

Управление образования города Ростова-на-Дону  
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Железнодорожного района города Ростова-на-Дону  
«Дом детского творчества»

ПРИНЯТО  
на заседании педагогического  
совета  
Протокол от «29» августа 2025г.  
№ 1

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБУ ДО ДДТ  
Андреева Н.Н.  
Приказ от «29» августа 2025 г. № 181

СОГЛАСОВАНО  
на заседании методического совета  
Протокол от 29 августа 2025г.  
№1

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА  
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

**«Хореографический коллектив «Вдохновение»  
(постановка детского танца)»**

**Подвид программы:** модифицированная

**Уровень программы:** углубленный

**Целевая группа (возраст):** от 5 до 18 лет

**Срок реализации:** 5 лет, 1080 часов

первый год обучения: 216 часов

второй год обучения: 216 часов

третий год обучения: 216 часов

четвертый год обучения: 216 часов

пятый год обучения: 216 часов

**Форма обучения:** очная

**Разработчик:** педагоги дополнительного  
образования Колесова О.А.

г. Ростов-на-Дону  
2025

## **Актуализация программы**

В соответствии со статьей 13 Федерального закона об образовании, часть 9 и Приказа Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» пункт 11 - «Организации, осуществляющие образовательную деятельность, ежегодно обновляют дополнительные общеобразовательные программы с учетом развития науки, техники, культуры, экономики, технологий и социальной сферы».

В дополнительную общеобразовательную программу «Хореографического коллектива «Вдохновение» (постановка детского танца)»

на **2025-2026** учебный год внесены следующие дополнения:

- внесены изменения в последовательность разделов программы, в соответствии с новыми методическими рекомендациями.

## Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа хореографического коллектива «Вдохновение» (постановка детского танца) имеет **художественную направленность**, является *модифицированной* и реализуется в сфере дополнительного образования, так как ориентирована на формирование эстетической культуры учащегося, развитие его художественно-творческого потенциала, артистических способностей, высокого общефизического уровня средствами хореографического искусства.

Данная программа основана на синтезе различных видов искусств, включающих основы детской, классической, народной хореографии, джаз-модерн танца, контемпорари и современных постановок, обладающих широким спектром возможностей для максимального удовлетворения творческих потребностей учащихся на основе современного социального заказа на образовательные услуги системы дополнительного образования.

Именно на занятиях по хореографии успешнее всего развивается толерантность учащихся, способность к сотрудничеству, ответственность, формируется умение принимать решения и осуществлять их, позволяет учащимся реально оценивать собственные ресурсы, осознанно выбирать сферу применения имеющихся способностей.

Динамичные изменения современного общества, стремительный научно-технический прогресс, обуславливают осознание ценности культурного наследия, необходимости его сбережения и эффективного использования как одного из важнейших ресурсов мировой экономики.

Утраты культурных ценностей невосполнимы, поэтому, сегодня одной из ведущих тенденций дополнительной системы образования является художественное развитие подрастающего поколения как эффективного механизма формирования культурного потенциала и сохранения традиций и наследия страны.

Хореография – это самый впечатляющий вид искусства! Сегодня социальный заказ, предъявляемый к современному образованию, ориентирует нас на творческое развитие личности учащегося, его познавательных и созидательных способностей, успешной социализации и адаптации на рынке труда. Учреждения дополнительного образования формируют новую образовательную политику, обеспечивающую доступность, современность, соответствие социальному заказу на образовательные услуги, что делает программу **актуальной**.

**Отличительная особенность** данной дополнительной общеобразовательной программы заключается в использовании адаптированных авторских методик хореографического обучения в условиях учреждения дополнительного образования детей; разработке комплекса методов и приемов, направленных на развитие хореографических навыков; плодотворном взаимодействии педагога и учащихся, получение удовольствия от коллективного творчества, укрепление межличностных связей, развитие способности к коммуникации, приобретение реального,

конкретного опыта, основанного на чувственном восприятии, эмоциях, памяти и воображении, обеспечивающих становление логического и эмоционального мышления учащихся в процессе создания творческого продукта (концертов, спектаклей) а также достижение высоких творческих результатов участия в конкурсном движении детского эстрадного творчества.

Основными *отличительными особенностями* данной программы являются:

- ознакомление учащихся с различными танцевальными стилями и направлениями через постоянное расширение ассортимента образовательных услуг согласно современному социальному запросу;
- комплексный подход при реализации учебно-воспитательных задач, подразумевающих работу в нескольких направлениях: основы детского, классического, народного, джаз модерн и контемпорари танцев, постановочной и концертной деятельности;
- дифференцированный подход к учащимся, исходя из их подготовленности и природных данных;
- подача материала по «восходящей спирали», каждый год знания, умения и навыки по определенным темам преподаются и развиваются на более высоком и сложном уровне.

Ведущий метод образовательной деятельности интегративный, обеспечивающий реализацию комплексной программы, включающей модули детского, классического, народного, джаз-модерн, контемпорари танцев, овладение искусствами на основе их синтеза в пространстве художественных ценностей по трем уровням усложнения материала согласно возрасту: стартовом, базовом и продвинутом уровне. **Педагогическая целесообразность образовательной программы** заключается в формировании жизненных умений и способностей обучающихся, расширения возможности практического опыта, их самоопределения и самореализации в разнообразных сферах культуры и искусства достигается благодаря систематическому хореографическому образованию на основе современных педагогических технологий.

Содержание дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы базируется на теоретических положениях развивающего обучения (Д.Б. Эльконин, В.В. Давыдов); технологию компетентностного подхода (В.И. Байденко, И.А. Зимняя); технологию креативного обучения (В.Г. Рындак); развития специальных способностей (Б.М. Теплов, А.В. Петровский, С. Л. Рубинштейн), музыкальных способностей (Б.М. Теплов, А.Н. Леонтьев, Л.С. Рубинштейн, К.В. Тарасова), о сензитивных периодах развития хореографических данных (А.Я.Ваганова), технологию эстетического воспитания средствами хореографического искусства (Е.В. Конорова); методику формирования хореографического движения и ритмики (Руднев С., Фиш Э.); методику работы педагога-балетмейстера в детском хореографическом коллективе (Громов Ю.И.); методику обучения технике модерн-джаз танца (В.Ю. Никитин), методики преподавания народного танца

Г.П. Гусева, Т.С. Ткаченко. **Новизна данной образовательной программы** заключается в том, что используется комплексный подход к хореографическому обучению, в ходе освоения которого формируется осознанный интерес к предметному содержанию образовательного процесса.

**Цель программы** - развитие творческого потенциала учащихся средствами хореографического искусства.

**Задачи:**

*Воспитательные:*

- воспитание эмоционально-волевой сферы ребенка дошкольного возраста, способности откликаться на музыку, раскрытие преобразующей силы хореографии и ее влияния на нравственные и эстетические идеалы;
- воспитание эстетически-нравственного восприятия окружающего мира, любви к прекрасному;
- трудолюбия, самостоятельности, аккуратности, целеустремленности в достижении поставленной цели, умения работать в коллективе и в парах.
- воспитание личности учащихся, ориентированных на успешность (радоваться успехам других и вносить вклад в общее дело);
- обеспечение избавления от стеснительности, зажатости;
- формирование художественного вкуса учащихся.
- воспитание личности учащегося, ориентированного на успешность (радоваться успехам других и вносить вклад в общее дело);
- воспитание личности учащегося, ориентированного на успешность.

*Развивающие:*

- развитие положительной мотивации учащихся к обучению детской хореографии и успешному освоению программы на примерах высокохудожественных произведений;
- развитие музыкально-танцевальных способностей дошкольника, потребности к творческому самовыражению.
- развитие творческого потенциала учащихся, стимулирование нравственно-эстетических переживаний, способности к эмоциональной отзывчивости.
- формирование положительной мотивации учащихся к обучению классическому танцу и успешному их освоению на примерах высокохудожественных произведений;
- развитие общих физических данных учащихся, улучшение координации движений, ориентации в пространстве, пластичности, хорошей выворотности;
- развитие у учащихся творческих способностей (фантазия, воображение, эмоциональность, сообразительность, артистизм, инициативность, потребность в импровизации);
- развитие творческого потенциала, индивидуальных особенностей (внутренняя свобода, активность, общительность) учащихся средствами народного танца, предоставление возможности дальнейшей

профессиональной самореализации на основе сформированной системы знаний;

*Обучающие:*

- обучение учащихся технике хореографического движения (физические данные: сила, выносливость, ловкость, гибкость, осанка, рост, выворотность стопы, выразительность телодвижений и поз; музыкальная память: чувство ритма, координация движений, музыкальный слух, темперамент и моторика: правильное выполнение движений, энергичность, подвижность, жизнерадостность; сценические способности, артистизм, желание успешно выступать на сцене).

- обучение учащихся основным выразительным средствам классического танца (осанка, апломб, танцевальный шаг, выворотность, прыжок, плие, пластика, гибкость); ознакомления с профессиональной терминологией, историей развития балета; постановкой маленьких классических форм: этюдов, адажио, вариаций.

- обучение учащихся технике системе элементов классического танца на основе изучения основных позиций рук, ног и постановки корпуса; народного танца (система знаний по истории народного танца, народных традиций обычаев, обрядов, усвоение стиля и манеры исполнения танцев разных народов: простые ходы, припадания, бега, язык пляски; развитие координации, чувства ритма, творческого воображения, художественного мышления, пластики, артистичности, создания художественного образа произведений).

- ознакомление с историей развития модерн-джаз танца, формирование специально-хореографического понятийного аппарата учащегося на основе специальных знаний;

**Возраст обучающихся по дополнительной общеобразовательной программе хореографического коллектива «Вдохновение» (постановка детского танца) - 5- 18 лет.**

**Срок реализации образовательной программы – 6 лет.**

**Этапы реализации образовательной программы:**

1 год обучения – 5-6 лет.

2 год обучения – 7-9 лет.

3 год обучения – 10-11 лет.

4 год обучения – 12-13 лет.

5 год обучения – 14-15 лет.

6 год обучения – 16-18 лет.

**Первый год обучения** – освоение азов ритмики, изучение танцевальных элементов, партерной гимнастики, исполнение, соответствующих уровню, хореографических композиций и танцев.

**Второй год обучения** – усложнение материала по партерной гимнастике, постановка композиций на основе изученных танцевальных движений.

**Третий год обучения** – повторение азов ритмики и партерной гимнастики, изучение азбуки классического танца.

**Четвертый год обучения** – освоение элементов народного танца.

**Пятый год обучения** – знакомство с *модерн джаз танцем*, изучение элементов актерского мастерства.

**Шестой год обучения** – знакомство с *контемпорари джаз-танцем*. Изучение элементов этого танцевального направления.

**Основными формами обучения** являются: групповое занятие, практическое занятие (репетиция), творческое занятие (создание творческого продукта, сводная постановка), выступление.

**Основные формы организации образовательного процесса.** Учащиеся обязательно участвуют в следующих направлениях деятельности:

- в постановке и показе детских концертных программ на основе современных постановочных технологий;
- в системе конкурсного движения в контексте непрерывного образования (конкурсы, форумы, творческие поездки);
- в выездных концертах по г. Ростову-на-Дону;
- в процессе репетиционной и постановочной работы к конкретному мероприятию.

Учебное занятие – основной элемент образовательного процесса. В системе дополнительного образования существенно меняется форма его организации. Главное – не сообщение знаний, а выявление опыта детей, включение их в сотрудничество, активный поиск знаний и общение. Учебное занятие в рамках программы является моделью деятельности педагога и детского коллектива, предполагающая не только передачу знаний, умений и навыков детям по конкретному предмету и усвоение ими учебного материала, но прежде всего развитие, время, в течение которого учащиеся под руководством педагога занимаются учебной, воспитательной, досуговой деятельностью.

#### **Режим занятий:**

Занятия проводятся **3 раза в неделю по два учебных часа**. Продолжительность учебного часа 40-45 минут. Количество обучающихся в группе - 12-15 человек. Для дошкольников продолжительность занятия – 30 минут с перерывом 10 минут. **Программа может быть реализована в дистанционном режиме с использованием ZOOM, WhatsApp, Teams.**

## Учебно-тематический план 1 года обучения

### Модуль «Детская хореография»

| № п/п               | Темы разделов                                        | Кол-во теор. часов | Кол-во практич. часов | Общее кол-во часов | Формы аттестации/ контроля                                                                                                                                                                          |
|---------------------|------------------------------------------------------|--------------------|-----------------------|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.                  | Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. | -                  | 2                     | 2                  | Игра на знакомство.                                                                                                                                                                                 |
| 2.                  | Азбука танцевального движения.                       | 2                  | 10                    | 12                 | Контрольные упражнения для проверки логики перестроений из одних рисунков в другие, поворота «вправо» и «влево».                                                                                    |
| 3.                  | Ритмическая гимнастика.                              | 2                  | 6                     | 8                  | Упражнения «Приветствие», «Балет», «Цветочек», «Рисуем солнышко на песке», «Лебеди», «Совы», «Ветер и деревья», «Пружинка».                                                                         |
| 4.                  | Упражнения у станка.                                 | 2                  | 6                     | 8                  | Упражнения на постановку корпуса 1,2 (ноги в свободном положении.)<br>Определение рабочей и опорной ноги.                                                                                           |
| 5.                  | Танцевальные этюды на эмоциональное выражение.       | -                  | 4                     | 4                  | Сочинение танцевальных этюдов на основе изученных танцевальных элементов. Упражнения, направленные на развитие выдумки, воображения, творческой инициативы: «Иди ко мне», «Уходи», «Три характера». |
| 6.                  | Образные игры.                                       | -                  | 4                     | 4                  | Инсценировка песен. Сюжетные композиции. Придумывание персонажей и сочинение историй.                                                                                                               |
| 7.                  | Постановочная деятельность.                          | 4                  | 8                     | 12                 | Работа над танцевальным репертуаром.                                                                                                                                                                |
| 8.                  | Репетиционная работа.                                | 2                  | 8                     | 10                 | Постановка хореографических номеров. Генеральная репетиция.                                                                                                                                         |
| 9.                  | Концертная деятельность.                             | 1                  | 10                    | 11                 | Групповые выступления на мероприятиях различного уровня. Участие в концертных программах, музыкальных спектаклях, конкурсах, фестивалях Оренбуржья, России.                                         |
| 10.                 | Итоговое занятие.                                    | -                  | 2                     | 2                  | В конце первого и второго полугодия исполняется один танец с последующей оценкой руководителей и педагогов школы-студии.                                                                            |
| <b>Всего часов:</b> |                                                      | <b>13</b>          | <b>59</b>             | <b>216</b>         |                                                                                                                                                                                                     |

## **Содержание учебного плана 1 года обучения**

### **Модуль «Детская хореография»**

#### **Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.**

**Практика.** Правила поведения в хореографическом кабинете. Знакомство с изучаемым предметом – детской хореографией. Инструктаж родителей по охране труда учащихся на занятии. Правила поведения за кулисами и около сцены, в ходе конкурсного выступления на сцене, в поездке за пределы города и России. Игры «Круг имен», «Снежный ком», «Спроси-расскажи».

#### **Тема 2. Азбука танцевального движения.**

**Теория.** Понятие осанка. Постановка корпуса. Положение головы. Позиция ног и рук. Правила движения под музыку, перестраивания. Основные понятия: музыка, темп, такт, мелодия и движение (приложение № 2).

**Практика. Упражнения** «Поклон-приветствие», «Хлопки в ладоши». Положение рук: перед собой, вверху, внизу, справа и слева на уровне головы. Упражнения «Тик-так», «Уложить ушко», «Пружинка», «Улыбнемся себе и другу: наклоны», «Мячик». Упражнения для рук ног «Птичка», «Утюжок», «Флажок». Практическое закрепление правил и логики перестроений из одних рисунков в другие, поворота «вправо» и «влево».

#### **Тема 3. Ритмическая гимнастика.**

**Теория.** Значение комплекса ритмической гимнастики в работе будущих танцоров: вводная, основная и заключительная части. Танцевальные позиции ног: I, II, III. Танцевальные позиции рук (I, II, III). Выставление ноги на носок, пятку в разных направлениях. Полуприседания. Комбинации хореографических упражнений.

**Практика.** Движения динамического характера: ходьба, бег, прыжки. Развивающие упражнения на тренировку крупных мышечных групп, совершенствование координации движений, умение четко и ритмично выполнять упражнения под музыку. Упражнения «Приветствие», «Балет», «Цветочек», «Рисуем солнышко на песке», «Лебеди», «Совы», «Ветер и деревья», «Пружинка».

#### **Тема 4. Упражнения у станка.**

**Теория.** Что такое осанка. Подбородок. Растяжка. Координация движения. Включение в работу различных групп мышц (ног, рук, шеи, спины и т.д.). Вытянутый носок. Позвоночник (ровный и подтянутый корпус). Роль двигательных функций (выворотность ног, подъема ног, гибкость корпуса, шаг, прыжок).

**Практика.** Упражнения на постановку корпуса 1,2 (ноги в свободном положении.) Определение рабочей и опорной ноги. Позиции ног 1,2 (при относительной выворотности ног.). Demi-plie в 1 позиции. Battement tendu в 1 позиции (в сторону). Упражнения: наклоны вперед, вытянув руки, наклоны вперед, соединив стопу, наклоны в сторону. Подъем ноги, согнутой в колене,

вперед и опускание (без фиксации и с задержкой, стопа вытянута). Сочетание подъема на полупальцах с последующим приседанием по 6 позиции и перенос веса тела с одной ноги на другую.

#### **Тема 5. Танцевальные этюды на эмоциональное выражение.**

**Теория.** Значение танцевальных элементов в статичном положении или в продвижении. Импровизация в этюде. Правила составления этюдов на основе изученных танцевальных элементов. Этюд на выразительность жестов. Этюд на сопоставление разных характеров. Мимическая игра (передача мимики). Этюд, имитирующий действия человека.

**Практика.** Сочинение танцевальных этюдов на основе изученных танцевальных элементов. Упражнения, направленные на развитие выдумки, воображения, творческой инициативы: «Иди ко мне», «Уходи», «Три характера». Игра-упражнение «Расскажи стихотворение» с помощью жестов и мимики. Школа-студия стилизованная игра «Веселые превращения». Пластические этюды: «Ежик», «Дельфин», «Змея», «Пантера», «Морская звезда». Прыжки: «Пингвин», «Разножка», «Лягушка».

#### **Тема 6. Образные игры.**

**Теория.** Образ танца (оригинальность). Инсценировка песен. Сюжетные композиции. Придумывание персонажей и сочинение историй.

**Практика.** «Море волнуется», «Гулливер и лилипуты», «Цапля и лягушка», «Птичий двор». «Медведи и медвежата», «Пингвины», «Раки», «Гуси и гусеницы», «Слоны», «Бежим по горячему песку» (острый бег), «Зайцы», «Белки», «Лягушата», «Лошадки». Тренировка образного мышления: «Зоопарк», «Тугая резинка», «Под дождем», «Лесные жители», «Тряпичные куклы и деревянные».

#### **Тема 7. Постановочная деятельность.**

**Теория.** Построение композиций. Правила создания хореографического номера. Средства художественной выразительности. Анализ избранного произведения с художественной стороны.

**Практика.** Работа над танцевальным репертуаром.

#### **Тема 8. Репетиционная работа.**

**Теория.** Психологическая подготовка к выступлению. Коммуникативные аспекты танцевального выступления – «танцор» – «зритель».

**Практика.** Приобретение навыков репетиционной, исполнительской работы с хореографическим материалом. Постановка вокально-хореографических номеров. Генеральная репетиция.

#### **Тема 9. Концертная деятельность.**

**Теория.** Навыки выступления перед аудиторией. Оценка своего исполнения.

**Практика.** Групповые выступления на мероприятиях различного уровня. Участие в концертных программах, мюзиклах, музыкальных спектаклях, конкурсах, фестивалях, России.

#### **Тема 10. Итоговое занятие.**

**Практика.** В конце первого и второго полугодия выполняется один танец с последующей оценкой руководителей и педагогов школа-студия.

### **Учебно-тематический план 2 года обучения** **Модуль «Детская хореография»**

| № п/п | Темы разделов                        | Кол-во теор. часов | Кол-во практич. часов | Общее кол-во часов | Формы аттестации/контроля                                                                                                                                                                         |
|-------|--------------------------------------|--------------------|-----------------------|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.    | Вводное занятие.                     | -                  | 3                     | 3                  | Игра на сплочение коллектива «Паутина».                                                                                                                                                           |
| 2.    | Танцевально-образные движения.       | 5                  | 19                    | 24                 | Игры – миниатюры, шуточные соревнования на формирование танцевального шага. Танцевальные шаги в образах «журавля, лисы, кошки, мышки, медведя, птиц, слона».                                      |
| 3.    | Партерная гимнастика.                | 6                  | 27                    | 33                 | Гимнастические упражнения на координацию движений, пластической выразительности рук: «Веер», «Перекасти мяч», «Волна», «Да-нет», «Когти». Просмотр мультфильма «Масяня и Хрюша».                  |
| 4.    | Пространственные перестраивания.     | 3                  | 33                    | 36                 | Упражнение на движение в колонне вперед, на месте, наклоны в стороны через одного и вместе. Упражнение на деление зала по точкам, соблюдать интервалы во время движения, знать своё место в зале. |
| 5.    | Импровизация.                        | 3                  | 15                    | 18                 | Этюды под музыку на заданную тему.                                                                                                                                                                |
| 6.    | История хореографического искусства. | 3                  | 3                     | 6                  | Беседы по книгам А. Дешковой «Загадки Терпсихоры», Ю. Яковлевой «Азбука балета», Т. Барышниковой «Азбука хореографии».                                                                            |
| 7.    | Постановочная деятельность.          | 6                  | 39                    | 45                 | Работа над танцевальным репертуаром.                                                                                                                                                              |
| 8.    | Репетиционная работа.                | -                  | 36                    | 36                 | Постановка хореографических номеров.                                                                                                                                                              |
| 9.    | Концертная деятельность.             | -                  | 12                    | 12                 | Участие в концертных программах, мюзиклах, музыкальных спектаклях, конкурсах, фестивалях Оренбуржья, России.                                                                                      |
| 9.    | Итоговое занятие.                    | -                  | 3                     | 3                  | В конце первого и второго полугодия выполняется один танец с                                                                                                                                      |

|  |                     |           |            |            |                                            |              |
|--|---------------------|-----------|------------|------------|--------------------------------------------|--------------|
|  |                     |           |            |            | последующей<br>руководителей<br>педагогов. | оценкой<br>и |
|  | <b>Всего часов:</b> | <b>26</b> | <b>190</b> | <b>216</b> |                                            |              |

## Содержание учебного плана 2 года обучения

### Модуль «Детская хореография»

#### Тема 1. Вводное занятие.

**Практика.** Ознакомление учащихся с учебными задачами данного учебного года. Инструктаж по технике безопасности в хореографическом кабинете. Игра на сплочение коллектива «Паутина».

#### Тема 2. Танцевально-образные движения.

**Теория.** Основные танцевальные движения. Танцевальный шаг. Сочетание практического показа и словесных объяснений в ходе разучивания танцевальных движений. Понятие о движении по линии танца и обратно. Понятие о ведущей роли мальчика в парном танце. Понятие об ансамбле (синхронно). Детские массовые танцы. Наглядное объяснение об использовании минимума танцевальных элементов при максимуме возможности их сочетаний.

**Практика.** Длительное изучение, проработка небольшого количества движений, качественного его усвоения, для формирования прочного фундамента знаний через систему упражнений. Изучение массовых композиций «Вальс шаров», «Марш друзей», «Валенки», «Цирковые лошадки», «Пингвины», «Волшебный цветок», «Танец цыплят», «Летка-Енька», «Ах, вы, сени», «Шепотки», «Метелица», «Мячики», «Ручеек». «Русское поурри» и др. Игра «Мой танец». Игры – миниатюры, шуточные соревнования на формирование танцевального шага. Танцевальные шаги в образах «журавля, лисы, кошки, мышки, медведя, птиц, слона».

#### Тема 3. Партерная гимнастика.

**Теория.** Значение ускорения темпа исполнения движений. Понятия «гибкость суставов» «эластичность связок», «сила мышц». Растяжка и эластичность мышц ног, спины, живота. Подъем и выворотность стопы. Значение здорового образа жизни танцора. Правила полезного, диетического питания.

**Практика.** Разучивание новых развивающих упражнений на напряжение и расслабление мышц; направление и укрепление мышц спины; развитие выворотности мышц брюшного пресса; развитие подвижности голеностопного, коленного, тазобедренного суставов («Корзиночка», «Ягушка», «Чемоданчик» «Мостик», «Шпагат – полушпагат»). Гимнастические упражнения на координацию движений, пластической выразительности рук: «Веер», «Перекасти мяч», «Волна», «Да-нет», «Когти». Просмотр мультфильма «Масяня и Хрюша». Игры «Магазин полезных вкусов», «Витаминные перчатки». Беседа с родителями «Полезные продукты в моем доме».

#### **Тема 4. Пространственные перестраивания.**

**Теория.** Понятие пространственных перестроений: «линия», «колонна», «круг». **Понятие «пространство».** Точки зала.

**Практика.** Отработка навыков двигаться по кругу лицом и спиной; по одному и в парах. Перестроения из свободного расположения в круг и обратно. Упражнения на движение в линиях, смены линиями, вправо и влево, вперед и назад, перестраивания в круг. Упражнение на движение в колонне вперед, на месте, наклоны в стороны через одного и вместе. Упражнение на деление зала по точкам, соблюдать интервалы во время движения, знать своё место в зале.

#### **Тема 5. Импровизация.**

**Теория.** Значение импровизации. Импровизационные движения в соответствии с темпом музыки. Выражение в импровизации своего образного представления в движениях, связанных с образом зверей, птиц, людей разных профессий.

**Практика.** Упражнения «Крокодил», «Во дворе», «Осень», «Домашние животные». Изображение неодушевленных предметов и явлений: море, волны, деревья, цветы; едем на машине, косим траву, поезд едет, самолет летит, ракета стартует и т.д. Игра «Помощь по дому» (забиваем гвоздь, подметаем пол, моем посуду, стираем белье). Этюды под музыку на заданную тему.

#### **Тема 6. История хореографического искусства.**

**Теория.** Происхождение танца. Танец эпохи первобытно-общинного строя. Танцевальный фольклор. Народный танец – исток хореографической культуры народов. Современные танцы.

**Практика.** Беседы по книгам А. Дешковой «Загадки Терпсихоры», Ю. Яковлевой «Азбука балета», Т. Барышниковой «Азбука хореографии». Видеопросмотр отрывков балетных спектаклей, детских мюзиклов и концертных выступлений.

#### **Тема 7. Постановочная деятельность.**

**Теория.** Воплощение художественного образа произведения средствами эмоциональной выразительности. Знакомство с костюмами и их значение в танце.

**Практика.** Работа над танцевальным репертуаром.

#### **Тема 8. Репетиционная работа.**

**Теория.** Репетиция перед зеркалом. Правила поведения за кулисами (дисциплина).

**Практика.** Приобретение навыков репетиционной, исполнительской работы с хореографическим материалом. Постановка вокально-хореографических номеров. Генеральная репетиция.

#### **Тема 9. Концертная деятельность.**

**Теория.** Ответственность каждого за успех коллектива. Премьера танца.

**Практика.** Групповые выступления на мероприятиях различного уровня. Участие в концертных программах, мюзиклах, музыкальных спектаклях, конкурсах, фестивалях Оренбуржья, России.

#### **Тема 10. Итоговое занятие.**

**Практика.** В конце первого и второго полугодия исполняется один танец с последующей оценкой руководителей и педагогов.

### **Учебно-тематический план 3 года обучения Модуль «Классический танец»**

| № п/п | Темы разделов                                        | Кол-во теор. часов | Кол-во практич. часов | Общее кол-во часов | Формы аттестации/ контроля                                                                                                                                          |
|-------|------------------------------------------------------|--------------------|-----------------------|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.    | Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. | -                  | 3                     | 3                  | Игра «Перетанцуй меня».                                                                                                                                             |
| 2.    | Основные движения классического танца.               | 9                  | 30                    | 39                 | Контроль за качеством исполнения позиций ног – I, II, III, IV (IV – как наиболее трудная, изучается последней).                                                     |
| 3.    | Движения классического танца у станка.               | 9                  | 30                    | 39                 | Анализ темпа, характера музыкального материала по оформлению движений классического танца.                                                                          |
| 4.    | Движения классического танца на середине зала.       | 9                  | 27                    | 36                 | Методика и приёмы исполнения поз классического танца. «Temps lié» как основное движение, его виды.                                                                  |
| 5.    | Движения раздела «Allegro».                          | 6                  | 15                    | 21                 | Контрольное занятие на исполнение прыжков, согласованности движений головы, рук, корпуса и ног.                                                                     |
| 6.    | Устойчивость, вращения.                              | 6                  | 12                    | 18                 | Контроль за выполнением основных требований: выворотность, вытянутость, правильное распределение центра тяжести и центра опоры.                                     |
| 7.    | Построение композиций.                               | 6                  | 15                    | 21                 | Знакомство с технологией построения форм танцевальной комбинации, особенности построения танцевальных комбинаций на середине зала: adagio, allegro, вращений и т.д. |
| 8.    | Репетиционная работа.                                | 3                  | 18                    | 21                 | Коммуникативные аспекты танцевального выступления – «танцор» - «зритель».                                                                                           |
| 9.    | Концертная деятельность.                             |                    | 15                    | 15                 | Групповые выступления на мероприятиях различного уровня.                                                                                                            |
| 10.   | Итоговое занятие.                                    | -                  | 3                     | 3                  | В конце первого и второго полугодия исполняется один танец с последующей                                                                                            |

|  |                     |           |            |            |                                    |
|--|---------------------|-----------|------------|------------|------------------------------------|
|  |                     |           |            |            | оценкой руководителей и педагогов. |
|  | <b>Всего часов:</b> | <b>48</b> | <b>168</b> | <b>216</b> |                                    |

## Содержание учебного плана 3 года обучения

### Модуль «Классический танец»

**Тема 1. Вводное занятие.** Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в хореографическом кабинете. Знакомство с изучаемым предметом – классической хореографией. Инструктаж родителей по охране труда учащихся на занятии. Правила поведения за кулисами и около сцены, в ходе конкурсного выступления на сцене, в поездке за пределы города и России. Игра «Перетанцуй меня».

#### **Тема 2. Основные движения классического танца.**

**Теория.** Значение движений классического танца в процессе развития умений и навыков исполнительского мастерства. Роль и значение постановки корпуса, ног, рук, головы в процессе освоения движений классического танца. Соподчиненность классической постановки корпуса развитию техники исполнения. Правила постановки корпуса. Позиции ног в классическом танце. Методика изучения позиций ног. Последовательность изучения позиций ног. Функции кисти (кистей) рук. Положения и приемы рук. Развитие выразительности рук – координации, пластичности, естественности и т.д. Методика постановки рук. Функции головы в технике и пластике движений классического танца. «Выразительность» взгляда как средство эмоциональности и образности в классическом танце. Схема пространственного расположения танцевального зала (приложение № 3).

**Практика.** Позиции ног – I, II, III, IV (IV – как наиболее трудная, изучается последней). Позиции рук – подготовительное положение, I, II, III. Grand pliés. Battements tendus и его разновидности. Battements tendus jetés и его разновидности. Rond de jambe par terre en dehors et en dedans. Battements fondus и его разновидности. Battements soutenus. Battements frappés и его разновидности. Battements développés и его разновидности. Battements relevé lent и его разновидности. Rond de jambe en 1<sup>er</sup> air. Grand battements jetés и его разновидности. Petits battements sur le cou de pied и т.д.

#### **Тема 3. Движения классического танца у станка.**

**Теория.** Основные приемы развития движений классического танца у станка. Функции классического экзерсиса. Руки как «речевое» средство поз классического танца. Определение понятия «ведущая и ведомая рука». Последовательность движений классического танца у станка. Вариативность последовательности движений классического танца. Темп, характер музыкального материала по оформлению движений классического танца. Музыкальный материал – импровизация.

**Практика.** Grand plié по IV позиции. Battements tendus: с demi-pliés по IV позиции с переходом с опорной ноги; plié-soutenus по V позициям, и на полупальцах, во всех направлениях д. Battements fondus: на 45° и 90° во всех

направлениях. Battements frappés: на 30° на полупальцах, во всех направлениях. Battements double frappés на 30° и на полупальцах, во всех направлениях. Battements soutenus на 90° во всех направлениях. Battements développés: développés passés на полной стопе со всех направлений. Pas tombé другая нога носком в пол и на 45° и 90°. Pas coupé с подъемом на полупальцы. Flic: со стороны II позиции вперед и назад; со стороны IV позиции с подъемом на полупальцы. Relevés на полупальцы: по I, II, IV и V позициям с demi-plié; с ногой в положении sur le cou-de-pied и т.д.

#### **Тема 4. Движения классического танца на середине зала.**

**Теория.** Основные приемы развития движений классического танца на середине зала. Определение понятия «поза классического танца» как фактор развития движений классического танца. Определение форм поз классического танца: малых, средних, больших. Виды поз классического танца: «croisé», «effacé et ecarté». Классификация поз классического танца. Определение понятий «канонические» и «неканонические» позы классического танца. Методика и приёмы исполнения поз классического танца. «Temps lié» как основное движение, его виды.

**Практика.** Основные малые позы (обе ноги на полу). Основные большие позы (одна нога на полу, другая на воздухе). Формы temps lié: основная форма; с перегибом корпуса; на 90°. Battements tendus. Battements tendus jeté. Rond de jambe. Battements fondus. Battements frappés. Battements soutenus. Battements relevés lents. Battements développés. Grand battements jeté.

#### **Тема 5. Движения раздела «Allegro».**

**Теория.** Allegro – выразительное средство классического танца. Классификация прыжков по формам, группам, видам и их разновидности. Формы прыжков: малые, средние и большие. Группы прыжков: с двух ног на две; с двух ног на одну; с одной ноги на две; с одной ноги на другую; на одной ноге. Технология прыжка: толчек, взлет, завершение. Роль и значение demi-plié в технике исполнения прыжка. Согласованность движений головы, рук, корпуса и ног – основное условие грамотного и выразительного прыжка. Определение понятия «подхват» в технологии исполнения больших прыжков. Элевация и баллон как средство достижения виртуозности исполнения движений allegro. Особенность темповой структуры исполнения прыжков.

**Практика.** Шесть форм port de bras. Temps sautes по I, II, V позициям. Changement de pied. Pas échappé по II позиции. Sissonne simple: en face, с окончанием в позы. Petit temps sautes по I, II, и V позициям с продвижением, во всех направлениях. Grand saute по I, II, и V позициям (по мере усвоения, с продвижением во всех направлениях). Pas assemblé с открыванием ног вперед и назад. Pas coupé ballonné. Pas failli. Rond de jambe en l'air saute. Grand pas jeté entrelacé (перекидное) с подходов.

#### **Тема 6. Устойчивость, вращения.**

**Теория.** Устойчивость как основа исполнительского мастерства. Определение понятия термина «апломб». Основные требования:

выворотность, вытянутость, правильное распределение центра тяжести и центра опоры. Технология устойчивости – умение держать вертикальную линию (ось) и положение корпуса «над ногами», как инструмент процесса достижения устойчивости. Приемы и технология исполнения движений классического танца на полупальцах. Системный подход к процессу овладения техникой устойчивости. Классификация вращений по формам, группам, видам и их разновидностям, характеру. Устойчивость как основной элемент техники исполнения вращений. Приемы и технология исполнения вращения: вращательный толчок, вращение, завершение вращения. Отличительные особенности темпового и количественного исполнения вращений. Роль и значение *preparations* в технологии изучения вращений.

**Практика.** Исполнение движений экзерсиса у станка и середине зала на полупальцах как главная составляющая образовательного процесса. *Battements fondus. Battements frappés. Battements soutenus. Temps relevé. Rond de jembe. Battements relevés lents. Battements développés. Flic co* стороны II и IV позиций. Полуповороты и повороты в V позиции. *Preparations* к *pirouettes en dehors et en dedans* с V, IV позиции. *Preparations* к *pirouettes en dehors et en dedans* со II позиции (мужской класс). *Preparations* к *pirouettes en dehors et en dedans* со II позиции (женский класс). *Preparations* к *tours. Pirouettes en dehors et en dedans* с V, IV, II позиции.

#### **Тема 7. Построение композиций.**

**Теория.** Технология построения формы танцевальной комбинации. Особенность построения танцевальных комбинаций на середине зала: *adagio, allegro*, вращений и т.д. Построение учебной формы танцевальной комбинации во взаимодействии с музыкальным материалом (8–16 тактов). Анализ структуры учебного примера. Выявление ошибок, их корректировка. Терминология классического танца.

**Практика.** Подбор музыкального материала для сочинения учебной танцевальной комбинации. Консультативная работа с концертмейстером по подбору музыкального материала для сочинения учебной формы танцевальной комбинации, в соответствии с ритмом, темпом, характером. Определение цели и задач формы танцевальной комбинации в структуре учебных занятий: в экзерсисе у станка, на середине зала, *adagio, allegro* и т.д. Задания на логику комбинирования движений классического экзерсиса. Задания на использование законов динамического развития движений классического танца в процессе работы. Выявление ошибок, их корректировка. Составление словаря терминов классического танца.

#### **Тема 8. Репетиционная работа.**

**Теория.** Психологическая подготовка к выступлению. Коммуникативные аспекты танцевального выступления – «танцор» – «зритель».

**Практика.** Приобретение навыков репетиционной, исполнительской работы с хореографическим материалом. Постановка вокально-хореографических номеров. Генеральная репетиция.

## Тема 9. Концертная деятельность.

**Теория.** Навыки выступления перед аудиторией. Оценка своего исполнения.

**Практика.** Групповые выступления на мероприятиях различного уровня. Участие в концертных программах, мюзиклах, музыкальных спектаклях, конкурсах, фестивалях Оренбуржья, России.

## Тема 10. Итоговое занятие.

**Практика.** В конце первого и второго полугодия исполняется один танец с последующей оценкой руководителей и педагогов школа-студия.

### Учебно-тематический план 4 года обучения

#### Модуль «Народный танец»

| № п/п | Темы разделов                                        | Кол-во теор. часов | Кол-во практ. ич. часов | Общее кол-во часов | Формы аттестации/ контроля                                                                                                                                                           |
|-------|------------------------------------------------------|--------------------|-------------------------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.    | Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. | -                  | 3                       | 3                  | Игры «Солнце светит для тех, кто...», «Имя как оракул».                                                                                                                              |
| 2.    | Постановка корпуса.                                  | 3                  | 21                      | 24                 | Проверка выполнения упражнений для пальцев и кистей рук: сгибание кистей, руки вытянуты в стороны на уровне плечей; движения рук из стороны в сторону.                               |
| 3.    | Основные позиции народного танца.                    | 3                  | 33                      | 36                 | Проверка выполнений 1-5 позиций ног и выворотности.                                                                                                                                  |
| 4.    | Экзерсис.                                            | 1                  | 14                      | 15                 | Проверка выполнения упражнений на движение ноги на 90 % на вытянутой опорной ноге, в сочетании с полуприседанием или подъемом на полупальцы опорной ноги, с ударом пятки, с прыжком. |
| 5.    | Терминология народного танца.                        | 3                  | -                       | 3                  | Контрольное занятие на закрепление основных понятие основных упражнений классического экзерсиса: плие, батман тандю, релеве, соте, эшапе, глиссад.                                   |
| 6.    | Хореографические элементы движений народного танца.  | 3                  | 36                      | 39                 | Знакомство с танцевальным искусством русского народного, украинского и грузинского танцев.                                                                                           |
| 7.    | Народные обычаи и традиции.                          | 1                  | 8                       | 9                  | Беседа по истории традиций и обрядов. Игра-сравнение народных костюмов различных стран «Угадай откуда».                                                                              |

|              |                             |    |     |     |                                                                                                                                                                       |
|--------------|-----------------------------|----|-----|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 8.           | Постановочная деятельность. | 3  | 36  | 39  | Работа над танцевальным репертуаром.                                                                                                                                  |
| 9.           | Репетиционная работа.       | -  | 27  | 27  | Постановка хореографических номеров. Генеральная репетиция.                                                                                                           |
| 10.          | Концертная деятельность.    | -  | 18  | 18  | Групповые выступления на мероприятиях различного уровня. Участие в концертных программах, мюзиклах, музыкальных спектаклях, конкурсах, фестивалях Оренбуржья, России. |
| 11.          | Итоговое занятие.           | -  | 3   | 3   | В конце первого и второго полугодия исполняется один танец с последующей оценкой руководителей и педагогов.                                                           |
| Всего часов: |                             | 17 | 199 | 216 |                                                                                                                                                                       |

## Содержание учебного плана 4 года обучения

### Модуль «Народный танец»

#### Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.

Правила поведения в хореографическом кабинете. Инструктаж родителей по охране труда учащихся на занятии. Знакомство с изучаемым предметом – народным танцем. Правила поведения за кулисами и около сцены, в ходе конкурсного выступления на сцене. Игры «Солнце светит для тех, кто...», «Имя как оракул», «Многоножка».

#### Тема 2. Постановка корпуса.

**Теория.** Осанка – правильное положение корпуса: лопатки, взгляд, шея. Позиции и положения ног: I, II, III, - свободные позиции. IV позиция рук. Движения плеч. Движения головы. Перегибы корпуса. Повороты. Положение тазобедренного сустава относительно выворотности. Варианты возможных сочетаний основных движений с элементами различных народных танцев. Творческая дисциплина в танце (приложение № 4).

**Практика.** Упражнения для головы: поворот в профиль, вправо, влево, наверх, вниз. Основные ходы и движения. Развитие силы ног, навыков координации и танцевальности. Упражнения для пальцев и кистей рук: сгибание кистей, руки вытянуты в стороны на уровне плечей; движения рук из стороны в сторону. Игры: «Переключка», «Пушинка», «Зайка», «Жабка», «Медведь».

#### Тема 3. Экзерсис.

**Теория.** На середине зала. Основы выразительного движения. Двигательный аппарат. Основная особенность - активное движение на опорной ноге (коленного сустава, мышц голени и мышц, производящих движения в суставах стопы). Принцип контрастности.

**Практика.** Полуприседания и полные приседания - медленные (мягкие, плавные) и быстрые (резкие, отрывистые). Упражнения на развитие

подвижности стопы (battements tendus). Маленькие броски. Круговые движения ногой по полу или по воздуху. Каблучные упражнения: 1) низкие, 2) средние и 3) высокие. Упражнения на низкие и высокие развороты ноги. Упражнения на движение ноги на 90 ° на вытянутой опорной ноге, в сочетании с полуприседанием или подъемом на полупальцы опорной ноги, с ударом пятки, с прыжком.

#### **Тема 4. Терминология народного танца.**

**Теория.** Понятие основных упражнений классического экзерсиса: плие, батман тандю, релеве, соте, эшапе, глиссад. Понятие основных элементов народного танца. Боковой галоп. Шаг польки. ПА - де - баск. Элементы русской народной пляски. Простой хороводный шаг. Полуприседания с выставлением ноги на пятку. Русский хороводный шаг. Русский переменный шаг. Притопы. Шаг с припаданием. Полуприседание с выставлением ноги на пятку. «Ковырялочка». «Верёвочка». «Качалочка».

**Практика.** Пальчиковый школа-студия-игра «Запомни меня» (каждый палец соответствует танцевальному термину). Игра «Дневник моих движений». Составление словаря терминов. Мнемоника. Связывание движений. Память партнера.

#### **Тема 5. Хореографические элементы движений народного танца.**

**Теория.** Знакомство с танцевальным искусством русского народного, украинского и грузинского танцев. Русский танец: хоровод, пляска, кадрили. Украинский танец: «Гопак», «Метелица», «Веснянка», «Ползунок». Знакомство с танцевальным искусством Кавказа на примере грузинского танца «Картули».

**Практика.** Видеопримеры сценического решения народных танцев. Ходы: простой, переменный, с каблука, «горох», «гармошка». Припадание вперед, в сторону, на месте. Вращения по диагонали, по кругу, на месте, на подскоках. Двойная дробь. Ходы «бигунец», «тынок», «выхилиясник», «голубец». Присядка: простая («сесть-встать»). «Вереvочка» простая. «Припадание» по III позиции вперед. «Дорожка» – «припадание» с переkreщиванием ног. Парно-массовая комбинация «Гопак». «Хелсартав» - движение кистей рук. Основные ходы: «Сада сриала», «Мухлура», «Гасма», «Свела», «Чаквра», «Бруни».

#### **Тема 6. Народные обычаи и традиции.**

**Теория.** Русский народный танец как неотъемлемая часть фольклорного наследия. Народный танец как древний вид народного искусства: праздники, традиции, обряды. Рассказ о танцевальном народном русском творчестве, о характерности танцев других народов, их отличие от исполнения русских движений. Рассказ о культуре других стран (Украина, Грузия). Показ костюмов и рассказ о значении сценического костюма.

**Практика.** Привитие исполнителям уважительного отношения к национальным традициям, чувства любви преданности к Родине, обуславливающие формирование личности как источника высокой культуры. Беседа по истории традиций и обрядов. Игра-сравнение народных костюмов

различных стран «Угадай откуда». Игра «Крестьянская семья». Посещение концертов с участием детских народных коллективов.

#### **Тема 7. Постановочная деятельность.**

**Теория.** Значение постоянной отработки исполнения технически сложных комбинаций народного танца в более сложных ритмических рисунках и ускоренных темпах. Объяснение процесса объединения движений в более сложные по композиции комбинации и танцевальные этюды народного танца. Уровень выразительности исполнения. Ансамблевое исполнение технически насыщенных танцев.

**Практика.** Работа над танцевальным репертуаром.

#### **Тема 8. Репетиционная работа.**

**Теория.** Раскрытие национального характера и манеры исполнения народного танца. Особенности взаимоотношений партнеров в различных народных танцах. Психологическая подготовка к выступлению.

**Практика.** Приобретение навыков репетиционной, исполнительской работы с хореографическим материалом. Постановка вокально-хореографических номеров. Генеральная репетиция.

#### **Тема 9. Концертная деятельность.**

**Теория.** Навыки выступления перед аудиторией. Оценка своего исполнения.

**Практика.** Групповые выступления на мероприятиях различного уровня. Участие в концертных программах, мюзиклах, музыкальных спектаклях, конкурсах, фестивалях.

#### **Тема 10. Итоговое занятие.**

**Практика.** В конце первого и второго полугодия исполняется один танец с последующей оценкой руководителей и педагогов.

### **Учебно-тематический план 5 года обучения**

#### *Модуль «Модерн джаз танец»*

| № п/п | Темы разделов                                        | Кол-во теоретических часов | Кол-во практических часов | Общее кол-во часов | Формы аттестации/контроля                                                                                                                                   |
|-------|------------------------------------------------------|----------------------------|---------------------------|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.    | Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. | -                          | 3                         | 3                  | Игра-танец на сплочение «Друзья».                                                                                                                           |
| 2.    | История развития модерн-джаз танца.                  | 2                          | 7                         | 9                  | Упражнения на самостоятельное выделение учащимися характерных признаков джаз-танца: ритмичность, динамика, колоритность, совершенная свобода и координация. |
| 3.    | Методика изучения isolation на различных levels.     | 3                          | 9                         | 12                 | Контрольное занятие по уровню усвоения isolation на различных levels.                                                                                       |
| 4.    | Упражнения для позвоночника.                         | 2                          | 10                        | 12                 | Зачет по проверке подвижности позвоночника во всех его                                                                                                      |

|                     |                                                             |           |            |            |                                                                                                      |
|---------------------|-------------------------------------------------------------|-----------|------------|------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                     |                                                             |           |            |            | отделах.                                                                                             |
| 5.                  | Contraction, release, high release.                         | 2         | 10         | 12         | Контроль за упражнениями лежа на спине, сидя, стоя на коленях, стоя.                                 |
| 6.                  | Уровни по горизонтали и вертикали.                          | 3         | 15         | 18         | Зачет по технике передвижения танцора по горизонтали и вертикали.                                    |
| 7.                  | Кросс. Передвижение в пространстве.                         | 6         | 9          | 12         | Итоговое занятие по импровизации, вариативности видов движений: шаги; прыжки; вращения.              |
| 8.                  | Мультипликация. Координация.                                | 6         | 12         | 18         | Итоговое занятие по разложению одного простого движения внутри ритмической единицы.                  |
| 9.                  | Позиции и положения рук, ног и корпуса в модерн джаз-танце. | 3         | 21         | 24         | Итоговое занятие на проверку положения коллапс.                                                      |
| 10.                 | Упражнения у станка.                                        | 3         | 24         | 27         | Проверка выполнения методики построения упражнений у станка.                                         |
| 11.                 | Стили современных клубных танцев.                           | 3         | 15         | 18         | Видеопросмотры и беседы по стилям, манере и технике молодежных танцевальных направлений.             |
| 12.                 | Постановочная работа.                                       | 3         | 27         | 30         | Сочинение сольных, парно-массовых композиций.                                                        |
| 13.                 | Конкурсно-концертная деятельность.                          | -         | 18         | 18         | Индивидуальные и групповые выступления на мероприятиях различного уровня.                            |
| 14.                 | Итоговое занятие.                                           | -         | 3          | 3          | Исполнение фрагмента танца в концертном выступлении с последующей оценкой руководителей и педагогов. |
| <b>Всего часов:</b> |                                                             | <b>36</b> | <b>180</b> | <b>216</b> |                                                                                                      |

## Содержание учебного плана 5 года обучения

### Модуль «Модерн-джаз танец»

#### Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.

**Практика.** Правила поведения в хореографическом зале. Знакомство с изучаемым предметом – джаз-модерн танцем (основные этапы занятий по программе: разогрев, изоляция, партер, адажио, кросс, комбинация). Инструктаж родителей по охране труда учащихся на занятии. Обеспечение допуска к занятиям следующих обучающихся: наличие справки о состоянии здоровья по основной и подготовительной медицинской группе; прошедших инструктаж по мерам безопасности; имеющих специальную обувь и форму,

не стесняющую движений и соответствующую теме и условиям проведения занятий. Игра-танец на сплочение «Друзья».

## **Тема 2. История развития модерн-джаз танца.**

**Теория.** Зарождение в конце XIX - начале XX века в США и Германии современного направления хореографии – танца модерн. Истоки направления в идеях теоретика и педагога Ф. Дель-Сарта, в системе Э. Жака-Далькроза и искусстве А. Дункан. Танец модерн как стремление создать новую хореографию, отвечающую потребностям человека XX столетия. Основопологающие принципы данного направления: отказ от канонов, воплощение новых тем и сюжетов оригинальными танцевально-пластическими средствами. Общее с джаз - танцем и различие между системами. Айседора Дункан – основоположница нового направления. Комбинирование форм и синтез различных школ в современном джаз танце: степ-джаз, джаз-балет, джаз-кабаре, джаз-музыкальный школа-студия, джаз-шоу и другие (приложение № 5).

**Практика.** Обзор практических наглядных примеров, характеризующих основные направления в танце модерн (Руфи Сен-Денис, Тен Шоун, Марта Грэхэм, Дорис Хамфри, Чарльз Вейдман, Х. Тамирис). Упражнения на самостоятельное выделение учащимися характерных признаков джаз-танца: ритмичность, динамика, колоритность, совершенная свобода и координация всех частей тела, импульсная техника, возможность импровизации. Разбор основных элементов современных стилей джаз-танца: Blues, Lirical, Broadway (Theatrical), Hot, Cool (Kul), Afro-jazz, Latin, Calypso, Modern jazz. Современные центры по изучению и пропаганде джаз-танца. Участие в конкурсах, фестивалях, чемпионатах по современному джаз-танцу.

## **Тема 3. Методика изучения isolation на различных levels.**

**Теория.** Техника isolation – основа модерн джаз-танца. Изолируемые центры: голова и шея, плечевой пояс, бедра (pelvis), руки, ноги. Постановка корпуса. Моноцентрика и полицентрика. Параллелизм и оппозиция. Level. Виды levels: стоя, сидя, на корточках, сидя на ягодицах, стоя на ягодицах, стоя на коленях, лежа. Акробатические levels – шпагат, стойка на руках и т.д. Методика изучения isolation на различных levels. Первоначальные движения изолируемых центров изучаются в чистом виде. В простых сочетаниях даются всевозможные движения изолируемых центров.

**Практика.** Изучение isolation головы (стоя, сидя). Наклоны (вперед, назад, в сторону). Повороты (в сторону). «Маятник». Круг. Плечи (стоя и сидя, параллелизм): Accents (вверх, вниз, вперед, назад). Полукруг. Круг. Изучение isolation грудной клетки (сидя и стоя), accents (в сторону, вперед, назад). Верх корпуса (стоя). Bend и bounce (вперед, в сторону, назад). Side stretch. Deep body bend. «Table top» (вперед, в сторону). Twist – «table top». Простой круг через «table top» и deep bend. Body bend demi-plié с последующим stretch. Relax. Изучение isolation pelvis в (полуприседании): Медленные isolation (вперед, назад, в сторону). Accents (вперед, назад, в сторону). Hircross (с возвращением в центр). Полукруг. Круг. Hip lift. Soul

hiplift. Изучение isolation ног (стоя): Knee raise. Battements tendus и point-flex. Isolation пальцев. Круги стопы. Knee taise с наклоном верха корпуса вперед. Kick ballchange. Ноги (сидя): Point flex стопы. Изоляция пальцев. Круги стопы. Круги от колена. Сгибание колена и flex по I и II аут-позициям. Изучение isolation рук (стоя, сидя): Flex кисти. Круги кистью. Круги предплечьем. Тряска кисти.

#### **Тема 4. Упражнения для позвоночника.**

**Теория.** Своеобразие танца-модерн - движение тела целиком, без изоляции отдельных центров. Основа данной техники – подвижность позвоночника во всех его отделах. Виды движений: наклоны торса; изгибы торса; спирали; body roll (волна); contraction, release, high release; tilt, lay out.

**Практика.** Техника исполнения: 1. Flat back (плоская спина), или table top (поверхность стола). 2. Deep body bend - глубокий наклон вперед, ниже, чем на 90°. 3. Side stretch. Наклон в сторону, при котором грудная клетка изгибается. Комбинации: flat back может исполняться крестом, квадратом, flat back в сторону может быть переведен без изменения высоты во flat back по диагонали. Техника исполнения: 1. Curve (керф). 2. Arch - арка. 3. Twist торса. 4. Roll down и roll up. Комбинации. Твистовые изгибы могут комбинироваться с движениями ног: demi - и grand pile, releue, battemente tendu, rond de jambe par terre. Спираль - движения, развивающие подвижность позвоночника в тазобедренном суставе. Body ro (волна) - несколько центров последовательно включаются в движение по принципу управления, один за другим и демонстрация волны всего тела.

#### **Тема 5. Contraction, release, high release.**

**Теория.** Contraction - сжатие, сокращение, т.е. относительное уменьшение объема тела. Противоположное понятие – release (расширение) - тело танцора расширяется в пространстве. Contraction на выдохе, release на вдохе. Взаимосвязь дыхания и движения - естественность, динамическая окраска движениям. Contraction не динамическое движение, сжатие за счет сокращения мышц, а не их движения. Contraction как аккумуляция внутренней энергии, в реализации движения release. Фиксация Contraction и release (глубина таза, позвоночник, положение головы).

**Практика.** Упражнения: лежа на спине, сидя, стоя на коленях, стоя. Положение головы, Т-позиция. Упражнения в парах (contraction, release).

#### **Тема 6. Уровни по горизонтали и вертикали.**

**Теория.** Уровень - расположение тела танцора относительно земли. Основные виды уровней: стоя, сидя, стоя на четвереньках, сидя на корточках, стоя на коленях, лежа. Акробатические уровни: шпагаты, мост, стойка на руках, стойка на лопатках (березка), колесо. Техника передвижения танцора по горизонтали и вертикали.

**Практика.** В различных уровнях исполняются упражнения на изоляцию (в нижних уровнях). В партере выполнение упражнений стретч-характера, т. е. растяжки. Смена уровней, быстрый переход из одного уровня в другой - дополнительный тренаж на координацию. Варианты уровней.

«Стоя»: а) верхний уровень (на полупальцах); б) средний уровень (на всей стопе); в) нижний уровень (колени согнуты). «На четвереньках»: а) опора на руках и коленях; б) одна или две ноги вытянуты назад при опоре на руки; в) одна нога открыта в сторону или назад при опоре на руках и колене. «На коленях»: а) стоя на двух коленях; б) стоя на одном колене, другая нога открыта в любом из направлений. «Сидя»: а) frog-position (колени согнуты, стопы вместе); б) первая позиция (ноги вместе, вытянуты вперед); в) вторая позиция (ноги разведены в стороны); г) четвертая позиция или swastic; д) пятая позиция (ноги согнуты в коленях, одна стопа перед другой); е) колени согнуты и соединены (стопы стоят на полу параллельно); ж) джазовый шпагат (нога впереди вытянута, а сзади согнута); з) сидя на одном бедре (колено опорной ноги согнуто, тяжесть корпуса переносится с ягодиц на бедро, свободная нога открыта назад или в сторону и оторвана от пола). Пятая позиция ног в положении сидя - два варианта (1. колени согнуты, раскрыты в сторону и одна стопа стоит перед другой стопой в положении point (то есть с вытянутыми пальцами). 2. pinch - позиция, когда одна нога находится перед другой, но голень, т. е. пальцы правой ноги около колена левой ноги, бедра плотно примыкают к полу; Лежа: а) на спине; б) на животе; в) на боку.

#### **Тема 6. Кросс. Передвижение в пространстве.**

**Теория.** Танцевальность, манера и стиль модерн-джаз танца. Традиционные, зафиксированные шаги, прыжки и вращения. Импровизация, вариативность видов движений: шаги; прыжки; вращения.

**Практика.** Шаги: I. Шаги примитива. II. Шаги в модерн-джаз манере. III. Шаги в рок-манере. IV. Шаги в мюзикл-комеди-джаз манере, т. е. раннего джаза. Связующие шаги. Шаг из танца "Ча-ча-ча". Latin walk. На основе flat step: шаги исполняются по диагонали класса или по кругу. Координация трех центров на основе flat step. Шаги в модерн-джаз манере.

#### **Тема 7. Мультипликация. Координация.**

**Теория.** Понятие «мультипликация» (разложение одного простого движения внутри ритмической единицы). Различные виды джазовой ходьбы, при которой вес тела переносится постепенно, с акцентом, на неударную долю такта. Брейк-данс как пример мультипликации в современном танце. Понятие «координация». Способы координации движений нескольких центров тела и ареалов. Принципы координации: одномоментный импульс, импульс и управление, оппозиция и параллелизм.

**Практика.** Изучение движений без передачи центра тяжести. Изучение движений с передачей центра тяжести. Изучение джаз ходов (jazz walks). Изучение разновидностей джаз вращений. Изучение джаз вращений в воздухе. Джаз-бег (jazz run) и прыжки. Джаз прыжки. Изучение джаз падений (подготовка к падениям, методика и виды падений). Сложные виды падений – акробатические падения.

**Тема 8. Позиции и положения рук, ног и корпуса в модерн джаз-танце.**

**Теория.** Отличия модерн джаз-танца от классического танца. Особенности пластики, стиля и манеры исполнения модерн джаз-танца. Влияние на формирование системы модерн джаз-танца различных видов искусств и спорта, связанных с движением (акробатика, гимнастика, пантомима), народного (этнического) и бытового танцев. Особенности терминологии современного танца.

**Практика.** Изучение основного положения корпуса, необходимого для данного танцевального стиля: положение коллапс. Изучение основных позиций рук: нейтральное или подготовительное, press-position, первая позиция, вторая позиция, третья позиция. Аналогия и различие этих позиций с классическим танцем аут-позиция. Jerk position. Изучение разновидностей положения рук: V-положения, А-, Б-, В-положения. Перевод рук в различные позиции и положения. Изучение позиций ног в положении «стоя» (по системе Г. Джордано): первая позиция, три варианта: параллельное положение, аут-позиция, ин-позиция. Вторая позиция, три варианта: параллельное положение, аут-позиция, ин-позиция. Третья позиция, один вариант: аналогичен классической 3-ей позиции. Четвертая позиция, два варианта: аут-позиция и параллельное положение. Пятая позиция, два варианта: аут-позиция и параллельное положение. Изучение положений отдельных частей ног: положения point и flex в движениях catchstep, prance, kick. Изучение позиций ног в положении «сидя».

#### **Тема 9. Упражнения у станка.**

**Теория.** Задачи и цели упражнения у станка. Методика построения упражнений у станка. Базовые движения составляющие комбинации упражнений у станка. Последовательность движений и логика построения комбинаций.

**Практика.** Изучение базовых движений: Stretch – в области ахила, бедер и позвоночника (лицом к станку). Contract-release pelvis позвоночника и наклон корпуса вперед (лицом к станку). Contract-release корпуса и наклон вперед. Plié: demi-plié contract-release корпуса; grand-plié contract-release (лицом к станку); grand-plié с волнообразным перевиванием (лицом к станку); demi-plié relevé с отклонением корпуса назад – диагональ. Battements tendus: point-flex; с последующим twist, верха корпуса и accent бедра опорной ноги (вперед, в сторону); heeldrop-bounce (назад). Battement tendu jeté piqué. Swing balancoire (вперед-назад). Battement fondu в координации с движением рук. Battement développé point-flex. Battements développés через passé contract. Kick. Kick ballchange. Pelvis stretch (лицом к станку).

#### **Тема 10. Стили современных клубных танцев.**

**Теория.** Клубные танцы второй пол. XX в. Многообразие видов и жанров, влияние на их возникновение социально-культурных процессов. Взаимосвязь и взаимовлияние клубного танца с профессиональной хореографией, популярными музыкальными течениями, модой, стилем жизни. Стель, манера и техника молодежных танцевальных направлений.

**Практика.** Практическое изучение элементов современных клубных танцев: импровизационные, парные, массовые, молодежные (уличные) направления, характерные (этнические), «диско», «рок», «фанк», «реп». Знакомство с акробатическими, трюковыми техниками Street dance, Спортивными элементами борьбы, гимнастики как основы молодежных танцевальных стилей.

#### **Тема 11. Постановочная работа.**

**Теория.** Танцевальные комбинации на развитие пластических ритмов в соединении с динамикой сценического пространства. Сочинение танцевальных этюдов. Цели и задачи этюдной работы. Композиционное построение сольного, массового танцевального этюда. Тема, жанры, стиль, характер будущей хореографической композиции. Музыкальный материал и его ритмо-темповая структура. Понятие музыкальной и танцевальной полиритмики. Сочинение хореографического текста. Возможность синтеза с лексикой классического танца, народного танца и популярных «уличных» направлений. Влияние особенностей модерн джаз-танца на танцевальную композицию.

**Практика.** Сочинение сольных, парно-массовых композиций. Разучивание хореографического текста. Исполнение этюдов. Анализ композиционного построения, технического мастерства и выразительности исполнения. Корректировка хореографического этюда.

#### **Тема 12. Конкурсно-концертная деятельность.**

**Теория.** Навыки выступления перед аудиторией. Оценка своего исполнения. Ответственность каждого за успех коллектива. Премьера песни и её значение в дальнейшей работе. Повторное выступление как импровизация.

**Практика.** Анализ видеозаписей лучших исполнителей эстрадной хореографии, их исполнительского мастерства, просмотр и прослушивание лучших исполнений всемирно известных постановок мюзиклов. Анализ лучших работ хореографов в этой области. Подготовка исполнителей к самостоятельным работам. Индивидуальные и групповые выступления на мероприятиях различного уровня. Участие в концертных программах, мюзиклах, музыкальных спектаклях, конкурсах, фестивалях Оренбуржья, России.

#### **Тема 13. Итоговое занятие.**

Исполнение фрагмента танца в концертном выступлении с последующей оценкой педагогов в конце первого и второго полугодия (второй составляющей после техники исполнения вокально-хореографического номера является создание полноценного художественного образа учащегося на основе выбранного сценического костюма).

## Учебно-тематический план 6 года обучения

### Модуль «Контемпорари джаз-танец»

| № п/п | Темы разделов                                               | Кол-во теорет. часов | Кол-во практ. часов | Общее кол-во часов | Формы аттестации/контроля                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------|-------------------------------------------------------------|----------------------|---------------------|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.    | Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.        | -                    | 1                   | 1                  | Игра на сплочение «Прорвись в круг».                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 2.    | Знакомство с теорией контемпорари джаз-танца.               | 4                    | 4                   | 8                  | Обобщающая беседа на тему: контемпорари джаз-танец сочетает в себе элементы и лексические движения балета, модерн-танца и джаз-танца, использует все их хореографические приемы.                                                                                                                                                                                    |
| 3.    | Анатомические принципы контемпорари джаз-танца.             | 6                    | 10                  | 16                 | Контрольное занятие по итогам работы с дыханием и ритмом движения. Тест по изучению техники базовых поддержек с партнером. Итоговое занятие «Приёмы сенсорного и кинетического осознания себя (работа с пространством, дыханием, эмоциями, качеством движений, правильному выстраиванию своего тела).                                                               |
| 4.    | Освоение базовых навыков и понятий контемпорари джаз-танца. | 6                    | 12                  | 18                 | Контрольное занятие по оценке выполнения упражнений (скручивание позвоночника из положения стоя (Roll down) и обратно (Roll up). Положения и позиции тела: поза эмбриона, положение Х, параллельная позиция, small ball, fours position, «собака»).                                                                                                                 |
| 5.    | Изучение техники движения в партере.                        | 6                    | 14                  | 20                 | Контрольное занятие по оценке выполнения базовых перемещений на полу (в партере): движение от ноги и руки (спираль), банан, движение через колени, отталкивание (crawling) на спине и на животе, улитка (snail), спираль из положения сидя. Упражнения на ощущение связи «голова-копчик». Упражнение «слайд» («скольжение») из вертикального положения (с разбега). |

|     |                                                    |   |    |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----|----------------------------------------------------|---|----|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 6.  | Экзерсис.                                          | 6 | 14 | 20 | Итоговое занятие/зачет по проверке выполнения основных понятий темы: перекаты, положения upside down, fours position, экзерсиса на середине, развитие ощущения пространства, координировать свои движения с движениями других учащихся. Принципы неразрывного и связанного движения. Остановка в пространстве.                                                    |
| 7.  | Выстраивание позвоночника.                         | 6 | 14 | 20 | Сдача теста по оценке выполнения движений: наклоны торса; изгибы торса; спирали; body roll (волна); contraction, release, high release; tilt, lay out.                                                                                                                                                                                                            |
| 8.  | Основные принципы философии движения контемпорари. | 8 | 12 | 20 | Проведение тестирования по результатам психологической подготовки к танцевальному будущему, способах выражения своих внутренних переживаний, радости, печали, боли, даже боязни танца, развитии способностей поразить зрителей своим танцем. Тренинг по работе над основным принципом танцевальной философии – постоянный поиск и ощущение себя «здесь и сейчас». |
| 9.  | Импровизация.                                      | 8 | 16 | 24 | Контрольное занятие: импровизация с партнером. Импровизация «соединение двух точек в теле». Импровизация «падение и восстановление баланса». Импровизация «пустое пространство внутри тела». Импровизация «отражение».                                                                                                                                            |
| 10. | Стили современных клубных танцев.                  | 6 | 6  | 12 | Тест по анализу элементов современных клубных танцев: импровизационные, парные, массовые, молодежные (уличные) направления, характерные (этнические), «диско», «рок», «фанк», «реп».                                                                                                                                                                              |
| 11. | Постановочная работа.                              | 6 | 24 | 30 | Формирование хореографического                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

|                     |                                    |           |            |            |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------|------------------------------------|-----------|------------|------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                     |                                    |           |            |            | репертуара учебных групп. Репетиция: отработка элементов; работа над музыкальностью; развитие пластичности; синхронность в исполнении; работа над техникой танца; отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений; выразительность и эмоциональность исполнения. |
| 12.                 | Конкурсно-концертная деятельность. | 4         | 20         | 24         | Индивидуальные и групповые выступления на мероприятиях различного уровня. Участие в концертных программах, мюзиклах, музыкальных спектаклях, конкурсах, фестивалях Оренбуржья, России.                                                                                            |
| 13.                 | Итоговый концерт.                  | -         | 2          | 2          | Исполнение танца в концертном выступлении с последующей оценкой руководителей и педагогов в конце первого и второго полугодия.                                                                                                                                                    |
| <b>Всего часов:</b> |                                    | <b>68</b> | <b>148</b> | <b>216</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

## Содержание учебного плана 6 года обучения

### Модуль «Контемпорари джаз-танец»

#### Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.

**Практика.** Правила поведения в учебном кабинете. Знакомство учащихся с изучаемым предметом – основами контемпорари джаз-танца в «Мега данс», постановка целей и задач обучения. Инструктаж родителей по охране труда учащихся на занятии. Правила поведения за кулисами и около сцены, в ходе конкурсного выступления на сцене, в поездке за пределы города и России. Игра «Прорвись в круг» (учащиеся группы берутся за руки и образуют замкнутый круг. Предварительно ведущий по итогам прошедших занятий определяет для себя, кто из членов группы чувствует себя менее всего включенным в группу, и предлагает ему первым начать упражнение, то есть прорвать круги проникнуть в него. Тоже самое может проделать каждый участник).

#### Тема 2. Знакомство с теорией контемпорари джаз-танца.

**Теория.** История развития модерн-джаз танца. Место контемпорари джаз-танец в современном хореографическом искусстве. Значение использования контемпорари джаз-танца балетмейстерами, хореографами-постановщиками при реализации своих творческих амбиций, идей, поисков, замыслов. Знакомство с базовыми понятиями танца contemporary джаз-танца.

Понятия гравитации, веса и центра тела и навыки использования их в движении. Понятия баланса, импульса к движению, падения, динамике и ритме движения (приложение № 6).

**Практика.** Просмотр «Презентация о новом направлении в современной хореографии - контемпорари джаз-танец». Просмотр видеофрагментов всемирно известных мюзиклов («Chikago», «Notre Dame de Paris»), выступлений Марты Грэм, Лестера Хортон. Беседа об основных понятиях contemporary джаз-танца. Обобщающая беседа на тему: контемпорари джаз-танец сочетает в себе элементы и лексические движения балета, модерн-танца и джаз-танца, использует все их хореографические приемы.

### **Тема 3. Анатомические принципы контемпорари джаз-танца.**

**Теория.** Понятие об анатомическом строении суставов и мышц. Понятия о кинесфере (границах тела). Базовые понятия о биомеханике движений. Понятие о качестве движения (амплитуда, скорость, мышечное чувство, contemporary (введение техники прыжков в комбинации движений). Понятия о технике присутствия и осознанности. Правила безопасности при исполнении contemporary, различные техники контемпорари. Понятие о трех уровнях тела: скелет, мышцы и кожа.

**Практика.** Беседа на тему «Контемпорари – интеллектуальный танец» (это направление требует понимания и осознания того, как тело устроено, как оно движется, как поддержать и направить возникнувший импульс). Работа с дыханием и ритмом движения. Изучение техники базовых поддержек с партнером. Освоение приёмов сенсорного и кинетического осознания себя (работа с пространством, дыханием, эмоциями, качеством движений, правильному выстраиванию своего тела). Знакомство с различными методиками контемпорари. Техника Александра (внимание правильной осанке и структуре тела). Метод Фельденкрайза основан на системе комплексной работы с телом. Соматикс Томаса Ханна (концепция осознанности и взаимодействия тела и разума). Система Рудольфа Лабана построена на понимании, наблюдении, описании и нотации всех форм движения. Техника Марты Грэм (работа с брюшной полостью и тазом). Техника Мерса Каннингэма (архитектура тела в пространстве, построение линии силы, дающей легкое и естественное движение). Техника релиз строится на использовании только тех мышц, которые необходимы в данный момент, остальные должны быть освобождены, эта техника помогает почувствовать свое тело, понять его и наполнить хореографическую лексику танцовщика. Техника Хампри-Уэдмана построена на исследованиях использования силы и энергии, на работе с весом. Техника Хосе Лимона основана на учениях Хампри-Уэдмана, используется движение дыхания через тело, перенос веса из одной части тела в другую.

### **Тема 4. Освоение базовых навыков и понятий контемпорари джаз-танца.**

**Теория.** Понятия гравитация, баланс, «расслабленное» движение. Знакомство и изучение комплекса основных положений тела в партере и стоя (правильное распределение веса тела и направление действия силы тяжести по отношению к центру тела). Основные позиции ног. Значение базовых движений на полу.

**Практика.** Повторение ранее пройденного материала других программ комплексной программы школа-студия. Скручивание позвоночника из положения стоя (Roll down) и обратно (Roll up). Положения и позиции тела: поза эмбриона, положение X, параллельная позиция, small ball, fours position, «собака». Изучение базовых движений на полу для ощущения связанности центра и конечностей тела (скручивания (спирали), перевороты (со спины на живот и обратно), движения конечностей по направлению к центру и от центра тела). Изучение перемещения на полу (перекаты - rolling и отталкивание- crawling). Изучение основных способов смены положения в партере в положение сидя и обратно; из положения сидя в положение стоя и обратно). Дать представление о правильном вертикальном положении тела. Почувствовать вес тела и гравитацию. Комбинация направленная на общий разогрев тела (пример: 4 счета - roll down, 4 счета - small ball, 4 - выход в fours position, 4 счета «положение собаки», 4 счета волна вперед от копчика и волна назад, 8 счетов - растяжка в положении roll down. 4 счета roll up).

#### **Тема 5. Изучение техники движения в партере.**

**Теория.** Движение swing. Понятие комбинаций, основных положений и движений в партере. Значение базовых перемещений на полу. Знакомство с понятием «импульс» и «динамика» движения (смена вертикального уровня из положения лежа с использованием веса тела). Знакомство с базовыми упражнениями из серии body work.

**Практика.** Работа с пространством: ходьба, бег лицом и спиной (броуновское движение). Смена вертикального уровня (из положения стоя на пол и обратно) на 8, 4, 2, 1 счет. Изучение движение swing (раскачивание) стоя и на полу. Продолжение изучения базовых перемещений на полу (в партере): движение от ноги и руки (спираль), банан, движение через колени, отталкивание (crawling) на спине и на животе, улитка (snail), спираль из положения сидя. Упражнения на ощущение связи «голова-копчик». Упражнение «слайд» («скольжение») из вертикального положения (с разбега). Упражнения с партнером на удержание точки контакта и развитие ощущения центра тела. Знакомство с базовым принципом contemporary – движением вне баланса (off-balance). Выполнение комплекса body work (работа с партнером для расслабления и снятия телесных зажимов и блоков). Продолжение освоение техники работы в партере (увеличение темпа и добавление новых элементов в комбинации движений). Усложнение упражнений в партере (ось тела и центр тела, X, дуга, параллельная позиция, fours position). Базовые движения на полу на одном месте: переворот от руки или от ноги (чувствовать связь частей тела), открытая и закрытая позиция (движение внутрь и наружу, менять положение через положение X),

движение внутрь и баланс на боку, переход через колени и уход в пол, движение со спины на живот, рука проходит под телом, свинги на полу (на спине, на боку). Базовые движения на полу со сменой уровня: выход в вертикальное положение, используя импульс и вес тела, комбинация на полу (в партере), включающая основные элементы. По мере совершенствования техники добавляются новые движения, увеличивается темп и амплитуда движения (направо и налево).

### **Тема 6. Экзерсис.**

**Теория.** Принципы ведения и следования (работа с партнером). Знакомство с техникой безопасности при выполнении технически сложных элементов с партнером. Понятия перекаты, положения upside down, fours position, экзерсиса на середине, развитие ощущения пространства, координировать свои движения с движениями других учащихся. Принципы неразрывного и связанного движения. Остановка в пространстве. Значение внимания в процессе смена ритма, динамики, связанности движений, использовании пространства (изменение направления и уровня движения).

**Практика.** Введение новых элементов в экзерсис на полу (в партере): перекатов через плечо назад и вперед. Знакомство с положениями upside down (вниз головой) с опорой на плечо и выходом в стойку на руках. Упражнения с партнером: перенос веса тела на партнера в положение fours position. Принципы движения на пол и обратно с помощью партнера. Изучения экзерсиса на середине: battements tendus, demi plies, rond de jambe par terre (структура классического экзерсиса) в технике contemporary. Вращение в пол (ведение техники поворотов и вращений в упражнения. Упражнения для развития ощущения пространства (ходьба и бег спиной, лицом, меняя направление, заполнять пустое пространство, комбинировать ходьбу и бег с элементами движений - падения, прыжок, контакт). Растяжка задней поверхности спины в положении roll down. Повторение основных элементов классического экзерсиса, изученных ранее (plies, battements tendu, rond-de-jambe, adagio) в технике танца contemporary. Выполнение танцевальной комбинации, включающей изученные элементы техники.

### **Тема 7. Выстраивание позвоночника.**

**Теория.** Специфика контемпорари джаз-танца - движение тела целиком, без изоляции отдельных центров. Основа техники – подвижность позвоночника во всех его отделах. Виды движений: наклоны торса; изгибы торса; спирали; body roll (волна); contraction, release, high release; tilt, lay out.

**Практика.** Техника исполнения: 1. Flat back (плоская спина), или table top (поверхность стола). 2. Deep body bend - глубокий наклон вперед, ниже, чем на 90°. 3. Side stretch. Наклон в сторону, при котором грудная клетка изгибается. Комбинации: flat back может выполняться крестом, квадратом, flat back в сторону может быть переведен без изменения высоты во flat back по диагонали. Техника исполнения: 1. Curve (керф). 2. Arch - арка. 3. Twist торса. 4. Roll down и roll up. Комбинации. Твистовые изгибы могут комбинироваться с движениями ног: demi - и grand pile, releue, battemente

tendu, rond de jambe par terre. Спирали - движения, развивающие подвижность позвоночника в тазобедренном суставе. Body go (волна) - несколько центров последовательно включаются в движение по принципу управления, один за другим и демонстрация волны всего тела.

### **Тема 8. Основные принципы философии движения контемпорари.**

**Теория.** Контемпорари, как способ познать себя (психологический аспект танца), танцевальная философия, методика жизни. Смысл постоянного движения, импровизации. Связь окружающего мира, людей с танцем, осознанием себя в пространстве вокруг учащихся.

**Практика.** Беседа с учащимися о психологической подготовке к танцевальному будущему, о способах выражения своих внутренних переживаний, радости, печали, боли, даже боязни танца, развитии способностей поразить зрителей своим танцем. Работа над основным принципом танцевальной философии – постоянный поиск и ощущение себя «здесь и сейчас». Упражнения на самостоятельное выделение учащимися характерных признаков джаз-танца: ритмичность, динамика, колоритность, совершенная свобода и координация всех частей тела, импульсная техника, возможность импровизации. Комплекс упражнений: овладение принципом расслабленного движения, при отсутствии

излишнего напряжения мышц; овладение навыком целостного движения через ощущение связанности частей тела через центр и включенности позвоночника в движение; развитие полноценного движения в суставах тела («разблокировка» суставов тела); овладение принципом координации дыхания и движения. Движение сквозь пространство в партере. Упражнение in and out (внутри и наружу) спираль от ноги, от руки, от центра. Переход через колени. Упражнение snake. Слайд на полу. Растяжка на полу. Переворот через спину и выход положение push up. Выход в стойку на руках cross floor, смена уровня в продвижении (бег и слайд в пол) .

### **Тема 9. Импровизация.**

**Теория.** Основная цель импровизации. Значение избавления от стереотипных паттернов движения. Смысл приобретения навыков научиться чувствовать импульсы, возникающие в теле и проявлять их в движении. Импровизация как представление о различном качестве движения, развитие способности чувствовать партнера и пространство. Взаимосвязь используемых приемов импровизации и поставленной конкретной танцевальной задачи. Чувство гравитации. Смена динамики движения. Различие импровизации и методов исследования движения «вглубь» (movement exploration) путем его многократного повторения с целью нахождения нового качества.

**Практика.** Подбор с учащимися тем импровизации на сцене. Различные задания на импровизацию как средство создания хореографического материала. Импровизация в группе, в паре и соло-импровизация. Импровизация с партнером (передача импульса через прикосновение). Импровизация «соединение двух точек в теле».

Импровизация «падение и восстановление баланса». Импровизация «пустое пространство внутри тела». Импровизация «отражение» (следование или сопротивление партнеру). Импровизация на полу, пересекая пространство по трем уровням. Инициировать движение от разных частей тела (смена динамики, сопротивление и стремление к чувству гравитации). Усложнение заданий на импровизацию (удержание внимания на двух и более предметах). Повторение и закрепление разученных ранее элементов и положений тела в связках и комбинацией.

#### **Тема 10. Стили современных клубных танцев.**

**Теория.** Клубные танцы второй пол. XX в. Многообразие видов и жанров, влияние на их возникновение социально-культурных процессов. Взаимосвязь и взаимовлияние клубного танца с профессиональной хореографией, популярными музыкальными течениями, модой, стилем жизни. Стель, манера и техника молодежных танцевальных направлений.

**Практика.** Практическое изучение элементов современных клубных танцев: импровизационные, парные, массовые, молодежные (уличные) направления, характерные (этнические), «диско», «рок», «фанк», «реп». Знакомство с акробатическими, трюковыми техниками Street dance, Спортивными элементами борьбы, гимнастики как основы молодежных танцевальных стилей.

#### **Тема 11. Постановочная работа.**

**Теория.** Танцевальные комбинации на развитие пластических ритмов в соединении с динамикой сценического пространства. Сочинение танцевальных этюдов. Цели и задачи этюдной работы. Композиционное построение сольного, массового танцевального этюда. Тема, жанры, стиль, характер будущей хореографической композиции. Музыкальный материал и его ритмо-темповая структура. Понятие музыкальной и танцевальной полиритмики. Сочинение хореографического текста. Возможность синтеза с лексикой классического танца, народного танца и популярных «уличных» направлений. Влияние особенностей модерн джаз-танца на танцевальную композицию.

**Практика.** Постановка и сочинение сольных, парно-массовых композиций строится на основе ранее изученного материала классического танца, народно-сценического танца и современного танца. Через овладение комплексом танцевальных дисциплин, создаются условия для раскрытия творческого потенциала обучающихся, творческой свободы при постановках концертных номеров в стиле контемпорари. Разучивание хореографического текста. Исполнение этюдов. Анализ композиционного построения, технического мастерства и выразительности исполнения. Корректировка хореографического этюда.

#### **Тема 12. Конкурсно-концертная деятельность.**

**Теория.** Навыки выступления перед аудиторией. Оценка своего исполнения. Ответственность каждого за успех коллектива. Премьера песни и её значение в дальнейшей работе. Повторное выступление как

импровизация. Процесс подготовки концертных номеров - формирует у учащихся исполнительские умения и навыки в различных жанрах и направлениях танцевального творчества, знакомит с сущностью, выразительностью и содержательностью исполнительского искусства, способствует выявлению творческого потенциала и индивидуальности каждого учащегося, включая в работу физический, интеллектуальный и эмоциональный аппарат ребенка.

**Практика.** Анализ видеозаписей лучших исполнителей эстрадной хореографии, их исполнительского мастерства, просмотр и прослушивание лучших исполнений всемирно известных постановок мюзиклов. Анализ лучших работ хореографических постановок. На применяются знания, умения, навыки, приобретенные учащимися ранее на занятиях классического танца, народно-сценического танца и модерн-джаз танца. Большое внимание в образовательном процессе уделяется совершенствованию координации, манеры исполнения, отработке техники движений, обладанию ответственности при выступлении на любой сцене. Предполагается дальнейшее развитие у учащихся умения подчеркнуть свою индивидуальность при исполнении сольных партий, умения работать в ансамбле с другими исполнителями, формирование навыков сотворчества с педагогом при постановке новых танцев. Индивидуальные и групповые выступления на мероприятиях различного уровня. Участие в концертных программах, мюзиклах, музыкальных спектаклях, конкурсах, фестивалях Оренбуржья, России.

### **Тема 13. Итоговый концерт.**

Исполнение фрагмента танца в концертном выступлении с последующей оценкой руководителей и педагогов школы-студии в конце первого и второго полугодия (второй составляющей после техники исполнения вокально-хореографического номера является создание полноценного художественного образа учащегося на основе выбранного сценического костюма).

### **Планируемые результаты по годам обучения**

**Результатами 1 года обучения (6 лет) являются следующие целевые ориентиры:**

- сформировано уважительное отношение к своей семье и к сообществу детей и взрослых;
- сформированы основы безопасного поведения в быту, социуме, обществе;
- сформированы навыки проявления инициативы и самостоятельности;
- сформированы навыки проявления эмоциональной отзывчивости;
- сформирована готовность к совместной деятельности со сверстниками и взрослыми;
- сформированы первичные представления о себе и других людях, окружающем мире;

- сформированы первичные представления о малой родине, об отечественных традициях и праздниках;
- владеет техникой хореографического движения (знать основные позиции рук и ног, правила выворотности, гибкости корпуса, осанки, ориентироваться в пространстве, двигаться согласно характеру музыки, держать темп);
- проявляет интерес к занятиям;
- имеет первоначальные навыки выступления (достаточно уверенно держаться и двигаться на сцене);
- имеет стремление к успешности в процессе обучения хореографии (достижение определенных результатов – участие в конкурсе).

#### **Личностные (7-8 лет):**

- сформированы основы российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою страну;
- развита самостоятельность и личная ответственность за свои поступки;
- сформировано уважительное отношение к иному мнению, истории и культуре других народов;
- сформирована широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
- развиты этические чувства, доброжелательность, отзывчивость;

#### **Метапредметные (7-8 лет):**

- сформированы умения планировать, контролировать и оценивать выполнение действий;
- сформированы умения понимать причины успеха/неуспеха деятельности;
- владеет логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, классификации;
- развиты умения ориентации на разнообразие способов решения задач;
- развиты умения определять наиболее эффективные способы достижения результата;

#### **Предметные (7-8 лет):**

- владеет техникой хореографического движения (основные позиции рук и ног, правила выворотности, гибкости корпуса, осанки, ориентироваться в пространстве, двигаться согласно характеру музыки, держать темп);
- знает точки зала, выполняет самостоятельное перестроение в соответствие с заданием, знает примеры детских постановок в рамках хореографического искусства;
- владеет навыками художественной выразительности исполнения танца (раскрытие художественного содержания, правила вхождения в образ, различать различные характеры музыки);
- проявляет интерес к занятиям;
- имеет первоначальные навыки выступления (достаточно уверенно держаться и двигаться на сцене);

- имеет стремление к успешности в процессе обучения хореографии (достижение определенных результатов – участие в конкурсе).

**По окончании 2 года обучения по программе учащимися будут достигнуты следующие результаты:**

**Личностные:**

- развита самостоятельность и личная ответственность за свои поступки;
- сформировано уважительное отношение к иному мнению, истории и культуре других народов;
- сформирована широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
- развиты этические чувства, доброжелательность, отзывчивость;
- сформированы основы российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою страну;
- сформированы эстетические потребности, ценности и чувства;
- развиты навыки взаимодействия и сотрудничества со сверстниками и взрослыми людьми;
- развиты основы экологической культуры;
- сформированы установки на здоровый образ жизни и начальные навыки адаптации в социуме;

**Метапредметные:**

- сформированы умения планировать, контролировать и оценивать выполнение действий;
- сформированы умения понимать причины успеха/неуспеха деятельности;
- сформированы базовые предметные и межпредметные понятия;
- развиты умения ориентации на разнообразие способов решения задач;

**Предметные:**

- владеют навыками детского танцевального исполнительства (правильно исполняет разученные комбинации и танцы, четко определяет на слух начало и окончание музыкальной фразы, управляет координацией движений, владеет чувством ритма и темпа, ориентируется в пространстве);
- знает точки зала, умеет выполнять самостоятельное перестроение в соответствие с заданием;
- знает примеры детских постановок в рамках хореографического искусства;
- владеет навыками художественной выразительности исполнения танца (раскрытие художественного содержания, правила вхождения в образ, различать различные характеры музыки);
- знают и соблюдают основные правила техники безопасности на занятии, поведения за кулисами и около сцены, в ходе конкурсного выступления на сцене, в поездке за пределы города и России.

**По окончании 3 года обучения по программе учащимися будут достигнуты следующие результаты:**

**Личностные:**

- развита самостоятельность и личная ответственность за свои поступки;
- сформировано уважительное отношение к иному мнению, истории и культуре других народов;
- сформирована широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
- развиты этические чувства, доброжелательность, отзывчивость;

#### **Метапредметные:**

- развиты умения определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- развиты умения и навыки решения проблем творческого и поискового характера;
- развиты умения определять общую цель и пути ее достижения; умения договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;
- умеют осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- развито умение конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов разных сторон.

#### **Предметные:**

- владеют техникой классического хореографического движения (освоение и совершенствование основных пяти позиций ног, трех основных позиций рук, корпуса, формирование выворотности; укрепление общего физического состояния; ознакомление с профессиональной терминологией);
- владеют навыками художественной выразительности исполнения танца (применять пластику для выражения танцевального образа, использование приемов создания художественного образа, первоначальные знания о законах сценического движения, общая хореографическая культура учащихся);
- грамотно используют современные технические средства концертной деятельности (точки сцены, фонограмма, костюм, общий образ исполнителя, связь со зрителем);
- имеют навыки выступления (подготовка к концертной деятельности учащихся, создающих индивидуальный и коллективный репертуары).

**По окончании 4 года обучения по программе учащимися будут достигнуты следующие результаты:**

#### **Личностные:**

- развиты чувства патриотизма, уважения к Отечеству;
- сформирована готовность и способность к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- сформировано целостное мировоззрение;
- сформированы ценности здорового и безопасного образа жизни;
- сформированы коммуникативные компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми младшего и старшего школьного возраста, взрослыми;

- сформированы основы хореографической культуры и актерского мастерства;

#### **Метапредметные результаты:**

- развито умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и
- сформировано умение понимать причины успеха/неуспеха деятельности;
- развито умение ориентации на разнообразие способов решения задач;
- развито умение определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- развиты умения и навыки решения проблем творческого и поискового характера;
- развито умение конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов разных сторон;

#### **Предметные:**

- владеют техникой танцевального исполнительства (знать основные позиции и положения рук и ног, положение головы и корпуса, элементы народного танца, освоение их на «середине», грамотно выполнять экзерсис у станка);
- владеют навыками художественной выразительности (исполнение движений народного танца с сохранением характера музыки, грамотно, выразительно раскрывать художественное содержание, создавать музыкально-хореографический образ).
- владеют техникой народного танца (знать движения, ходы, проходки, верчения, сценические движения на середине зала, у станка с силовой нагрузкой, в движении по диагонали);
- владеют навыками танцевального исполнительства (уметь танцевать в паре, владеть корпусом, движением рук, головы, иметь культуру выразительного исполнения танцев и комбинаций, способность исполнять трюковые движения мужского и женского танца);
- владеют средствами исполнительской выразительности (выражение танцевального образа, использование приемов создания художественного образа);
- импровизируют 1-2 минуты, используя знания о детских постановках в рамках хореографического искусства, имеют собственные хореографические предпочтения (оценочное музыкальное мышление на основе элементарных знаний истории хореографического искусства).

**По окончании 5 года обучения по программе учащимися будут достигнуты следующие результаты:**

#### **Личностные:**

- сформированы ценности здорового и безопасного образа жизни;
- сформированы нравственные чувства и нравственное поведение, осознанное и ответственное отношение к собственным поступкам;
- сформирован высокий уровень мотивации к успешности (активно участвовать и побеждать в концертной деятельности: индивидуальные и

групповые выступления в концертных программах, музыкальных спектаклях, конкурсах, фестивалях Оренбуржья, России);

#### **Метапредметные:**

- развито умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- сформированы навыки познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыки разрешения проблем; способности и готовности к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;
- сформировано умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность со сверстниками; разрешать конфликты;

#### **Предметные:**

- имеют представление об авторах и исполнителях музыкальных направлений (блюз, джаз, кантри, рок-н-ролл, рок, поп, рэп, хип-хоп, R&B);
- знают основные позиции и техники модерн-джаз танца (дыхание, положения рук, ног, головы, джаз – шаги, экзерсис в технике isolation, levels change, уровни стоя, сидя, лежа);
- владеют движением изолированных центров, упражнениями stretch-характера, акробатическими элементами (колесо, большой мостик, кувырки, перекаты), владеть квадратом и крестом во время изоляции);
- имеют достаточный уровень подвижности позвоночника (body roll);
- знают историю развития модерн-джаз танца, истоки джазового танца и формирования системы модерн танца, владеют достаточным уровнем культуры исполнения модерн-джаз танца, активным, творческим отношением к жизни, самостоятельности и инициативности;
- обучение технике хореографического движения модерн-джаз танца (место движения, правила его исполнения и вариативность в системе экзерсиса джаз-танца);
- освоение основных принципов модерн-джаз танца (полицентрика, правильное дыхание, навыки сольной и контрактной импровизации в постановках этюдов и композиций).

**По окончании 6 года обучения по программе учащимися будут достигнуты следующие результаты:**

#### **Личностные:**

- сформирована готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию;
- сформировано целостное мировоззрение;
- сформированы собственные предпочтения и художественный вкус;

#### **Метапредметные:**

- развито умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные

ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;

- сформированы навыки познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыки разрешения проблем; способности и готовности к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;

- сформировано и развито художественное мышление, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике;

**Предметные:**

- знает историю развития контемпорари джаз-танца, владеет понятийным словарем по основным темам программы;

- владеет техникой современного хореографического движения контемпорари джаз-танца (выполняет технически сложные элементы, требующие применения анатомических знаний и понимания биомеханических принципов движения тела, рисунка танца, особенностей взаимодействия с партнерами на сцене, знаний особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы, элементов и основных комбинаций, правил исполнения танцевальных комбинаций и импровизаций);

- обучен основным принципам контемпорари джаз-танца (знание средств создания образа в хореографии, соблюдение полицентрики, правильного дыхания, принципов взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств, осваивать и преодолевать технические трудности при тренаже);

- овладел комплексом специальных хореографических упражнений, способствующих развитию допрофессиональных умений и навыков, соблюдения требований к безопасности при выполнении танцевальных движений, навыков музыкально-пластического интонирования, навыков сохранения собственной физической формы.

- владеет достаточным уровнем культуры исполнения контемпорари джаз-танца, активным, творческим отношением к жизни, самостоятельности и инициативности.

## **Список литературы:**

### **Рекомендуемая литература для педагога**

1. Азаров, Ю.П. Семейная педагогика. Воспитание ребенка в любви, свободе и творчестве / Ю.П. Азаров. - М.: Эксмо, 2015. - 496 с.
2. Алиева, С.В. Социальная педагогика: Учебное пособие / А.В. Иванов, С.В. Алиева. - М.: Дашков и К, 2013. - 424 с.
3. Бабаев, В.С. Педагогика и репетиторство в классической хореографии: Учебник / В.С. Бабаев, Ф.Ф. Легуша. - СПб.: Планета Музыки, 2015. - 256 с.
4. Бабакин, Б., С. Педагогика и психология танца. Заметки хореографа: Уч. Пособие / Б. С. Бабакин, А. Э. Суслов, Ю. А. Фатыхов и др. - СПб.: Планета Музыки, 2015. - 128 с.
5. Безрукова, В.С. Педагогика: Учебное пособие / В.С. Безрукова. - Рн/Д: Феникс, 2013. - 381 с.
6. Бордовская, Н.В. Психология и педагогика: Учебник для вузов. Стандарт третьего поколения / Н.В. Бордовская, С.И. Розум.. - СПб.: Питер, 2013. - 624 с.
7. Виноградова, Н.А. Дошкольная педагогика: Учебник для бакалавров / Н.А. Виноградова, Н.В. Микляева, Ю.В. Микляева. - М.: Юрайт, 2012. - 510 с.
8. Волкова, В.Н. Педагогика народного художественного творчества: Учебник. / В.Н. Волкова. - СПб.: Планета Музыки, 2016. - 160 с.
9. Воронов, В.В. Педагогика школы: новый стандарт / В.В. Воронов. - М.: ПО России, 2012. - 288 с.
10. Галигузова, Л.Н. Дошкольная педагогика: Учебник и практикум для СПО / Л.Н. Галигузова, С.Ю. Мещерякова-Замогильная. - Люберцы: Юрайт, 2016. - 284 с.
11. Горбунов, Г.Д. Психопедагогика спорта: Учебное пособие / Г.Д. Горбунов. - М.: Советский спорт, 2014. - 328 с.
12. Григорьева, О.А. Школьная школа-студияльная педагогика: Учебное пособие / О.А. Григорьева. - СПб.: Лань, 2015. - 256 с.
13. Громкова, М.Т. Педагогика высшей школы: Учебное пособие для студентов педагогических вузов / М.Т. Громкова. - М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2012. - 447 с.
14. Гусейнова, А.С. Психология и педагогика воспитания: Как достичь гармонии в отношениях родителей и ребенка / А.С. Гусейнова. - М.: Ленанд, 2014. - 320 с.
15. Еремин, В.А. Отчаянная педагогика: организация работы с подростками / В.А. Еремин. - М.: ВЛАДОС, 2013. - 176 с.
16. Еремин, В.А. Отчаянная педагогика: организация работы с подростками / В.А. Еремин. - М.: Владос, 2014. - 176 с.
17. Есаулов, И.Г. Педагогика и репетиторство в классической хореографии: Учебник / И.Г. Есаулов. - СПб.: Лань, 2015. - 256 с.
18. Зайфферт, Д. Педагогика и психология танца. Заметки хореографа: Учебное пособие / Д. Зайфферт. - СПб.: Лань, 2015. - 128 с.
19. Зайфферт, Д. Педагогика и психология танца. Заметки хореографа:

- Учебное пособие / Д. Зайфферт. - СПб.: Планета Музыки, 2012. - 80 с.
20. Кабардов, М.К. Языковые способности: психология, психофизиология, педагогика / М.К. Кабардов. - М.: Смысл, 2013. - 400 с.
21. Карцева, Л.В. Психология и педагогика социальной работы с семьей: Учебное пособие / Л.В. Карцева. - М.: Дашков и К, 2013. - 224 с.
22. Козлова, С.А. Дошкольная педагогика: Учебник для студентов учреждений среднего профессионального образования / С.А. Козлова, Т.А. Куликова. - М.: ИЦ Академия, 2012. - 416 с.
23. Кравченко, А.И. Психология и педагогика: учебник / А.И. Кравченко. - М.: Проспект, 2015. - 400 с.
24. Липский, И.А. Социальная педагогика: Учебник для бакалавров / И.А. Липский, Л.Е. Сикорская. - М.: Дашков и К, 2014. - 280 с.
25. Липский, И.А. Социальная педагогика: Учебник для бакалавров / И.А. Липский, Л.Е. Сикорская. - М.: Дашков и К, 2016. - 280 с.
26. Мардахаев, Л.В. Социальная педагогика: Учебник для студ. высш. учеб. заведений / Л.В. Мардахаев. - М.: РГСУ, Омега-Л, 2013. - 416 с.
27. Микляева, Н.В. Дошкольная педагогика: Учебник для академического бакалавриата / Н.В. Микляева, Ю.В. Микляева, Н.А. Виноградова. - Люберцы: Юрайт, 2016. - 411 с.
28. Неменский, Б.М. Педагогика искусства. Видеть, ведать и творить: Книга для учителей общеобразовательных учреждений / Б.М. Неменский. - М.: Просв., 2012. - 240 с.
29. Орлова, Е.А. Специальная педагогика: Учебник для бакалавров / Л.В. Мардахаев, Е.А. Орлова, Д.И. Чемоданова; Под ред. Л.В. Мардахаев. - М.: Юрайт, 2012. - 447 с.
30. Павленко, Н.Н. Психология и педагогика: Учебное пособие / Н.Н. Павленко, С.О. Павлов. - М.: КноРус, 2012. - 496 с.
31. Работнов, Л.Д. Школьная школа-студияльная педагогика: Учебное пособие / Л.Д. Работнов. - СПб.: Планета Музыки, 2015. - 256 с.
32. Роготнева, А.В. Школа-студияльная педагогика в начальной школе. Поурочные разработки: методическое пособие / А.В. Роготнева. - М.: Владос, 2015. - 135 с.
33. Турченко, В.И. Дошкольная педагогика: Учебное пособие / В.И. Турченко. - М.: Флинта, МПСУ, 2013. - 256 с.
34. Цукасова, Л.В. Школа-студияльная педагогика: Принципы, заповеди, советы / Л.В. Цукасова, Л.А. Волков. - М.: КД Либроком, 2014. - 192 с.
35. Чернышова, Л.И. Психология и педагогика: Учебное пособие / Э.В. Островский, Л.И. Чернышова; Под ред. Э.В. Островский. - М.: Вузовский учебник, НИЦ ИНФРА-М, 2013. - 381 с.

#### **Рекомендуемая литература для учащихся**

1. Антропова, Л.В. Развитие выразительности в процессе обучения хореографическому искусству // Образование и общество. - 2011. - №4. - С.121-124.
2. Базарова, Н.П. Азбука классического танца. Первые три года обучения:

- учебное пособие / Н.П. Базарова, В.П. Мей. - СПб.: Лань, 2006. - 240с.
3. Барышникова, Т. Азбука хореографии. - М.: Айрис-Пресс, 2000. - 263с.
4. Белкин, А.С. Основы возрастной педагогики: учебное пособие. - М.: Академия, 2000. - 192с.
5. Белов, В.А. Особенности формирования эстетических эмоций средствами хореографического искусства // Вестник ЧГАКИ. - 2009. - №1. - С.47-50.
6. Бухвостова, Л.В. Композиция и постановка танца: учебное пособие / Л.В. Бухвостова, С.А. Щекотихина. - Орел: ОГИИК, 2002. - 160с.
7. Ерошенков, И.Н. Культурно-воспитательная деятельность с детьми и подростками [Электронный ресурс]: учебное пособие / И.Н. Ерошенков. - М.: МГУКИ, 2000. - 202с.
8. Ерошенков, И.Н. Культурно-воспитательная деятельность среди детей и подростков: учебное пособие. - М.: Владос, 2004. - 221с.
9. Заикин, Н.И. Проблемы использования местных особенностей русского народного танца при создании хореографического произведения // Традиции и новации в хореографическом образовании: материалы Международной науч. - практ. конф., г.Орел, 24-28 марта 2009г.-Орел: ОГИИК; ПФ "Оперативная полиграфия", 2009. - С.41-45.
10. Ивашковский, А.А. Хореокоррекция: теоретические и практические основы: науч. издание. - Калуга: КГПУ им. К.Э.Циолковского, 2006. - 440с.
11. Игумнова, М.А. Роль хореографии в творческом развитии детей [электронный ресурс] / М.А. Игумнова. - Режим доступа: <http://festival.1september.ru/articles/602763/>
12. Кукарин, А.В. Профессиональное мастерство как творческое отношение педагога-хореографа к своей деятельности в учреждениях дополнительного образования детей // Вестник МГУКИ. - 2009. - №1.-С.180-182.
13. Лаушкина, Р.Н. Особенности эмоционального развития ребенка / Р.Н. Лаушкина // Общество, культура, образование: проблемы и перспективы развития: материалы Всерос.(с междунар. участием) науч.-практ. конф., 19-20 марта 2009г. - Орел: ОГИИК; Оперативная полиграфия, 2009. - С.85-86.

### Мониторинг образовательного уровня обучающихся

| Подготови<br>тельный<br>уровень                                                                                                                                                                       | Начальный<br>уровень                                                                                                                                                                                                       | Уровень<br>усвоения                                                                                                                                                                                            | Уровень<br>совершенств<br>ования                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Знаниевый уровень</b> (знания, умения, навыки) <i>метод - тестирование</i>                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                        |
| Знакомств<br>о с образо-<br>вательной<br>областью                                                                                                                                                     | Владение<br>основами знаний                                                                                                                                                                                                | Овладение<br>специальными<br>ЗУНами                                                                                                                                                                            | Допрофессио<br>нальная<br>подготовка                                                                                                                                                                                   |
| <b>Мотивационный уровень</b> (мотивация к знаниям) <i>метод - анкетирование</i>                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                        |
| Неосознан<br>ный инте-рес,<br>навязанный из-<br>вне или на<br>уровне<br>любопытности.<br><br>Мотивация<br>случайная,<br>кратковременная                                                               | Интерес иногда<br>поддерживается<br>самостоятельно.<br><br>Мотивация<br>неустойчивая, связанная<br>с результативной<br>стороной процесса.                                                                                  | Интерес на<br>уровне ув-<br>лечения,<br>поддержи-вается<br>самостоятельно.<br>Устойчивая<br>мотивация.<br>Ведущий<br>мотив: добиться<br>высоких<br>результатов                                                 | Чётко<br>выраженные по-<br>требности.<br><br>Стремление<br>изучить предмет<br>глубоко как<br>будущую<br>профессию                                                                                                      |
| <b>Творческой уровень</b> <i>метод - наблюдение</i>                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                        |
| Интереса к<br>творчеству и<br>инициативу не<br>проявляет;<br>отказывается от<br>поручений и<br>заданий.<br>Производит<br>операции по<br>данному плану.<br>Нет навыков<br>самостоятельног<br>о решения | Социализация в<br>коллективе. Инициативу<br>проявляет редко.<br>Испытывает<br>потребность в<br>получении новых<br>знаний. Добросовестно<br>выполняет поручения и<br>задания. Проблемы<br>решает, но при помощи<br>педагога | Есть<br>положительный<br>эмоциональный<br>отклик на<br>успехи свои и<br>коллектива.<br>Проявляет<br>инициати-ву, но<br>не всегда.<br>Может<br>выдвинуть ин-<br>тересные идеи,<br>но час-то не<br>может оценить | Вносит<br>предложения по<br>развитию<br>деятельности<br>объединения.<br>Легко и быстро<br>увлекается<br>творческим делом.<br>Оригинальное<br>мышление, богатое<br>воображение.<br>Способен к<br>рождению новых<br>идей |

|                                                                              |                                                               |                                                  |                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| проблем                                                                      |                                                               | их и выполнить                                   |                                                           |
| <b>Уровень достижений</b> (результативность работы) <i>метод – портфолио</i> |                                                               |                                                  |                                                           |
| Пассивное участие в делах творческого объединения                            | Пассивное участие в делах творческого объединения, учреждения | Значительные результаты на уровне района, города | Значительные результаты на уровне города, области, России |

**Результаты мониторинга  
образовательного уровня обучающегося**

Фамилия, имя \_\_\_\_\_

Образовательное объединение \_\_\_\_\_

Педагог допобразования \_\_\_\_\_

| сроки             | 1-й<br>показатель<br>(знаниевый) | 2-й показатель<br>(мотивационный) | 3-й<br>показатель<br>(творческий) | 4-й<br>показатель<br>(достижений) |
|-------------------|----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|
| декабрь<br>2023 г |                                  |                                   |                                   |                                   |
| май 2024 г        |                                  |                                   |                                   |                                   |

Общий вывод \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_