

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО  
ОКРУГА «ГОРОД ЙОШКАР-ОЛА»  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №31 Г. ЙОШКАР-ОЛЫ»

ПРИНЯТО

Педагогическим советом  
МБОУ «СОШ №31  
г. Йошкар-Олы»  
Протокол № 1

от «30» 08 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МБОУ «СОШ №31 г. Йошкар-Олы»  
Николаев Е.П.



2023 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА «ДЖАСТИ»

ID программы:

Направленность программы: художественная

Уровень программы: базовый

Категория и возраст обучающихся: 9-14 лет

Срок освоения программы: 2 года

Объем часов: 66 часа

Фамилия И.О., должность разработчика программы:

Васильева Елена Леонидовна педагог дополнительного  
образования

Йошкар-Ола  
2023

## **Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования.**

### **1.1. Пояснительная записка**

#### **Направленность программы - художественная**

**Актуальность программы** обусловлена систематизацией принципов работы с учащимися танцевальной студии в современном хореографическом направлении.

Особое внимание в программе уделяется VOGUE культуре, которая является одним из самых доступных, ярких и популярных стилей современного танца. Vogue, voguing или «вог» — стиль танца, базирующийся на модельных позах и подиумной походке. Отличительные особенности: быстрая техника движения руками, вычурная манерная походка, падения, вращения, обильное количество «позировок», эмоциональная игра. Исполняется Vogue под музыку в стиле House. Это танец, ставший культовым, превратившийся в целый пласт современной культуры, включающий в себя разные составные элементы: акробатику и модельные позы, музыку, определенный стиль одежды.

Танец vogue уверенно занимает второе место в России по уровню техники. В нем раскрывается творческий потенциал человека, и это уникальная возможность выразить свои эмоции. Каждый может проявить индивидуальность, показывая себя в энергичном танце.

В данном случае перед педагогом стоит задача реализовать потребности и способности современного подрастающего поколения на «законном основании». Данный курс позволяет методически настойчиво направлять энергию подростков в русло красивых эстетических форм, отвлекая от стихийно рожденной вычурности, от всяческого проявления девиантного поведения. Получив возможность осваивать импровизации в разных танцевальных стилях, подросток избавляется от физиологической и психологической замкнутостей, в повседневной жизни происходят изменения движеческих привычек на гармоничные движения, тем самым подросток получает удовольствие от выражения эмоций свободы мысли средствами пластики. Кроме прикладных знаний, в программе учтены воспитательные мероприятия в виде тематических бесед, посещение концертов по данному профилю, конкурсные поездки, соревнования. Данные формы направлены на осознание детьми значения современного искусства и их личного творческого роста, формирования интереса к творческой деятельности.

**Отличительные особенности программы** - Новизна программы Vogue, в хореографическом искусстве стала очень привлекательна для детских хореографических коллективов, так как классический, народный танцы довольно трудны для изучения и доступны далеко не всем воспитанникам, а принципы освоения современного танца помогают достигать любому ребенку самовыражения через движения. С каждым годом все больше

российских балетмейстеров и педагогов-хореографов обращаются к современному танцу. Не исключением являются главные академические театры страны, где в последние годы практикуются постановки на базе современной хореографии и пластики. Учитывая современные тенденции в хореографическом искусстве, и связи с открытием объединения по современному танцу, в том числе и vogue направлению возникла потребность в написании данной программы, так как до настоящего времени в учреждении дополнительного образования не имелось подобных аналогов.

**Адресат программы** учащиеся в возрасте от 9 до 14 лет, которым нравятся такие танцевальные направления. Набор детей осуществляется по принципу добровольности, без отбора и предъявления требований к наличию у них специальных умений.

**Срок освоения программы** Для освоения программы учащимся понадобится 66 часа очных занятий. Занятия проводятся по 40 минут 1 раз в неделю.

### **Формы обучения - очная**

### **Уровень программы базовый**

#### **Особенности организации образовательного процесса:**

Традиционная форма – в соответствии с календарным учебным графиком в студии сформирована группа с постоянным составом первого года обучения. Состав группы – постоянный. Допускается прием учащихся в течение учебного года после первичной диагностики.

### **Цели и задачи программы**

**Цель программы**- научить детей чувствовать ритм, самовыражению, пластике и освоить базовые движения vogue культуры, а также укрепить и подкачать мышцы тела с помощью физических упражнений и растяжки.

### **Задачи программы**

- Обучить учащихся базовым движениям vogue культуры, путем поэтапного изучения танцевального направления, его особенностей.
- Развить пластику, координацию, музыкальность, модельную походку, способность к импровизации и самовыражению через vogue направление.
- Воспитать интерес к vogue культуре в целом: к танцу, музыке, уважение к собственному телу и осанке, умение транслировать танцевальный опыт, владеть способами презентации себя и своей деятельности на публику и перед своим коллективом.

- Научить учащихся правильно и красиво двигаться в каждом подстиле vogue, чувствовать ритм.
- Укрепить и поддерживать мышцы в тонусе с помощью физических упражнений и растяжки.

**Объем программы** Для освоения программы учащимся понадобится 66 часа очных занятий. Занятия проводятся по 40 минут 1 раз в неделю. Всего 36 недель.

## 1.2. Планируемые результаты.

- Проявляют интерес к обучению по программе, узнают различные подстили vogue культуры, имеют представление о том, как танцевальное движение выражает внутренний мир человека;
- Появляется желание показать себя публике, выражать эмоции в танце;
- Благодаря умению импровизировать у учащихся развивается память, запоминая движения, они сами смогут составить собственную хореографию;
- В совместной деятельности со сверстниками и взрослыми будут демонстрировать правила хорошего тона, нормы и правила поведения.
- Благодаря направлению у учащихся появляется манерность, самолюбование и командный дух;
- Учащиеся умеют фантазировать и создавать образы;
- Проявляют интерес к спорту благодаря физическим упражнениям и растяжке; – Дети смогут анализировать собственное выступление, выполнение элементов.
- У детей развивается музыкальность, они чувствуют ритм и умеют танцевать разные подстили vogue.

## Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1. Учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «ДЖАСТИ»

Учебно- тематический план (1-ый год  
обучения) 66 (ч)

№ п/п	Раздел программы	Кол-во часов		
		Теория	Практика	Общее колво часов
I	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	-	1
II	Физическая база	1	15	16

III	Подстили Vogue	1	12	13
IV	Базовые движения Vogue	1	14	15
V	Импровизация	1	10	11
VI	Концертные номера на концерт	1	8	9
VII	Итоговое занятие	-	1	1
	<b>Всего часов</b>	<b>6</b>	<b>60</b>	<b>66</b>

## Содержание учебно-тематического плана (1 год обучения):

### **I. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.**

**Теория:** Техника безопасности. Санитарно-гигиенические требования. Основы ЗОЖ, гигиены. Профилактика травматизма. Введение в программу. Планирование деятельности на год. **Практика:** Работа на раскрепощение детей в новом коллективе (знакомство), упражнения на способность воспринимать Vogue музыку.

### **I. Физическая база**

**Теория:** Правила и техника выполнения упражнения на развитие выносливости, постановка корпуса, упражнения на гибкость и координацию. **Практика:** Техника выполнения упражнений на укрепление мышц спины, позвоночника, мышц пресса, бедер, ног, стоп. Упражнения на развитие выносливости, показанные педагогом, выполнение, индивидуальная проверка.

### **II. Подстили Vogue**

**Теория:** Основные понятия Vogue культуры, когда и в каком году зародился данный стиль, в чём особенности Vogue культуры, как проходят танцевальные баттлы в данном стиле (Vogueball) правила и техника выполнения движений Vogue Old way, Femme, New Way, Run Way (catwalk, duckwalk, spin, dip, drop, floor performance.) Основные принципы Vogueball, история появления.

**Практика:** Техника выполнения базовых танцевальных шагов. Постановка корпуса, позиции ног, рук в Vogue культуре. Разучивание основной базы танцевальных движений в каждом из стилей, Упражнения на движения в соответствии с разнообразным характером музыки. Разучивание танцевальных связок. Показ педагогом, выполнение, индивидуальная проверка.

### **III. Базовые движения Vogue**

**Теория:** Правила и техника выполнения упражнений (catwalk, duckwalk, spin, dip, drop, floor performance, box, подэбурэ, линии, движение «бабочка», касания, слайд.)

**Практика:** Разучивание и техника выполнения базовых движений Vogue (catwalk, duckwalk, spin, dip, drop, floor performance, box, подэбурэ, линии, движение «бабочка», касания, слайд.) показ педагогом, выполнение, индивидуальная проверка. Практика данных упражнений в батtle.

### **IV. Импровизация**

**Теория:** Термин импровизация и для чего она нужна.

**Практика:** Работа над эмоциями, эмоциональным состоянием, упражнения для раскрепощения перед зрителями. Упражнение «круг». Импровизация перед педагогом и другими детьми без зеркала.

#### V. Концертные номера. Vogueball

**Теория:** Vogueball история развития. Как проходит данное мероприятие. Понятие «Танцевальный образ».

**Практика:** Разучивание, повторение танцевально-музыкальных композиций внедрение изученных движений в танцевальный номер, выступление перед родителями на открытых уроках и участие в конкурсах и концертах. Разучивание танцевальных движений и связок. Подготовка образа на Vogueball.

#### VI. Итоговое занятие.

**Практика:** Разучивание и закрепление танцевальных движений постановочных номеров, повторение танцевально-музыкальных композиций.

#### Учебно-тематический план (2-ой год обучения) 72 (ч)

№ п/п	Раздел программы	Кол-во часов		
		Теория	Практика	Общее колво часов
I	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	-	1
II	Физическая база	-	16	16
III	Подстили Vogue	-	18	18
IV	Базовые движения Vogue	-	18	18
V	Импровизация	-	8	8
VI	Концертные номера на концерт	-	4	4
VII	Итоговое занятие	-	1	1
<b>Всего:</b>		1	65	66

#### Содержание учебно-тематического плана (2 год обучения): I. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.

**Теория:** Техника безопасности. Санитарно-гигиенические требования.

Основы ЗОЖ, гигиены. Профилактика травматизма. Введение в программу.

Планирование деятельности на год. **Практика:** Работа на раскрепощение детей в коллективе, повторение упражнений на способность воспринимать Vogue музыку. II. Физическая база

**Теория:** Правила и техника выполнения упражнения на развитие выносливости, упражнения на гибкость, координацию и пресс.

**Практика:** Техника выполнения упражнений на укрепление мышц спины, позвоночника, мышц пресса, бедер, ног, стоп. Упражнения на развитие

выносливости, показанные педагогом, выполнение, индивидуальная проверка.

### **III. Подстили Vogue**

**Теория:** Основные понятия Vogue культуры, когда и в каком году зародился данный стиль, в чём особенности Vogue культуры, как проходят танцевальные баттлы в данном стиле (Vogueball). Правило и техника выполнения движений Vogue Old way, Femme, New Way, Run Way (catwalk, duckwalk, spin, dip, drop, floor performance.) Основные принципы Vogueball, история появления.

**Практика:** Техника выполнения базовых танцевальных шагов. Постановка корпуса, позиции ног, рук в Vogue культуре. Разучивание сложных танцевальных движений в каждом из стилей, Упражнения на движения в соответствии с разнообразным характером музыки. Самостоятельное разучивание танцевальных связок. Показ педагогом, выполнение, индивидуальная проверка.

### **IV. Базовые движения Vogue**

**Теория:** Правила и техника выполнения упражнений (catwalk, duckwalk, spin, dip, drop, floor performance, box, подэбурэ, линии, движение «бабочка», касания, слайд.)

**Практика:** Повторение базовых движений Vogue (catwalk, duckwalk, spin, dip, drop, floor performance, box, подэбурэ, линии, движение «бабочка», касания, слайд.) показ педагогом, выполнение, индивидуальная проверка. Практика данных упражнений в баттле.

### **V. Ипровизация**

**Теория:** Термин импровизация и для чего она нужна.

**Практика:** Работа над эмоциями, эмоциональным состоянием, повторение упражнений для раскрепощения перед зрителями. Упражнение «круг». Импровизация перед педагогом и другими детьми без зеркала.

### **VI. Концертные номера.**

**Теория:** Vogueball история развития. Как проходит данное мероприятие. Понятие «Танцевальный образ».

**Практика:** Разучивание новых и повторение танцевально-музыкальных композиций (Vogue Femme, New Way) внедрение изученных движений в танцевальный номер, выступление перед родителями на открытых уроках и участие в конкурсах и концертах. Разучивание танцевальных движений и связок. Подготовка образа на Vogueball.

### **VII. Итоговое занятие.**

**Практика:** Разучивание и закрепление танцевальных движений постановочных номеров, повторение танцевально-музыкальных композиций.

## **2.4. Условия реализации программы**

### **Материально-техническое обеспечение**

Для реализации Программы необходимо:

- зал для занятий хореографией, оборудованный станком, зеркальной стенкой,
- раздевалка с индивидуальными шкафчиками или местами для хранения вещей,
- спортивные маты, зеркала, коврики для йоги, кубики для йоги, резинка для растяжки;
- музыкальная аппаратура: аудиоколонки с встроенным усилителем,
- индивидуальная специальная форма (шорты, майки, футболки, топы, трико, леггинсы, лосины),
- индивидуальная обувь (джазовки, туфли, кроссовки).

### **Кадровое обеспечение**

<i>ФИО педагога, реализующего программу</i>	<i>Должность, место работы</i>	<i>Образование</i>
Васильева Елена Леонидовна	Педагог дополнительного образования	Высшее, ФГБОУ ВО "Марийский государственный университет" г. Йошкар-Ола, Направление или специальность по документу 44.04.01. Педагогическое образование

## **2.5. Формы, порядок текущего контроля и промежуточной аттестации.**

контрольные занятия, выступление.

## **2.6. Оценочные материалы- оценочный лист.**

Оценивание результата освоения программы по направлению Vogue происходит по определенным критериям.

Критерии оценивания представлены в Приложении 1.

Пример оценочного листа за 1 и 2 год представлен в Приложении 2.

## **2.7. Методические материалы.**

Основанная на здоровьесбережении, эта программа обеспечивает формирование у детей заинтересованного отношения к здоровому образу жизни.

Именно поэтому в основе:

- Обучение с учетом индивидуальных, возрастных особенностей и природных способностей каждого ребенка.
- Недопущение чрезмерных изнуряющих физических, эмоциональных, интеллектуальных нагрузок.
- Обеспечение благоприятного морально-психологического климата в условиях образовательного процесса.
- Создание комфортных бытовых условий на занятиях.
- Успешному решению поставленных задач способствует использование на занятиях следующих методов, приёмов и технологий:

**Наглядный метод** - выразительный показ под счет, с музыкой.

**Метод аналогий.** В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог-режиссер, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

**Словесный метод.** Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.

**Практический метод** заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

**Импровизационный метод.** На занятиях хореографией имеет смысл постепенно подводить учащихся к возможности импровизации. При использовании импровизационного метода на занятии никакого предварительного прослушивания музыки не нужно. Дети сами находят необходимые движения при непосредственном ее прослушивании. Не надо мешать ребятам свободно импровизировать, но при этом нужно внимательно следить за тем, чтобы они не придумывали движения, не связанные с музыкой. Педагогу следует тактично направить внимание обучающегося на подлинный характер музыки, на поиск собственных красок и оттенков в исполнении.

## **2.8. Список литературы**

1. Всё о танцах [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://www.dance.ru/dance\\_styles/sovremennoye-tantsy/vogue/](https://www.dance.ru/dance_styles/sovremennoye-tantsy/vogue/), свободный – (05.11.2020)
2. Барышникова, Т. Азбука хореографии [Текст] / Т. Барышникова. – М.: Айрис-пресс, 2000. – 266 с.

3. Vogue как танец – от pop, dip and spin до vogue femme [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://us-ds.ru/bez-rubriki/vogue-kak-tanets-ot-pop-dip-and-spin-do-vogue-femme/>, свободный – (05.11.2020)

4. ЭНЦИКЛОПЕДИЯ: ВОГ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://theblueprint.ru/culture/specials/vse-o-vogue-tanec-baly-sorevnovaniyadoma#11>, свободный – (03.11.2020)

## Приложение 1 Критерии оценивания

Оценивание/уровень	Критерии оценивания	Самооценка	Оценка педагога	Оценка товарища (по выбору ребенка)
высокий	<p>Обучающийся знает историю и наименование танцевальных элементов vogue культуры; базовые движения исполняет уверенно, выразительно, музыкально, без ошибок. Свободно владеет пластикой тела, демонстрирует эмоциональную выразительность, физическую готовность опорно-двигательного аппарата к дальнейшему обучению.</p>			
средний	<p>Достаточно владеет пластикой тела, индивидуальной техникой, танцевальные комбинации исполняет с несущественными ошибками, которые сам исправляет, владеет умением сохранять рисунок танца. Демонстрирует развитость опорно-двигательного аппарата.</p>			
низкий	<p>Обучающийся слабо ориентируется в содержании материала; исполняет танцевальные комбинации с существенными ошибками. Недостаточно владеет пластикой тела, индивидуальной техникой, манерой исполнения, опорно-двигательный аппарат развит слабо.</p>			

Приложение 2 Оценочный лист на 1 и 2 год обучения

№ п/п	Фамилия, имя обучающегося	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень	Примечания
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					
9.					
10.					

Итоги:

Дата проведения

Подпись педагога