

Муниципальная бюджетная организация
дополнительного образования
«Центр клубов «Мегаполис»

Принята на заседании
Методического совета
от « 30 » ноября 2020 г.
Протокол № 15

Утверждаю
Директор МБОУ ДО ЦК «Мегаполис»
« 30 » ноября 2020 г.
Скрябина Д.С./



Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа

«Современные танцы «Грация»

Срок реализации: 6 месяцев
Возраст обучающихся: 3-18 лет

Составитель программы:
Огородникова Светлана Андреевна

Ижевск, 2020

Пояснительная записка

Данная программа «Современные танцы «Грация» имеет **художественную направленность**.

Сегодня современная хореография – это самый модный и популярный тренд молодежной культуры. Современные стили впитали в себя уличную философию афроамериканцев, элементы фанка, попа, брейка. Это символ современной молодежной культуры, который всегда будет оставаться актуальным.

Энергия, эмоции, страсть, вдохновение и свобода – вот что ценит молодежь. Все это дает танцевальная сфера! Танцы – это возможность выразить свои эмоции, чувства и стремления.

Современная хореография дает много возможностей для импровизации и самовыражения. Это яркое поколение современной молодежи, которая свободно выражает свои эмоции с помощью уличных танцев.

В процессе обучения педагогом выявляются, такие особенности обучающихся как характер, темперамент, пристрастия и склонности. Главный принцип – создание творческого образа в танце на основе индивидуальности самого ребенка.

Актуальность: современные танцы: Hip hop, vogue, dancehall пользуются большой популярностью среди детей и молодежи. Нынешняя молодежь выбирает заниматься тем, что современно и актуально, современная хореография включает в себя сложность исполнения, развития своего тела, зрелищность, экстремальность, современную музыку. Программа актуальна своей доступностью для всех желающих научиться современному танцу.

Педагогическая целесообразность программы - творческое, эстетическое, духовно-нравственное развитие обучающегося, создание основы для приобретения им опыта исполнительской практики, самостоятельной работы по изучению и постижению танцевального искусства.

Отличительная особенность: организация занятий с использованием комплексного воздействия на занимающихся. Это обеспечивает развитие интереса к танцевальному искусству и физической культуры, их роли в сохранении здоровья человека.

Новизна программы состоит в освоении и применении компетентностей личного самосовершенствования, в коммуникативной и бытовой сфере, культурно – досуговой деятельности.

Цель программы – раскрытие творческой личности ребенка посредством занятий современными стилями танца.

Задачи программы:

1. Освоить технику современного танца, формировать основы хореографических навыков и умений;
2. Уметь исполнять танцы, построенные на движениях разных стилей грамотно и выразительно;
3. Развивать координацию, выразительность, артистизм;
4. Воспитать чувство ответственности, дисциплинированности; сплочение и вовлечение в коллективную творческую работу;
5. Раскрывать творческую индивидуальность обучающегося;
6. Сформировать правильную осанку, прививать и закреплять основы здорового образа жизни, укреплять рессорную функцию мышечно-связочного аппарата.

Адресаты программы

Программа ориентирована на обучающихся от 3 - 18 лет.

Сроки реализации программы – 6 месяцев.

Форма обучения: очная.

Режим занятий:

Основной формой учебной работы является урок:

- группа №1 (возраст 3-6 лет) занимается 2 раза в неделю по одному академическому часу;
- группа №2 (возраст 7-18 лет) занимается 3 раза в неделю по одному академическому часу.

Формы работы: групповая

Методы обучения:

- словесный (беседа, рассказ и т.д.);
- наглядный (показ видео - материалов, наблюдение, показ (выполнение) педагогом и др.);
- практический (тренировка упражнений на середине зала, репетиции).

Формы и методы контроля, система оценок

- **контрольные уроки** направлены на выявление знаний, умений и навыков. Они не требуют публичного исполнения и концертной готовности. Это своего рода проверка навыков самостоятельной работы обучающегося, проверка технического роста, проверка степени овладения навыками (определения стиля, физическая подготовка, база движений, умение импровизировать, музыкален, выразителен в исполнении).

Формы контроля:

- педагогическое наблюдение;
- тестирование;
- опрос;
- зачет;
- итоговое занятие.

Критерии оценки

По итогам исполнения выставляются оценки по пятибалльной шкале.

Оценка	Критерии оценивания исполнения
5 («отлично»)	Обучающийся имеет отличные физические данные, музыкален и выразителен в исполнении. Обладает знаниями и умениями в объеме учебной программы.
4 («хорошо»)	Обучающийся имеет хорошие физические данные, музыкален и выразителен в исполнении. Обладает знаниями и умениями в объеме учебной программы. Но допущены ошибки в исполнении какого-либо элемента стилей: Hip-Hop, House, Locking, Vogue, dancehall.
3 («удовлетворительно»)	Обучающийся имеет хорошие или посредственные физические данные, но не знает в полном объеме материал современного танца, не обладает выразительностью исполнения, не музыкален, допускает ошибки в большинстве пунктов требований.

Ожидаемый результат:

1. Владение техникой современного танца, знание основных правил исполнения танцевальных элементов;
2. Умение исполнять танцы, построенные на движениях разных стилей грамотно и выразительно;
3. Развитие координации, выразительности, артистизма;
4. Воспитание чувства ответственности, дисциплинированности; сплочение и вовлечение в коллективную творческую работу;
5. Раскрытие творческой индивидуальности обучающегося;
6. Формирование правильной осанки, привитие и закрепление основ здорового образа жизни, укрепление рессорной функции мышечно-связочного аппарата.

Учебно-тематический план
Группа №1 (возрастная категория 3-6 лет)

№ п/п	Тема	Общее кол- во часов	Кол-во часов		Форма контроля
			теория	практика	
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. История возникновения танца.	Декабрь – 9 ч.			опрос
		1	1	-	
2.	Элементы ритмики и акробатики.	3	0,5	2,5	пед. наблюдение
3.	Основные элементы хореографии.	2	0,5	1,5	пед. наблюдение
4.	Гимнастические элементы.	1	0,5	0,5	пед. наблюдение
5.	Общефизические и специальные физические упражнения (разминка).	2	0,5	1,5	пед. наблюдение
		Январь – 6 ч.			
		2	0,5	1,5	
6.	Элементы стиля Hip-Hop.	2	0,5	1,5	пед. наблюдение
7.	Элементы стиля House.	2	0,5	1,5	пед. наблюдение
		Февраль – 7 ч.			
8.	Элементы стиля Locking.	2	0,5	1,5	пед. наблюдение
9.	Постановка танца.	4	0,5	3,5	пед. наблюдение
10.	Акробатические элементы.	1	0,5	0,5	пед. наблюдение
11.	Основы сценического мастерства.	Март – 9 ч.			пед. наблюдение
		2	0,5	1,5	
12.	Отработка танцевальных движений.	7	-	7	пед. наблюдение
		Апрель – 8ч.			
13.	Усложненная хореография	3	0,5	2,5	пед. наблюдение
14.	Игровая гимнастика.	2	0,5	1,5	пед. наблюдение
15.	Работа над синхронностью.	3	0,5	2,5	пед. наблюдение
16.	Сюжетный танец.	Май – 6 ч.			пед. наблюдение
		3	0,5	2,5	
17.	Работа в паре.	2	0,5	1,5	пед. наблюдение
18.	Итоговое занятие.	1	-	1	Зачет. Тестирование
Всего:		45	9	36	

Учебно-тематический план
Группа №2 (возрастная категория 7-18 лет)

№ п/п	Тема	Общее кол-во часов	Кол-во часов		Форма контроля
			теория	практика	
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. История возникновения танца.	Декабрь – 12 ч.			
		1	1	-	опрос
2.	Элементы ритмики и акробатики.	2	0,5	1,5	пед. наблюдение
3.	Основные элементы хореографии.	2	0,5	1,5	пед. наблюдение
4.	Гимнастические элементы.	3	0,5	2,5	пед. наблюдение
5.	Общефизические и специальные физические упражнения (разминка).	2	0,5	1,5	пед. наблюдение
6.	Элементы стиля Hip-Hop.	2	0,5	1,5	пед. наблюдение
-	Общефизические и специальные физические упражнения (разминка).	Январь – 9 ч.			
		2	0,5	1,5	пед. наблюдение
7.	Элементы стиля House.	2	0,5	1,5	пед. наблюдение
8.	Элементы стиля Locking.	2	0,5	1,5	пед. наблюдение
9.	Постановка танца.	3	0,5	2,5	пед. наблюдение
10.	Акробатические элементы.	Февраль – 11 ч.			
		2	0,5	1,5	пед. наблюдение
11.	Основы сценического мастерства.	3	0,5	2,5	пед. наблюдение
12.	Отработка танцевальных движений.	6	-	6	пед. наблюдение
13.	Усложненная хореография	Март – 13 ч.			
		6	0,5	5,5	пед. наблюдение
-	Гимнастические элементы.	3	-	3	пед. наблюдение
15.	Работа над синхронностью.	4	0,5	3,5	пед. наблюдение
16.	Сюжетный танец.	Апрель – 13 ч.			
		8	-	8	пед. наблюдение
-	Отработка танцевальных движений.	3	-	3	пед. наблюдение
17.	Работа в паре.	2	0,5	1,5	пед. наблюдение
-	Отработка танцевальных движений.	Май – 10 ч.			
		3	-	3	пед. наблюдение
-	Работа над синхронностью.	3	-	3	пед. наблюдение
-	Общефизические и специальные физические упражнения (разминка).	3	-	3	пед. наблюдение
18.	Итоговое занятие.	1	-	1	Зачет. Тестирование
Всего:		68	8	60	

В результате обучения по программе обучающиеся должны:

знать:

- правила по технике безопасности, правила поведения на занятиях;

- историю развития танца;
- основные движения стилей;
- элементы сценического мастерства.

уметь:

- ориентироваться в пространстве, перестраиваться в любые рисунки;
- держать правильную осанку;
- исполнять движения современного танца;
- передавать в движении характер и темп музыки, танца;
- работать в группе и парах.

Содержание программы

1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. История возникновения танца.

Теория: Правила поведения в коллективе. Права и обязанности воспитанников. Техника безопасности. История хореографического искусства. Ведущие хореографы. Видеоматериалы.

2. Элементы ритмики и акробатики.

Теория: Определение и передача в движении: характера музыки, темпа, метроритма, размеров 2/4; 3/4. Танцевальные термины и понятия.

Практика: основные музыкальные жанры, виды ритмики (игра, упражнение, танец). Основные гимнастические упражнения (лягушка, мостик и др.).

3. Основные элементы хореографии.

Теория: беседа о направлениях танцев.

Практика: показ основных положений, направлений, танцевальных позиций, дополнительных движений.

4. Гимнастические элементы.

Теория: техника выполнения гимнастических элементов.

Практика: упражнения для развития пластики и гибкости.

5. Общефизические и специальные физические упражнения (разминка).

Теория: понятие «общая физическая подготовка», правила выполнения упражнений.

Практика: упражнения для развития различных мышечных групп, физических (двигательных) качеств; ловкости (в том числе и координационных способностей), выносливости, скоростно-силовых качеств, а также умение сохранять равновесие.

6. Элементы стиля Hip-Hop.

Теория: история hip-hop культуры.

Практика: изучение базовых движений.

7. Элементы стиля House.

Теория: история house направления.

Практика: изучение базовых движений.

8. Элементы стиля Locking.

Теория: история стиля Locking.

Практика: изучение базовых движений.

9. Постановка танца.

Теория: основы хореографии. Просмотр танцевальных видеоматериалов.

Практика: разучивание движений к танцу, постановка танцевального номера.

10. Акробатические элементы.

Теория: знакомство с акробатическими элементами. Изучение правильной техники исполнения.

Практика: упражнение на развитие гибкости, на развитие силы рук и ног, пресса, упражнение на восстановление. Изучение трюков.

11. Основы сценического мастерства.

Теория: основы сценической культуры (внешний вид, поведение на сцене и за кулисами). Знакомство с элементами сценического мастерства.

Практика: расположение танцоров на сцене. Мускульная свобода. Импровизация под музыку — исполнение движений без предварительной подготовки, в хаотичном или организованном порядке.

12. Отработка танцевальных движений.

Практика: отработка готовых номеров в танцевальном зале, подготовка к концертным выступлениям.

13. Усложненная хореография.

Теория: показ видеоматериала.

Практика: развиваем ловкость у учащихся, как способность переключаться с одного движения на другое, изменять направление или рисунок в более усложненной версии.

14. Игровая гимнастика.

Теория: беседа о пользе гимнастики, знакомство с элементами, техника исполнения гимнастики.

Практика: выполнение упражнений.

15. Работа над синхронностью.

Теория: понятие «синхронность» в танце.

Практика: отработка связок и взаимодействий. Точность музыкального исполнения.

16. Сюжетный танец.

Теория: понятие «сюжетный танец».

Практика: создание постановки танца. Составление сюжетной линии.

17. Работа в паре.

Теория: беседы для сплочения коллектива.

Практика: упражнения на развитие ориентации в пространстве: положения в парах, свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, построение из круга в одну шеренгу, в две, три, четыре.

18. Итоговое занятие.

Практика: обучающиеся демонстрируют навыки и умения, полученные в ходе обучения.

Условия реализации программы

Информационное обеспечение (учебные и наглядные пособия):

- Подборка репертуара.
- Записи аудио, видео, формат CD, MP3.
- Записи выступлений, концертов.
- Методическая литература.

Материально-техническое обеспечение:

- зал с зеркалами;
- коврики для занятий;
- музыкальный центр.

Кадровое обеспечение:

Реализацию программы обеспечивает специалист, обладающий профессиональными знаниями и компетенциями в организации и ведении образовательной деятельности в области танцевального искусства.

Контрольно-измерительные материалы

Тест (возраст 3 – 6 лет)

1. От чего зависит ритмический рисунок и темп танца

- а) от характера музыки
- б) от инструментов, которые звучат в мелодии.
- в) от названия мелодии

2. Физические упражнения, направленные на развитие эластичности всех мышц, связок и суставов.

- а) вращения б) прыжки в) растяжка

3. Вставь слово: *При этомне только организует движения танцующих людей, но и обладает значительной эмоциональной силой воздействия, играет огромную роль в создании художественного образа.*

- а) темп б) ритм в) костюм

4. Из чего складывается танец (подчеркни нужное):

- музыка
- ритм
- характер
- настроение
- движения
- костюм
- фантазия

5. Прыжковые движения выполняются под музыкальное сопровождение:

- а) музыка веселая б) музыка грустная в) музыка задорная

6. Плавные движения используются:

- а) в хороводах б) в задорных плясках в) в бальных танцах

7. Бодрый шаг это:

- а) энергичный шаг
- б) обыкновенный шаг
- в) соблюдение интервалов при ходьбе

8. Спокойный шаг это:

- а) шаги делаются короче
- б) шаги делаются меньше
- в) подготовка к плавному шагу

9. Приставной шаг это:

- а) шаг в сторону
- б) шаг с подскоком
- в) шаг с подпрыгиванием

10. Шаг подскока выполняется под музыкальный размер:

- а) 2/4 б) 4/4 в) 3/8

11. Что такое танец:

- а) это – вид народного творчества
- б) это – выразительные движения человеческого тела
- в) это – основной язык балета

12. Как с греческого переводится «хореография»:

- а) писать танец
- б) последовательное выполнение движений
- в) выразительность

Критерии оценки:

- а) усвоили материал на «отлично» – 90% правильных ответов;
- б) усвоили на «хорошо» – 70% правильных ответов;
- в) усвоили «удовлетворительно» – 40% правильных ответа.

Тест (возраст 7 – 18 лет)

1. Координация – это:

- А) подготовительное упражнение;
- Б) одновременная работа рук и ног;
- В) согласованная работа рук, ног, головы, корпуса

2. Импровизация переводится с латинского, как:

- А) спокойный, размеренный;
- Б) понятный;
- В) неожиданный, внезапный

3. Стили современных танцев:

- А) хоровод;
- Б) vogue;
- В) полька;
- Г) Hip hop

4. Что является опорой для танцора:

- А) обруч;
- Б) полка;
- В) станок

5. «Мостик», «свечка», «затяжка», «ласточка» - эти упражнения относятся к:

- А) растяжке;
- Б) акробатике;
- В) классическому танцу

6. Крис крос – это:

- А) поза классического танца;
- Б) прыжок из народного танца;
- В) движение hip – hop танца

7. С какого возраста начинается уменьшение эластичности мышечно – связочного аппарата человека:

- А) с двух лет;
- Б) с пяти лет;
- В) с четырнадцати лет

8. Партер в танцах означает:

- А) термин, указывающий, что движение выполняется на полу;

- Б) термин, определяющий максимальную величину движения;
- В) термин, указывающий, что выполняется половина движения

9. Нip – hop культура зарождалась:

- А) в России;
- Б) в Австралии;
- В) в Америке

10. Какого числа отмечается Международный день танца?

- а) 30 декабря;
- б) 29 апреля;
- в) 28 мая.

11. Сколько точек направления в танцевальном классе?

- а) 7;
- б) 6;
- в) 8.

12. Что отличает хип-хоп от других танцевальных стилей?

- А) фристайл;
- Б) движения;
- В) практика

13. Уличный танец, стиль, из которого появился хип-хоп?

- А) LA-style;
- Б) Waving;
- В) Breakdance

14. В основе хип-хоп танца лежит?

- А) стили;
- Б) кач;
- В) направления

15. В бывшем СССР долгое время было принято разделять брейк-данс на...?

- А) нижний и верхний;
- Б) верхний и задний;
- В) правый и левый

16. Базу хип-хопа разделяют по времени на ...?

- А) Старая школа;
- Б) Средняя школа;
- В) Новая школа;
- Г) Высокая школа;
- Д) Базовая школа;
- Е) Школа вэйвинга

17. Какой стиль называется Waving?

- А) Один из самых позитивных фанковых стилей танца, характеризующийся шуточной и даже комичной манерой исполнений;
- Б) Стиль фанкового и уличного танца, основанный на технике быстрого сокращения и расслабления мышц, чтобы вызвать толчки в теле танцора, называемые поп или хит;
- В) Стиль, при исполнении которого танцор использует пластичные движения, имитируя движение по телу одной или нескольких волн.

18. Какой стиль Хип Хопа часто используют в постановке танцев для видеороликов, танцевальных фильмов или рекламы?

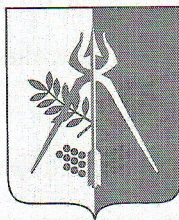
Приложение № 3
к приказу директора МБ ОДО ЦК «Мегаполис»
от 30.11.2020 года № 133

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБ ОДО ЦК «Мегаполис»
Д.С. Скрыбина
« 30 » 20 20 г.



**Стоимость платных услуг в МБ ОДО «Центр клубов «Мегаполис»
на 2020-2021 учебный год**

№ п/п	Название дополнительной услуги	Место проведения	Возраст обучающихся	Количество часов в неделю	Стоимость услуги за одно занятие, руб.	Стоимость услуги в месяц, руб.
1	«Эстрадный вокал - студия «Рондо»	молодёжный клуб «Чердак»	6-11 лет	2	100	800
2	«Современные танцы «Грация»	клуб «Высота 18»	3-6 лет	2	125	1000
			7-18 лет	3	125	1500



проезд Квартальный, д.82, г. Ижевск, 426003 тел.: (3412) 51-08-44, 50-22-53,
e-mail: centr-megapolis@mail.ru, [https://izhmagapolis.nethouse.ru/ОКПО 13061763; ОГРН 1021801655810; ИНН/КПП 1835019236/184101001](https://izhmagapolis.nethouse.ru/ОКПО_13061763;_ОГРН_1021801655810;_ИНН/КПП_1835019236/184101001)

ПРИКАЗ

г. Ижевск

30.11.2020

№ 133

«О платных дополнительных образовательных услугах»

На основании запросов родителей воспитанников (законных представителей) в области дополнительного образования, законом «Об образовании» от 29.12.2012 №273-ФЗ, постановлением Правительства РФ от 15.08.2013 № 706 «Об утверждении правил оказания платных услуг», на основании лицензии на осуществление образовательной деятельности от 02.02.2017 года №1785 выданной Министерством образования и науки УР, Положения об оказании Платных дополнительных образовательных услуг в муниципальной бюджетной организации дополнительного образования «Центр клубов «Мегаполис», утвержденное от 20.08.2017 года № 87.

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Организовать в 2020-2021 учебном году дополнительные платные образовательные услуги с 01.12.2020 года.
2. Утвердить дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы: «Эстрадный вокал - студия «Рондо», «Современные танцы «Грация» (Приложение № 1).
3. Утвердить Калькуляцию расходов на платные услуги по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам: «Эстрадный вокал - студия «Рондо», «Современные танцы «Грация» (Приложение № 2).
4. Утвердить стоимость платных услуг на 2020-2021 учебный год (Приложение № 3).
5. Помещение для проведения дополнительных платных образовательных услуг – молодежный клуб «Чердак» - «Эстрадный вокал - студия «Рондо», клуб «Высота 18» - «Современные танцы «Грация».
6. Работникам МБ ОДО ЦК «Мегаполис» руководствоваться в своих действиях утвержденными документами.
7. Назначить ответственных за организацию дополнительных платных образовательных услуг следующих работников:
 - Вершинину Н.А. - методиста (расписание занятий, списочный состав обучающихся, контроль качества проведения занятий в рамках предоставления платных образовательных услуг);

- Посту Н.В. – заместителя директора по экономической работе (табель учета рабочего времени обучающихся, посещающих дополнительные платные услуги, расчет размера платы на оказание платных услуг, ведение договоров).

8. Контроль выполнения участниками образовательного процесса своих обязательств по Договору об оказании дополнительных платных услуг по программе «Эстрадный вокал - студия «Рондо» возложить на заведующего обособленным структурным подразделением Нуруллаева В.З. оглы, по программе «Современные танцы «Грация» возложить на заведующего обособленным структурным подразделением Сафина Д.Р.

9. Контроль за исполнение приказа оставляю за собой.

Директор

Д.С. Скрыбина