

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ  
«ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ «ВОСТОЧНЫЙ»

Программа принята педагогическим  
советом ГБОУДО ДТДиМ «Восточный»  
протокол № 1 от «31» 08 2017 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУДО ДТДиМ «Восточный»

С.Е. Дунаева

Приказ № 28 от «31» 08 2017 г.



Дополнительная общеразвивающая программа  
«Ритм» - танцевальная азбука»

**Уровень освоения программы: ознакомительный**

**Направленность: художественная**

**Возраст детей: 8-18 лет**

**Срок реализации: 2 года (72ч), количество в год -36 час.**

Разработчики, педагоги дополнительного образования

**Еремеева Юлия Сергеевна**

**Орлова Юлия Александровна**

**Москва, 2017 г.**

## **Раздел I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «РИТМ» - танцевальная азбука», художественной направленности. Уровень освоения - ознакомительный.

### **Актуальность программы.**

Современное поколение школьников сейчас живет на стыке двух тысячелетий. Новая эпоха отличается быстрыми темпами развития жизни, высоких технологий, новых идей и т.д. В этот беспокойный век очень важно «не потерять себя», реализовать в жизни, найти свой «ритм».

В современном обществе есть множество негативных факторов отрицательно влияющих на развитие детей: малая подвижность, вследствие проведения большого количества времени за подготовкой уроков и за компьютером, а также интернет зависимость и снижение общения со сверстниками.

И здесь на помощь подрастающему поколению приходят занятия современным танцем. Ведь выполняя различные движения, увлекаясь танцами, многие школьники выглядят уверенными в себе, раскованными, их движения становятся красивыми и пластичными, круг общения расширяется, дети приобретают новых друзей. Сравнивая детей ведущих спортивный образ жизни, с остальными, можно с уверенностью сказать, что занятия танцами оказывают благотворное воздействие на формирование костно-мышечного аппарата. Как правило, те дети, которые овладевают одним танцевальным стилем, стремятся познакомиться и с другими. Учатся сами и учат своих друзей. С каждым новым движением все больше проявляется желание быть красивым и доставлять радость другим.

В наше время танцевальная культура очень стремительно развивается и завоёвывает всё больше места в нашей жизни. Современный танец привлекает к себе огромное количество детей и молодежи.

Обучение в студии современного танца «РИТМ» строится на основе знакомства и освоения, вновь возникающих стилей и направлений в современной танцевальной культуре.

### **Цель программы.**

Приобщение детей к общечеловеческим ценностям мировой танцевальной культуры, опираясь на интерес к современному танцу, раскрытие творческой индивидуальности каждой формирующейся личности, её способности к самовыражению языком танца в творческой студии современного танца «Ритм».

### **Задачи.**

#### Обучающие:

1. Познакомить с историей и географией танцевального искусства.
2. Освоить необходимые двигательные танцевальные навыки.
3. Сформировать умение согласовывать движения тела с музыкой.

#### Воспитательные:

1. Воспитать у детей такие личностные качества, как волевая активность; вера в свои силы; дисциплинированность, ответственность; навыки культурного общения друг с другом и в коллективе.

## Развивающие:

1. Развить чувство музыкального ритма.
2. Развить физические возможности детей с помощью укрепления общего физического состояния организма.

Программа **«РИТМ» - танцевальная азбука** предназначена для детей в возрасте от 8 до 18 лет. В учебных группах занимаются от 15 до 20 обучающихся.

### **Формы и режим занятий.**

В студии формируются группы по 36 часов в год - режим занятий 1 раз в неделю по 1 часу.

### **Срок реализации программы – 2 года.**

### **Ожидаемые результаты и способы их проверки.**

По окончании *первого года обучения* ученики студии *будут знать*:

– начальные понятия танцевальной музыкальной азбуки (ритм, музыкальная фраза);

– танцевальную терминологию (простые танцевальные шаги, приставные шаги, пружинки, подскоки, галопы (боковой прямой), притопы и удары, хлопки);

– этикет общения с педагогом и в детском коллективе.

– правила личной гигиены.

Они *будут уметь*:

– исполнять танцевальную программу, построенную на Детском массовом танце;

– «слушать музыку».

Дети *овладеют навыками*:

– мышечного напряжения и расслабления;

– танцевальной координации;

– общения в детском коллективе.

По окончании *второго года обучения* ученики студии *будут знать*:

– танцевальную терминологию (переменные шаги, тройные шаги, пружинки, гармошка простая и сложная, выпад, перебежка).

– начальные сведения об истории происхождения и развития танцевального стиля Хип-хоп;

– правила мышечного разогрева и психологической настройки.

Они *будут уметь*:

– исполнять танцевальную программу, построенную на танцевальных стилях Детский массовый и Стрит-джаз, Хип-хоп

- отличать танцевальные стили в соответствии с характером исполнения и музыки;

Ученики студии *овладеют навыками*:

– творческой импровизации в выборе различных видов хореографии танцев;

– самостоятельной подготовки к занятиям;

– основ дыхания в танце;

– самостоятельного проведения отдельных частей танцевального урока;

– межличностного общения в условиях «здоровой» конкурентности.

## Раздел II. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### УЧЕБНО ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

#### 1-й год обучения

№ п/п	ТЕМА	Теория	Практика	Общее кол-во часов
1	<b>Вводное занятие</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>1</b>
2	<b>Танцевальная азбука</b>	<b>10</b>	<b>24</b>	<b>34</b>
2.1	Позиции ног	2	4	6
2.2	Постановка корпуса	2	6	8
2.3	Направления движения	4	10	12
2.4	Степень поворота	2	4	6
3	<b>Итоговое занятие</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>1</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>12</b>	<b>24</b>	<b>36</b>

#### 2-й год обучения

№ п/п	ТЕМА	Теория	Практика	Общее кол-во часов
1	<b>Вводное занятие</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>1</b>
2	<b>Танцевальная азбука</b>	<b>10</b>	<b>24</b>	<b>34</b>
2.1	Позиции ног	1	3	4
2.2	Постановка корпуса	2	6	8
2.3	Направления движения	3	9	12
2.4	Степень поворота	1	3	4

3	<b>Итоговое занятие</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>1</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>12</b>	<b>24</b>	<b>36</b>

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОГО ПЛАНА

### Первый год обучения

#### 1. Вводное занятие.

*Теория.* Знакомство с традициями и правилами студии, инструктаж по технике безопасности. Требования к дисциплине и внешнему виду на занятиях. Правила личной гигиены.

*Практика.* Построение по линиям, игра «знакомство».

#### 2. Танцевальная азбука.

*Теория.* Беседа об основных понятиях и их разъяснение: направления движения, позиции ног, степени поворота.

*Практика.* Система специально разработанных упражнений на развитие основных навыков по данной теме.

##### 2.1. Позиции ног.

*Теория.* Основные позиции ног. Понятие работающей и опорной ноги.

*Практика.* Разучивание позиций ног в классической хореографии (I, II, VI). Постановка стопы в стиле хип-хоп.

##### 2.2. Постановка корпуса.

*Теория.* Основные позиции корпуса.

*Практика.* Работа с постановкой корпуса.

##### 2.3. Направления движения.

*Теория.* Основные направления танцевального движения в зале: лицом и спиной по линии танца, диагональ в центр и из центра, лицом и спиной в центр. Движение вперед и назад.

*Практика.* Игра «Найди свой путь», движение по залу со сменой направлений под музыку.

##### 2.4. Степень поворота.

*Теория.* Основные степени поворотов на месте и в движении: целый поворот, половина поворота, поворот по четвертям и восьмым долям.

*Практика.* Разучивание танцевальных фигур на вращение.

**3. Итоговое занятие.** Комплектация групп обучающихся, переходящих на второй год обучения. Итоговая встреча с обучающимися и их родителями. Беседа о перспективах дальнейшего развития полученных результатов.

### Второй год обучения

#### 1. Вводное занятие.

*Теория.* Обсуждение планов на предстоящий танцевальный сезон, инструктаж по технике безопасности. Требования к дисциплине и внешнему виду на занятиях.

#### 2. Танцевальная азбука.

*Теория.* Беседа об основных понятиях и их разъяснение: направления движения, позиции ног, степени поворота.

*Практика.* Система специально разработанных упражнений на развитие основных навыков по данной теме.

### **2.1. Позиции ног.**

*Теория.* Основные позиции ног. Понятие работающей и опорной ноги.

*Практика.* Проработка позиций ног в классической хореографии (I, II, VI).  
Постановка стопы в стиле хип-хоп.

### **2.2. Постановка корпуса.**

*Теория.* Основные позиции корпуса.

*Практика.* Работа с постановкой корпуса.

### **2.3. Направления движения.**

*Теория.* Основные направления танцевального движения в зале: лицом и спиной по линии танца, диагональ в центр и из центра, лицом и спиной в центр. Движение вперед и назад.

*Практика.* Движение по залу со сменой направлений под музыку.  
Перестроения в движении.

### **2.4. Степень поворота.**

*Теория.* Основные степени поворотов на месте и в движении: целый поворот, половина поворота, поворот по четвертям и восьмым долям.

*Практика.* Разучивание танцевальных фигур на вращение.

**3. Итоговое занятие.** Комплектация групп обучающихся, переходящих на обучение по программе «РИТМ» - базовый. Итоговая встреча с обучающимися и их родителями. Беседа о перспективах дальнейшего развития полученных результатов.

## **Раздел III. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

### **Формы диагностики ожидаемых результатов**

Вводный контроль	Текущий (промежуточный) контроль	Итоговый контроль	Итоги реализации образовательной программы
– Собеседование при приеме в группу; – Педагогическое наблюдение.	– Итоговое занятие; – Индивидуальные собеседования; – Педагогическое наблюдение; – Самооценка воспитанников; – Беседы с воспитанниками.	– Итоговое занятие; – Собеседование; – Педагогическое наблюдение; – Самооценка воспитанников; – Показательные выступления; – Конкурсы и фестивали.	– Итоговое занятие; – Собеседование; – Педагогическое наблюдение; – Самооценка воспитанников; – Выступления; – Конкурсы и фестивали.

## Параметры и критерии оценки освоения образовательной программы

Параметры	Уровень освоения программы		
	Высокий	Средний	Низкий
Освоение теоретического материала	Освоил термины по основным темам, знания систематизированы.	Знания не систематизированы.	Освоил фрагментарно.
Овладение техническими навыками и умениями.	Полностью владеет техническими навыками и умениями.	Испытывает затруднения в применении технических навыков и умений.	Пользуется помощью педагога.
Развитие композиционных умений	Самостоятельно составляет и выполняет композиционный замысел.	Испытывает затруднения в композиционном решении.	Исполнение не объединено единым содержанием.
Эмоционально-ценностные отношения (готовность к сотрудничеству, качество отношения к учебным занятиям)	Активно сотрудничает с педагогом и детьми, проявляет инициативу в общей деятельности.	Участвует в общих делах при побуждении педагога.	Закрывает для участия в общих мероприятиях.
Творческая деятельность	Обладает опытом творческой деятельности, результаты ее нестандартны, оригинальны, имеют качественную завершенность.	Выполняет работу по теме на основе образца с элементами творчества.	Имитация творчества.

### Раздел IV. Организационно-педагогические условия реализации программы

№ п/п	Темы программы	Название и формы методических разработок
1	<b>Танцевальная азбука.</b>	Просмотр DVD материалов : 1. Урок по классической хореографии (экзерсис у станка и на центре зала). 2. Видео репетиций ансамбля им. Моисеева.

### **Условия реализации программы**

1. Учебный класс оборудованный зеркалами.
2. Музыкальный центр.
3. Аудиотека (CD и USB носители).
4. Видеотека (DVD диски).
5. Гимнастические коврики.
6. Гимнастические мячики.
7. Массажные мячики.
8. Детские помпоны «болельщиц».

Ребенку необходимо иметь: спортивную форму и обувь.

## **УЧЕБНО-ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **Нормативно-правовые акты и документы:**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
2. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04 сентября 2014 г. № 1726-р.);
3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
4. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы): приложение к письму Министерства образования и науки РФ от 18.11.15 № 09-3242;
5. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (СанПиН 2.4.4.3172-14);
6. Приказ Департамента образования города Москвы от 17.12.2014 г. № 922 «О мерах по развитию дополнительного образования детей в 2014-2015 году»;
7. Приказ Департамента образования города Москвы от 7.08.2015 г. № 1308 «О внесении изменений в приказ Департамента образования г. Москвы от 17 декабря 2014 г. № 922»;
8. Приказ Департамента образования города Москвы от 08.09.2015 г. № 2074 «О внесении изменений в приказ № 922 от 17.12.2014 г.»;
9. Приказ Департамента образования города Москвы от 30.08.2016 г. № 1035 «О внесении изменений в приказ № 922 от 17.12.2014 г.»

### **Литература:**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Внимание: дети. – Москва, 2000 г.
2. Бриске И.Э. Ритмика и танец. - Челябинск, 1993 г.



3. Ерохина О.В Школа танцев для детей. Мир вашего ребенка. - Ростов-на-Дону: «Феникс», 2003 г.
4. Закон об образовании
5. Зарецкая Н.В. Танцы для детей старшего дошкольного возраста. – Москва, 2007 г.
6. Зуев Е.И., Волшебная сила растяжки. - М., 1991 г.
7. Костровицкая В., Писарев А. Школа классического танца. - Л.: «Искусство» Ленинградское отделение, 1976 г.
8. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. – Ярославль, 2004 г.
9. Никитин И.Д. Модерн-Джаз. Один из лучших. – Москва, 2001 г.
10. Роот З.Я. Танцы с нотами для детского сада. – Москва, 2007 г.
11. Ротерс. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика». - Москва: Просвещение, 1980 г.
12. Хавилер. Тело танцора. – М.: Владос, 2003 г.
13. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. – Москва, 1998 г.
14. Элис Броунинг Миллер, Кэрол Блэкмен. Упражнения на растяжку. - Москва: ИД «Град», 2003 г.

#### **Интернет ресурсы:**

<https://ru.wikipedia.org>  
<http://ballroom.tomsk.ru>  
<http://dancedb.ru/hip-hop/>  
<http://thedancer.ru/styles/>  
[http://obrmos.ru/do\\_dance\\_obzor.html](http://obrmos.ru/do_dance_obzor.html)