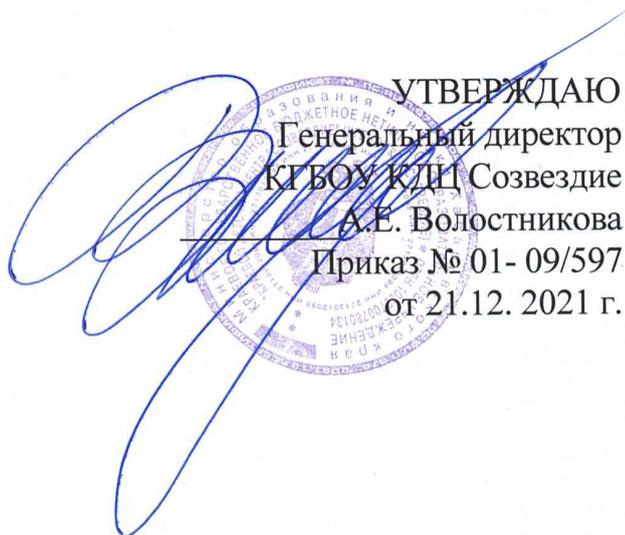


Министерство образования и науки Хабаровского края
Краевое государственное бюджетное нетиповое образовательное учреждение
«Краевой детский центр «Созвездие»

УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор
КГБОУ КДЦ Созвездие
А.Е. Волостникова
Приказ № 01- 09/597
от 21.12. 2021 г.



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Dance»
(физкультурно-спортивная направленность)**

Возраст обучающихся: 9–17 лет
Продолжительность реализации: 12 дней

Автор - составитель:
Марушкина Мария Станиславовна,
методист отдела образовательных программ

Место реализации:
Хабаровский край, р.п. Переяславка,
дружина «Созвездие»

г. Хабаровск, 2022 г.

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Dance» разработана в соответствии нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации»;

- «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», утвержден Приказом Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 № 196;

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648–20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Письмо Минобрнауки России № 09–3242 от 18.11.2015 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

- Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе КГБНОУ КДЦ Созвездие.

Направленность: физкультурно-спортивная.

Уровень освоения: стартовый (ознакомительный).

Актуальность программы.

Танцевальное искусство - это мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства. Особенно привлекателен и интересен этот мир детям.

Танец – одно из актуальных средств эстетического воспитания и формирования творческого начала в человеке. Человек, занимающийся танцами, укрепляет здоровье, формирует красивую осанку, развивает аэробную возможность организма, внутреннюю координацию движений за счет увеличения скорости нервно-психических процессов, повышает устойчивость вестибулярного аппарата, быстроту реакции, расширяет представление о двигательных возможностях собственного организма. Умение правильно и красиво танцевать придаёт уверенности, повышает самооценку, помогает легко находить контакты с незнакомыми людьми.

Танец является эффективным средством организации досуга молодёжи, культурной формой отдыха, позволяющей ориентироваться на здоровый образ жизни. Занятия танцами органически связаны с усвоением норм этики, немислимы без выработки высокой культуры общения между людьми. Коллективное исполнение композиций повышает чувство ответственности за результаты своего труда и коллектива в целом, что воспитывает нравственные качества личности, приучает к созидательному труду в обществе. Актуальность

программы заключается в популяризации здорового образа жизни и дальнейшее развитие различных танцевальных направлений.

Новизна и отличительные особенности программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Dance» включает в себя пять модулей: «Vogue», «Juzz-funk», «Dancehall», «Hip-hop», «Popping». Обучающиеся осваивают выбранный ими модуль в течение смены. Такой формат предполагает параллельное обучение детей по выбранным модулям (т.е. в течение краевой профильной смены обучающийся освоит 1 образовательный модуль).

В процессе занятий по данным модулям участники изучат простейшие танцевальные элементы, исполняют простые танцевальные композиции и примут участие в большом танцевальном спектакле в отчетном концерте по итогу смены.

Педагогическая целесообразность

Занятия танцем имеют большое значение для физического развития детей. Они начинают легко и свободно двигаться, приобретают правильную осанку, избавляются от сутулости, опущенной при ходьбе головы, привычки ставить ноги вовнутрь носками, физические недостатки постепенно исправляются. Также улучшается координация движений, сила мышц, развиваются динамические возможности и дыхательная система, укрепляется сердечно – сосудистая система. Так же в процессе занятий танцевальным искусством растет культура поведения: дети становятся более вежливыми, начинают относиться внимательней к окружающим, находят общие интересы с товарищами, чувствуют себя частью коллектива. Между мальчиками и девочками складываются дружеские отношения.

Адресат программы

Программа адресована обучающимся в возрасте 9–17 лет, участникам краевой профильной смены, находящимся в условиях временного детского коллектива.

Количество обучающихся в группе: до 20 человек.

Условия набора в группу: по желанию участников краевой профильной смены, с учётом возрастных особенностей детей, без ограничений и специальных требований к уровню их подготовленности.

Объем и сроки реализации программы, режим занятий.

Сроки реализации программы: 12 дней, 24 академических часа.

Максимальное количество академических часов по программе – 24. Учебный план представлен как избыточный максимум: обучающийся выбирает по желанию один модуль и посещает его в течение всей смены. Итоговое количество часов и изучение всех модулей по программе не считается обязательным.

Режим занятий: Занятия проводятся в соответствии с планом краевой профильной смены, продолжительность одного занятия – 2 академических часа (с перерывом 10 минут).

Продолжительность и режим занятий осуществляются в соответствии с СП 2.4.3648–20 от 28.09.2020 г «Санитарно-эпидемиологические требования к

организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Формы организации деятельности обучающихся: групповая, индивидуальная и парная формы работы.

Формы организации образовательной деятельности: игровые, интервальные, круговые тренировки-занятия; танцевальные баттлы; творческие занятия по составлению сольных, дуэтных, групповых композиций, подготовка номеров для выступлений.

Форма обучения – очная.

1.2. Цель и задачи программы

Цель: формирование у обучающихся основ танцевального искусства в процессе постановки танцевального спектакля.

Задачи:

предметные:

- познакомить обучающихся с основами танцевального искусства различных направлений;

- формировать знания, умения, навыки в области хореографии различных танцевальных направлений, музыкально-танцевальные способности на основе овладения и освоения основ хореографической культуры;

метапредметные:

- развивать музыкально-ритмическую координацию, мышечное чувство, осанку, стопу; музыкально-двигательную память;

- формировать коммуникативные компетентности обучающихся в процессе совместной деятельности по созданию творческого номера (танца);

- развивать творческие и созидательные способности обучающихся, фантазию, способность к импровизации;

личностные:

- мотивировать обучающихся к ведению здорового образа жизни, укреплению здоровья.

- способствовать повышению у обучающихся самооценки, уверенности в себе, в своих силах, в своих действиях;

1.3. Учебный план и содержание программы

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Модуль «Vogue»				
1	История происхождения и развития, культура танцевального стиля vogue. Поузинг в vogue.	2	0,5	1,5	Опрос Практические упражнения

2	Повтор прошедшего материала. Направление Arms control.	2	0,5	1,5	Практические упражнения
3	Повтор прошедшего материала. Направление Hands performance.	2	0,5	1,5	Практические упражнения
4	Подготовка хореографии в стиле vogue на базе пройденного материала.	2	0,5	1,5	Упражнения на базовые элементы хореографии
5	Ознакомительное занятие для детей из других факультетов	2	0,5	1,5	Практические упражнения
6	Runway и дефиле в vogue. Изучение не танцевальных направлений vogue.	2	0,5	1,5	Практические упражнения
7	Направление –«New way vogue». Стрейчинг.	2	0,5	1,5	Практические упражнения
8	Направление «Old way vogue». Акробатические элементы vogue.	2	0,5	1,5	Практические упражнения
9	Постановка танцевального номера в стиле vogue.	6	0	6	Репетиция
12	Отчетный спектакль. Промежуточная аттестация.	2	0	2	Танцевальное выступление
	Итого:	24	4	20	
2.	Модуль «Jazz-funk»				
1	История возникновения Jazz Funk. Знакомство с основными элементами стиля.	2	0,5	1,5	Опрос Практические упражнения
2	Изучение танцевальной комбинации «Have Mercy» в технике Jazz-Funk.	2	0,5	1,5	Практические упражнения по отработке базовых танцевальных комбинаций
3	Работа над манерой исполнения танца в стиле Jazz-Funk. Практики для эмоционального	2	0,5	1,5	Практические упражнения Тренинг

	раскрепощения.				
4	Изучение танцевальной комбинации «Hissur» в технике Jazz-Funk	2	0,5	1,5	Практические упражнения по отработке базовых танцевальных комбинаций
5	Ознакомительное занятие для детей из других факультетов	2	0,5	1,5	Практические упражнения
6	Изучение танцевальной комбинации «Woman» в технике Jazz-Funk	2	0,5	1,5	Практические упражнения
7	Свободная танцевальная импровизация. Парная импровизация. Изучение понятий музыкальности.	2	0,5	1,5	Практические упражнения
8	Изучение танцевальной комбинации «Buttons» в технике Jazz-Funk	2	0,5	1,5	Практические упражнения
9	Сочинение обучающимися собственных хореографических зарисовок. Повторение ранее пройденного материала.	2	0,5	1,5	Практические упражнения
10	Изучение танцевальной комбинации «Freedom» в технике Jazz-Funk	4	1	3	Практические упражнения
11	Подведение итогов. Творческое задание.	2	0,5	1,5	Творческое задание
Итого:		24	6	18	
3.	Модуль «Dancehall».				
1	Знакомство со стилем «Dancehall». New school steps.	2	0,5	1,5	Опрос Практические упражнения
2	Направление New school. Основные движения.	2	0,5	1,5	Практические упражнения
3	Импровизация и практика.	2	0,5	1,5	Практические упражнения
4	Популярные	2	0,5	1,5	Практические

	музыкальные трек-композиции в технике steep. Импровизация и практика.				упражнения
5	Ознакомительное занятие для детей из других факультетов	2	0,5	1,5	Практические упражнения
6	Направление Middle school в стиле dancehall.	2	0,5	1,5	Практические упражнения по отработке базовой технике
7	Популярные музыкальные трек-композиции в технике steep middle. Стили движения.	2	0,5	1,5	Практические упражнения
8	Направление Footwork dancehall.	2	0,5	1,5	Практические упражнения
9	Направление Old school dancehall.	2	0,5	1,5	Практические упражнения
10	Музыкальность. Работа в танцевальной технике Freestyle.	2	0,5	1,5	Практические упражнения
11	Хореография в направлении dancehall.	2	0,5	1,5	Практические упражнения по отработке хореографических элементов
12	Подведение итогов. Творческое задание	2	0,5	1,5	Творческое задание
	Итого:	24	6	18	
4.	Модуль «HIP-HOP»				
1	Знакомство со стилем hip-hop. Погружение в основные техники. Счет. Связка.	2	0,5	1,5	Опрос Практические упражнения
2	Rocking. Too step. Смена уровней. Повтор. Techno. Работа с пространством (амплитуда и перемещения). Стилль hip-hop – «Freestyle dance». Связка.	2	0,5	1,5	Практические упражнения по отработке базовых техник движения и переходов.

3	Типы вариаций в стиле hip-hop. Применение вариаций стиля на новых базовых движениях. Музыкальность (темп, счёт, скорость, чувство/эмоция). Связка.	2	0,5	1,5	Практические упражнения по отработке вариаций стилей во время базовых движений.
4	Координация: база-techno-вариации - музыкальность- уровни.	2	0,5	1,5	Практические упражнения
5	Ознакомительное занятие для детей из других факультетов	2	0,5	1,5	Практические упражнения
6	Отработка изученных танцевальных техник в стиле hip-hop.	2	0,5	1,5	Практические упражнения
7	Отработка стиля freestyle danc. Понятие ритмического рисунка.	2	0,5	1,5	Практические упражнения
8	Эмоции, ощущения. Практика движения: идея, посыл/смысл. Работа в парах.	2	0,5	1,5	Практические упражнения
9	Повтор пройденного материала. Постановка танцевального номера	6	1	5	Практические упражнения
10	Выступление	2	0	2	Творческое задание
Итого:		24	5	19	
5.	Модуль «Popping».				
1.	Знакомство с направлениями танцевального стиля Popping by Twist: Arm wave, Pop, Fresno.	2	0,5	1,5	Опрос Практические упражнения
2	Базовые техники Fresno - Walk out, Rolls	2	0,5	1,5	Практические упражнения по отработке базовых техник
3	Отработка базовых техник Rolls, Walk out. Отработка шагов/ Posing	2	0,5	1,5	Практические упражнения

4	Знакомство с движением Twist of Flex	2	0,5	1,5	Практические упражнения
5	Ознакомительное занятие для детей из других факультетов	2	0,5	1,5	Практические упражнения
6	Отработка базовых техник Twist of Flex и Neck o Flex.	2	0,5	1,5	Практические упражнения по отработке базовых техник
7	Отработка техники Neck o Flex. Изучение стилей Sacramento step, Twists.	2	0,5	1,5	Практические упражнения
8	Отработка базовых техник Sacramento step, Twists.	2	0,5	1,5	Практические упражнения
9	Изучение техники движения Old Man.	2	0,5	1,5	Практические упражнения
10	Отработка базовых элементов Old man и Toy Man.	2	0,5	1,5	Практические упражнения
11	Повтор пройденного материала. Отработка базовой техники Toy Man.	2	0,5	1,5	Практические упражнения
12	Подведение итогов. Творческое задание.	2	0,5	1,5	Творческое задание
Итого:		24	6	18	

Содержание программы

Модуль 1 «Vogue».

Тема 1. История происхождения и развития, культура танцевального стиля vogue. Поузинг в vogue.

Теория: Зарождение стиля vogue. Всеобщая популяризация vogue. Основные направления vogue dance. Главная особенность танца в направлении vogue – поузинг (Posing).

Практика: Практические упражнения по отработке по созданию схематического рисунка – позы во время танца.

Тема 2. Повтор прошедшего материала. Направление Arms control.

Теория: Основные направления vogue dance. Главная особенность танца в направлении vogue – поузинг (Posing). Техника создания позы во время танца.

Направление vogue - танец руками. Техника Arms control. Движение рук: классические, геометричные (линии, коробки, бабочки).

Практика: Практические упражнения по отработке танца в технике Arms control.

Тема 4. Повтор прошедшего материала. Направление Hands performance.

Теория: Техника создания позы во время танца. Направление vogue - танец руками. Техника Hands performance (в пер. «представление руками»).

Практика: Практические упражнения по отработке техники Hands Performance (танцор танцует только руками, стоя на одном месте или сидя на стуле, его задача с помощью рук идеально обыграть музыку и рассказать зрителям историю).

Тема 5. Подготовка хореографии в стиле vogue на базе пройденного материала.

Теория: Основные направления vogue dance. Базовые элементы движения и техники их выполнения в направлениях Posing, Arms control, Hands performance.

Практика: Практические упражнения по отработке базовых элементов движения и техники их выполнения в направлениях Posing, Arms control, Hands performance.

Тема 6. Ознакомительное занятие для детей из других факультетов.

Теория: Зарождение стиля vogue. Всеобщая популяризация vogue. Основные направления vogue dance. Базовые элементы движения и техники их выполнения в стиле vogue dance.

Практика: Практические упражнения по отработке базовых элементов движения и техники их выполнения в стиле vogue dance.

Тема 7. Runway и дефиле в vogue. Изучение не танцевальных направлений vogue.

Теория: Техника профессиональной подиумной походки. Основное отличие Runway от дефиле в vogue. Образ, индивидуальность и неповторимость. Категории женского Runway: «American» и «European». Стилиевые элементы.

Практика: Практические упражнения по отработке базовых элементов движения в техниках Runway и дефиле в vogue.

Тема 8. Направление «New way vogue». Стрейчинг.

Теория: История формирования стиля vogue в new way vogue. Базовые движения vogue в сочетании с новыми элементами других направлений. Растяжка, координация, баланс. Импровизация. Стретчинг. Что это такое и зачем нужно танцору.

Практика: Комплекс упражнений, разработанный для растяжки мышц и подтяжки всего тела. Практические упражнения по отработке базовых элементов движения в технике New way vogue.

Тема 9. Направление «Old way vogue». Акробатические элементы vogue.

Теория: Первый стиль vogue. Танцевальная классика направления. Основные принципы направления движений: стиль, грация, поза. Сочетание танцевальных элементов брейка, джаза, классического балета, элементы единоборств. Падения, вращения, выполнение танца в партере.

Практика: Практические упражнения по отработке базовых элементов движения в технике Old way vogue

Тема 10. Постановка танцевального номера в стиле vogue.

Практика: Постановка и репетиция танцевального номера в стиле vogue.

Тема 11. Отчетный спектакль. Промежуточная аттестация.

Практика: Отчетный спектакль в стиле vogue.

Модуль 2. «Jazz-funk»

Тема 1. История возникновения Jazz Funk. Знакомство с основными элементами стиля.

Теория: История возникновения танца Jazz Funk. Jazz Funk и шоу-бизнес. Стиль одежды. Характеристика музыки. Характерные особенности танца Jazz Funk. Импульс. Харизма. Самовыражение. Манера движения, характерная для танца Jazz Funk. Физическая подготовка. Необходимые, базовые, акробатические навыки.

Практика: Практические упражнения по отработке базовых элементов движения в технике Jazz Funk.

Тема 2. Изучение танцевальной комбинации «Have Mercy» в технике Jazz-Funk.

Теория: Jazz Funk: связка для начинающих. Танцевальная комбинация «Have Mercy» в технике Jazz-Funk. Характеристика движения (вращения, прыжки, шпагаты и полу-шпагаты, уровни, падения, смещение акцентов, замедления, остановки в сочетании со стилизованным исполнением базовых элементов).

Практика: Практические упражнения по отработке танцевальной комбинации «Have Mercy» в технике Jazz-Funk.

Тема 3. Работа над манерой исполнения танца в стиле Jazz-Funk. Практики для эмоционального раскрепощения.

Теория: Танцы и физическое здоровье. Упражнения «Броуновское движение», «Тень», «Парное равновесие», «Множественное равновесие».

Манера исполнения танца в стиле Jazz-Funk: импульс; шаги степ-степ; скольжения; волны (ломанные или плавные); переходы. Резкость/плавность движений. Открытая постановка корпуса.

Практика: Тренинги на эмоциональное раскрепощение. Работа над манерой исполнения танца в стиле Jazz-Funk.

Тема 4. Изучение танцевальной комбинации «Hissur» в технике Jazz-Funk.

Теория: Танцевальная комбинация «Hissur» в технике Jazz-Funk. Основные элементы в стиле Jazz-Funk: импульс, волны, шаги, изоляция. Креативность, экспрессивность в танце. Разнообразие изолированных движений, волн, импульсов и шагов. Четкие, ритмичные движения. Плавный/резкий переход. Эмоциональная индивидуальность.

Практика: Практические упражнения по отработке танцевальной комбинации «Hissur» в технике Jazz-Funk.

Тема 5. Ознакомительное занятие для детей из других факультетов.

Теория: История возникновения танца Jazz Funk. Jazz Funk и шоу-бизнес. Стилль одежды. Характеристика музыки. Характерные особенности танца Jazz Funk. Импульс. Харизма. Самовыражение. Манера движения, характерная для танца Jazz Funk. Физическая подготовка. Необходимые, базовые, акробатические навыки.

Практика: Практические упражнения по отработке базовых элементов движения в технике Jazz Funk.

Тема 6. Изучение танцевальной комбинации «Woman» в технике Jazz-Funk.

Теория: Танцевальная комбинация «Woman» в технике Jazz-Funk. Танец-шоу; активные, ролевые движения. Джазовая хореография: импровизация, акробатические этюды. Физическая подготовка. Ключевые движения в танцевальной комбинации.

Практика: Практические упражнения по отработке танцевальной комбинации «Woman» в технике Jazz-Funk.

Тема 7. Свободная танцевальная импровизация. Парная импровизация. Изучение понятий музыкальности.

Теория: Понятие «музыкальность» и её особенности развития у обучающихся на уроках хореографии. Музыкальность танцовщика: четыре основных компонента. Темповые и метрические особенности. Импровизация в танце: сольная, дуэтная, парная, групповая. Акценты. Ритмовые эксперименты. Связки и контраст движения.

Практика: Практические упражнения. Парная и сольная танцевальная импровизация.

Тема 8. Изучение танцевальной комбинации «Buttons» в технике Jazz-Funk.

Теория: Танцевальная комбинация «Buttons». Принципы построения комбинации. Шаги «степ-степ». Контрастность. Динамика. Плавность. Танцевальные связки. Танцевальный этюд.

Практика: Практические упражнения по отработке танцевальной комбинации «Buttons» в технике Jazz-Funk.

Тема 9. Сочинение обучающимися собственных хореографических зарисовок. Повторение ранее пройденного материала.

Теория: Танцевальные комбинации. Импровизации. Движения. Шаги. Позирование. Точность. Четкость. Танцевальные акценты. Хореографические постановки. Подбор музыкальной композиции.

Практика: Практические упражнения по сочинению собственных хореографических зарисовок.

Тема 10. Изучение танцевальной комбинации «Freedom» в технике Jazz-Funk.

Теория: Танцевальная комбинация «Freedom». Особенности техники «Freedom». Медитация в танце. Открытие. Трансформация. Свобода. Контраст. Доверие и самовыражение. Шаги «степ-степ». Движение рук. Волны.

Практика: Практические упражнения по отработке танцевальной комбинации «Freedom» в технике Jazz-Funk.

Тема 11. Подведение итогов. Творческое задание.

Теория: Танцевальные комбинации в технике Jazz-Funk. Импровизация. Стилизация. Шаги степ-степ. Движение рук.

Практика: Создание собственного танца в технике Jazz-Funk с использованием изученных элементов и комбинаций.

Модуль 3. Модуль «Dancehall».

Тема 1. Знакомство со стилем «Dancehall». New school steps.

Теория: Знакомство с танцевальным стилем «Dancehall». История, этапы становления. Специфика музыкального материала. Специфическая манера исполнения. Классификация степов. Движения Willie Bounce, Wacky Dip, Back to Basics.

Практика: Практические упражнения на знакомство с танцевальным стилем «Dancehall».

Тема 2. Направление New school. Основные движения.

Теория: Эпоха направления New School в танцевальном стиле «Dancehall». Специфические особенности. Движения руками. Движения бедрами. Движения ногами. Кач. Связка элементов.

Практика: Практические упражнения по отработке базовых движений в направлении New school.

Тема 3. Импровизация и практика.

Теория: Импровизация. Джеммы. Батлы. Эмоции и самовыражение в танце. Сольное, парное, групповое танцевальное выступление.

Практика: Практические упражнения для развития импровизации.

Тема 4. Популярные музыкальные трек-композиции в технике steep. Импровизация и практика.

Теория: Дифференциация системы музыкальных жанров. Аранжировка. Overdubbing. Импровизация. Джеммы. Батлы. Эмоции и самовыражение в танце. Сольное, парное, групповое танцевальное выступление.

Практика: Практические упражнения для развития импровизации.

Тема 5. Ознакомительное занятие для детей из других факультетов

Теория: Знакомство с танцевальным стилем «Dancehall». История, этапы становления. Специфика музыкального материала. Специфическая манера исполнения. Классификация степов. Движения Willie Bounce, Wacky Dip, Back to Basics.

Практика: Практические упражнения по отработке базовых движений в направлении Dancehall.

Тема 6. Направление Middle school в стиле dancehall.

Теория: Middle school: эра средней школы dancehall. Характерные движения. Степы Umbrella, Flower Are Bloom, Tek Weh Yuh Self, Give Me Space. Специфика музыкального сопровождения. Middle ритм. Быстрота. Прыгучесть. Командная работа. Танцевальные связки.

Практика: Практические упражнения по отработке базовых движений в направлении в стиле dancehall.

Тема 7. Популярные музыкальные трек-композиции в технике steep middle. Стили движения.

Теория: Дифференциация системы музыкальных жанров. Аранжировка. Overdubbing. Популярные музыкальные трек-композиции в технике steep middle. Характеристики движения middle school: Badda Dan; Badman Forward - Bad Man Pull Up; Blazay; Elbow Dem; Power Cut It; Top Speed; Santa Bunx; Air force One; Shovel it; Cut Dem Off; You Go Away; Raging Bull.

Практика: Практические упражнения по отработке базовых движений в направлении Middle school в стиле dancehall.

Тема 8. Направление Footwork dancehall.

Теория: Музыка, ритм и танец. Развитие танцора. Базовый footwork. Развитие и постановка стопы. Принцип «пятка-носок». Координация.

Положение стоп в танце. Баланс, футворк, и умение делать глайды. Базовый шаг saccin, sacramento walk и его вариации.

Практика: Практические упражнения по отработке базовых движений в направлении Footwork dancehall.

Тема 9. Направление Old school dancehall.

Теория: Базовые шаги. Особенности грув. Три базовых элемента. Движение руками. Движение ногами. Кач. Танцевальные комбинации. Связки элементов. Riddim.

Практика: Практические упражнения по отработке базовых движений в направлении Old school dancehall.

Тема 10. Музыкальность. Работа в танцевальной технике Freestyle.

Теория: Dancehall — уличный ямайский танец, в основе которого лежит концентрация на шагах и мувах. Связь танца и музыки. Спонтанные танцевальные шаги. Музыкальный стиль. Raggamuffin. Freestyle для начинающих.

Практика: Практические упражнения по отработке базовых движений в танцевальной технике Freestyle.

Тема 11. Хореография в направлении dancehall.

Теория: Музыка. Танцевальная постановка в направлении dancehall. Движение руками. Движение ногами. Кач. Танцевальные комбинации. Связки элементов.

Практика: Практические упражнения по хореографии в направлении dancehall.

Тема 12. Подведение итогов. Творческое задание.

Теория: Танцевальная постановка в направлении dancehall. Движение руками. Движение ногами. Кач. Танцевальные комбинации. Связки элементов. Связь танца и музыки. Спонтанные танцевальные шаги.

Практика: Создание собственного танца в технике dancehall с использованием изученных элементов и комбинаций.

Модуль 4. HIP-HOP

Тема 1. Знакомство со стилем hip-hop. Погружение в основные техники. Счет. Связка.

Теория: История возникновения и развития Хип-Хоп культуры. Хип-Хоп мода. Groove как основа хип-хоп танца. Базовые элементы движения baseball и all bee. Танец под бит. Базовые шаги. Счет. Хип-хоп техники. Работа рук. Инерция. Волна. Разделение. Тренировка танца на полу. Уходы вниз. Перемещения. Работа с уровнями и скоростью. Харизма. Темп и ритм: комбинация и сочетание. Rob Base, Bart Simpson в ритме. Базовая связка для начинающих. Простые танцевальные связки.

Практика: Практические упражнения по отработке базовых движений в направлении Hip-hop dance.

Тема 2. Rocking. Too step. Смена уровней. Повтор. Techno. Работа с пространством (амплитуда и перемещения). Стиль hip-hop – «Freestyle dance». Связка.

Теория: Подбор музыкального сопровождения. Базовые шаги в направлении hip-hop. Two step (два шага или шаг/приставка). Основной шаг Two step и его разновидности. Механика шага Two Step. Работа с балансом. Сочетание танцевальных направлений hip-hop и techno. . Работа с пространством (амплитуда и перемещения). Танцевальные направления хип-хопа. Hip-hop Freestyle – движения, сочетающие в себе направление других танцевальных стилей. Повороты. Прыжки. Кач. Верхний брейк. Импровизация и новые элементы.

Практика: Практические упражнения по отработке базовых движений в направлении hip-hop Freestyle.

Тема 3. Типы вариаций в стиле hip-hop. Применение вариаций стиля на новых базовых движениях. Музыкальность (темп, счёт, скорость, чувство/эмоция). Связка.

Теория: Базовые вариации в направлении в направлении hip-hop. Приемы «реверс» и «клонирование». Шесть шагов. Sham rock. Движение рук. Базовые движения tone wor, brooklyn dance, kriss kross. Пританцовка. Эмоциональное и творческое самовыражение. Ритмика. Кач. Концепты рук и шагов. Работа с пространством. Механика. Движения и фигуры.

Практика: Практические упражнения по отработке вариаций базовых движений различных стилей в направлении hip-hop.

Тема 4. Координация: база – techno - вариации – музыкальность - уровни.

Теория: Уровни, скорость и разница в hip-hop. Базовые вариации в направлении в направлениях hip-hop/techno. Движение рук и ног. Счет. Ритмика. Кач. Работа с пространством. Механика. Движения и фигуры.

Практика: Практические упражнения по отработке вариаций базовых движений hip-hop/techno.

Тема 5. Ознакомительное занятие для детей из других факультетов

Теория: История возникновения и развития Хип-Хоп культуры. Хип-Хоп мода. Groove как основа хип-хоп танца. Базовые элементы движения baseball и all bee. Танец под бит. Базовые шаги. Счет. Хип-хоп техники. Работа рук. Инерция. Волна. Разделение. Тренировка танца на полу. Уходы вниз. Перемещения. Работа с уровнями и скоростью. Харизма. Темп и ритм: комбинация и сочетание. Rob Base, Bart Simpson в ритме. Базовая связка для начинающих. Простые танцевальные связки.

Практика: Практические упражнения по отработке базовых движений в направлении Hip-hop dance.

Тема 6. Отработка изученных танцевальных техник в стиле hip-hop.

Теория: Базовые элементы движения. Базовые шаги. Счет. Работа рук. Инерция. Волна. Разделение. Уходы вниз. Перемещения. Темп и ритм. Базовые связки. Базовые вариации и комбинации. Механика.

Практика: Практические упражнения по отработке изученных танцевальных техник в направлении Hip-hop dance.

Тема 7. Отработка стиля freestyle dance. Понятие ритмического рисунка.

Теория: Хореографическая композиция. Понятие ритмический рисунок. Последовательность длительностей звуков, отвлеченная от их высоты. Трюки и акробатические элементы. Звуковой рисунок. Ритмические группы. Пунктирный ритм. Стиль freestyle dance. Спонтанный танец под музыку. Импровизация. Манера. Ощущение музыкального ритма. Танцевальные направления. Базовые движения. Шаги. Соединение базовых элементов. Переходы. Броски и сальто.

Практика: Практические упражнения по отработке стиля freestyle dance.

Тема 8. Эмоции, ощущения. Практика движения: идея, посыл/смысл. Работа в парах.

Теория: Индивидуальность и творческое самовыражение в танце. Трюки и акробатические элементы. Музыкальный и ритмический рисунок. Хип-хоп хореография: связка шагов, перемещение, инерция, импровизация. Разнообразие в танце (смена трека). Харизма. Музыкальность. Отработка кача. Ритмика. Парные упражнения для хип-хоп танцоров.

Практика: Практические упражнения по отработке стиля Hip-hop dance. Работа в парах.

Тема 9. Повтор пройденного материала. Постановка танцевального номера

Теория: Базовые элементы движения baseball и all bee. Танец под бит. Базовые шаги. Счет. Хореографическая композиция. Ритмический рисунок. Трюки и акробатические элементы. Работа рук. Инерция. Волна. Разделение. Уходы вниз. Перемещения. Темп и ритм. Базовые связки. Базовые вариации и комбинации. Механика.

Практика: Практические упражнения по постановке танцевального номера.

Тема 10. Выступление.

Практика: Танцевальное выступление на отчетном концерте.

Модуль 5. Popping.

Тема 1. Знакомство с направлениями танцевального стиля Popping by Twist: Arm wave, Pop, Fresno.

Теория: История возникновения стиля Popping. Основные элементы танца: Pop (резкое, порывистое сокращение мышц); Fresno (выставление вперед одной руки и поворот корпуса в противоположную сторону с одновременным двойным pop в ногах и руках); Arm wave (волна). Стили танца Popping.

Практика: Практические упражнения по отработке базовых элементов хореографии в стиле Popping.

Тема 2. Базовые техники Fresno - Walk out, Rolls

Теория: Базовый элемент Popping - Fresno. Базовый элемент движения в технике Fresno – Rolls (круговое движение). Задействованные в танце части тела: Knee Rolls (Круговое движение коленями); Hip Rolls (круговое движение бедрами); Chest Rolls (круговое движение грудью); Head Rolls (круговое движение головой); Shoulders Rolls (круговое движение плечами); Total Rolls (последовательные круговые движения всеми частями тела); Foot Rolls (круговое движение стопами). Базовый шаг в направлении Popping - Walk out (шаги на 45 градусов с выполнением Pop).

Практика: Практические упражнения по отработке базовых техник Fresno - Walk out и Rolls.

Тема 3. Отработка базовых техник Rolls, Walk out. Отработка шагов/Posing.

Теория: Базовый элемент движения в технике Fresno – Rolls (круговое движение). Задействованные в танце части тела: Knee; Hip Rolls; Chest Rolls; Head Rolls; Shoulders Rolls; Total Rolls; Foot Rolls. Базовый шаг Walk out. Posing в направлении Popping.

Практика: Практические упражнения по отработке базовых техник Walk out и Rolls, отработке шагов (Posing).

Тема 4. Знакомство с движением Twist of Flex.

Теория: Базовый элемент движения в направлении Popping – Twist of Flex. Положение тела. Шаг с переходом. Смена позиции рук и корпуса. Разворот (стопы, голова). Возвращение в исходное положение.

Практика: Практические упражнения по отработке базовой техники движения Twist of Flex.

Тема 5. Ознакомительное занятие для детей из других факультетов.

Теория: Знакомство с направлениями танцевального стиля Popping by Twist: Arm wave, Pop, Fresno. Особенности танцевального направления. Стили танца Popping. Базовые элементы движения. Базовые элементы шага.

Практика: Практические упражнения по отработке хореографической базы Popping by Twist.

Тема 6. Отработка базовых техник Twist of Flex и Neck o Flex.

Теория: Базовый элемент движения в направлении Popping – Twist of Flex. Положение тела. Шаг с переходом. Смена позиции рук и корпуса. Разворот (стопы, голова). Возвращение в исходное положение. Базовый элемент движения в направлении Popping – Neck o Flex (Разворот головы и последующий разворот всего тела вслед за ней).

Практика: Практические упражнения по отработке базовых техник движения Twist of Flex и Neck o Flex.

Тема 7. Отработка техники Neck o Flex. Изучение стилей Sacramento step, Twists.

Теория: Базовый элемент движения в направлении Popping – Neck o Flex (Разворот головы и последующий разворот всего тела вслед за ней). Техника базового движения ног Saccin' (Sacramento style). Особенности стиля (во время движения задействованы только ноги, корпус недвижим). Фиксация корпуса. Первая поза. Вторая поза. Шаг. Перемещение. Шаг. Повтор. Техника степов в направлении Twists. Особенности стиля. Передвижение за счёт перехода с пяток на носки. Однонаправленные повороты ладоней и одной стопы. Работа ногами (выполнение v-step при неподвижном корпусе).

Практика: Практические упражнения по отработке базовой техники движения Neck o Flex. Отработка хореографической базы стилей Sacramento step и Twists.

Тема 8. Отработка базовых техник Sacramento step, Twists.

Теория: Техника базового движения ног Saccin' (Sacramento style). Особенности стиля (во время движения задействованы только ноги, корпус недвижим). Фиксация корпуса. Первая поза. Вторая поза. Шаг. Перемещение. Шаг. Повтор. Техника степов в направлении Twists. Особенности стиля. Передвижение за счёт перехода с пяток на носки. Однонаправленные повороты ладоней и одной стопы. Работа ногами (выполнение v-step при неподвижном корпусе).

Практика: Практические упражнения по отработке хореографической базы стилей Sacramento step и Twists.

Тема 9. Изучение техники движения Old Man.

Теория: Техника выполнения усложненных базовых элементов Poppings. Oldman walk – трюк «Походка старого человека». Кач. Шаг. Круговое движение бедром и левым плечом. Переступ. Перенос корпуса. Завершение.

Практика: Практические упражнения по отработке техники движения Old Man.

Тема 10. Повтор пройденного материала. Отработка базовой техники Toy Man.

Теория: Базовые элементы, техники и стили Poppings. Базовая техника Toy Man. Изображение фигур в процессе танца (прямые руки, ноги, четкие

сгибы всех суставов, полное отсутствие пластичности, затрудненная ходьба и т.п.).

Практика: Практические упражнения по отработке базовой техники Toy Man.

Тема 12. Подведение итогов. Творческое задание.

Теория: Танцевальная постановка в направлении Popping. Базовые движения. Базовые шаги. Базовые танцевальные связки. Танцевальные комбинации.

Практика: Создание собственного танца в технике Popping с использованием изученных элементов и комбинаций.

1.4. Ожидаемые результаты

предметные:

- обучающиеся познакомились с основами танцевального искусства различных направлений;

- у обучающихся сформировались знания, умения, навыки в области хореографического искусства различных направлений, музыкально-танцевальные способности;

метапредметные:

- улучшены музыкально-ритмическая координация, мышечное чувство, осанка, стопа; музыкально-двигательная память;

- улучшены коммуникативные компетентности обучающихся;

- улучшены творческие и созидательные способности обучающихся, фантазия, способность к импровизации;

личностные:

- повышена мотивация обучающихся к ведению здорового образа жизни, укреплению здоровья.

- улучшена самооценка, уверенность в себе, в своих силах, в своих действиях;

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Формы аттестации (контроля)

Основным способом определения результативности освоения программы являются методы психолого-педагогической диагностики: педагогическое наблюдение, беседа, анализ выполнения обучающимися этапов создания танцевального номера.

Для отслеживания результативности образовательного процесса используются следующие этапы контроля:

Основными формами контроля результатов обучения являются:

- текущий контроль: устный опрос; выполнение тренингов.

- промежуточная аттестация: выполнение практических упражнений/творческого задания;

Итоговой аттестацией по программе является танцевальное выступление.

Текущий контроль (по итогам занятия) осуществляется для выявления уровня освоения материала, при этом объектом контроля являются: правильность исполнения, техничность, активность, уровень физической нагрузки, формами контроля являются: просмотр, анализ выполненного задания и самоконтроль, опрос по терминам.

Промежуточный контроль проводится по окончании темы, здесь решается такая же задача – проверить, как освоена тема, внимание обращается, кроме правильности исполнения, техничности, активности, уровня физической нагрузки еще и на знания теоретической и практической части. В ходе промежуточного контроля устанавливаются следующие уровни достижения планируемых результатов: высокий, средний, низкий в соответствии с приложением. Анализ усвоения теоретического и практического материала вслух проговаривается педагогом обучающемуся.

С целью выявления уровня музыкального и психомоторного развития обучающихся (начального уровня и динамики развития) проводится педагогическая диагностика. Метод диагностики: наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий.

Оцениваются следующие показатели:

- музыкальность, артистичность, пластичность;
- гибкость, координация движений;
- проявление активности, мотивация к занятиям, эмоциональный настрой;
- способность к коллективному творчеству, к адекватной самооценке.

2.2. Оценочные материалы.

Оценочные материалы – это пакет диагностических методик, позволяющих определить достижение обучающимися планируемых результатов: диагностический лист, психолого-педагогическая диагностика, фото-видео отчет.

В ходе реализации программы предусматривается выполнение детьми творческих работ, оценивание которых помогает определить степень усвоения учебного материала. Для этого используются критерии оценки работ обучающихся.

Оценочные материалы: журнал учёта посещаемости обучающихся, анализ выполнения программы, фото и видеоотчёт.

Критерии оценки результатов обучения:

- мотивация обучающихся к познавательной деятельности;
- мотивация обучающихся творческой и практической деятельности;
- увлеченность деятельностью;
- активность обучающихся;
- визуальная динамика развития умений и навыков;
- проработанность танцевальных движений.

Критерии оценки

Текущий контроль и промежуточная аттестация обучающихся в течение учебного периода осуществляется с фиксацией достижений по каждой теме (разделу), а также итогам освоения программы на основании следующих критериев:

- *высокий уровень* - обучающийся овладел на 80–100% знаниями, умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период; специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием; в основном самостоятельно осуществляет деятельность, связанную с овладением учебными умениями; выполняет практические задания с элементами творчества; принимает активное участие в большинстве предлагаемых мероприятий, конкурсах и соревнованиях и занимает призовые места;

- *допустимый или средний уровень* - объём усвоенных знаний, умений и навыков составляет 50–80%; осуществляет деятельность, связанную с овладением учебными умениями при наличии инструктажа и контроля педагога, по образцу; сочетает специальную терминологию с бытовой; принимает активное участие в предлагаемых мероприятиях, конкурсах и соревнованиях;

- *низкий уровень* - обучающийся овладел менее чем 50% знаний, умений и навыков, как правило, избегает употреблять специальные термины, испытывает серьёзные затруднения при самостоятельной работе, выполняет задания при поддержке педагога.

Результаты промежуточной аттестации.

№	Фамилия, имя ребенка	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
1				
2				
3				
4				
5				

Диагностический лист обучающегося.

№	ЗУН	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
1	Имеет высокие навыки выразительного движения, партерного экзерсиса, музыкально-ритмической деятельности.			
2	Знает историю возникновения изученных танцевальных направлений.			
3	Умеет импровизировать, воплощать свои идеи через художественные образы.			

4	Способен самостоятельно проанализировать хореографическую композицию по всем критериям, составить схематический рисунок танца.			
5	Свободно владеет поиском недостающей информации. Умеет приобретать знания в процессе самостоятельной поисковой деятельности, самостоятелен в принятии решений.			

2.3. Условия реализации программы

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования для каждого модуля по соответствующему направлению хореографической подготовки.

Материально-техническое обеспечение:

Для реализации программы необходимы следующие материально-технические условия:

- зал, соответствующий санитарно-гигиеническим требованиям и технике безопасности к данному виду деятельности, оборудованный зеркалами по одной из стен зала, гладким покрытием пола;
- аудио аппаратура с USB-входом;
- флэш-накопитель;
- CD-диски с музыкой танцевальных направлений изученных в программе;
- форма для занятий: кроссовки, спортивная форма

Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

Для учебно-методического и информационного обеспечения программы требуются:

- методические материалы:
- видео-уроки,
- наглядные материалы (рисунки, схемы, таблицы с основными позициями рук и ног, фотографии);
- справочные материалы по искусству, хореографии;
- видеозаписи концертов, выступлений;
- аудиозаписи музыкального сопровождения.

3. Методическое обеспечение

Формы организации образовательной деятельности: индивидуально-групповая; индивидуальная; групповая.

Методы обучения

- словесные - устное изложение приемов упражнений, беседа, объяснение;
- наглядные - показ педагогом приемов исполнения; наблюдения;

- практические - упражнения в парах, тренировочные упражнения.

Методы тренировки:

- равномерный, темповой, контрольный, соревновательный, одновременный, игровой,

- метод повторного выполнения упражнения. В зависимости от задач, средств и внешних условий, а также от индивидуальных особенностей обучающихся, метод предусматривает различные его повторности, характер выполнения, количественные и качественные уровни.

Образовательные технологии

При реализации модулей программы используются следующие образовательные технологии:

1. *Здоровьесберегающие технологии:*

- санитарно-гигиенические – соблюдение личной гигиены и гигиенических условий на занятиях;

- психолого-педагогические - учет возрастных особенностей обучающихся, психологический климат на занятиях, эмоциональный комфорт, доброжелательная обстановка, эмоциональные разрядки на занятиях;

- физкультурно-оздоровительные - направлены на физическое развитие занимающихся: тренировка, выносливости, быстроты, гибкости и других качеств.

2. При проведении занятий учитывается уровень физического развития и физической подготовленности обучающихся. Индивидуальный подход к обучающимся с учётом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств составляют *технология дифференцированного обучения*.

Список литературы

1. Богданов Г. Работа над танцевальной речью. «Я вхожу в мир искусств» - №4–2006.
2. Бочкарева Н.И. Ритмика и хореография: Учебно-методический комплекс для хореографических отделений школ искусств, КГАКиИ 2000-101С.
3. Буйлова Л.Н. Жизнь в танце. Внешкольник №10–2001. Субботинский Е.В. «Ребенок открывает мир», Москва, 1991.
4. Конорова Е.В. «Эстетическое воспитание средствами хореографического искусства», Москва 1953.
5. Судейский информационный справочник - учебно-методическое пособие Общероссийской танцевальной организации (ОРТО) Федерации современных танцев России, издание 2-е, переработанное и дополненное.
6. «Вестник танцевальной жизни» - официальное издание танцевального совета Unesco в России
7. Якунина Е.И. «Из опыта работы педагогов дополнительного образования хореографических коллективов. Практические советы», Москва, 2003.

Интернет – ресурсы:

<http://asorti.ucoz.ru/>

<http://www.drakoni.ru/hiphop28.html>

<http://dancedb.ru/hip-hop/education/video/81/>

http://www.youtube.com/watch?v=Akdx_mUESJE

1. Инструкция по технике безопасности для обучающихся на занятиях.

1.2. При проведении занятий обучающиеся обязаны соблюдать правила поведения, расписание занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.3. На занятиях хип-хоп обучающиеся должны избегать воздействия следующих опасных факторов: травм при столкновениях и при падениях, растяжения мышц при выполнении упражнений без разминки;

1.4. В случае получения травмы необходимо немедленно поставить в известность педагога, который обязан обеспечить оказание медицинской помощи.

1.5. В процессе занятий обучающиеся должны соблюдать правила проведения спортивной игры, ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

2. Требования безопасности во время занятий.

2.1. Обучающиеся обязаны:

- переодеться в одежду, не сковывающую движения и в обувь с нескользкой подошвой; снять все висящие предметы (часы, цепочки, телефоны).

- убедиться в отсутствие посторонних предметов на полу (площадке для танцев).

- пройти инструктаж по охране труда;

- приступать к основной нагрузке только после разминки;

- внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) педагога.

2.2. Обучающимся запрещается:

- приносить на занятия колющие, режущие, легковоспламеняющиеся предметы, телефоны;

- бегать без разрешения педагога, толкать друг друга; кидать различные предметы друг в друга;

- жевать жевательную резинку и что-либо;

- не стоять близко к зеркалам и друг к другу при выполнении движений.

- заниматься посторонними делами.

3. Требования безопасности во время соревнований.

3.1. Начинать соревнования и заканчивать их только по сигналу (команде) судьи соревнований.

3.2. Не нарушать правила проведения соревнований, строго выполнять все команды (сигналы), подаваемые судьей соревнований.

3.3. Избегать столкновений с другими участниками соревнований, не допускать толчков и ударов.

3.4. При падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

4. Требование безопасности в аварийных ситуациях.

4.1. При плохом самочувствии прекратить тренировку и сообщить об этом педагогу.

4.2. При получении травмы немедленно сообщить об этом педагогу.

5. Ответственность.

Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по технике безопасности, отстраняются от занятий.