, техническими навыками исполнения вращений, перемещений, основных принципов импровизации, партнеринга и техники BODY- AWAKENESS.

После 2 года обучения по дополнительной общеобразовательной программе «Модернджаз танец. Радость творчества» учащиеся должны знать теоретически и показать практически:

- знать и иметь представление о правильном выстраивании основания скелета, знать принципы правильного дыхания, основные принципы импровизации. Правильное дыхание в импровизации. Знать терминологию, основные принципы и понятия техники BODY-AWAKENESS, техники Х.Лимона. Понимать стилистические различия танцевальных направлений. Знать основные понятия партнеринга - «Сила», «вес», «напряжение», «освобождение», «инерция. Знать лексику, методику обучения основным принципам модернджаз танца, методику репетиционной работы. Иметь основные знания экспериментальной анатомии и связей в теле для достижения эффективного способа движения.

- уметь исполнять комбинации со сменой Levels с использованием contraction, release, спирали, твиста торса. Иметь умение продемонстрировать практические навыки и способность вести поиск новых форм движения посредством сольной и контактной импровизации.

- уметь взаимодействовать с партнером, с пространством, работать с весом, инерцией, падением и вращением, выполнять комбинации в парах и с большим количеством участников. Иметь умение применять и использовать в движении и композициях техники BODY-AWAKENESS, Х.Лимона и LMA/ BF. Уметь грамотно исполнять и эмоционально насыщенно выступать на сцене с танцевальными этюдами и композициями.

- овладеть техникой движения, техническими навыками исполнения вращений, перемещений, основных принципов импровизации, партнеринга и техники BODY-AWAKENESS. Овладеть техникой воздействия руками на собственное или тело партнера, позволяющее ему лучше почувствовать то или иное движение, техникой развивать внутреннюю силу, не прибегая к напряжению в теле. Овладеть техникой исполнения танцевальных композиций в различных техниках современного танца и гармоничном соединении этих видов техник.

После 3 года обучения по дополнительной общеобразовательной программе «Модернджаз танец. Радость творчества» учащиеся должны знать теоретически и показать практически:

- знать и иметь четкое представление о правильном выстраивании основания скелета, знать принципы правильного дыхания, основные принципы импровизации. Знать терминологию, основные принципы и понятия техники BODY-AWAKENESS, техники Х.Лимона, LMA. Разбираться в стилистических различиях танцевальных направлений. Знать лексику, методику обучения основным принципам современного танца, методику репетиционной работы. Иметь знания экспериментальной анатомии и связей в теле для достижения эффективного способа движения.

- уметь исполнять комбинации со сменой Levels с использованием contraction, release, спирали, твиста торса. Иметь умение продемонстрировать практические навыки и способность вести поиск новых форм движения посредством сольной и контактной импровизации.

- уметь взаимодействовать с партнером, с пространством, временем, работать с весом, инерцией, падением и вращением, выполнять комбинации в парах и с большим количеством участников. Иметь умение применять и использовать в движении и композициях техники BODY-AWAKENESS, Х.Лимона и LMA/ BF. Уметь технически грамотно исполнять и выступать на сцене с танцевальными композициями.

- овладеть техникой движения, техническими навыками исполнения вращений, перемещений, основных принципов импровизации, партнеринга и техники BODY-

AWAKENESS и LMA. Овладеть техникой энергии внутренней силы, инерции, расслабления, не прибегая к напряжению в теле. Овладеть техникой исполнения танцевальных композиций в различных техниках современного танца и гармоничном соединении этих видов техник.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
1-ый год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	Наблюдение, входная диагностика
2.	Основы джаз-танца	64	14	50	Наблюдение, результату замеров 1 раз в месяц
3.	Классический exersice	18	4	14	Наблюдение, открытые занятия (3 раза в год), контрольное занятие
4.	Постановочно-репетиционная работа	44	8	36	Наблюдение
5.	Концертная деятельность	14	2	12	Участие в концертной деятельности, концертно-репертуарная карта
6.	Итоговое занятие	2	1	1	Итоговая диагностика
	Итого:	144	30	114	

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
2-ой год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	Наблюдение, входная диагностика
2.	Джаз-танец	24	4	20	Наблюдение, открытые занятия (2 раза в год), контрольные занятия
3.	Основы танца-модерн	32	8	24	Наблюдение, открытые занятия (2 раза в год), контрольные занятия
4.	Классический exercise	42	6	36	Наблюдение, открытые занятия (2 раза в год), контрольные занятия
5.	Постановочно-репетиционная работа	26	4	22	Наблюдение
6.	Концертная деятельность	16	2	14	Участие в концертной деятельности, концертно-репертуарная карта
7.	Итоговое занятие	2	1	1	Итоговая диагностика
	Итого:	144	26	118	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 165
ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА,** Безбородая Ирина
Николаевна, директор

23.10.24 14:32 (MSK)

Сертификат D54FA15D545A38E62E45F7A7A3ED1ADF