


Управление образования администрации
Собинского муниципального округа Владимирской области
Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования Собинского муниципального округа
Центр дополнительного образования

СОГЛАСОВАНО:
Методический совет
от 24 июня 2025 г.
Протокол № 6

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУ ДО ЦДО
Михайлова И.А.
27 июня 2025 г.
Принята на заседании
Педагогического совета
Протокол № 3 от 27 июня 2025г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Современный танец: джаз-модерн»**

Направленность: художественная
Уровень сложности: базовый
Возраст обучающихся: 11-17 лет
Срок реализации: 1 год

Разработчик:
Обломова Ксения Алексеевна,
педагог дополнительного образования

г. Собинка, 2025 год

Содержание программы

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка	3 стр.
1.2. Цель и задачи программы	4 стр.
1.3. Содержание программы	5 стр.
1.4. Планируемые результаты	7 стр.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график	8 стр.
2.2. Условия реализации программы	8 стр.
2.3. Формы аттестации	9 стр.
2.4. Оценочные материалы	9 стр.
2.5. Методические материалы	9 стр.
2.6. Список использованной литературы	10 стр.

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современный танец: джаз-модерн», далее – программа, разработана на основе авторской программы «Джаз-модерн танец» Ваховской детской школы искусств, Никитиной Инны Олеговны г. Ваховск, 2023 год.

Для разработки программы использована нормативно-правовая база:

- 1.Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- 2.Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- 3.Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. №678-р "Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года".
- 4.Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)».
- 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.Письмо №06-1844 от 11 декабря 2006 года — документ Министерства образования и науки Российской Федерации. Примерные требования к программам дополнительного образования детей.
- 7.Положение о наставничестве в МБУ ДО ЦДО.

Направленность: художественная.

Уровень сложности: базовый

Актуальность программы. Современная хореография является действенным методом эстетического и физического воспитания. В процессе обучения подростки совершенствуют навыки музыкальности, пластичности, координации, актерского мастерства. Занятия в коллективе воспитывают чувство товарищества, взаимовыручки, умения чувствовать ответственность. Одним из направлений хореографического искусства является модерн-джаз танец. Данная программа даёт возможность учащимся освоить школу танца модерн, где особое внимание уделяется чувству формы и содержания. Программа позволит учащимся получить полное представление о возможностях джаз-танца и танца модерн в целом и на практике синтезировать эти два направления.

Отличительные особенности программы. Направленность хореографического обучения в рамках данной программы основана на синтезе видов искусств классической хореографии, модерн-джаз танца,

современных постановок, обладающих широким спектром возможностей для максимального удовлетворения творческих потребностей учащихся.

Педагогическая целесообразность программы. Занятия модерн-джаз танцем позволяют обучающимся овладеть стилем и манерой исполнения, расширяют и обогащают их исполнительские возможности, формируя особые исполнительские качества и навыки. Так же занятия современным танцем закладывают основы нравственности, красоты, расширяют культурный кругозор. Способствуют гармоничному развитию подростков, развивают физическую силу, выносливость, ловкость, помогают снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе.

Адресат программы: обучающиеся 11 - 17 лет

Численность группы: от 10 до 16 человек

Режим занятий: 3 раза в неделю по 2 часа

Продолжительность одного занятия - 40 минут, перемены - 10 минут.

Объём и срок освоения программы

Срок освоения программы – 1 год (сентябрь-май текущего учебного года).

Общее количество учебных часов по программе - 216.

Формы обучения

Форма обучения: очная.

Особенности организации образовательного процесса.

Разновозрастная группа, являющаяся основным составом, состав группы постоянный. Проводятся групповые занятия, практическое занятие (репетиция), творческое занятие (создание творческого этюда), выступление в зависимости от содержания образовательного процесса.

1.2. Цель и задачи программы

Цель: развитие творческого потенциала учащихся через изучение современного танца джаз-модерн.

Задачи:

Предметные:

- 1.сформировать систему знаний и умений учащихся по модерн-джаз танцу;
- 2.знать названия хореографических терминов, упражнений и движений;
- 3.научить исполнять базовые движения модерн – джаз танца;
- 4.учить правильно, ритмично и красиво исполнять изученные движения, выразительно передавать музыку и содержание танцевального образа движением.

Метапредметные

- 1.развивать музыкальность через воспитание способности чувствовать, эстетически передавать музыку в движении;
2. воспитывать культуру поведения и общения учащихся;
- 3.осуществлять совместный поиск решения творческих задач.

Личностные:

- 1.формировать устойчивый интерес к занятиям;
- 2.развивать у учащихся яркую, выразительную манеру исполнения;

3.формировать умения планировать, контролировать и оценивать собственные учебные действия.

1.3.Содержание программы

Учебный план

№	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	1	1	Игра «Ассоциации»
2	Учебно-тренировочный раздел «Классический танец»	86	2	84	Зачёт
3	Дисциплина – современный танец	36	2	34	Исполнение комбинаций
4	Танцевальные элементы и композиции	78	2	76	Выступление
5	Воспитательные мероприятия	8	-	8	Выступление Хореографический спектакль «Маленькая страна»
6	Аттестация по итогам года	4	-	4	Игра «Тест-вопрос». Отчётный концерт
6	Итоговое занятие	2	-	2	
	Итого часов:	216	7	209	

Содержание учебного плана

1.Вводное занятие – 2 часа: 1 час теории, 1 час практики.

Игровой и коммуникативный тренинги. Представление о современной хореографии. Введение в программу третьего года обучения. Систематичность занятий, дисциплинированность на занятии. Развитие музыкальности, координации и свободы движения, ловкости, выносливости и физической силы.

Инструктаж по правилам техники безопасности: поведение перед началом занятия, во время занятия, после занятия, на мероприятиях.

Вводный контроль: задания «Статуи», беседа.

2. Учебно-тренировочный раздел «Классический танец» – 86 часов: 2 часа теории, 84 часа практики.

Экзерсис у станка:

1. port de brase – перегибы корпуса;
2. grand rond

Экзерсис на середине:

1. adagio
2. gran djete – прыжок «в шпагат»;
3. changement – прыжок;
4. port de brase – перегибы корпуса;
5. echange – прыжок;
6. glissade – прыжок.

Итоговое занятие: знание названий комбинаций, правильное их исполнение (открытое занятие для родителей - май) – 2 часа.

3. Дисциплина – современный танец – 36 часа: 2 часа теории, 34 часа практики.

Терминология современного танца.

1. смена уровней;
2. передвижение в пространстве;
3. flat step;
4. camelwalk.

Экзерсис на полу.

1. упражнения, сидя на полу - укрепление мышц спины, постановка осанки, вытянутость ног в колени и в стопе, растяжение ахиллового сухожилия;
2. лёжа на спине - укрепление мышц брюшного пресса, выворотности бёдер;
3. лёжа на боку - развитие шпагата в сторону, выворотности бёдер;
4. лёжа на животе - развитие гибкости корпуса, укрепление мышц спины, укрепление голеностопа;
5. упражнения, стоя на коленях - развитие гибкости, развитие подъёма, растяжение ахиллового сухожилия;
6. упражнения парами - развитие гибкости спины, укрепление мышц спины, развитие выворотности, укрепление брюшного пресса, растяжка.

4. Танцевальные элементы и композиции. Направление джаз модерн – 78 часов: 2 часа теории, 76 часов практики.

Понятие «контактная импровизация»:

1. работа в группе: верхний, средний, нижний уровень;

2. работа в паре: перебаты на мостик, plie спина к спине, поддержка через бедро и т.д.

Середина.

После изучения основных элементов современных танцев, преподаватель составляет различные композиции (вращения, прыжки), этюды, танцевальные постановки на основе изученной лексики.

Экзерсису станка (джаз):

demi- plie через releve, grand plie и roll назад (скручивание корпуса);

battement tendu – через releve;

battement jete с контракцией, через releve;

rond de jambe par terre с контракцией и перегибом корпуса;

adagio через releve с контракцией, ecartee вперед и назад;

grand battement – через battement tendu. Через releve (с согнутым коленом).

Постановка хореографических номеров.

5. Воспитательные мероприятия – 8 часов практики.

День народного единства, День матери, Новогодний серпантин, День защитника Отечества, День Победы, участие в экологических и волонтерских акциях. Хореографический спектакль «Маленькая страна» (февраль-март),

6. Аттестация по итогам года – 2 часа.

Практика – отчетный концерт. Теория – игра «Тест-вопрос».

7. Итоговое занятие - 2 часа. Планы на будущий учебный год, задания: новое в танцевальном искусстве за летний период.

1.4. Планируемые результаты

Предметные:

1. знание правил и техники исполнения освоенных программных движений и упражнений;

2. умение выполнять базовые движения модерн – джаз танца;

3. знание хореографических терминов, названия упражнений и движений модерн-джаз танца.

Метапредметные:

1. развитие чувства ритма, музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки);

2. умение правильно, ритмично и красиво исполнять изученные движения, выразительно передавать музыку и содержание танцевального образа движением, артистично исполнять концертную программу;

3. развитие чувства коллектива, умения сотрудничать, совместно решать творческие задачи.

Личностные:

1. умение корректировать свою деятельность в соответствии с заданиями и замечаниями педагога;

2. развитие у учащихся яркой, выразительной манеры исполнения;

3. умение планировать, контролировать и оценивать собственные учебные действия.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1	01.09.2025	31.05.2026	36	108	216	3 раза в неделю по 2 часа

2.2. Условия реализации программы

*Материально-техническое обеспечение

учебный оборудованный хореографический класс: хореографический станок, гимнастические коврики, гимнастические скакалки, спортивные усилители, гимнастические резинки;

актовый зал (сцена); раздевалка;

сценические костюмы;

атрибуты (предмет) для постановки танцевального номера.

Форма учащихся

для девочек: чёрный купальник с шортами – рукава $\frac{3}{4}$, белые колготки для классического танца; чёрные колготки для джаз-модерн танца, лосины, чёрные балетки, идеально убранная голова (комелёк);

для мальчиков: белая футболка, чёрные трикотажные брюки, чёрные балетки, чёрные носки.

*Информационное обеспечение

аудиоаппаратура: музыкальный центр, колонки; ноутбук, экран; аудиодиски; компьютер, цифровая видеокамера., микрофоны.

*Интернет - ресурсы

1.horeograf.com

2.dancehelp.ru

3.про движение I Contemporary dance

4.Творческое движение «Вдохновение»

5.DAR Марафон.

6.Сообщество: Импровизация и актёрское мастерство.

7.Сообщество: Стрессоустойчивость хореографа.

8.Канал на youtube Таня+Танцы.

9. Канал на youtube Евгении Образцовой.

10.Сообщество: уроки современного танца для детей.

2.3.Формы аттестации

***Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:**
аудиозапись, видеозапись, грамоты и дипломы, готовая работа, журнал посещаемости, методические разработки, фото, отзывы родителей и детей, статьи.

***Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:**
материалы анкетирования и тестирования, выполнения практических заданий, концерт, конкурс, открытое занятие, итоговый отчёт, праздник, протоколы.

2.4.Оценочные материалы

Виды контроля:

Виды контроля:

- начальный контроль;
- промежуточный;
- итоговый.

Начальный контроль: музыкальность, срез знаний танцевальных терминов, позиции рук и ног, передача образа (импровизация), координация (сентябрь).

Промежуточная аттестация: по классическому танцу - исполнение вращений (ноябрь); исполнение прыжков (январь); исполнение комбинации у станка: rond de jamb partere (март).

Промежуточная аттестация: по современному танцу – техника владения танцевальной композицией (декабрь — май).

Аттестация по итогам года: практика – хореографический спектакль «Маленькая страна» (февраль-март), отчётный концерт (май); теория - «Тест-вопрос» (май).

2.5.Методические материалы

***Особенности организации образовательного процесса**

Очно.

***Методы обучения и воспитания**

- методы обучения: словесный, наглядный, практический, игровой;
- методы воспитания: поощрение, убеждение, стимулирование;
- интерактивные методы: мастер-классы, интерактивные вебинары, броуновское движение.

***Формы организации образовательного процесса**

Групповая.

***Формы организации учебного занятия**

практическое занятие-репетиция, творческое занятие - создание творческой постановки, выступление перед публикой, показ, беседа, игра, концерт, мастер-класс, открытое занятие, праздник.

***Педагогические технологии:**

технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология «Учебный диалог», технология «Искусство гуманизирующее», здоровье сберегающие технологии, игровые технологии, технология тренинга, технология развивающего обучения, технология

дифференцированного обучения, технология дистанционного обучения, технология коллективной творческой деятельности.

***Алгоритм учебного занятия**

1. Приветствие – reverence.
2. Разогрев.
3. Общий разогрев мышц (комбинации).
4. Партерная гимнастика.
5. Разучивание танца.
6. Рефлексия.
7. Поклон - reverence.

***Наглядный материал**

- 1.Игра «Статуи» (развитие воображения с помощью пластики тела).
- 2.Игра «Запомни и повтори» (развитие памяти, скорости запоминания движений).
- 3.Импровизация: в технике рапида, «лучи», животные, предметы.
- 4.Задание «Конверт» (поставить себе цель на месяц: для улучшения своих физических способностей).
- 5.Психологическая игра «Мне не нравится этот человек, потому что...» (выявление конфликтных отношений в группе).

2.6. Список использованной литературы

- для педагога:

1. Аггау Алексей Ермолаев. Сборник статей; Искусство - М., 2022.
2. Красовская В. Ваганова; Искусство - М., 2020.
3. Мессерер Асаф Уроки классического танца; Искусство - М., 2021.
4. Никитина Н. Сост. В классе хореографии. Хрестоматия концертмейстера; Гостехиздат - Москва, 2022.
5. Рассел Джесси Пассажирка; VSD - М., 2021.
6. Рулева А. Борис Брегвадзе; Искусство - М., 2022.
7. Светлов В. Современный балет; Локид Премиум - М., 2022.
- 8.«Основы современного танца» С.С. Полятков, Ростов-на-Дону «Феникс» 2020 г.

- для обучающихся и родителей:

- Зихлинская Л. Мей В. Первые шаги. К. Логос: 2020.
- Кудрявцев А. Растяжка для всех видов спорта. 2022.