МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКАЯ ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ШКОЛА ГОРОДА СИМФЕРОПОЛЯ»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ СИМФЕРОПОЛЬ

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ
ПРОГРАММА В ОБЛАСТИ
ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА

«ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ТВОРЧЕСТВО»

ПРОГРАММА
учебного предмета

«СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ»

В.03

Срок реализации 5(6) лет

Симферополь
2026г.

«Принято»
Педагогическим советом
ДХШ г.Симферополя
«27» августа 2026г.
Протокол № 1

«Утверждаю»
Директор ДХШ г.Симферополя
Ретинская О.Р.
«01» сентября 2026г.
Приказ № 62-ОД

СОСТАВИТЕЛИ:

Абрамова П.В. – заведующая отделением «Современный танец», преподаватель хореографических дисциплин первой категории
Лукьянова Я.В. - преподаватель хореографических дисциплин первой категории.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

I. Пояснительная записка:

1. Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе.
2. Срок реализации.
3. Предусмотренный объем учебного времени.
4. Форма и режим занятий.
5. Цель и задачи.
6. Обоснование структуры программы.
7. Методы обучения.
8. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета.

II. Содержание программы:

1. Учебно-тематический план.
2. Содержание тем.

III. Требования к уровню подготовки обучающихся.

IV. Формы и методы контроля, система оценок:

1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание.
2. Критерии оценки.

V. Методическое обеспечение образовательной программы.

VI. Списки рекомендуемой литературы.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе.

Программа «Современный танец» (далее – Программа) разработана на основе федеральных государственных требований (далее – ФГТ), установленных к минимуму содержания, структуре, условиям и сроку реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области хореографического искусства «Хореографическое творчество», для обучающихся в ДХШ г.Симферополя.

Данная программа является вариативной частью учебного плана по дополнительной предпрофессиональной программе в области хореографического искусства «Хореографическое творчество».

Актуальность Программы объясняется анализом детского и родительского спроса: многие подростки желают красиво двигаться под музыку, иметь стройную фигуру и правильную осанку. Такую возможность предоставляют современные танцы в силу своей доступности детям с разным уровнем подготовки. Занятия современными танцами развивают чувства ритма, раскрывают индивидуальность каждого танцовщика, выявляют его уникальность.

Педагогическая целесообразность Программы обусловлена ее направленностью на гармоничное психологическое, духовное и физическое развитие ребенка, морфологическое и функциональное совершенствование его отдельных органов и систем, создание необходимого двигательного режима, положительного психологического настроя.

В основу программы обучения положены танцы «Модерн», направление «Contemporary», джаз-танец, «Хип-хоп».

Предмет «Современный танец» носит системный характер. В процессе его освоения обучающиеся приобретают опыт творческой деятельности, овладевают элементами профессиональной грамоты. Программа имеет предпрофессиональную направленность. Предназначена для обучающихся, планирующих поступление в учреждения, реализующие основные образовательные программы в области хореографического искусства.

2. Срок реализации учебного предмета «Современный танец»

Срок реализации данной программы составляет 3года (при 5- летнем сроке реализации учебного предмета) со 3 по 5 класс.

3. Сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета «Современный танец».

Объем учебного времени, предусмотренный на реализацию предмета «Современный танец»:

- максимальная учебная нагрузка по предмету «Современный танец» со сроком обучения 3 года составляет 99 часов.

Срок обучения 3 года

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Таблица 1

№	Наименование темы	Классы				
		1	2	3	4	5
1	Основы джазового танца			33		
2	Хип-хоп				12	
3	Модерн				21	
4	Contemporary					16
5	Джаз-модерн					17
6	Количество часов в неделю			1	1	1
7	Общее максимальное количество часов по годам			33	33	33
8	Общее количество часов	99				

4. Форма проведения учебных аудиторных занятий.

В основе организации занятий по программе «Современный танец» лежит групповое занятие (численность группы от 11 человек), мелкогрупповое занятие (численность группы от 4 до 10 человек), которое проводится один раз в неделю. Продолжительность урока – 40 минут.

5. Цель и задачи учебного предмета «Современный танец».

Цель:

- созидать творческое начало личности обучающихся посредством современного танца.

Задачи:

Обучающие:

- ознакомить обучающихся с видами современного танца, их характерными особенностями и выразительными средствами, а также правилами исполнения танцевальных элементов;

- сформировать музыкально-ритмические навыки, выразительность, пластичность, грациозность и изящество в танцевальных вариациях, умение эмоционального выражения, раскрепощения и творчества в движениях;

- выработать у обучающихся комплекс технических навыков и умений, исполнительскую культуру, а также свободное и выразительное владение

современной хореографией.

Развивающие*:*

- содействовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата, профилактике плоскостопия, формированию правильной осанки, функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма;

- развить мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности, музыкальные и творческие способности, мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, умение согласовывать движения с музыкой;

- расширить кругозор.

Воспитательные*:*

- привить художественный вкус, интерес к танцевальному искусству, традициям современной хореографии;

- воспитать культуру общения и необходимые личностные качества;

- приобщить к здоровому образу жизни.

6. Обоснование структуры учебного предмета «Современный танец».

Обоснованием структуры программы являются ФГТ, отражающие все аспекты работы преподавателя с учеником.

Программа содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;

- распределение учебного материала по годам;

- описание дидактических единиц;

- требования к уровню подготовки обучающихся;

- формы и методы контроля, система оценок;

- методическое обеспечение образовательной программы.

Принципы построения Программы:

- индивидуальный подход;

- техническая и художественная доступность учебного материала с учетом возрастного фактора и степени одаренности обучающихся;

- последовательность и постепенность (от простого к сложному);

- наглядность обучения – показ и объяснение;

- максимальная активность обучающихся в учебной деятельности;

- формирование групп обучающихся по уровню способностей.

7. Методы обучения.

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

- словесные;

- наглядные;
- практические;
- объяснительно-иллюстративные;
- репродуктивные;
- частично-поисковые;
- исследовательские;
- фронтальные, индивидуально-фронтальные, индивидуальные;
- коллективные, коллективно-групповые, групповые, в парах.

8. Материально-технические условия реализации Программы.

Материально-техническая база ДХШ г. Симферополя должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Учебный класс для занятий – хорошо проветриваемое и освещенное помещение включает в себя:

- балетные залы площадью не менее 40 кв.м (на 12-14 обучающихся), имеющие пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие), балетные станки (палки) длиной не менее 25 погонных метров вдоль трех стен, зеркала размером 7 м х 2 м на одной стене;
- наличие музыкального инструмента (рояля/фортепиано) в балетном классе;
- учебные аудитории для групповых, мелкогрупповых и индивидуальных занятий;
- костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для учебных занятий, репетиционного процесса, сценических выступлений;
- раздевалки.

Технические средства: звукотехническое и видеооборудование

Кадровое обеспечение:

Условием успешной реализации Программы является наличие в школе квалифицированных специалистов, имеющих практический опыт, владеющих методикой преподавания данного предмета.

II. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Срок обучения 3 год.

Таблица 2

№	Наименование темы	Количество часов	Класс
	Основы джазового танца		
1.	Изоляция частей тела. Работа с мышцами различных частей тела, упражнения на напряжение и расслабление с тем, чтобы учащиеся более свободно распределяли напряжение на позвоночник.	3	3
2.	Упражнения для позвоночника. Основой этой техники служит прежде всего позвоночник, поэтому главная задача - развить у учащихся подвижность во всех его отделах. Виды движений: – наклоны торса; – изгибы торса; – спирали; – body roll (волна); – contraction; – release; – high release; – tilt; – lay out.	5	3
3.	Координация. Первый этап обучения - координация изолированных центров. Затем координация усложняется движением в оппозицию, введением сложных ритмических рисунков. Последний этап - координация нескольких центров во время передвижения.	6	3
4.	Изучение уровней. Основные уровни: стоя, сидя на корточках, стоя на коленях, сидя и лежа.	2	3
5.	Кросс. Передвижения в пространстве. Этот раздел урока развивает танцевальность, позволяет приобрести манеру и стиль танца. Виды движений: шаги, прыжки, вращения.	7	3
6.	Комбинации.	10	3
	Хип-хоп		
1.	Изучение направления.	1	4
2.	Базовые движения: – Old school(1979-1990); – Smurf; – Prep(pretty boys); – The wop;	3	4

	– Cabbage patch; – Reebok;		
3.	Базовые движения: – Middle school(1990-2000); – Party Machine; – Running Man; – Reverse; – With touch Up; – Steve Martin; – Pepper seed; – BK Bounce (Peter Paul); – Roger Rabbit; – Bobby Brown; – Janet Jackson; – Henry Link;	3	4
4.	Базовые движения: – NEW SCHOOL (2000-ые гг.); – Monestary; – C-walk; – Bank head Bounce; – Walk-it-out; – Harlem Shake;	2	4
5.	Танцевальные комбинации.	3	4
	Модерн		
1.	Изучение направления Модерн. Физическая подготовка тела: – упражнения для развития стопы; – основные положения корпуса; – упражнения для развития силы ног.	5	4
2.	Основные положения: – разучивание всех основных положений корпуса на полу, соединенных в комбинацию; – соединение основных положений с руками; – упражнения на баланс (упражнения из йоги, пилатес); – баланс на руках и первые простейшие перевороты через плечо, голову.	6	4
3.	Развитие танцевальности, индивидуальности: – разучивание композиций, включающих разученные положения; – развитие ориентации в пространстве,	7	4

	движения по диагонали; – импровизация, простейшие навыки контактной импровизации.		
4.	Разучивание танцевальных комбинаций.	3	4
Джаз-модерн			
1.	Изучение джазовых танцев. Освоение базовых элементов: изоляция, напряжение и расслабление разных частей тела, пластика бедер, рук, таза.	6	5
2.	Техника вращений, падений, различные шаги и прыжки.	11	5
Contemporary			
1.	Изучение направления: Contraction/reliase - базовые понятия Contemporary танца.	2	5
2.	Упражнения в партере.	6	5
3.	Stretching (растяжка).	4	5
4.	Танцевальные комбинации.	4	5
Общее количество часов:		99	

III. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

По итогам реализации образовательной программы у обучающихся должны быть:

Сформированы:

- знания в области современного танца: их характерных особенностей и выразительных средств, а также правила исполнения танцевальных элементов;

- музыкально-ритмические навыки, выразительность, пластичность, грациозность и изящество в танцевальных вариациях, умение эмоционального выражения, раскрепощения и творчества в движениях;

- комплекс технических навыков и умений, исполнительская культура, а также свободное и выразительное владение современной хореографией.

Развиты:

- опорно-двигательный аппарат, правильная осанка, органы дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистая и нервная системы организма;

- мышечная сила, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности, музыкальные и творческие способности, мышление, воображение, находчивость и познавательная активность, умение согласовывать движения с музыкой;

- кругозор.

Воспитаны:

- художественный вкус, интерес к танцевальному искусству, традициям современной хореографии;

- культура общения и необходимые личностные качества.

IV. ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ, СИСТЕМА ОЦЕНОК

1. Аттестация: цели, виды, формы, содержание.

Контроль успеваемости подразумевает диагностику уровня освоения программы обучающимися на всех этапах ее реализации и выступает важным элементом образовательного процесса в ДХШ г.Симферополя. Главные принципы его проведения и организации:

- систематичность;
- учет индивидуальных особенностей обучающегося;
- коллегиальность.

Контроль выполняет обучающую, проверочную, воспитательную и корректирующую функции.

Формы контроля:

Текущий – имеет воспитательные цели, учитывает индивидуальные психологические особенности обучающихся. Контроль осуществляется преподавателем, ведущим предмет, регулярно в рамках расписания занятий обучающегося и предполагает использование различных систем оценки. На основании результатов текущего контроля выводятся четвертные, полугодовые, годовые оценки.

Промежуточный - происходит на завершающих каждое полугодие занятиях в счет аудиторного времени. Это контрольный урок в конце первого полугодия и зачет по завершении второго.

По итогам промежуточной аттестации обучающимся выставляется оценка, которая заносится в журнал успеваемости и свидетельство об окончании образовательного учреждения.

Требования к контрольным урокам:

- выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца;
- выражать свои собственные ощущения, используя язык танца и музыки;
- владеть координацией движения;
- владеть техникой;
- самостоятельно составлять учебные танцевальные вариации.

Требования к зачету:

- правильность и четкость выполнения движений;
- владение различными темпами в комбинационных сочетаниях;
- координация движений в пластических и ритмических комбинациях;
- пластичность и эмоциональная окрашенность исполнения;
- владение манерой и характером исполнения предложенных танцев;
- понимание последовательности и расклада движений на элементы.

2. Критерии оценивания.

Оценка «5» (отлично*)* выставляется за:

- блестящее исполнение хореографических композиций без

погрешностей;

- музыкальность и техничность исполнения;
- поддержание отличной танцевальной формы;
- владение профессиональной хореографической лексикой;
- свободное владение своим телом, абсолютно правильную постановку рук, ног и корпуса.

Оценка «4» (хорошо) предполагает:

- выразительное и артистичное исполнение танцевального материала с небольшими погрешностями;
- музыкальность и хорошую техничность исполнения;
- основы владения профессиональной хореографической лексикой;
- поддержание хорошей танцевальной формы;
- хорошее владение своим телом, правильную постановку рук, ног и корпуса.

Оценка «3» (удовлетворительно) подразумевает:

- формальное, невыразительное исполнение с техническими погрешностями;
- недоученную танцевальную лексику, сбивчивое исполнение;
- недостаточно музыкальное исполнение;
- поддержание хорошей танцевальной формы;
- слабое знание профессиональной хореографической лексики;
- плохое владение своим телом.

Оценка «2» (неудовлетворительно) ставится, когда:

- формальное, невыразительное исполнение вне стиля и формы;
- отсутствие соответствующей техники и манеры исполнения предложенного танцевального материала;
- невыученная программа;
- неудовлетворительное поддержание танцевальной формы.

Годовые оценки выставляются в сводную ведомость преподавателем по итогам четвертных оценок.

V. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Формы уроков: традиционный урок, практическое занятие, урок-обобщение, итоговый урок, контрольный урок.

Предполагаемые методы и приемы организации образовательного процесса:

1. По способу организации занятия:

- словесные – устное изложение, беседа, диалог, опрос;
- наглядные – показ видеоматериалов, иллюстраций, наблюдение, показ (исполнение) педагогом;
- практические – упражнения.

2. По уровню деятельности детей:

- объяснительно-иллюстративные – восприятие и усвоение информации;

- репродуктивные – воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности.

3. По форме организации деятельности обучающихся:

- фронтальные, индивидуально-фронтальные, индивидуальные;

- коллективные, коллективно-групповые, групповые, в парах.

Используемые дидактические материалы:

Учебные и методические пособия.

1. Материалы интернет-сайтов.
2. Иллюстрирующие материалы:

- видеоматериалы;

- фотографии.

Краткие методические рекомендации.

При проведении урока необходимо руководствоваться следующими принципами:

- нагрузку увеличивать постепенно;

- чередовать упражнения быстрые и медленные;

- темп исполнения упражнений должен быть медленным с последующим ускорением;

- важно следить за дыханием и самочувствием обучающихся.

Основные методы работы педагога-хореографа на уроке – показ движений и объяснение методики исполнения с акцентом на наиболее важных моментах и основных понятиях. Методы показа и объяснения варьируются. При этом главная задача – активизировать мышление и творческие способности обучающихся в процессе напряженной физической работы по овладению танцевальными навыками.

Особое внимание следует уделять правильной постановке корпуса, рук, головы, овладению первоначальными навыками координации движений, которые предполагают согласованность работы всех частей тела, развитию физических профессиональных данных обучающихся.

Движения, танцевальные связки, танцевальные вариации и композиции осваиваются постепенно: сначала в медленном темпе, удобном для выработки внимания, памяти, эластичности мышц ног т. д., затем – с ускорением. Новые элементы изучаются в чистом виде, затем комбинируются в различных сочетаниях.

На начальных этапах обучения различным танцевальным движениям отводится большая часть урока, впоследствии время исполнения сокращается за счет ускорения темпа и соединения отдельных движений в комбинации.

Реализация Программы подразумевает участие обучающихся в разнообразных концертах (учебных, отчетных, классных родительских собраниях-концертах) и конкурсах. Подобные мероприятия способствуют приобщению детей и родителей к культурной форме проведения досугового

времени, духовно сближают их и формируют новые интересы семьи. Конкурсы позволяют наиболее одаренным детям быстрее продвигаться в художественном и техническом развитии, становясь мощным средством мотивации к занятиям хореографией.

В целях повышения профессионального и творческого опыта рекомендуется посещение открытых уроков в других учебных заведениях, мастер-классов, творческих фестивалей, концертов профессиональных хореографических коллективов, спектаклей театров оперы и балета, творческих встреч с мастерами хореографического искусства.

VI. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Гавликовский Н.В. Руководство для изучения танцев. – СПб., 2010;
2. Касаткина Л.В. Танец – это жизнь. – СПб., 2006.
3. Лабинцев К.Р. Характеристика нагрузок в танцевальном спорте. – М., 2001.
4. Неминущий Г.П., Дукальская А.В. Физическая нагрузка: ее сущность, структура, общая характеристика и методология исследования. – Ростов-на-Дону, 1996.
5. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Этапы развития. Метод. Техника. – М., 2004.
6. Попов В., Суслов Ф., Ливадо Е. Пластика тела. – М., 1997.

Пронумеровано, прошито
и скреплено печатью на 14 листах
четырнадцать листах

Директор ДХШ г. Симферополя

О.Р. Ретинская