

Муниципальное учреждение дополнительного образования

*«Детская школа искусств №3»*



**СОГЛАСОВАНО:**  
с Педагогическим советом  
от « 30 » августа 2021г.

**УТВЕРЖДАЮ:**  
Директор МУДО «ДШИ №3»  
О.Ю. Александрова  
Приказ №31/П « 31 » августа 2021г.

**Дополнительная общеразвивающая образовательная  
программа в области хореографического искусства  
«Хореографическое творчество»**

**Программа по учебному предмету  
«Эстрадный танец»**

***Срок реализации - 2 года***

г.о. Воскресенск

Разработчик: Зайцева Ирина Александровна – зав. хореографического отдела  
Муниципального учреждения дополнительного образования «Детская школа  
искусств №3»

Рецензент: председатель Методического совета МУДО «Детская школа  
искусств №3» Сметухина И. В.

## **Структура программы учебного предмета**

### **I. Пояснительная записка**

- *Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе;*
- *Срок реализации учебного предмета;*
- *Форма проведения учебных аудиторных занятий;*
- *Цель и задачи учебного предмета;*
- *Обоснование структуры программы учебного предмета;*
- *Методы обучения;*

### **II. Содержание учебного предмета**

- *Требования по годам обучения;*

### **III. Требования к уровню подготовки обучающихся**

### **IV. Формы и методы контроля, система оценок**

- *Аттестация: цели, виды, форма, содержание;*
- *Критерии оценки;*

### **V. Методическое обеспечение учебного процесса**

- *Методические рекомендации педагогическим работникам;*

### **VI. Список рекомендуемой литературы**

### **I. Пояснительная записка**

Хореография, как сценическое творчество, имеет свою специфику и, естественно, свою систему воспитания и обучения. Высокие результаты никогда не даются даром – для этого нужно много работать, а главное, думать, искать новые оригинальные решения проблем.

Танец – вид творчества, в котором художественный образ воплощается через музыкально-организованное движение. Особенность хореографического творчества в том, что содержание любого танцевального произведения раскрывается через пластику человеческого тела. Своими специфическими средствами оно создаёт конкретное сценическое действие и передаёт его внутреннее содержание.

В основу создания данной программы положены принципы преемственности и синтеза основных хореографических дисциплин – классического и современного эстрадного танцев, партерной гимнастики, ритмики и гимнастики.

Данная общеобразовательная общеразвивающая программа «Эстрадный танец» имеет **художественную направленность**, так как ориентирована на развитие творческих способностей ребенка средствами хореографии, формирование гармонично и всесторонне развитой личности в процессе овладения хореографическим творчеством.

**Новизна** программы «Современный эстрадный танец» заключается в том, что она рассчитана на работу с детьми независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков творчества в танце. В программе суммированы особенности программ по перечисленным видам танца, что позволяет познакомить учащихся со многими танцевальными стилями и направлениями.

**Актуальность** программы «Современный эстрадный танец» обусловлена следующими факторами:

- целью современного образования, в котором дополнительному образованию отводится одна из ведущих ролей в нравственно-эстетическом воспитании ребенка, удовлетворении его индивидуальных потребностей, развитии творческого потенциала, адаптации в современном обществе, повышении занятости детей в свободное время;

- особенностью современной ситуации, когда танцевальному творчеству отводится значимая роль в воспитании подрастающего поколения, в формировании его мировоззрения на лучших и достойных подражания образцах российской и мировой танцевальной культуры.

Результаты исследования образа жизни детей дают основания говорить о возникновении угрожающей общемировой тенденции – недостаточной физической активности и малоподвижном образе жизни. Дети смотрят телевизор или сидят за компьютером более трех часов в сутки.

Развитие детей именно в дошкольном и младшем школьном возрасте имеет решающее значение для формирования прочного фундамента физического и психического здоровья. В этот период происходит наиболее

интенсивное развитие и рост организма, формируется характер, базовые жизненные ценности и черты личности. Ребенок, который умеет танцевать, развивается быстрее и гармоничнее своих сверстников.

**Педагогическая целесообразность программы** заключается в практической важности взаимосвязи и реализации принципов обучения, воспитания и развития; создания условий для социального, культурного совершенствования и профессионального самоопределения, творческой самореализации личности учащегося. Движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Занятия танцами воспитывают коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться поставленной цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, они развивают ассоциативное мышление, побуждают к творчеству.

Программа ориентирована на приобщение каждого ребенка к танцевально-музыкальной культуре, применение полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в повседневной деятельности.

«Я хочу танцевать» — это желание ребенка и есть главный девиз данной программы. И это желание будет решающим и определяющим при принятии ребенка в объединение. Призвание это или каприз - покажет время, но позволить реализовать себя в этой сфере творчества может каждый, тем более что обучение танцевальному творчеству предполагает большие физические и моральные нагрузки, и здесь без желания и стремления не обойтись.

Выбор профессии – одно из важнейших решений, принимаемых человеком в жизни. Правильно выбранная профессия – это возможность реализовать себя, развить свои таланты и способности, основа материального благополучия и возможности иметь многое для собственного развития и удовлетворения, радость творчества.

Программа «Современный эстрадный танец» знакомит учащихся с **профессией** хореографа. Хореограф может заниматься постановкой не только танцев, но и балетных спектаклей, концертных номеров. При этом главная его задача неизменно заключается в создании цельной, красиво оформленной и по-своему уникальной композиции, а также подбирает музыку и костюмы для концертного номера. Через танцевальное творчество у учащегося формируется представление о мире профессий, связанных с хореографией и в целях получения первичных практических умений, которые в будущем могут оказать большое влияние на предпрофильную подготовку и профессиональное самоопределение личности.

**Особенности организации образовательного процесса.** Основной формой обучения является занятие. Занятия проводятся с полным составом группы, при этом по мере приобретения опыта занимающимися делается больший упор на групповые и индивидуальные формы работы. Применяется

дифференцированный подход через получение индивидуальных заданий упрощенной или усложненной формы.

**Цель программы:** формирование социальной компетенции посредством регулярных занятий современным эстрадным танцем, создание особой образовательной среды и условий для творческого, личностного развития детей через знакомство с различными направлениями современной хореографии.

**ЗАДАЧИ:**

**предметные:**

- развитие природных хореографических данных учащихся, овладение танцевальными навыками;
- знакомство с различными направлениями танца;
- развитие чувства ритма;
- развитие артистизма и эмоциональности;
- развитие умения согласовывать движения тела с музыкой;
- обучение технике хореографического исполнительства, профессиональной терминологии;
- обучение навыкам художественной выразительности исполнения;
- обучение навыкам сценического движения;
- привитие культуры, свободы выразительности движений;
- развитие музыкально-ритмических навыков;
- обучение выполнению требований безопасности на занятиях;
- знакомство с основами импровизации;

**личностные:**

- формирование мировоззрения, гражданской и нравственной позиции на основе изучения эстрадного наследия;
- воспитание самостоятельности, культуры общения, дисциплины, добросовестного отношения к труду, общественной собственности; чувства товарищества и взаимопомощи; активной жизненной позиции;
- формирование потребности в соблюдении основ гигиены и здорового образа жизни, укрепление здоровья, закаливание организма;
- формирование творческого мышления учащихся через познание методик и техник ведущих направлений хореографии;
- развитие эстетического вкуса, творческого воображения, умения видеть красоту окружающего мира;
- формирование координации, чувства ритма, ориентации в сценическом пространстве;

**метапредметные:**

- формирование умения планировать и организовывать свою деятельность с учетом ее безопасности, распределять нагрузку;
- освоение универсальных учебных действий (познавательных, регулятивных, коммуникативных), овладение ключевыми компетенциями (ценностно-смысловыми, общекультурными, учебно-познавательными, информационными, коммуникативными, социально-трудовыми);

- развитие аналитического, критического и творческого мышления, формирование умения объективно оценивать явления, события, собственные действия в ходе образовательного процесса; давать им и собственным действиям, результатам своего труда объективную оценку на основе полученных знаний.

## II. Содержание учебного предмета

### Первый год обучения

№ по п/п	Тема
	<i>Экзерсис у станка</i>
1	Основные позиции ног: I, II, III и VI
2	Plie по I, II позициям
3	Releve по I, II позициям
4	Flat back вперед
5	Battement tendu по I
6	Battement tendu jeté по I
7	Passé на полной стопе
8	Arch по I, II
9	Stretch
10	Lay out.
11	Relevé lent на 45 градусов
12	Grand battements на 90 градусов
	<i>Экзерсис на середине</i>
1	Основные позиции рук: пресс-позиция, I, II, III и V-положения
2	Техника изоляции

3	Поза коллапса
4	Plie по I, II
5	Releve по I, II
6	Flat back вперед
7	Battement tendu по I
8	Battement tendu jeté по I
9	Passé на полной стопе
10	Deep body bend.
11	Arch по I, II
12	Stretch.
13	Lay out
14	Roll down/ Roll up
15	Contraction / release.
	<i>Кросс</i>
1	Шаги
2	Прыжки
3	Вращения

### **Содержание программы**

*Экзерсис у станка:*

1. Основные позиции ног: I, II, III и VI.
2. Plie по I, II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.
3. Releve по I, II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.
4. Flat back вперед
  - на прямых ногах
  - на plie
5. Battement tendu по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.

6. Battement tendu jeté по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.
7. Passé на полной стопе по I параллельной и out позиции.
8. Arch по I, II параллельным и out позициям.
9. Stretch.
10. Lay out.
11. Relevé lent на 45о лицом к станку во всех направлениях.
12. Grand battements на 90о в сторону лицом к станку.

*Экзерсис на середине зала:*

1. Основные позиции рук: пресс-позиция, I, II, III и V-положения.
2. Техника изоляции.
3. Поза коллапса.
4. Plie по I, II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.
5. Releve по I, II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.
6. Flat back вперед
  - на прямых ногах
  - на plie
7. Battement tendu по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.
8. Battement tendu jeté по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.
9. Passé на полной стопе по I параллельной и out позиции.
10. Deep body bend.
11. Arch по I, II параллельным и out позициям.
12. Stretch.
13. Lay out.
14. Roll down/ Roll up.
15. Contraction / release.

***Кросс:***

1. Шаги
  - pas de bourre
  - pas chasse.
2. Прыжки
  - jump по I, II параллельным и out позициям
  - hop: рабочая нога принимает положение passé по I параллельной позиции
  - трамплинные прыжки.
3. Вращения: поворот на трех шагах.

**Второй год обучения**

N по п/п	Тема
	<i>Экзерсис у станка</i>
1	Основные позиции ног
2	Plie: прием plie – releve
3	Flat back
4	Постановка корпуса одной рукой за станок
5	Passé по I параллельной позиции
6	Deep body bend
7	Battement tendu
8	Battement tendu jeté
9	Rond de jambe par terre по I out и параллельной позиции
10	Relevé lent на 90 градусов
11	Grand battements на 90о
	<i>Экзерсис на середине зала</i>
1	Техника изоляции
2	Swing
3	Plie: прием plie – releve
4	Battement tendu
5	Battement tendu jeté
6	Rond de jambe par terre
7	Relevé lent на 90 градусов
	<i>Кросс</i>

1	Шаги
2	Прыжки
3	Вращения

## **Содержание программы**

### *Экзерсис у станка:*

1. Основные позиции ног: IV параллельная позиция.
2. Plie: прием plie – releve по I, II и IV параллельным и I, II out позициям.
3. Flat back вперед - на полупальцах.
4. Постановка корпуса одной рукой за станок.
5. Passé по I параллельной позиции на полупальцах.
6. Deep body bend с ногой на станке  
- на plie.
7. Battement tendu- на plie.
8. Battement tendu jeté  
- положения flex/point стопы.
9. Rond de jambe par terre по I out и параллельной позиции по раскладке – en dehors и en dedans.
10. Relevé lent на 90 градусов лицом к станку во всех направлениях по I параллельной и out позиции.
11. Grand battements на 90о во всех направлениях лицом к станку.

### *Экзерсис на середине зала:*

1. Техника изоляции – координация двух центров (параллель и оппозиция).
2. Swing.
3. Plie: прием plie – releve по I, II и IV параллельным и I, II out позициям.
4. Battement tendu  
- на plie,  
- перевод рук из позиции в позицию во время движения.
5. Battement tendu jeté  
- положения flex/point стопы,  
- перевод рук из позиции в позицию во время движения.
6. Rond de jambe par terre по I out и параллельной позиции по раскладке – en dehors и en dedans.
7. Relevé lent на 90 градусов во всех направлениях по I параллельной и out позиции.

### *Кросс:*

### 1. Шаги:

- grand battements вперед на 90 градусов
- pas de bourre en tournent.

### 2. Прыжки

- jump: во время взлета arch торса,
- hop: рабочая нога принимает положение passé, в корпусе спираль.

### 3. Вращения:

- chaînés,
- preparation к пируэтам.

## III. Требования к уровню подготовки обучающихся

Программа «Эстрадный танец» предусматривает следующие результаты учебного процесса

### **Знать:**

- знать элементы и основные комбинаций эстрадного танца;
- знать особенности постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций;

### **Уметь:**

- уметь исполнять на сцене различные виды эстрадного танца, произведения учебно-хореографического репертуара;
- уметь исполнять эстрадные танцы на разных сценических площадках;
- уметь исполнять элементы и основные комбинации различных видов эстрадных танцев;
- уметь распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок при исполнении эстрадного танца;
- уметь понимать и исполнять указания преподавателя

### **Владеть:**

- Техникой исполнения и характером исполнения всех движений и комбинации эстрадных танцев.

## IV. Формы и методы контроля, система оценок

По программе «Эстрадный танец» предусмотрены промежуточные аттестации по четвертям. По завершении изучения предмета по итогам промежуточной аттестации обучающимся выставляется оценка, которая заносится в свидетельство об окончании школы искусств. Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков, экзаменов, экзаменационных концертов и класс-концертов. Знания учащихся

определяются в соответствии с теоретическими пунктами программы, а умения – с практическими.

Результатом обучения является определённый объём знаний, умений и навыков. Учёт и контроль успеваемости следует определять следующими формами:

- собеседование;
- опрос;
- контрольный урок;
- открытый урок;
- экзамен;
- выступление на концерте, фестивале, конкурсе.

Контроль позволяет определить эффективность обучения, обсудить результат, внести изменения в процесс, если надо. Контроль позволяет родителям, преподавателям, ученикам увидеть результат своего труда.

Проведение показательных уроков перед родителями с целью повышения интереса, проведение экзаменов, контрольных уроков, их периодичность устанавливает преподаватель.

Контроль является текущим, промежуточным, итоговым.

**Текущий контроль** осуществляется по ходу занятия.

Форма промежуточной аттестации проводится по контрольным урокам в конце каждой четверти.

Итоговая аттестация в форме экзамена проводится в 3-м классе.

По итогам всех аттестаций и контрольных мероприятий выставляются оценки «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно»

Знаковая аттестация предусматривает две градации «зачет» и «не зачет».

**Промежуточная аттестация** проводится в форме контрольных уроков.

Контрольные уроки проходят в виде просмотров.

Содержание промежуточной аттестации и условия ее проведения разрабатываются образовательным учреждением самостоятельно.

**Итоговая аттестация** проводится в форме контрольного урока или экзамена.

### **Критерии оценок**

Образовательным учреждением разрабатываются критерии оценок промежуточной аттестации и текущего контроля успеваемости обучающихся.

Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные

знания, умения и навыки. Фонды оценочных средств разрабатываются и утверждаются образовательным учреждением самостоятельно.

По итогам показа на контрольном уроке или экзамене выставляется оценка по пятибалльной шкале:

<b>Оценка</b>	<b>Критерии оценивания выступления</b>
5 («отлично»)	технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения
4 («хорошо»)	отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном)
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.
2 («неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием отсутствия регулярных аудиторных занятий, а также интереса к ним, невыполнение программных требований
«зачет» (без отметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения

При выведении итоговой оценки учитывается следующее:

- оценка годовой работы ученика;
- оценка на контрольном уроке, экзамене.

Оценки выставляются по окончании каждого триместра учебного года.

## **V. Методическое обеспечение учебного процесса**

Основными методами работы преподавателя являются показ движений и словесное объяснение. Они – главные проводники требований преподавателя к учащимся. В разных классах показу и объяснению отводится различная роль, изменяются функции показа и объяснения на разных этапах обучения. На начальном этапе обучения по эстраднему танцу показу придаётся исключительно большое значение, т.к. он даёт первоначальное представление о движении. Поэтому показ должен быть предельно точным, конкретным и технически совершенным.

Словесное объяснение комментирует показ, выделяя наиболее важные моменты, а также служит для формирования основных понятий, необходимых на начальном этапе (правила исполнения).

На следующем этапе обучения показ приобретает иной характер. Он становится более обобщённым, акцентирующим наиболее важные моменты, особенно мышечную работу тела.

Словесный метод приобретает очень большое значение в связи с происходящим процессом осмысления исполнения, СЛОВО несёт большую нагрузку.

На конечном этапе обучения показ и объяснение занимают меньше времени. Методы показа и объяснения варьируются в самых широких пределах, учитывая многообразие задач выпускного класса.

Таким образом, два важнейших метода – показ и объяснение – связаны с одним из центральных моментов обучения: активизацией мышления и развитием творческого начала в процессе напряжённой физической работы по овладению танцевальными навыками.

#### ***Формы работы:***

- урок;
- практические индивидуальные занятия;
- разучивание танцевальных номеров;
- беседа и рассказ;
- просмотр видеозаписей;
- проведение отчётов, концертов.
- Яркими диагностиками качества урока становятся:
- увлечённость ребёнка общением с художественным, хореографическим, музыкальным произведением;
- появление потребности высказать своё мнение, суждение по поводу увиденного или услышанного, вступить в диалог с другими детьми.

#### ***Принципы программы.***

Данная программа направлена на выявление и развитие способностей детей, приобретение ими определённых знаний, умений; на развитие компетентности в области хореографии; на формирование навыков на уровне практического применения.

- вариативность программ (преподаватель имеет право перенести изучение какого-либо движения в нужный период, не нарушая логики и последовательности обучения);
- содержание программы доступно для изучения, т.к. главным принципом её является принцип «от простого к сложному».

- программа содержит основные требования, в которых чётко изложены задачи и прогнозируемый результат к каждому году обучения. Это помогает направлять и контролировать подачу нового материала.
- программа предусматривает не только практические движения, но и различные формы работы с детьми, позволяющие создавать атмосферу доброжелательности, сотворчества, модулирования ситуации успеха.

Дети приходят учиться в ДШИ на добровольных началах и продолжают учиться до тех пор, пока сами этого желают; учащиеся могут сочетать свои занятия с учётом свободного времени, - программа учитывает эти особенности обучения в школе искусств.

### ***Формы организации учебного процесса***

Урок – традиционная форма организации учебного процесса. Но возможно использование нетрадиционных форм: лекция – концерт, концерт перед родителями, участие в фестивалях, смотрах. При проведении уроков по эстраднему танцу, необходимо руководствоваться следующими моментами:

- Постепенное увеличение физической нагрузки;
- Чередование темпа нагрузки;
- Свободное дыхание и самочувствие учащихся.

При подготовке к уроку необходимо учитывать такие факторы, как:

- объём материала;
- степень его сложности;
- особенности класса, как исполнительского коллектива;

При составлении плана занятия предполагается детальная разработка каждой его части, где следует:

- определить новый материал, ввести его в различные комбинации;
- определить музыкальный материал, его размер, характер;

При проведении урока целесообразно выдерживать структуру занятия в целом и соизмерять длительность отдельных частей.

На практических занятиях очень важно:

- переводить на русский язык все иностранные термины;
- объяснять назначение упражнения и правила его исполнения;
- равномерно распределять физическую нагрузку и чередовать работу различных групп мышц, развивать внимание и осознанный контроль над работой мышц;
- воспитывать самостоятельность в выполнении учебных заданий.

### ***Музыкальное оформление урока эстрадного танца.***

Танец органически связан с музыкой. Без музыки немислимы как танцевальные, так и тренажные упражнения. В процессе учебной работы необходимо прививать обучающимся умение слышать и понимать музыку.

Правильно подобранный материал должен помогать осваивать хореографический материал, соответствуя его национальности, характеру, рисунку, темпу. Для тренажных упражнений желательно использовать музыкальный материал квадратного построения, чтобы основное внимание учащихся было бы направлено на движение. На первоначальном этапе обучения необходимо использовать музыкальное сопровождение с простым ритмическим рисунком, позднее его можно разнообразить.

В каждом классе в зависимости от возрастной категории и подготовленности группы музыкальное сопровождение урока различно: по темпу, ритмическому рисунку, динамической окраске.

Музыкальный материал на уроке по эстраднему танцу является носителем национальной принадлежности данного конкретного лексического материала; соответственно музыки обучающиеся учатся правильно исполнять характер и манеру движения. С помощью музыки движения приобретают художественную окраску, а исполнение наполняется эмоциональным содержанием.

## VI. Список рекомендуемой литературы

1. Богданов Г. Урок русского народного танца. – М., 1995. – 150 с.
2. Гусев Г.П. Методика преподавания эстрадного танца (упражнения у станка). – М.: ВЛАДОС, 2002. – 207 с.
3. Гусев Г.П. Методика преподавания эстрадного танца (танцевальные движения и комбинации на середине зала). – М.: ВЛАДОС, 2004. – 207 с.
4. Ткаченко Т. Эстрадный танец. – М.: Искусство, 1967. – 654 с.
5. Стуколкина Н. М. Уроки характерного танца. – М.: Всероссийское театральное общество, 1972. – 399 с.
6. Голейзовский К. Образы русской народной хореографии. – М.: Искусство, 1964. – 367 с.
7. Уральская В., Соколовский Ю. Народная хореография. – М., 1972. – 160 с.
8. Климов А. Основы русского танца. – М.: Искусство, 1994. – 270 с.
9. Устинова Т. А. Русские танцы. – М.; Молодая гвардия, 1955, - 261 с.
10. Тагиров Г. Х. Татарские танцы. – Казань, Тат. книжное изд-во, 1984. – 255 с.
11. Тагиров Г. Х. 100 татарских фольклорных танцев. – Казань, Тат. книжное изд-во, 1988. – 159 с.