

Департамент образования администрации города Кирова
Муниципальное образовательное автономное учреждение
дополнительного образования
«Дом детского творчества «Вдохновение» города Кирова

ШКОЛА ТАНЦА «ЗАБАВА»

Принята на заседании
педагогического совета ДДТ
от 03.03.2025 г.
Протокол № 2

Утверждаю:
Директор МОАУ ДО ДДТ
«Вдохновение» города Кирова

/Савиных В.Н./
Приказ № 84а от 03.03.2025 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ЗАБАВА. ЛАБОРАТОРИЯ ТАНЦА «СОХРАНЯЯ ТРАДИЦИИ»**

Направленность: художественная
Срок реализации: 18 месяцев (2 учебных года)
Возраст детей: 12 -17 лет

Автор-составитель:
Домрачева Ирина Александровна,
педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории
Рагимова Ольга Борисовна,
педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории

Киров
2025

Пояснительная записка

Уровень – продвинутый

Направленность – художественная

Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030».
3. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
6. Постановление администрации г. Кирова от 14.11.2014 № 4917-П «Устав муниципального образовательного автономного учреждения дополнительного образования «Дом детского творчества «Вдохновение» города Кирова».

Методические рекомендации

1. Методические рекомендации по разработке и реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (включая разноуровневые и модульные). – Киров: КОГ ОБУ ДО «Дворец творчества Мемориал», РМЦ, 2023. – 22 с.

Актуальность программы

Актуальность данной программы заключается в том, что, получая знания, умения и навыки в области хореографического искусства, у детей возникает потребность в творческой самореализации через поиск индивидуальных двигательных возможностей своего тела, через создание уникальной авторской хореографии. Данная программа позволяет учащимся реализовать свой творческий потенциал, исследовать возможности своего тела, познакомиться с основами создания авторской хореографии.

Современная хореография в частности импровизация, может значительно обогатить технику танцора народного танца, добавив новые выразительные средства, улучшив физическую подготовку и расширив

творческие возможности. Вот несколько ключевых аспектов, чем она может быть полезна:

1. Развитие физических возможностей.

- Гибкость и пластика – современные техники учат осознанному управлению телом, что помогает в народных танцах, требующих мягкости движений (например, русские хороводы,).

- Сила и выносливость – элементы джаз-модерна или урбан-хореографии развивают мышцы корпуса и ног, что полезно для сложных прыжков и вращений в народных танцах.

- Координация и баланс – помогает в исполнении сложных народных элементов (например, вращения в кавказских танцах).

2. Расширение танцевальной лексики.

- Новые движения и комбинации – заимствование элементов из модерна или хип-хопа может сделать народный танец более динамичным и зрелищным (например, в постановочных номерах).

- Работа с пространством – современная хореография учит использовать сцену нелинейно, что можно применить в народных ансамблевых танцах для создания интересных рисунков.

3. Улучшение выразительности и актерского мастерства.

- Импровизация – развивает навык спонтанного движения, что помогает танцору чувствовать музыку и партнеров в народных танцах.

- Эмоциональная глубина – современные техники учат передавать эмоции через тело, что важно в народных танцах с яркими образами (например, в испанском фламенко или цыганских танцах).

4. Работа с разными стилями музыки и ритмами

- Современная хореография часто сочетает сложные полиритмии, что помогает танцору народного стиля лучше чувствовать нестандартные музыкальные размеры (например, 5/8 в болгарских танцах).

5. Профилактика травм и осознанное движение

- Техники вроде release или floorwork учат безопасным падениям и перекатам, что полезно в энергичных народных танцах (например, в грузинской лезгинке или ирландских степ-танцах).

- Работа с дыханием и центром тяжести помогает избежать перенапряжения в быстрых народных танцах.

Важно сохранять баланс:

Современные техники не должны "размывать" аутентичность народного танца, но могут стать мощным инструментом для его обновления и адаптации к современной сцене.

Значимость данной программы для региона

Цели, задачи, содержание и образовательные результаты дополнительной общеобразовательной программы соответствуют целевым установкам и содержанию регионального проекта «Развитие региональной системы дополнительного образования детей в Кировской области» государственной программы Кировской области «Развитие образования»;

государственной программы Кировской области «Развитие культуры»; стратегического направления развития города Кирова «Киров – город вдохновленных людей» Стратегии социально-экономического развития муниципального образования «Город Киров» на период до 2035 года».

Новизна программы

Основным принципом работы является активное побуждение обучающихся к сотворчеству, в процессе которого происходит изучение индивидуальных двигательных возможностей тела, работа с ассоциативным рядом, изучение техники современной хореографии, использование ее для исполнителя народного танца, создание собственной уникальной хореографии

Важно сохранять баланс:

Современные техники не должны "размывать" аутентичность народного танца, но могут стать мощным инструментом для его обновления и адаптации к современной сцене.

Отличительные особенности программы

Программа предназначена для всех любителей хореографии, которые получили базовую подготовку и имеют потребность к индивидуальному саморазвитию в этой области.

Набор учащихся

Прием детей в ДДТ осуществляется на основании заявления и документов, удостоверяющих личность учащегося или одного из родителей (законных представителей) несовершеннолетних учащихся. (Из Устава ДДТ).

При приеме предоставляется медицинское заключение о состоянии здоровья учащегося.

- Возраст обучающихся – 12-17 лет
 - Объем и срок освоения: 18 месяцев (2 учебных года), 204 академических часа.
 - В неделю – 1 занятие по 3 академических часа
 - В год – 102 академических часа (34 занятия по 3 академических часа)
- Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса:

Группы учащихся разного возраста.

Состав группы постоянный.

Количество обучающихся в группе 10-18 человек.

Цель: формирование творческих способностей обучающихся средствами хореографии.

Задачи:

Воспитательные задачи, направленные на формирование личностных результатов:

- формировать готовность и способность учащихся к саморазвитию на основе мотивации к творчеству;
- формировать культуру здорового и безопасного образа жизни.

Образовательные задачи, направленные на формирование предметных результатов:

- сформировать знания и умения в области импровизационной работы в современной хореографии;
- научить применять знания и умения в новой ситуации, создавая авторскую хореографию;
- способствовать раскрытию творческого потенциала танцора.

Развивающие задачи, направленные на формирование метапредметных результатов:

- формировать умения планировать и регулировать свою деятельность;
- содействовать формированию самонаблюдения и самооценки в процессе творческой деятельности;
- формировать умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности.

Планируемые результаты

Личностные результаты:

- сформирована готовность и способность учащихся к саморазвитию на основе мотивации к творчеству;
- сформирована культура здорового и безопасного образа жизни.

Предметные результаты:

- сформированы знания и умения в области импровизационной работы в современной хореографии;
- умеет применять знания и умения в новой ситуации, создавая авторскую хореографию;
- умеет создавать танцевальные комбинации, умеет проявлять творческий потенциал в области хореографии.

Метапредметные результаты:

- сформированы умения планировать и регулировать свою деятельность;
- умеет продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности.

1 ГОД ОБУЧЕНИЯ

Планируемые результаты реализации программы 1 года обучения

Личностные результаты:

- осознанно и ответственно относится к собственным поступкам и поступкам других людей, понимает их последствия;
- понимает вред вредных привычек для физического и психического здоровья танцора.

Предметные результаты:

- обладает знаниями и умениями в области импровизационной работы в современной хореографии;
- умеет применять знания и умения в области импровизационной работы, может создавать танцевальные комбинации, обладающие авторским почерком.

Метапредметные результаты:

- умеет корректировать план действий с учетом новой информации;
- умеет достигать качественного результата в своей части работы и координировать свои действия с другими членами коллектива.

На протяжении всего учебного года учащиеся принимают участие в реализации программы воспитания ДДТ «Вдохновение», направленной на формирование базовых национальных ценностей.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 1 года обучения

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Организационное занятие	3	3	-	
2	Изучение двигательных возможностей тела танцора	24	4	20	Педагогическое наблюдение Открытое занятие
2.1	Четыре шарнира	3	1	2	
2.2	Образное перекачивание шарика по всему телу	3	1	2	
2.3	Следование за двигательным центром	3	1	2	
2.4	Импульсное движение	3	1	2	
2.5	Техника "Низкий потолок"	3	-	3	
2.6	Освобождение суставов	3	-	3	
2.7	Мышечное, суставное и тактильное движение тела	3	-	3	
2.8	Ощущение собственного веса тяжести	3	-	3	
3	Партнеринг	24	7	17	Педагогическое наблюдение Открытое занятие
3.1	Работа с отдачей и приёмом веса тяжести партнёра	6	2	4	
3.2	Взаимодействие танцоров в технике "Перекач"	6	2	4	
3.3	Движение, основанное на сопротивлении партнёру	6	2	4	
3.4	Управление партнёром.	3	1	2	
3.5	Следование за центром тела партнёра	3	-	3	
4	Работа с ассоциативным рядом	24	8	16	Открытое занятие
4.1	Работа с индивидуальной ассоциацией танцора	6	2	4	
4.2	Работа с групповой ассоциацией вызванный у танцоров	6	2	4	

4.3	Ассоциация и её телесное выражение по заданным историям	6	2	4	
4.4	Разбор упражнения "Пойми меня"	6	2		
5	Базовые принципы соединения стилей современной хореографии с народным танцем	24	4	20	Открытое занятие
5.1	Работа с весом и инерцией	6	1	5	
5.2	Пространство и рисунок	6	1	5	
5.3	Полиритмия и слоистость движения	6	1	5	
5.4	Импровизация в народных образах	6	1	5	
6	Участие в конкурсах	6	-	6	Конкурсные выступления
	Всего	102	23	79	

СОДЕРЖАНИЕ

Тема 1. Организационное занятие

Теория: Форма для занятий. Дисциплинарные требования. План работы на учебный год (традиционные мероприятия, концерты, конкурсы). Правила поведения в танцевальном классе, в здании ДДТ «Вдохновение». Правила поведения на концертах и мероприятиях. Инструктаж по пожарной безопасности. Меры электробезопасности. Современные хореографы России.

Практика: Не предусмотрена.

Раздел 2. Изучение двигательных возможностей тела танцора

Тема 1. «Четыре шарнира»

Теория: Техника выполнения упражнения «Четыре шарнира».

Практика: Выполнение задания. Исследование обучающимся возможностей своего тела, прислушиваясь к собственным ощущениям. Обсуждение результатов выполнения упражнения.

Тема 2. Образное перекачивание шарика по всему телу

Теория: Техника выполнения упражнения «Шарик».

Практика: Выполнение задания. Исследование обучающимся возможностей своего тела, прислушиваясь к собственным ощущениям. Обсуждение результатов выполнения упражнения.

Тема 3. Следование за двигательным центром

Теория: Понятие «двигательные центры». Техника выполнения упражнения «Следование за двигательным центром».

Практика: Выполнение задания. Исследование обучающимся возможностей своего тела, прислушиваясь к собственным ощущениям. Обсуждение результатов выполнения упражнения.

Тема 4. Импульсное движение

Теория: Техника выполнения упражнения «Импульсное движение».

Практика: Выполнение задания. Концентрация танцора на свободном непринужденном движении тела, таким образом исследуя и анализируя его возможности.

Тема 5. Техника «Низкий потолок»

Теория: Техника выполнения упражнения «Низкий потолок».

Практика: Выполнение задания. Исследование обучающимся возможностей своего тела, прислушиваясь к собственным ощущениям. Обсуждение результатов выполнения упражнения.

Тема 6. Освобождение суставов

Теория: Техника выполнения упражнения «Освобождение суставов».

Практика: Выполнение задания. Контроль танцором над плавными, свободными движениями в суставах.

Тема 7. Мышечное, суставное и тактильное движение тела

Теория: Техника выполнения упражнения «Тактильное движение тела».

Практика: Выполнение задания. Исследование обучающимся возможностей своего тела, прислушиваясь к собственным ощущениям. Обсуждение результатов выполнения упражнения.

Тема 8. Ощущение собственного веса тяжести

Теория: Техника выполнения упражнения «Вес тяжести».

Практика: Выполнение задания. Исследование обучающимся возможностей своего тела, прислушиваясь к собственным ощущениям, анализ его возможностей.

Раздел 3. Партнеринг

Тема 1. Работа с отдачей и приёмом веса тяжести партнёра

Теория: Техника выполнения упражнений «Вес тяжести» с партнером.

Практика: Выполнение упражнения в парах. Концентрация танцора на ощущениях, связанных с отдачей и приёмом веса тяжести. Повторение упражнения со сменой партнеров.

Тема 2. Взаимодействие танцоров в технике «Пережат»

Теория: Техника выполнения упражнения «Пережат».

Практика: Выполнение упражнения в парах. Обсуждение результатов выполнения упражнения. Повторение упражнения со сменой партнеров.

Тема 3. Движение, основанное на сопротивлении партнёру

Теория: Техника выполнения упражнения «Сопротивление партнеру».

Практика: Выполнение упражнения в парах. Обсуждение результатов выполнения упражнения. Повторение упражнения со сменой партнеров.

Тема 4. Управление партнёром

Теория: Техника выполнения упражнения «Ладони».

Практика: Выполнение упражнения «Ладони» в парах. Обсуждение результатов выполнения упражнения. Повторение упражнения со сменой партнеров.

Тема 5. Следование за центром тела партнёра

Теория: Техника выполнения упражнения «Центр тела партнера».

Практика: Выполнение упражнения в парах. Обсуждение результатов выполнения упражнения. Повторение упражнения со сменой ролей. Повторение упражнения со сменой партнеров.

Раздел 4. Работа с ассоциативным рядом

Тема 1. Работа с индивидуальной ассоциацией танцора

Теория: Техника выполнения упражнения «Ассоциация».

Практика: Выполнение упражнения. Обсуждение результатов выполнения упражнения.

Тема 2. Работа с групповой ассоциацией вызванный у танцоров

Теория: Техника выполнения упражнения «Ассоциативный ряд».

Практика: Выполнение задания. Анализ ассоциаций, которые сложились во время просмотра танцевальных работ.

Тема 3. Ассоциация и её телесное выражение по заданным историям

Теория: Техника выполнения упражнения «История».

Практика: Выполнение задания. Обсуждение результатов выполнения упражнения.

Тема 4. Разбор упражнения «Пойми меня»

Теория: Техника выполнения упражнения «Пойми меня».

Практика: Выполнение упражнения в парах по очереди. Обсуждение результатов выполнения упражнения.

Раздел 5. Базовые принципы соединения стилей современной хореографии с народным танцем.

Тема 1. Работа с весом и инерцией

Теория: Принципы работы с весом и инерцией

Практика: Упражнения на падения и перекаты (адаптация под народные вращения, например, в казачьих танцах).

Импровизация: «Падение-восстановление» под народные мелодии (от медленных плачей до быстрых плясовых).

Тема 2. Пространство и рисунок.

Теория: Принципы сочетания народных «узорных» построений с современной нелинейной композицией.

Практика: Переход от хоровода к спиралям и хаотичным перемещениям (импровизация в группе).

Создание «живых скульптур» на основе народных поз (например, застывшие образы из румынского «Каламанджау» с последующим развитием). Обсуждение результатов выполнения упражнения.

Тема 3. Полиритмия и слоистость движения

Теория: Принципы соединения сложных народных ритмов с современной текстурированной пластикой.

Практика: Дробные выстукивания (русские, ирландские) + изоляция тела (как в джаз-модерне).

Импровизация: верх тела – народный стиль, низ – contemporary (или наоборот).

Тема 4. Импровизация в народных образах

Теория: Принципы развития актёрского мастерства через спонтанность.

Практика: Этюды: «Оживление» народных персонажей (например, «леший» в contemporary-пластике).

Контактная импровизация в парных народных танцах (грузинская лезгинка с элементами партнёринга).

Раздел 6. Участие в конкурсах

Теория: Не предусмотрена.

Практика: Исполнение танцевальных композиций и спектаклей на конкурсах и фестивалях.

2 ГОД ОБУЧЕНИЯ

Планируемые результаты реализации программы 2 года обучения

Личностные результаты:

- сформирована способность к саморазвитию в творческой деятельности;
- демонстрирует навыки рефлексии своего состояния (физического, эмоционального, психологического), состояния других людей с точки зрения сознательного управления своим эмоциональным состоянием.

Предметные результаты:

- обладает знаниями и умениями в области импровизационной работы в современной хореографии;
- умеет применять знания и умения в области импровизационной работы, может создавать танцевальные комбинации, обладающие авторским почерком;
- раскрыт творческий потенциал танцора (умеет найти свой уникальный стиль движения в области современной хореографии и создать танцевальные комбинации, которые представляются на занятиях).

Метапредметные результаты:

- умеет использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности;
- умеет продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности.

На протяжении всего учебного года учащиеся принимают участие в реализации программы воспитания ДДТ «Вдохновение», направленной на формирование базовых национальных ценностей.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 2 года обучения

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Организационное занятие	1	1	-	
2	Изучение двигательных возможностей тела танцора	24	4	20	Педагогическое наблюдение Открытое занятие
2.1	Три качества движения (скольжение, импульс, спираль)	3	1	2	
2.2	Работа с изоляцией тела	3	1	2	
2.3	Работа с двигательным центром	3	1	2	
2.4	Работа с фокусировкой взгляда	3	1	2	

2.5	Техника "Мягкое падение»	3	-	3	
2.6	Работа с весом и опорой	3	-	3	
2.7	Работа с расширением и сжатием движения	3	-	3	
2.8	Работа с дыханием в танце	3	-	3	
3	Партнеринг	24	7	17	Педагогическое наблюдение Открытое занятие
3.1	Упражнение «Раскатываем тесто»	6	2	4	
3.2	Упражнение «Перекачивание точки»	6	2	4	
3.3	Принцип работы с весом партнёра в горизонтальной плоскости	6	2	4	
3.4	Принцип работы с весом партнёра в вертикальной плоскости	3	1	2	
3.5	Упражнение «Стоп-двигайся»	3	-	3	
4	Работа с ассоциативным рядом	24	8	16	Открытое занятие
4.1	Упражнение «Ассоциативный ряд»	6	2	4	
4.2	Упражнение «Изменение качества движения тела по заданию партнёра»	6	2	4	
4.3	Упражнение «Работа с пространством по заданию партнёра»	6	2	4	
4.4	Упражнение «Разговор телом»	6	2	4	
5	Базовые принципы соединения стилей современной хореографии с народным танцем	24	4	20	Открытое занятие
5.1	От этники к абстракции	6	1	5	
5.2	Работа с предметами	6	1	5	
5.3	От этнического звука к электронике	6	1	5	
5.4	Перформанс: от ритуала к сцене	6	1	5	
6	Участие в конкурсах	6	-	6	Конкурсные выступления
	Всего	102	23	79	

СОДЕРЖАНИЕ

Тема 1. Организационное занятие

Теория: Форма для занятий. Дисциплинарные требования. План работы на учебный год (традиционные мероприятия, концерты, конкурсы). Правила поведения в танцевальном классе, в здании ДДТ «Вдохновение». Правила поведения на концертах и мероприятиях. Инструктаж по пожарной безопасности. Меры электробезопасности

Практика: Не предусмотрена.

Раздел 2. Изучение двигательных возможностей тела танцора

Тема 1. Три качества движения (скольжение, импульс, спираль)

Теория: Отличительные особенности движения (скольжение, импульс, спираль).

Практика: Выполнение задания. Исследование обучающимся возможностей своего тела, прислушиваясь к собственным ощущениям. Обсуждение результатов выполнения упражнения.

Тема 2. Работа с изоляцией тела

Теория: Принципы работы изоляции тела.

Практика: Выполнение задания. Исследование обучающимся возможностей своего тела, прислушиваясь к собственным ощущениям. Обсуждение результатов выполнения упражнения.

Тема 3. Работа с двигательным центром

Теория: Понятие «двигательные центры». Техника выполнения упражнения «Следование за двигательным центром».

Практика: Выполнение задания. Исследование обучающимся возможностей своего тела, прислушиваясь к собственным ощущениям. Обсуждение результатов выполнения упражнения.

Тема 4. Работа с фокусировкой взгляда

Теория: Принципы работы танцора, использующего фокусировку взгляда.

Практика: Выполнение задания. Концентрация танцора на свободном непринужденном движении тела, тем самым исследуя и анализируя его возможности.

Тема 5. Техника "Мягкое падение"

Теория: Техника выполнения упражнения «Мягкое падение».

Практика: Выполнение задания. Концентрация танцора на свободном непринужденном движении тела, тем самым исследуя и анализируя его возможности. Обсуждение результатов выполнения упражнения.

Тема 6. Работа с весом и опорой

Теория: Принципы работы с весом и опорой.

Практика: Выполнение задания. Контроль танцором над плавными, свободными движениями в суставах.

Тема 7. Работа с расширением и сжатием тела

Теория: Принципы работы расширения и сжатием тела танцора в движении.

Практика: Выполнение задания. Концентрация танцора над свободным непринужденным движением тела, тем самым исследуя и анализируя его возможности. Обсуждение результатов выполнения упражнения.

Тема 8. Работа с дыханием в танце

Теория: Роль дыхания в танце для улучшения качества движения.

Практика: Выполнение задания. Концентрация танцора над свободным, непринужденным движением тела, тем самым исследуя и анализируя его возможности.

Раздел 3. Партнеринг

Тема 1. Упражнение «Раскатываем тесто»

Теория: Принципы правильной передачи веса тела партнёру в партере.

Практика: Выполнение упражнений в парах. Концентрация танцоров на ощущениях, связанных с отдачей и приёмом веса тяжести. Повторение упражнения со сменой партнеров.

Тема 2. Упражнение «Перекачивание точки»

Теория: Техника выполнения упражнения «Перекачивание точки»

Практика: Выполнение упражнений в парах. Обсуждение результатов выполнения упражнения. Повторение упражнения со сменой партнеров.

Тема 3. Принцип работы с весом партнёра в горизонтальной плоскости

Теория: Принципы работы с весом в горизонтальной плоскости.

Практика: Выполнение задания. Обсуждение результатов выполнения упражнения. Повторение упражнения со сменой партиями. Повторение упражнения со сменой партнеров.

Тема 4. Принцип работы с весом партнёра в вертикальной плоскости

Теория: Принципы работы с весом партнёра в вертикальной плоскости.

Практика: Отработка навыков с использованием изученных принципов в паре. Повторение упражнения со сменой партнеров. Обсуждение результатов выполнения упражнения.

Тема 5. Упражнение «Стоп-двигайся»

Теория: Техника выполнения упражнения «Стоп-двигайся».

Практика: Выполнение упражнения в паре. Обсуждение результатов выполнения упражнения. Повторение упражнения со сменой ролей. Повторение упражнения со сменой партнеров.

Раздел 4. Работа с ассоциативным рядом

Тема 1. Упражнение «Ассоциативный ряд»

Теория: Техника выполнения упражнения «Ассоциативный ряд».

Практика: Выполнение задания. Обсуждение результатов выполнения упражнения.

Тема 2. Упражнение «Изменение качества движения тела по заданию партнёра»

Теория: Техника выполнения упражнения «Изменение качества движения тела по заданию партнёра»

Практика: Выполнение задания. Анализ ассоциаций, которые сложились во время просмотра танцевальных работ.

Тема 3. Упражнение «Работа с пространством по заданию партнёра»

Теория: Техника выполнения упражнения «Работа с пространством по заданию партнёра»

Практика: Выполнение упражнения. Обсуждение результатов выполнения упражнения.

Тема 4. Упражнение «Разговор телом»

Теория: Техника выполнения упражнения «Разговор телом»

Практика: Выполнение упражнения в парах по очереди. Обсуждение результатов выполнения упражнения.

Раздел 5. Базовые принципы соединения стилей современной хореографии с народным танцем.

Тема 1. От этники к абстракции

Теория: Принципы Трансформации традиционных движений в современные.

Практика: Деконструкция: разбор народного движения на части и сборка в новом порядке (например, «ковырялочка» + волны тела).

- Импровизация: начать с аутентичного жеста и постепенно уйти в абстракцию.

Тема 2 Работа с предметами.

Теория: Принципы использования в современной манере народных атрибутов и их символы в народной культуре (платки, шапки, шали, кушаки).

Практика: Платок в русском танце + техника flying low.

Импровизация с предметом: от традиционного использования к метафорическому (например, платок как крыло, цепь или волна).

Тема 3. От этнического звука к электронике

Теория: Принципы соединения сложных народных ритмов с современной текстурированной пластикой.

Практика: Импровизация под фолк-электронику (например, The HU, Отава Ё, Balkan Beat Box).

Создание собственного ритма: сочетание народных притопов и битового бокса.

Тема 4. Перформанс: от ритуала к сцене

Теория: Принципы постановка номера, где сливаются традиция и новаторство.

Практика: Групповая импровизация на основе народного обряда (например, «завивание берёзки» в contemporary-стиле).

- Финал: открытый показ с элементами interactivity (зрители задают тему или ритм).

Раздел 6. Участие в конкурсах

Теория: Не предусмотрена.

Практика: Исполнение танцевальных композиций и спектаклей на конкурсах и фестивалях.

Календарный учебный график

Годовой календарный учебный график муниципального образовательного автономного учреждения дополнительного образования «Дом детского творчества «Вдохновение» г. Кирова утверждается приказом директора.

1. **Начало учебного года** – 1 сентября.
2. **Продолжительность учебного года** – 9 месяцев.
3. **Срок реализации ДООП** – 34 учебных недели.
4. **Продолжительность академического часа** – 40 минут для детей школьного возраста.
5. **Форма обучения** – очная.
6. **Продолжительность учебной недели** – 7 дней.

Учреждение работает без общего выходного дня (ежегодно).

Нерабочие и праздничные дни – в соответствии с Постановлением Правительства Российской Федерации.

7. Режим работы учреждения в период школьных каникул:

- по временному расписанию, составленному на период каникул;
- в форме походов, экскурсий, соревнований;

- могут создаваться различные объединения с постоянным и переменным составом детей.

8. Аттестация учащихся проводится:

- декабрь – промежуточная аттестация;
- май – промежуточная аттестация;

На основании статьи 58 закона РФ «Об образовании» освоение образовательной программы сопровождается промежуточной аттестацией обучающихся, проводимой в формах, определенных учебным планом, и в порядке, установленном образовательной организацией.

- итоговая аттестация не проводится

Основание: Порядок и форма итоговой аттестации, согласно статьи 59 закона РФ «Об образовании» установлены для основных образовательных программ основного общего и среднего общего образования, основных профессиональных образовательных программ, программам подготовки научных и научно-педагогических кадров в аспирантуре (адъюнктуре), основных образовательных программ, имеющих государственную аккредитацию.

Календарный учебный график составляется педагогом дополнительного образования ежегодно на каждую учебную группу после ее комплектования.

КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

1. Танцевальный зал (до 15*12 м): 1 помещение на группу;
2. Магнитофон: 1 единица на группу
3. Телевизор: 1 единица на группу

Информационное обеспечение

1. аудиозаписи;
2. видеозаписи;
3. фотоиллюстрации;
4. интернет-источники.

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования, имеющий специальное образование.

Требование к безопасности: инструкции по технике безопасности из перечня (ИТБ-01, ИТБ-02, ИТБ-03, ИТБ-05).

Формы аттестации/контроля

✓ *Педагогическое наблюдение* – это основная форма контроля со стороны педагога, которая проводится на каждом занятии.

✓ *Открытое занятие* – проводится для педагогов, родителей и других воспитанников не реже двух раз в год.

✓ *Конкурсные выступления* – участие во всероссийских и международных конкурсах и фестивалях.

Аттестация обучающихся

- Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: видеозапись, грамота, диплом, журнал посещаемости, материал анкетирования, портфолио, фото.
- Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: открытое занятие, конкурсное выступление.

Оценочные материалы

С целью управления качеством образовательного процесса в ДДТ разработан мониторинг результативности образовательной деятельности, позволяющий определить достижение учащимися планируемых результатов.

1. Диагностика личностных результатов.

Отслеживание личностных результатов происходит при помощи основного эмпирического метода исследования – наблюдения.

Наблюдение проводится лонгитюдно на протяжении учебного года. Результаты заносятся в протокол, обрабатываются количественно, интерпретируются (Приложение 1).

2. Диагностика предметных результатов.

Отслеживание практической составляющей (умения, навыки) происходит при помощи основного эмпирического метода исследования – наблюдения. Наблюдение проводится лонгитюдно на протяжении учебного года. (Приложение 2).

3. Диагностика метапредметных результатов.

Отслеживание метапредметных результатов происходит при помощи основного эмпирического метода исследования – наблюдения.

Наблюдение проводится лонгитюдно на протяжении учебного года. Результаты заносятся в протокол, обрабатываются количественно, интерпретируются (Приложение 3).

Все данные мониторинга заносятся в общую таблицу (Приложение 4).

Методические материалы

- Особенности организации образовательного процесса: очно.
- Методы обучения (словесный, наглядный практический; объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично-поисковый, исследовательский) и воспитания (убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.).
- Формы организации учебного занятия: практическое занятие.
- Формы организации образовательного процесса: фронтальная, парная, индивидуальная.
- Педагогические технологии: технология разноуровневого обучения, здоровьесберегающая технология.

Структура учебного занятия

В структуре занятия можно выделить три части:

- подготовительная;
- основная;
- заключительная.

В подготовительной части занятия решаются задачи организации учащихся, мобилизации их к предстоящей работе, подготовки к выполнению упражнений основной части занятия.

Средствами, которыми решаются указанные задачи, являются основные ритмические элементы. Такие упражнения способствуют мобилизации внимания, подготавливают суставно-мышечный аппарат, сердечно-сосудистую и дыхательную системы для последующей работы.

Во второй части занятия решаются основные задачи. Решение поставленных задач достигается применением большого арсенала разнообразных упражнений.

В заключительной части занятия необходимо снизить нагрузку с помощью специально подобранных упражнений: на расслабление.

В заключительной части занятия подводятся итоги.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагога:

1. Богуславская А.Г. «Народно-сценический танец». М. 2005г.
2. Заикин И.И., Заикина И.А. «Областные особенности русского народного танца». Орёл. 2003г.
3. Марченков А.Л. Искусство балетмейстера. Эволюция сценических форм танца. Сольный танец: учеб. пособие. Владимир: Изд-во ВлГУ, 2017. 124 с.
4. Мелехов А.В. Искусство балетмейстера. Композиция и постановка танца: Учебное пособие. Екатеринбург: УрГПУ, 2015. 128 с.

Для родителей:

1. Боровская Э. Здоровое питание школьника. М.: Эксмо, 2010.

Для детей:

1. Багана Жером, Карпенко В.Н., Карпенко И.А. Учебное пособие. Хореографическое искусство и балетмейстер. М: ИНФРА-М, 2019 г.

Интернет-источники:

1. Журнал «Хореограф». URL: <https://www.horeograf.com/> (дата обращения 07.06.2022)
2. Журнал «ДОЗАДО». URL: <http://dozado.ru/> (дата обращения 07.06.2022)
3. Портал о танцах «Танцевальный клондайк». URL: <http://dancerussia.tv> (дата обращения 07.06.2022)
4. Учебная программа дисциплины «Композиция и постановка танца». URL: <http://pandia.ru/text/80/091/37542.php> (дата обращения 07.06.2022)

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Диагностика личностных результатов

№ п/п	Фамилия, имя учащихся	Сформирована готовность и способность учащихся к саморазвитию на основе мотивации к творчеству.		Сформирована культура здорового и безопасного образа жизни.		Индивидуальный итог (низкий, средний, высокий уровни)
		1 год		2 год		
		Осознанно и ответственно относится к собственным поступкам и поступкам других людей, понимает их последствия.	Сформирована способность к саморазвитию в творческой деятельности.	Понимает вред вредных привычек для физического и психического здоровья танцора.	Демонстрирует навыки рефлексии своего состояния (физического, эмоционального, психологического), состояния других людей с точки зрения сознательного управления своим эмоциональным состоянием.	
Групповой итог						

По каждому показателю выставляется балл, отражающий уровень его проявления.

Высокий уровень (3 балла) – показатель проявляется ярко, в полном объеме, самостоятельно.

Средний уровень (2 балла) – показатель проявляется ограниченно: ситуативно, частично, под руководством педагога.

Низкий уровень (1 балл) – показатель проявляется редко или не появляется.

Диагностика предметных результатов 1 год обучения

№ п/п	Фамилия, имя учащегося	Двигательные возможности тела	Партнеринг	Умение выстраивать ассоциативный ряд	Создание авторской хореографии	Итог
		Может свободно управлять своим телом, через импровизацию	Обладает навыками взаимодействия с партнёром, принимая и отдавая вес тяжести. Может создавать свои комбинации в паре.	Может свободно использовать движенческие возможности своего тела передавая заданную идею, мысль.	Может придумать хореографические комбинации, используя импровизационные навыки своего тела	
Групповой итог						

Диагностика предметных результатов 2 год обучения

№ п/п	Фамилия, имя учащегося	Двигательные возможности тела	Партнеринг	Умение выстраивать ассоциативный ряд	Создание авторской хореографии	Итог
		Уверенно и свободно управляет своим телом, через импровизацию	Уверенно взаимодействует с партнёром, принимая и отдавая вес тела. Может создавать свои комбинации в паре.	Свободно и уверенно использует движенческие возможности своего тела передавая заданную идею, мысль.	Создаёт уникальные хореографические комбинации, используя импровизационные навыки своего тела	
Групповой итог						

По каждому показателю выставляется балл, отражающий уровень его проявления.

Высокий уровень (3 балла) – показатель проявляется ярко, в полном объеме, самостоятельно.

Средний уровень (2 балла) – показатель проявляется ограниченно: ситуативно, частично, под руководством педагога.

Низкий уровень (1 балл) – показатель проявляется редко или не появляется.

Диагностика метапредметных результатов

№ п/п	Фамилия, имя учащихся	Сформированы умения планировать и регулировать свою деятельность.		Умеет продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности.		Индивидуальный итог (низкий, средний, высокий уровни)
		1 год		2 год		
		Умеет корректировать план действий с учетом новой информации.	Умеет использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности.	Умеет достигать качественного результата в своей части работы и координировать свои действия с другими членами команды.	Умеет продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности.	
Групповой итог						

По каждому показателю выставляется балл, отражающий уровень его проявления.

Высокий уровень (3 балла) – показатель проявляется ярко, в полном объеме, самостоятельно.

Средний уровень (2 балла) – показатель проявляется ограниченно: ситуативно, частично, под руководством педагога.

Низкий уровень (1 балл) – показатель проявляется редко или не появляется.

Сводная таблица результативности образовательной деятельности

МОАУ ДО Дом детского творчества «Вдохновение»

Группа _____ Педагог _____ Дата проведения _____

№	Фамилия, имя ребенка	Присутствие в группе		Предметная результативность		Личностная результативность		Метапредметная результативность	
		на 01.10	на 01.06						
				Входящая	Итоговая	Входящая	Итоговая	Входящая	Итоговая
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
	Средний по группе								

Описание упражнений

Упражнение «Четыре шарнира»

Педагог даёт пояснение, что два плечевых и два тазобедренных сустава мы будем воспринимать как шарниры, механизмы, которые находятся в постоянном движении. Даёт детям задание - на протяжении 1-5 мин. контролировать одновременное движение этих четырёх суставов (двигательных центров). Прислушиваться к собственным ощущениям, следуя за возникающими импульсами.

Упражнение «Шарик»

Педагог просит представить, что внутри грудной клетки у нас находится шарик, который мы должны перекатывать за счёт мышечной манипуляции/ управление телом. Движение выполняется сначала в грудном отделе, затем во всём теле и, в завершении, подключаем к выполнению этого задания конечности, руки и ноги.

Упражнение «Следование за двигательным центром».

Педагог поясняет, что в теле танцора есть двигательные центры, а именно голова, копчик, седалищные кости, пятки, плечи, рука и т. д. Даёт задание - двигаться в пространстве, следуя за одним двигательным центром. Усложнение: двигаться в пространстве за несколькими двигательными центрами, плавно сменяющими друг друга в зависимости от желания танцора.

Упражнение «Импульсное движение».

Педагог просит свободно следовать за импульсным толчком, который направляет сам танцор или его партнёр в ту или иную часть тела.

Упражнение «Низкий потолок»

Педагог объясняет, что необходимо свободно перемещаться в пространстве в полуприседе, используя особую технику в работе стопы (скользим стопой по полу или перекатываем стопу с пятки на полу палец, с полу пальца на пятку). Отрывать стопу от пола нельзя.

Упражнение «Освобождение суставов»

Педагог даёт задание: принять исходное положение - лечь на пол, на один бок. Даёт задание одновременно двигать тремя суставами руки (плечо, локоть, запястье), контролировать свободу движения, следовать за рождающимся движением. Затем даёт задание двигать одновременно тремя суставами ноги (тазобедренный, колено, голеностоп). Затем даёт задание

двигать одновременно шестью суставами (тремя суставами ноги и тремя суставами руки). Усложнение: двигать одновременно 12 суставами.

Упражнение «Тактильное движение тела».

Педагог даёт объяснение, что танцор может двигаться в пространстве используя мышечное напряжение или свободное ненапряжённое движения суставов, а также, движения, когда танцор кожей ощущает своё тело (через прикосновения к нему), окружающие предметы (пол, стена, человек) или пространство вокруг него (воздух).

Упражнение «Вес тяжести».

Педагог просит ощутить собственный вес тяжести танцоров за счёт провиса на балетном станке. Цепляться за балетный станок можно руками, локтями, подмышечными впадинами, шеей. Упирается в пол стопами или коленями нельзя. Ноги находятся в состоянии проскальзывания или болтания.

Упражнение «Вес тяжести» с партнером.

Педагог объясняет, что значит отдать вес тяжести партнеру и, что значит принять вес тяжести партнёра. Предлагает воспитанникам различные упражнения.

Упражнение «Перекал».

Педагог объясняет суть техники. И.п. - танцоры лежат на полу друг на друге. Перемещаться в пространстве можно только используя собственный перекал тела, который провоцирует партнёра на движение. Можно следовать за импульсом/направлением, которое даёт партнёр.

Упражнение «Сопротивление партнеру».

Педагог объединяет танцоров в пары. Первому участнику дают задание - на четвереньках (на четырёх конечностях) двигаться вперёд по прямой. Второй участник создаёт первому участнику препятствие в ходе его продвижении вперёд. Второй работает на сопротивление, пытается столкнуть первого с прямой линии, по которой он движется, создаёт препятствия своим телом.

Упражнение «Ладони».

Педагог объединяет танцоров в пары. Первому танцору даёт задание - своей ладонью касаться любой части тела своего партнёра. Второй танцор даёт отклик на прикосновение - своей рукой (но только не ладонью) убирает руку первого танцора. Оба танцора контролируют, чтобы в этот момент руки находились в полном соприкосновении друг с другом, отдавали и принимали вес тяжести.

Движение зафиксировано. Усложнение: добавить следование корпуса (всего тела) за импульсом, который исходит от рождающихся движений. Добавить перемещение в пространстве и смену уровней (верхний- стоя на ногах, средний - опускание на колени, нижний- лёжа на полу).

Упражнение «Центр тела партнера».

Педагог объединяет детей в пары, обозначает их роли/задачи "Ведомый", "Ведущий". "Ведомый" следует за направлением движения, которое задаёт "Ведущий". "Ведущий" касается своими ладонями центра тела ведомого (голова, грудь, живот, крестец). Направляет его движение в любую точку в пространстве, а затем возвращает его в исходное положение.

Упражнение «Ассоциация».

Педагог называет воспитаннику слово (существительное, прилагательное, глагол) или фразу. Танцор за счёт свободной импровизации своим телом должен отобразить ту эмоциональную ассоциацию, которая вызвана словом или фразой педагога.

Упражнение «Ассоциативный ряд».

Педагог предлагает детям сесть в круг, выбирается ведущий танцор, ему педагог называет слово или фразу. Танцор ассоциативно реагирует на неё импровизацией своего тела. Дети, сидящие в кругу, пытаются для себя выстроить тоже какую-то ассоциацию. По мере их желания и готовности входят в круг и включаются в телесное отражение той ассоциации, которая у них возникла. В конце задания проводится беседа, где все участники действия рассказывают о своих и увиденных ассоциациях.

Упражнение «История».

Педагог читает для танцоров стих, отрывок из художественного произведения или технической литературы. Ждёт телесной ассоциации от детей.

Упражнение «Пойми меня».

Упражнение «Восьмерка».

Детям даётся задание выбрать восемь направлений движений в пространстве и восемь частей тела. Педагог просит визуализировать это на листе бумаги и пронумеровать. Дети в определённой последовательности используют особую комбинацию направления движения в совокупности с конкретной частью тела.

Упражнение «Импульсный толчок».

Используя импульсный толчок в любую часть тела, дети следуют за импульсом, создают танцевальную комбинацию на 8, 4, 2 счёта. Пытаются воспроизвести её несколько раз. Усложнение: созданную танцевальную связку пытаются воспроизвести в обратной последовательности.

Упражнение «Дуэт»

Педагог объединяет детей по парам. Первый танцор начинает своё импровизационное движение в пространстве. Второй танцор подстраивается под его движения, используя навыки партнеринга. Пытаются запомнить сочинённую хореографию.

Упражнение «Трио»

Педагог объединяет детей по тройкам. Предлагает детям сочинить хореографию используя технику "Провисание на балетном станке". Где один из танцоров импровизирует, а двое других танцоров принимают его вес тяжести, являясь для него опорой. При создании хореографии в трио, партия танцующего должна постоянно переходить от одного человека к другому.

Упражнение «4 качества движения» (скольжение, импульс, мышцы, спирали)

Педагог обсуждает с детьми каждое из четырёх направлений качеств движения. Показывает в своём исполнении. Предлагает воспитанникам индивидуально поработать над каждым качеством. Организует поз всех участников друг перед другом с дальнейшим анализом увиденного.

Упражнение «Изоляция».

Педагог знакомит детей с понятием изоляция в современной хореографии. Дети пробуют изолировать отдельные части своего тела. Учимся одновременно двигать несколькими изолированными частями тела.

Упражнение «Раскатываем тело»

Педагог объединяет детей в пары. Предлагает одному из них через ассоциацию взять на себя роль «скалки», другому «теста». Даёт задание «Скалкой раскатать тесто». Обращает внимание на бережное прокатывание через грудной отдел, коленный сустав.

Упражнение «Перекатывающаяся точка»

Педагог объединяет детей в пары. Предлагает соприкоснуться друг с другом самым простым способом. Образовавшуюся точку соприкосновения ребята перемещают/прокатывают по всему телу. Следят за тем чтобы не потерять контакт друг с другом/не разъединиться. Для усложнения работы используют активное перемещение в пространстве и смену уровней.

Упражнение «Стоп-двигайся»

Педагог объединяет детей в пары, тройки или малые группы. Дается задание используя импровизацию исследовать пространство вокруг партнера. Один из партнеров в любой момент принимает решение дать команду «Стоп» для другого партнера или группы. Участники замирают, а давший команду, продолжает исследовать пространство вокруг участников, используя их тела. Следующая команда «Двигайся» дает возможность продолжить импровизацию всем вместе.

Упражнение «Ассоциативный ряд»

Педагог предлагает всем ребятам сесть в круг. Один из участников произносит вслух любое слово. И далее по цепочке каждый из участников озвучивает свою ассоциацию, которую он получил от предыдущего участника.