

Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования
«Дворец детского творчества»

«Согласовано»
на заседании Методического
Совета МАУ ДО ДДТ
от «30» августа 2021 г.



«Утверждаю»
Директор МАУ ДО ДДТ
А.П. Колесников
2021 г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Современный танец в детском коллективе»
художественной направленности**

Возраст детей: 8 -16 лет
Срок реализации: 2 года

Разработчики:
Юрченко Е.В.,
педагог дополнительного
образования МАУ ДО
«Дворец детского
творчества»

г. Таганрог,
2021 г.

СОДЕРЖАНИЕ

АННОТАЦИЯ.....	3
ВВЕДЕНИЕ.....	4
1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ.....	5
2. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	8
2.1. Направленность и профиль дополнительной общеобразовательной программы и направление деятельности.....	8
2.2. Вид программы и её уровень.....	9
2.3. Отличительные особенности программы	9
2.4. Актуальность программы.....	9
2.5. Цель и задачи программы.....	10
2.6. Адресат программы.....	11
2.7. Объем программы.....	11
2.8. Формы организации образовательного процесса, виды занятий и режим занятий.....	12
2.9. Ожидаемые результаты по уровням, разделам и темам программы и способы определения их результативности.....	12
2.10. Формы подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.....	13
3. УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН.....	13
3.1. Учебно-тематический план (1-й год обучения).....	13
3.2. Учебно-тематический план (2-й год обучения).....	14
4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	15
4.1. Содержание программы (1-й год обучения).....	15
4.2. Содержание программы (2-й год обучения).....	18
5. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ	24
5.1. Календарно-тематическое планирование (1-й год обучения).....	24
5.2. Календарно-тематическое планирование (2-й год обучения).....	30
6. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.....	37
6.1. Методические сопровождение программы.....	37
6.2. Диагностические материалы.....	39
6.3. Дидактические материалы.....	39
7. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	39
7.1.Список использованной литературы.....	39
7.2. Список литературы для педагогов.....	39
7.3. Список литературы для обучающихся.....	40
7.4. Список литературы для родителей.....	40
7.5. Список интернет-ресурсов.....	40
7.6. Список интернет-ресурсов для обучающихся ансамбля современного эстрадного танца «Аврора» в дистанционном режиме обучения	40

АННОТАЦИЯ

Программа «Современный танец в детском коллективе» разработана на основе и с учётом федеральных государственных требований к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе в области хореографического искусства «Хореографическое творчество».

Программа направлена на предоставление возможности ребёнку выразить себя в танце, развитие умения добиваться творческого выражения эмоций через пластику. Она изменена с учетом особенностей организации и формирования групп детей, программа модифицированная.

Программа рассчитана на 2 года обучения и имеет базовый уровень.

Цель программы – создание условий для обучения детей основам хореографии, формирования навыков выполнения танцевальных упражнений, а также воспитание у обучающихся чувства коллективизма, способности к продуктивному творческому общению.

Программа «Современный танец в детском коллективе» является синтезом видов и форм хореографического обучения, создание интегрированной модели обучения: (джазовый танец, танец модерн, классический танец, ритмика, растяжка), акцент ставится на изучение современной хореографии. В ней выделены 3 основных раздела:

Раздел 1. «Учебно-тренировочная работа»;

Раздел 2. «Сценическое движение»;

Раздел 3. «Мероприятия воспитательного характера».

Особенность программы состоит в том, что большая часть занятия, на первом году обучения, опирается на партерный экзерсис и также предусмотрен отдельный блок сценическое движение, в котором по годам обучения расположены блоки: актерское мастерство и творческая деятельность.

Занятия проводятся 3 раза по 4 часов в неделю – первый год обучения.

3 раза по 5 часов в неделю – второй год обучения.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современный танец в детском коллективе» реализуется посредством очной формы обучения или в очной форме с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий».

ВВЕДЕНИЕ

Современный танец — это зрелищное представление, вызывающее огромный интерес у молодого поколения. В данном виде искусства лаконично соединены в одно целое многообразие танцевальных стилей и элементы сценических трюков.

Как известно, двигательные навыки человека формируются и развиваются с первых дней его жизни: вначале ребенок учится ходить, затем бегать, прыгать и т.д. Любое движение представляет собой рефлекс, и на овладение любым танцевальным движением требуется время. Таким образом, танцевально-двигательный навык вырабатывается не сразу, а постепенно и процесс усвоения материала предполагает поэтапность с учетом возрастных особенностей.

Множество исследований показали, что применяя наши когнитивные возможности, мы развиваем наш интеллект. Сотни оценок и решений, принимаемых в доли секунды во время импровизационного танца — неплохая умственная тренировка! И она, кстати, помогает нам со временем сохранять и оттачивать наше мышление.

Свободный современный танец (также пластический, ритмопластический) — возникшее в начале XX века движение за освобождение от конвенциональности прежнего балетного театра и слияние танца с жизнью. Свободный танец стоял у истоков танца XX века; в нем были сформулированы принципы, на которых отчасти основывались танец модерн и джаз-модерн, контемпорари/contemporary, и даже буюто и контактная импровизация.

Создателей свободного танца объединяло не только желание превратить его в высокое искусство, имеющее равный статус с музыкой или живописью, но и особое мировоззрение. Все они в той или иной степени восприняли идею Ницше о танце как метафоре свободы и танцоре как воплощении раскрепощенного и творческого духа. Для основателей свободного танца танец стал особой философией, от которой они ожидали трансформации жизни.

Одним из идейных источников свободного танца стало движение за физическое совершенствование, раскрепощение тела. Его сторонники искали источник возрождения в природе, призывали к естественности, освобождению человека от требований, налагаемых на него современной цивилизацией.

Нестандартность, изящность и своеобразность современных танцев привлекает к себе внимание множество людей с разными интересами, разным родом занятий. Современному танцу свойственна сиюминутность, а также в нем постоянно присутствует импровизация. Большое внимание в нем уделяется ритму, движению и форме фигур. Современный танец это прекрасное и завораживающее зрелище. Но как оказывается, современный танец не только красив и интересен для зрителя, но и полезен для самого танцовщика. Люди, которые регулярно занимаются современными танцами, становятся стройнее и прекраснее. Поскольку танцы, это те же самые физические нагрузки под определенный ритм музыки, то разрабатываются группы мышц, отвечающие за то или иное движение, укрепляются органы дыхания и сердце, повышается выносливость организма.

Также занятия современными танцами, помогают развитию красивой осанки. Человек, который танцует, обладает стройной осанкой. Занятиями танцами также развивают отличную координацию, быстроту реакции и гибкость тела. Любого танцора легко отличить в толпе, его выделяет отличное подтянутое тело, легкая походка, правильная осанка, уверенные и четкие движения.

Современные танцы влияют не только на тело, но и мышление. Любому человеку требуется смелость, чтобы начать учиться танцевать, ведь сначала у него не будет получаться четких и красивых движений. Поэтому занятия танцами развивают в человеке коммуникабельность, стрессоустойчивость и смелость. Кроме этого, танцы отлично поднимают настроение, помогают отдохнуть от стресса, и избавиться от плохих мыслей. Ещё современные танцы дают человеку возможность самовыражения. Во время занятия танцами человек полностью раскрепощается и расслабляется, что способствует эмоциональной разгрузке.

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Название ДОП	Ансамбль современного эстрадного танца «Аврора»
Сведения об авторе	ФИО: Юрченко Елена Владимировна
	Место работы: МАУ ДО ДДТ
	Адрес образовательной организации: г. Таганрог, ул. Б. Бульварная, д. 12-1
	Домашний адрес автора: ул. Б. Бульварная, д. 6, кв. 4.
	Телефон служебный: 377-038
	Телефон мобильный: 8-928-2148751
	Должность: педагог дополнительного образования
Участие в конкурсах авторских образовательных программ и программно-методических комплексов/результат	Не участвовала
Нормативно-правовая база (основания для разработки программы, чем регламентируется содержание и порядок работы с ней)	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана в соответствии с нормативно-правовой базой Федерального, регионального, муниципального и учрежденческого уровней (п. 2.4.)
Материально-техническая база	<p>Материально-техническая база в сфере образования – совокупность материальных элементов, необходимых для функционирования и развития образовательного учреждения и системы образования в целом.</p> <p>К ней относятся все закрепленные за образовательными учреждениями материально-вещественные средства, предназначенные для учебной деятельности, для обеспечения условий труда и быта учащихся и преподавателей: балетный класс со станками, магнитола, записывающие носители, коврики, спортивные маты.</p> <p>При обучении с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий рабочее место обучающегося организуется дома и должно быть оборудовано компьютером, имеющим доступ к сети Интернет, колонками, рабочей поверхностью, необходимыми инструментами</p>
Год разработки, редактирования	Программа разработана в 2018 году. Корректировка в 2021 году
Направленность	художественная
Направление/профиль программы	Хореография, современный танец
Возраст учащихся	8 - 16 лет
Срок реализации	2 года
Этапы/уровень реализации	<p>Программа рассчитана на 2 года реализации и подразделяется на 2 уровня обучения:</p> <p>I уровень – общекультурный (ознакомительный);</p> <p>II уровень – общекультурный (базовый).</p> <p>Подготовительный этап предполагает закрепить и углубить представления детей о современном танце.</p> <p>Основной этап направлен на расширение, систематизацию и детализацию содержания хореографической деятельности детей, совершенствование специфических умений во всех её</p>

	<p>видах.</p> <p>На итоговом этапе поддерживается стремление самостоятельно сочинять танцевальные комбинации, по собственной инициативе принимать участие в фестивалях и конкурсах</p>
<p>Новизна</p>	<p>Новизна программы состоит в том, что дети детально работают над созданием хореографического образа. Интерес к работе над образом создает мотивацию к изучению исторических, литературных, музыкальных материалов, что является составляющими элементами интегрированных занятий программы. Моё обоснование введения интегрированных занятий по искусству в программе составляют такие факторы, как общность целей интегрируемых учебных предметов искусств, соблюдение принципов дидактики с учётом специфики разных видов искусств, возрастные и индивидуальные особенности детей, органическое единство разных видов ощущений в познании действительности, окружающего мира.</p> <p>При реализации программы с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий используются видеуроки, видеозаписи, аудиозаписи, технологические карты, карты-схемы» и т.д. Организация общения с детьми и родителями осуществляется в группе «ВКонтакте», с помощью приложения-мессенджера «Viber».</p> <p>Для обеспечения текстовой, голосовой и видеосвязи через Интернет используются программа Skype, мессенджер WhatsApp, платформа для онлайн конференций Zoom.</p> <p>Занятия также проводятся на образовательной платформе Google-Класс</p>
<p>Актуальность</p>	<p>Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время дети интересуются разными направлениями современного танца. Он наиболее близок им по духу.</p> <p>При этом следует учитывать, что программа направлены на:</p> <ul style="list-style-type: none"> – создание условий для развития ребенка; – развитие мотивации к познанию и творчеству; – обеспечение эмоционального благополучия ребенка; – приобщение детей к общечеловеческим ценностям; – профилактику асоциального поведения; – создание условий для социального, культурного и профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, её интеграции в систему мировой и отечественной культур; – интеллектуальное и духовное развития личности ребенка; – укрепление психического и физического здоровья; – взаимодействие педагога дополнительного образования с семьей
<p>Цель</p>	<p>Создание условий для обучения детей основам хореографии, формирования навыков выполнения танцевальных упражнений, а также воспитание у обучающихся чувства коллективизма, способности к продуктивному творческому общению</p>

<p>Ожидаемые результаты</p>	<p>Ожидаемые результаты:</p> <ul style="list-style-type: none"> • проявлять устойчивый интерес и потребность общаться с прекрасным; • последовательно рассматривать произведения искусства, музыки, танца; • видеть и понимать разнообразные эмоциональные проявления в художественных образах; • знать разные виды и жанры музыки, танца, искусства; • уметь видеть особенности и отличительные признаки разных видов искусства; • знать о труде разных художественных профессий; • общаться по поводу искусства, используя «искусствоведческие термины»; • иметь навыки и умения хореографического и искусства; • применять полученные по хореографии навыки и знания в собственной творческой деятельности
<p>Формы занятий (фронтальные кол-во индивидуальных)</p>	<p>Фронтальные (групповые), 2 группы по 20 и 21 человек <i>(указать детей),</i></p>
<p>Режим занятий</p>	<p>Группа 1- вт. с 17-45 до 19-15 Группа 1- чт. с 18-30 до 19-15 Группа 1- сб. с 17-45 до 19-15 Группа 2- вт. с 17-45 до 19-15 Группа 2- чт. с 18-45 до 19-15 Группа 2 – сб. с 17-45 до 19-15</p>
<p>Формы проведения итогов реализации программы</p>	<p>Концертные выступления, концерты для родителей, конкурсы, фестивали; открытые занятия; мастер-классы; практикумы, родительские собрания; педагогическое наблюдение, диагностические методики</p>

2. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

2.1. Направленность и профиль дополнительной общеобразовательной программы и направление деятельности

Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы – художественная; по функциональному предназначению является досуговой, учебно-познавательной и общекультурной; по форме организации – групповой, кружковой, для самостоятельных коллективов - общедоступной. Программа составлена для дополнительного образования. Она включает в себя элементы классического, современного танца, дает представление о каждом из них, а самое главное она не усложнена.

Направление деятельности - хореография, современный танец.

Программа учебного предмета «Современный танец» разработана на основе и с учётом федеральных государственных требований к дополнительной общеобразовательной программе в области хореографического искусства «Хореографическое творчество» и направлена на приобщение детей к хореографическому искусству, на эстетическое воспитание обучающихся, на приобретение основ исполнения современного танца.

Содержание учебного предмета «Современный танец» связано с содержанием учебных предметов «Гимнастика», «Классический танец». Учебный предмет «Современный танец» ориентирован на развитие физических данных учащихся, на формирование технических навыков, является источником высокой исполнительской культуры.

Данная программа «Современный танец в детском коллективе» приближена к традициям, опыту и методам обучения, сложившимся в хореографическом образовании, и к учебному процессу учебного заведения с профессиональной ориентацией. Её освоение способствует формированию общей культуры детей, музыкального вкуса, навыков коллективного общения, развитию двигательного аппарата, мышления, фантазии, раскрытию индивидуальности.

Занятия современной хореографией помогают детям снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе, развить выразительность, научиться двигаться в соответствии с музыкальными образами, что необходимо для сценического выступления, а также воспитать в себе выносливость. Скорректировать осанку, координацию, постановку корпуса, что необходимо не только для занятия танцем, но и для здоровья в целом.

Программа направлена на предоставление возможности ребёнку выразить себя в танце, развитие умения добиваться творческого выражения эмоций через пластику.

Специфика обучения хореографии связана с постоянной физической нагрузкой. Но и физическая нагрузка сама по себе не имеет для ребенка воспитательного значения. Она обязательно должна быть совместима с творчеством, с умственным трудом и эмоциональным выражением. Задача педагога–хореографа – воспитать в детях стремление к творческому самовыражению, к грамотному овладению эмоциями, пониманию прекрасного.

Один из важных факторов работы на начальном этапе обучения – использование минимума танцевальных элементов при максимуме возможности их сочетаний.

Длительное изучение, проработка небольшого количества материала (движений) даёт возможность качественного его усвоения, что в дальнейшем явится прочным фундаментом знаний. Разнообразие сочетаний танцевальных движений создаёт впечатление новизны и развивает творческую фантазию детей.

Обучение танцевальным движениям происходит путём практического показа и словесных объяснений. Педагогу необходимо чётко определять баланс в сочетании этих двух методов.

Хореографическая тренировка (экзерсис) – это достаточно длительный процесс выработки большого числа все усложняющихся музыкально-двигательных навыков. Позы, положения, движения и их комбинации в различных вариантах – это новые для организма двигательные навыки, новая психологическая и физическая нагрузка. При этом педагогу

следует всё время помнить, что овладение двигательными навыками всегда должно сопровождаться определённым эмоциональным настроением, что нельзя учить только движениям, а эмоциональную выразительность откладывать на более поздний срок (это самая распространенная ошибка в педагогической практике у начинающих руководителей детских хореографических коллективов).

Педагогической психологией введён основной закон усвоения материала: *воспринять, осмыслить, запомнить, применить результат*. Из этой формулы ничего нельзя исключить, и нецелесообразно разрывать этапы усвоения во времени, потому что они взаимосвязаны: восприятие сопровождается осмыслением – запоминанием. Восприятие, осмысление и запоминание расширяются, углубляются и закрепляются в процессе их применения и проверки на практике.

При повторении танцевального движения в коре головного мозга образуются временные связи. Когда музыкальное движение выучено и прочувствовано, закрепляется определенная последовательность возбуждительно-тормозных процессов, т.е. вырабатывается динамический стереотип данного навыка.

Ожидаемые результаты:

- проявлять устойчивый интерес и потребность общаться с прекрасным;
- последовательно рассматривать произведения искусства, музыки, танца;
- видеть и понимать разнообразные эмоциональные проявления в художественных образах;
- знать разные виды и жанры музыки, танца, искусства;
- уметь видеть особенности и отличительные признаки разных видов искусства;
- знать о труде разных художественных профессий;
- общаться по поводу искусства, используя «искусствоведческие термины»;
- иметь навыки и умения хореографического и искусства;
- применять полученные по хореографии навыки и знания в собственной творческой деятельности.

2.2. Вид программы и её уровень

Вид программы - модифицированная. Программа изменена с учётом особенностей организации и формирования групп детей, а так же режима и деятельности, нестандартности индивидуальных результатов обучения и воспитания.

Уровень программы – базовый. Программа рассчитана на 2 года обучения.

2.3. Отличительные особенности программы

Особенность программы состоит в том, что большая часть занятия, на первом году обучения, опирается на партерный экзерсис и также предусмотрен отдельный блок сценическое движение, в котором по годам обучения расположены блоки: актерское мастерство и творческая деятельность.

А также программа «Современный танец в детском коллективе» является синтезом видов и форм хореографического обучения, создание интегрированной модели обучения: (джазовый танец, танец модерн, классический танец, ритмика, растяжка), акцент ставится на изучение современной хореографии.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современный танец в детском коллективе» реализуется посредством очной формы обучения или в очной форме с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

2.4. Актуальность программы

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям, укреплению психического и физического здоровья, получению общего эстетического, морального и физического развития.

Содержание, роль, назначение и условия реализации программы дополнительного образования закреплены в следующих нормативных документах:

- «Конвенции о правах ребёнка» ратифицирована Постановлением Верховного Совета СССР от 13.06. 1990 года № 1559-1.

- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

- «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ» (письмо Минобрнауки РФ от 18 ноября 2015 года № 09- 3242).

- Указа Президента Российской Федерации «Об утверждении Стратегии государственной политики Российской Федерации в отношении российского казачества на 2021-2030 годы».

- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям, воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи».

- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 года № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2 3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

- «Конституция Российской Федерации» (принята всенародным голосованием 12.12.1993г.) (с учетом поправок, внесенных Законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 № 6-ФКЗ, от 30.12.2008 № 7-ФКЗ, от 05.02.2014г. № 2-ФКЗ, от 21.07.2014 г. № 11-ФКЗ).

- Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС НОО утвержден приказом Минобрнауки России от 6 октября 2009 г. № 373, зарегистрирован в Минюсте России 22 декабря 2009 г., регистрационный номер 17785) с изменениями (утверждены приказом Минобрнауки России от 26 ноября 2010г. № 1241, зарегистрированы в Минюсте России 4 февраля 2011г., регистрационный номер 19707).

- Концепции развития дополнительного образования детей (утв. распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р).

- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утв. распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р).

- Письма Министерства просвещения Российской Федерации от 19 марта 2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» («Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»).

- Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».

- Приказ МАУ ДО ДДТ от 01.09.2020 г. № 215 «О внесении изменений в дополнительные общеобразовательные и общеразвивающие программы с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий».

- Устава МАУ ДО ДДТ.

- Программы развития МАУ ДО ДДТ на период 2017-2022 г.г.

- Воспитательной системы МАУ ДО ДДТ «Человек культуры».

2.5. Цель и задачи программы

Цель: Создание условий для обучения детей основам хореографии, формирования навыков выполнения танцевальных упражнений, а также воспитание у обучающихся чувства коллективизма, способности к продуктивному творческому общению.

Задачи:

Предметные:

- ❖ научить выразительности и пластичности движений;
- ❖ формировать фигуру, ловкость, выносливость и физическую силу;
- ❖ освоить образовательную программу с учетом специфики содержания.

Личностные:

- ❖ воспитать музыкальный вкус и любовь к искусству танца;
- ❖ воспитывать уважительное отношение обучающихся друг к другу;
- ❖ принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- ❖ формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- ❖ развитие эстетических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- ❖ формирование самомотивации обучающегося к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям, организации самостоятельной работы.
- ❖ владение навыками продуктивного использования интернет-технологий, а так же самостоятельной и индивидуальной работы.

Метапредметные:

- ❖ сформировать танцевальные знания, умения и навыки на основе овладения и освоения программного материала;
- ❖ научить детей переживать, мыслить, запоминать и оценивать культуру своих движений;
- ❖ дать возможность детям самостоятельно фантазировать и разрабатывать новые танцевальные движения и сюжеты, освоить способы решения проблем творческого и поискового характера;
- ❖ сформировать умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- ❖ освоение обучающимися способов решения проблем творческого и поискового характера и продуктивного использования интернет-технологий;
- ❖ научить формировать умения понимать причины успеха (неуспеха) учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха.

Педагогическая целесообразность программы объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия. Программный материал нацелен на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.).

2.6. Адресат программы

Программа рассчитана для детей в возрасте от 8 до 16 лет. В коллектив принимаются все желающие дети, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. Во время приёма и формирования групп происходит первичная диагностика творческих способностей ребёнка, его знаний, умений, навыков и хореографических данных.

2.7. Объём программы

Программа рассчитана на два года обучения.

Занятия проводятся 3 раза в неделю:

1-ый год обучения – по 4 часа;

2-ой год обучения – по 5 часа.

При реализации программы очно с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий общий объем программы не меняется.

Объем программы на первый год реализации в очной форме составляет по 144 часа в год, на второй – 180 часов.

Общий объем программы – 324 часа за 2 года реализации.

При реализации программы «Современный танец в детском коллективе» очно с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий общий объем программы составляет 324 часа.

2.8. Формы организации образовательного процесса, виды занятий и режим занятий

Форма обучения – групповая с ярко выраженным индивидуальным подходом.

По итогам первичной диагностики, в зависимости от музыкальных данных и специальной подготовки, дети, поступающие в объединение, могут быть приняты в группы второго и третьего годов обучения. А также возможен досрочный перевод обучающихся на следующий год обучения по результатам диагностики и аттестации.

После освоения программы дети могут продолжить занятия в объединении для дальнейшего совершенствования своих знаний, умений и навыков в концертной (ансамблевой) группе.

Методика преподавания на всех годах обучения сочетает в себе тренировочные гимнастические упражнения, танцевальные движения классического, а также современного танца. Большую роль играет индивидуальный подход к каждому ребенку. Учитываются его природные хореографические данные, особенности характера и его поведения в студии.

Общим для каждого года обучения является принцип движения от простого к сложному, что предполагает постепенное:

- увеличение физической нагрузки и объемов излагаемого материала;
- усложнение рисунка движений рук и ног, композиций разучиваемых номеров;
- усложнение творческих заданий.

Последовательность изложения тем и количество времени корректируется календарным планом и может быть изменено в зависимости от индивидуальных способностей детей, темы года, участия в конкурсах и фестивалях, концертах.

Режим занятий (для очного обучения с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий):

1 год обучения – 3 раза в неделю, суммарно – 4 часа;

2 год обучения – 3 раза в неделю, суммарно 5 часов.

Занятия проводятся как для группы на платформе для проведения онлайн-занятий Zoom, так и в индивидуальной форме при проведении онлайн-консультаций.

При реализации программы с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий формами подведения итогов станут: видео и фото-отчеты, письменный отчет в «Дневнике успешной Личности».

2.9. Ожидаемые результаты по уровням, разделам и темам программы и способы определения их результативности

На первом году обучения повышенное внимание уделяется тренировочным гимнастическим упражнениям на полу и на середине.

В первый год обучения важно привить такие навыки, как «вытянутая стопа», «прямая спина». Простые хореографические движения в разминке и диагонали, а также «партерная гимнастика» способствуют закреплению этих навыков.

Для второго года обучения характерно максимальное развитие природных данных. Это основной этап накопления знаний, умений и навыков. Стоит задача сохранения этого

максимального уровня, так же дети знакомятся с основными законами танцевальной драматургии, овладевают навыками актерского мастерства.

Обучающиеся должны стараться сами наполнить содержанием образ. Импровизация – это одна из главных особенностей данного этапа.

Овладев основными элементами разных танцев, дети смогут уверенно исполнять их в различных комбинациях и связках. Таким образом, сформируется лексика танца, которая будет использоваться для выражения внутреннего эмоционального состояния исполнителя, а также развития сценического образа.

2.10. Формы подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Концертные выступления, концерты для родителей, конкурсы, фестивали; открытые занятия; мастер-классы; практикумы, родительские собрания; педагогическое наблюдение, диагностические методики.

При дистанционных формах обучения применяется самостоятельная форма работы с помощью видеоконференций, вебинаров и онлайн-консультаций, заполнение «Дневника успешной Личности».

3. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

3.1. Учебно-тематический план (1-й год обучения)

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов				Формы организации занятий	Формы аттестации, диагностики и контроля
		Всего	Теория	практика	Индивидуальные занятия и консультации		
1.	Раздел 1. «Учебно-тренировочная работа»						
1.1.	Вводное занятие. Техника безопасности	2	1	1		Групповая	Тест, педагогическое наблюдение
1.2.	Подготовка тела танцора: партерный экзерсис, ОФП, танцевальная импровизация	30		30		Групповая	Пед.наблюдение
1.3.	Элементы классического танца	30		30		Групповая	Пед.наблюдение
1.4.	Элементы современного танца, элементы	30		30		Групповая	Пед.наблюдение

	акробатики						
2.	Раздел 2. «Работа над репертуаром»						
2.1.	Работа над репертуаром	30		30		Групповая	Пед.наблюдение
3.	Раздел 3. «Мероприятия воспитательного характера»						
3.1.	Беседы об искусстве, участие в концертах, открытых уроках, конкурсах	22	3	19		Групповая	Пед.наблюдение
Итого:		144 час.					

3.2. Учебно-тематический план (2-й год обучения)

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов				Формы организации занятий	Формы аттестации, диагностики и контроля
		всего	теория	практика	Индивидуальные занятия и консультации		
1.	Раздел 1. «Учебно-тренировочная работа»						
1.1.	Вводное занятие. Техника безопасности	2	1	1		Групповая	Пед.наблюдение
1.2.	Подготовка тела танцора: партерный экзерсис, ОФП, танцевальная импровизация	30		30		Групповая	Пед.наблюдение
1.3.	Элементы классического танца	30		30		Групповая	Пед.наблюдение
1.4.	Элементы современного танца, элементы акробатики	30		30		Групповая	Пед.наблюдение
2.	Раздел 2. «Работа над репертуаром»						
2.1.	Работа над репертуаром	50		50		Групповая	Пед.наблюдение
3.	Раздел 3. «Мероприятия воспитательного характера»						
3.1.	Беседы об	38	3	35		Групповая	Пед.наблюдение

искусстве, участие в концертах, открытых уроках, конкурсах							ние
Итого:	180 час.						

4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

4.1. Содержание программы

(1-й год обучения)

Раздел 1. «Учебно-тренировочная работа».

Тема 1.1. «Вводное занятие. Техника безопасности»

Теория: Занятие проводится в форме беседы. Инструктаж по технике безопасности.

Познакомить детей с целями и задачами программы учебного года, закрепить правила техники безопасности на занятиях, рассказать о костюме для занятий и личной гигиене.

Практика: Практическое рассмотрение плана эвакуации.

Тема 1.2. Подготовка тела танцора: партерный экзерсис, ОФП, танцевальная импровизация.

Теория: Партерный экзерсис. Комплекс упражнений на полу, направленный на необходимость повышения гибкости суставов, улучшения эластичности мышц и связок, наращивание силы мышц. Маленькие, лаконичные разъяснения в процессе занятия как этого добиться. Подготовка к традиционному классическому экзерсису у станка. Развитие пластичности тела. Развитие выносливости у детей как необходимая составляющая для танца. Выработка физической выносливости. Существует несколько видов физической выносливости. По специализированности: общая (кардио-респираторная) — выносливость, обеспеченная сердечно-сосудистой и дыхательной системами, снабжающими мышцы кровью и насыщающими мышечные волокна кислородом; специальная (силовая, скоростная, координационная — в зависимости от конкретного вида деятельности) — устойчивость к конкретному типу физической нагрузки. По режиму работы: статическая — удержание определенного положения на протяжении длительного времени; динамическая — выполнение мышечной деятельности в многократных повторах, активная мышечная работа. По количеству задействованных мышц: локальная — тренировка одной конкретной группы мышц. Танцевальная импровизация (музыкально-танцевальные игры, актерское мастерство). Открытие своего тела с неизученной стороны. Уход от шаблонных движений, рождение неосознанных движений через включение подсознания. В танцевальной импровизации прийти к понятию «Танцевальный образ», зависимости его от музыки. Развитие мизансценического мышления и пластического воображения детей. Вырабатывать выразительность, точность и индивидуальность в манере исполнения упражнений. Положительно воздействовать на эмоциональное состояние детей при помощи музыки.

Практика: Комплекс упражнений, направленный на развитие физической выносливости в зависимости с физическим состоянием детей. У подростков в период активного роста снижается эффективность работы сердечно-сосудистой системы, в связи с чем выносливость у детей в возрасте 13-16 лет может быть ниже, чем у детей 10-12 и даже 7-9 лет. Это связано с тем, что при интенсивном росте часть систем организма требует времени для адаптации под выросший организм. Занятия по развитию силы и выносливости рекомендуется проводятся в группах, разделенных по возрасту и тренированности; основной акцент делается на развитие общей кардио-респираторной выносливости. Выработка физической выносливости. Существует несколько видов физической выносливости.

По специализированности:

- общая (кардио-респираторная) — выносливость, обеспеченная сердечно-сосудистой и дыхательной системами, снабжающими мышцы кровью и насыщающими мышечные волокна кислородом;
- специальная (силовая, скоростная, координационная — в зависимости от конкретного вида деятельности) — устойчивость к конкретному типу физической нагрузки.

По режиму работы:

- статическая — удержание определенного положения на протяжении длительного времени;
- динамическая — выполнение мышечной деятельности в многократных повторениях, активная мышечная работа.

По количеству задействованных мышц:

- локальная — тренировка одной конкретной группы мышц.

По механизму энергообеспечения:

- алактатная анаэробная выносливость — выносливость без накопления молочной кислоты;
- лактатная анаэробная выносливость — выносливость с накоплением молочной кислоты, то есть приводящая к закислению мышц;
- аэробная выносливость — выносливость с активным использованием кислорода в качестве топлива.

План построения тренировки выносливости:

Развитие общей кардио-респираторной (аэробной) выносливости

Такая тренировка подойдет для обучающихся любого возраста и любого танцевального направления.

Условия тренировки:

- ✓ длительная непрерывная нагрузка от 30 мин до 1,5 часов;
- ✓ частота — 3 раза в неделю;
- ✓ при среднем пульсе 65% от максимума, для взрослых это 110 — 130 уд/мин.

Пульсовая зона рассчитывается следующим образом: максимум=220-возраст, далее максимум умножаем на коэффициент 0,6 и 0,7, получая границы пульсовой зоны. Пульс считается в течение 15 секунд и умножается на 4. Максимальную эффективность и плотность занятий на развитие аэробно-анаэробной выносливости обеспечивают интервальная и круговая тренировка. Таким образом, можно развить аэробную, анаэробную, общую, специальную, локальную и глобальную выносливость.

Развитие специальной и анаэробной выносливости

В этом случае используют интервальные протоколы с короткими периодами работы субмаксимальной мощности. Например, протокол, известный под названием Табата: 20 секунд работы, 10 секунд отдыха по 8 повторов.

Развитие аэробно-анаэробной выносливости

В этом случае используют интервальную и круговую тренировки с периодами высокоинтенсивной работы от 30 секунд до 1,5 мин. Например, протокол Гибалы (60 секунд работы и 60 секунд отдыха) или протокол Вингейта (30 секунд работы и 2-4 мин. активного или пассивного отдыха). Протокол Вингейта подойдет для менее подготовленных учеников, например, для подростков.

По мере подготовленности групп или отдельных исполнителей протоколы можно корректировать, сначала уменьшая время отдыха, затем увеличивая время работы.

Протокол Табата — это метод высокоинтенсивной интервальной тренировки, придуманный японским доктором Изуми Табата (Izumi Tabata).

Протокол Гибалы — Профессор Мартин Гибала и его команда из Университета Макмастера в Канаде исследовали упражнения высокой интенсивности в течение нескольких лет. В их исследовании 2010 года обучающиеся использовали 3 минуты для разминки, затем 60 секунд интенсивных упражнений (при 95% VO₂ max), а затем 60 — 75 секунд отдыха,

повторяемых в течение 8–12 циклов. Субъекты, использующие этот метод, тренируясь 3 раза в неделю, получили прирост, аналогичный тому, что можно было бы ожидать от субъектов, которые тренировались в устойчивом состоянии (50–70% VO₂ max) пять раз в неделю.

Протокол Вингейта — это определение анаэробной работоспособности при максимальной интенсивности физической нагрузки. Разработан в 70-х годах Ayalon и соавторами в Национальном Институте физической культуры и спорта имени Вингейта в Израиле.

Выполнение упражнений по танцевальной импровизации в соответствии с поставленной задачей на внимание, воображение, координацию, логическое мышление по группам и самостоятельно. Работа над образом, характером и раскрытием сюжета танца.

Упражнение на импровизацию «Внутренний монолог». Танцевально-ритмические упражнения – «Нарисуй себя», «Напиши свое имя». Музыкальные игры – воображаемый предмет, природное явление.

Тема 1.3. Элементы классического танца.

Теория: Изучение терминологии классического танца.

Практика: Экзерсис на развитие выворотности и силу ног, правильную постановку тела. Правильно поставить отдельные кости рук: кисти, пальцы, локти, плечи.

Развитие уровня подъема ног на примере положения работающей ноги на уровне шиколотки опорной ноги (ку де пье), икры и колена. Практическая работа: подготовительное движение руки (препарасьон). Закрывание руки в подготовительное положение на два заключительных аккорда. Координация ног, рук и головы в движении. Разные этапы прыжка . Battements tendu jete, rond de jambe, par terre. Подготовка к прыжкам (Saute по I, II, V позициям). Battlement frappe, developper, grand dattement jete, прыжки (echappe, assemble, jete).

Тема 1.4. Элементы современного танца, элементы акробатики.

Теория: Изучение терминологии современного танца.

Практика: Знакомство с особенностями танца джаз-модерн и джазового танца. Особенности танцев. Музыка, стиль, костюмы. Работа корпуса, ног головы в современном танце.

Упражнения у станка.

Demi plie по второй, четвертой, шестой позициям.

Grand plie по второй, четвертой, шестой позициям.

Batman tendus вперед, в сторону, назад.

Batman tendus с разворотом на 180 градусов.

Batman tendus jete по всем направлениям.

Batman tendus jete в комбинациях с plie, с releve.

Rond de jambe par terre an dehor и an dedane.

Упражнения на середине зала.

Изолированная работа головы, стоп, коленей, плеч, бедер со средней частью корпуса.

Паховые и боковые растяжки.

Flat back в сторону.

Flat back вперед в сочетании с работой рук.

Подготовка к пируэтам.

Кросс.

Проучивание шага flat step в чистом виде.

Flat step в plie.

Temps sauté.

Temps sauté по точкам.

Temps sauté в комбинациях с правой и левой ног по точкам.

Элементы акробатики. Изучение грамотного исполнения акробатических элементов без травм и вреда для здоровья, таких как кувырок вперед и назад, кувырок через плечо вперед и назад, колесо, переворот вперед и назад, народные трюки (разножка, револьтад,

бедуинский прыжок, веревочка), стойка на голове и руках, промокашка. Специфика акробатики заключается в том, что не всем дана возможность выполнять сложные элементы и не все этого хотят. В этом случае нужно найти сильные стороны ребенка и развивать их (например, одним лучше даются прыжковые трюк, а другим — групповые поддержки). Важно! Первоначально в обязательном порядке страховать детей во время исполнения элемента. Потому что для входа может не хватить толчка, а при выходе из элемента, можно получить травму в случае жесткого приземления.

Раздел 2. «Работа над репертуаром»

Тема 2.1. Работа над репертуаром.

Теория: Разбор идеи танца, характера, стилистики, художественного образа.

Практика: Постановка танца, отработка движений, техника исполнения. Изучение движений танцев, рисунка танцев - «Кошка», «Уличная история», «Привет с высоты», «Пусть идет снег».

Раздел 3. «Мероприятия воспитательного характера»

Тема 3.1. Беседы об искусстве, участие в концертах, открытых уроках, конкурсах.

Теория: Беседы об искусстве, общей эстетической и танцевальной культуре, развитие тонкого восприятия хореографического искусства. Воспитание в детях духа коллективизма и чувства ответственности.

Практика: Прослушивание музыки (произведений из классического и современного репертуара), просмотр телепередач об искусстве хореографии, просмотр наглядного материала. Участие в концертах и конкурсах. Посещение концертов, спектаклей, балетов.

4.2. Содержание программы

(2-й год обучения)

Раздел 1. «Учебно-тренировочная работа».

Тема 1.1. Вводное занятие. Техника безопасности

Теория: Беседа о правилах поведения в МАУ ДО ДДТ, коллективе, в поездках, инструктаж по технике безопасности. Знакомство детей с целями и задачами программы учебного года, закрепление правил техники безопасности на занятиях, рассказ о костюме для занятий и личной гигиене, планом эвакуации из здания.

Практика: Практическое рассмотрение плана эвакуации.

Тема 1.2. Подготовка тела танцора: партерный экзерсис, ОФП, танцевальная импровизация.

Теория: Партерный экзерсис. Комплекс упражнений на полу, направленный на необходимость повышения гибкости суставов, улучшения эластичности мышц и связок, наращивание силы мышц. Подготовка к традиционному классическому экзерсису у станка. Развитие пластичности тела. Выработка физической выносливости и её развитие. Танцевальная импровизация (музыкально-танцевальные игры, актерское мастерство). Понятие «Танцевальный образ». Развитие мизансценического мышления и пластического воображения детей.

Практика: Подготовка тела танцора – это комплекс упражнений, направленный на улучшение эластичности мышц и связок, повышение гибкости суставов. На протяжении всего года обучения сохраняется комплекс развивающих тело упражнений, но при этом движения усложняются, соединяются в связки. Партерный экзерсис: подготовка к традиционному классическому экзерсису у станка, развитие пластичности тела. Комплекс упражнений на выворотность ног, гибкость спины, растяжку, гимнастика Бориса Князева. Общая физическая подготовка. Физическая выносливость. Комплекс упражнений, направленный на развитие физической выносливости. Танцевальная импровизация (музыкально-танцевальные тренинги,

актерское мастерство). Упражнения на эффективность развития тела, двигательной координации, успешности и результативности за счёт применения современных танцевальных техник импровизации. Групповая импровизация. В импровизационном процессе обучающиеся взаимодействуют, вместе решают поставленные задачи, работают над фокусами внимания. Упражнения на групповую импровизацию способствуют развитию целостного понимания ситуации и определения своего места в ней. Многие упражнения направлены на сохранение определенного состояния при изменяющихся условиях.

Упражнение «Зеркало»

Задача: внимательно следить за движениями партнера, быть полным его отображением. Танцоры делятся на пары, встают друг напротив друга. Ведущий должен сосредоточить свое внимание на том, чтобы двигаться четко, чтобы ведомый сохранял с ним связь, а задача ведомого — чувствовать связь своих движений с движениями ведущего. Один из них — ведущий, другой — ведомый. Когда ведущий движется, ведомый отражает каждое движение настолько точно, насколько это возможно. Цель — достигнуть такой согласованности движения, чтобы свидетель не мог различить, кто ведет, а кто следует. Через несколько минут танцоры меняются ролями и повторяют упражнение.

Упражнение «Импровизация от партнера»

Задача: показать телесное воплощение поставленной темы во взаимодействии с партнером. Все участники делятся на пары. Им дается тема, которую они должны показать вместе. Например, воздушный змей — один держит нитку, другой — летит, как воздушный змей.

Упражнение «Главный» (автор Андрей Разживин)

Задача: повторить движения за человеком, стоящим впереди. Участники делятся на группы по 4 человека, и встают «ромбом». Начинает двигаться тот, кто стоит в вершине «ромба» в т.1. Все остальные повторяют его движения. Ведущий может передать свою роль другому ребёнку. Для этого ему нужно сменить ракурс. И тогда ведущим становится тот участник, в сторону которого повернулся ведущий.

Упражнение «Тень» (автор Андрей Разживин)

Задача: внимательно следить за движениями партнера, быть его невидимой тенью. Поворачиваться спиной нельзя! Можно делать только полный поворот. Танцоры делятся на пары, встают друг за другом (один — ведущий, второй — тень). Ведущий должен сосредоточить свое внимание на том, чтобы двигаться четко, чтобы «тень» сохраняла с ним связь, а задача «тени» — чувствовать связь его движений с движениями ведущего. Когда ведущий движется, тень повторяет каждое движение настолько точно, насколько это возможно. Цель — достигнуть такой согласованности движения, чтобы тень полностью слилась с ведущим. Через несколько минут танцоры меняются ролями и повторяют упражнение.

Упражнение «Цепочка» (автор Андрей Разживин)

Задача: принять позу на заданную тему за предыдущим участником в диагонали, ответив на его позу. Все участники по очереди, не прекращая движения, принимают позы друг за другом по диагонали. При этом каждая поза является ответом на позу предыдущего участника.

Упражнение «Сольная импровизация»

В этом разделе выполняются упражнения, которые направлены на понятие позы, движения, и далее преобразование в хореографический текст. Важно здесь раскрыть не только творческий потенциал человека, но и внутренние помыслы, побуждения, страхи. Избавляет от скованности, комплексов, фобий, неуверенности в себе, низкой самооценки и др.

Упражнение «Изобразить свое имя с помощью движения» (автор Марина Лымарь)

Задача: снять напряжение внутри, и показать то, что чувствуешь. Все участники сидят по кругу и показывают свое имя движением так, как они чувствуют его.

Упражнение «Потянулись — сломались» (авторы В.В. Козлов, А.Е. Гирион, Н.И. Веремеенко)

Задача: напряжение, а потом постепенно расслабить мышцы. Исходное положение — стоя, руки и все тело устремлены вверх, пятки от пола не отрывать. Ведущий: «Тянемся,

тянемся вверх, выше, выше... Мысленно отрываем пятки от пола, чтобы стать еще выше (реально пятки на полу)... А теперь наши кисти как бы сломались, безвольно повисли. Теперь руки сломались в локтях, в плечах, упали плечи, повисла голова, сломались в талии, подогнулись колени, упали на пол... Лежим расслабленно, безвольно, удобно... Прислушайтесь к себе. Осталось ли где напряжение? Сбросили его!»

Упражнение «Стряхни капли» (авторы В.В. Козлов, А.Е. Гиришон, Н.И. Веремеенко)

Задача: снять напряжение, расслабиться. Инструкция: «Представьте, что Вы попали под дождь, а у Вас нет зонтика. Вы промокли насквозь. И вот вы в помещении. Вспомните, как отряхивается промокшая собака. Вы можете сделать примерно то же самое. Встаньте так, чтобы вокруг было достаточно места. И начинаем отряхивать волосы, ресницы, скидываем капли с ушей, теперь освобождаем от дождика плечи, локти, ладони, пальчики, полностью руки, спину, бедра, ноги, колени, ступни. А теперь потрясите всем телом, можно добавить звук и услышать свой голос».

Вопросы для обсуждения:

Что вы сейчас чувствуете в теле?

Есть ли в теле сейчас напряжения? Где?

Какое настроение сейчас?

Упражнение «Улыбающееся солнышко» (В.В. Козлов, А.Е. Гиришон, Н.И. Веремеенко)

Задача: расслабиться, почувствовать свое тело, представить, кому вы хотите подарить свои улыбки. Инструкция: «Начните двигаться по залу, осознавая свое тело, сконцентрируйтесь на ступнях, внимательно изучите движение своей левой ступни, теперь правой. Двигайтесь то быстрее, то медленнее, меняйте ритм движения: - представьте, что у Вас на пятках появилось солнышко, покажите его всем, подарите его улыбку миру...; - а теперь солнышко переместилось на ваши локти... Активнее, активнее показывайте его улыбку; - а теперь солнышко на Вашем носу. Осветите все пространство и т.д. И так далее, указывая на различные части тела. - А теперь представьте, что солнышко поселилось у вас в сердце, двигайтесь как хочет ваше сердце!

Вопросы для обсуждения:

Что вы сейчас чувствуете в теле?

Когда было труднее всего двигаться?

Где было солнышко, когда было легче всего двигаться?

Упражнение «Импровизация от слова»

Задача: телесно выразить то, о чем говорит педагог.

Например, эмоции домашних животных - кошка:

- ✓ изобразить, когда кошке дают корм,
- ✓ показать, когда кошку гладят,
- ✓ как кошка спит,
- ✓ как кошка потягивается,
- ✓ кошка охотится,
- ✓ когда играет с клубком.

Например, признаки дождя – какой дождь:

- ✓ теплый,
- ✓ косой,
- ✓ ливневый,
- ✓ грибной,
- ✓ с радугой.

Упражнение «Кроссы» (автор Ольга Веняминова)

Перейти с одной стороны класса на другую, если Вы:

- стали полностью жидким,
- класс наполнен медом (мышцы напряжены).

Задача: выполнить передвижение с полностью расслабленными мышцами в первом варианте, и полностью напряженными мышцами во втором варианте.

Кроссы можно разнообразить разными переходами:

- пробираясь через лес,
- прокрасться через линии сигнализации,
- наступать только на определенные участки пола, иначе пол обвалится,
- проползти, как змея,
- перекатиться, как мяч др.

Тема 1.3. Элементы классического танца

Теория: Изучение терминов классической хореографии и правильность исполнения этих элементов. Развитие выворотности и силу ног, правильная постановка тела (отдельные кости рук: кисти, пальцы, локти, плечи). Дополнительное изучение уровня подъема ног, например положения работающей ноги на уровне щиколотки опорной ноги (ку де пье), икры и колена.

Практика: Подготовительное движение руки (препарасьон). Закрывание руки в подготовительное положение на два заключительных аккорда. Координация ног, рук и головы в движении - тан релеве пар тэр. Прыжки - с двух ног на две. Разные этапы прыжка (тан леве соте): подготовка к взлету (деми плие), толчок, взлет, фиксация положения ног, приземление, положение ног после прыжка. Батман фрэппэ сильное ударяющее движение, развивает силу ног, ловкость, быстроту и подвижность клена; изучается лицом к станку вначале в сторону, затем вперед и позднее назад.

Релеве лен на 45° - медленное поднимание ноги, развивает силу и легкость ног в танцевальном шаге; изучается стоя боком к станку, держась одной рукой, в сторону, позднее вперед.

Перегибы корпуса: назад, стоя лицом к станку, в 1-ой позиции. Размер 3/4, характер медленный, спокойный. По два такта на движение.

Прыжки: танлевэ соте - по 1,2, 5-й позициям. Размер 2/4, характер быстрой польки. В музыке сочетаются два темпа: плавный и отрывистый.

Па эшаппэ - на 2-ю позицию, прыжок с просветом; изучается вначале лицом к станку. Размер 4/4, сочетание плавного и четкого темпов.

Позы классического танца изучаются на середине зала. Поза круазе, поза эффасэ (с ногой на полу). Размер 3/4 характер плавный, исполняется на четыре такта.

Па куро - мелкий бег на полупальцах, исполняется по прямой в не выворотной позиции, вперед и назад. Размер 4/4, 2/4, 3/4, движения исполняются шестнадцатыми. Характер легкий, живой. Опускание на одно колено. Вращение, повороты по 6-й позиции, на 1/4 и 1/2 круга.

Тема 1.4. Элементы современного танца, элементы акробатики

Теория: Изучение терминов современной хореографии более углубленно и правильность исполнения этих элементов. Продолжение работы над пластичностью и выразительностью движений, а также их активностью и точностью координации при исполнении поз и туров, над точностью и чистотой исполнения пройденных движений.

Освоение техники поворотов, создание танцевальных комбинаций на готовый музыкальный материал, развития виртуозности и артистичности, освоение более сложных танцевальных элементов, усвоение туров, дальнейшее развитие силы и выносливости, совершенствование исполнительской техники, совершенствование координации, развитие артистичности, манерности, чувство позы, знакомство с большими прыжками.

Элементы акробатики. Исполнение акробатических элементов (колесо без рук, большие прыжки, арабский прыжок, стойки на плечах, локтях, перекаты через плечи, уход в пол с прыжка через подъём стопы, парные поддержки, групповые поддержки).

Практика: Танцевальные элементы и композиции. Знакомство с танцем джаз, модерн, хип-хоп. Основные стили джазового танца: классический джаз (классический танец и джазовая пластика); джаз-модерн (джаз-танец и свобода пластики модерна); джаз-бит – «ритмический джаз» (чарльстон, рок-н-ролл, диско, хип-хоп, электрик-буги, фанки-джаз, бродвей - джаз).

Основные разделы танца модерн: сидя или лёжа на полу (flooowork), работа на месте (centrework), работа, включающая движение в пространстве (moowing in the space).

Понятие контактная импровизация: работа в группе: верхний, средний, нижний уровень; работа в паре: перекаты на мостик, plie спина к спине, поддержка через бедро и т.д.

Элементы танца хип-хоп: Slide – скольжение; bodi – перекат, вращение; good walk – отличная прогулка; push away move – отталкивание; peek – a boo – взгляд украдкой; hand against wall- рука вдоль.

Упражнения на середине зала. После изучения основных элементов современных танцев, преподаватель составляет различные композиции (вращения, прыжки), этюды, танцевальные постановки на основе изученной лексики. Пример: движения по диагонали (различные варианты шагов, поворотов и вращений с продвижением, прыжки и комбинации прыжков); grand battement на 90 град. И выше (на месте с переступанием вперёд, в сторону, назад с руками; с продвижением вперёд; назад – шпагат в воздухе); различные шпагаты на полу (с продвижением вперёд через живот, поворот на месте, с «колесом»); волнообразные движения корпуса; tour с поднятием колена en dehors и en dedans, с подменной ноги (на месте, вперёд с продвижением).

Экзерсис. У станка (джаз):

- demi- plie через releve, grand plie и roll назад (скручивание корпуса);
- battement jete с контракцией, через releve;
- rond de jambe par terre с контракцией и перегибом корпуса;
- adagio через releve с контракцией, ecartee вперёд и назад;
- grand battement – через battement tendu, через releve (с согнутым коленом).

На середине (бродвей-джаз):

- demi и grand plie;
- battement tendu – через plie, с рукой (с III позиции во II-ю позицию);
- battement jete – носок flex, point, tour an dedans (по параллельной позиции).

Элементы акробатики. Высокий прыжок — это пример взрывной мышечной активности, которая зависит прежде всего от мощности мышц ног. Мощность мышц складывается из их максимальной силы и скорости развития этой силы в момент начала движения. Высокий однократный прыжок, с точки зрения биомеханики, состоит из четырех основных этапов: разбег — создание горизонтальной скорости для лучшего отталкивания; отталкивание — создание оптимальной начальной скорости прыжка вверх и правильного направления полета — за счет сильного сокращения мышц (противодействие силе тяжести); полет — создание и сохранение необходимого положения тела в пространстве; приземление — амортизация, погашение скорости движения за счет напряжения мышц. Этап приземления очень важен с точки зрения безопасности танцовщика и возможности выполнения дальнейших прыжков. Самым травмоопасным этапом во время прыжка является приземление — т.к. ученику необходимо успеть напрячь мышцы, правильно поставить стопы и мягко принять вес.

Принципы работы в партере: принцип сустава над суставом; принцип сжатия и расширения (contraction, release); идея опоры и отталкивания от опоры; идея отдачи веса и его перераспределения.

При выполнении элементов стопа не должна быть натянута, она должна быть готова к движению.

Работа с весом на лопатках. Особенности исполнения: из положения лежа поднять ноги вверх; поднятие происходит без напряжения мышц; положение фиксируется на двух лопатках; пятки и копчик направлены вверх; для выхода из элемента необходимо совершить все действия в обратном порядке.

Раздел 2. «Работа над репертуаром»

Тема 2.1. Работа над репертуаром

Теория: Разбор идеи танца, характера, стилистики, художественного образа. Данная тема включает в себя общеразвивающие упражнения, отработку сложных движений, изучение рисунка танцевальной композиции, просмотр видеокассет, дисков и работу с отстающими детьми. Показ танца является необходимым этапом постановочной работы. Во время выступления учащиеся воспитывают отношение к публичному выступлению и самоутверждаются. Репертуар постановок планируется в соответствии с актуальными потребностями и творческим состоянием той или иной группы.

Практика: Увлечение детей современными зажигательными ритмами разнообразных танцевальных жанров с использованием трюков не менее сильно, чем классическим танцем. Вынашивая ту или иную тему, обдумывая хореографические средства, какими будет решаться номер, всегда необходимо помнить: для кого именно предназначена постановка.

Дело в том, что для того чтобы поставить танец, необходимо учитывать физические данные, возраст ребенка, тип характера. Так, например, если занятие проводится с «меланхоликом», то танец будет выбран на медленную музыку, которая будет являться отражением лирического образа, но такой танец противопоказан «холерикам». Не менее важно, чтобы заложенные в танец мысли, воссозданные реальные события или сказка волновали детей, были очень близки к их душевному миру. Ведь дети чутки не только к внешней стороне танца, но и к идеям, к нравственному заряду каждой картины, потому что они хотят и делают это для себя, для своей души.

Репетиционно-постановочная работа. Совместный процесс прослушивания музыки помогает заинтересовать и приобщить детей к сокровищам музыкальной культуры, подсказать неожиданные замыслы будущих танцев детям старшей возрастной группы, которые делают творческие попытки и пробы самостоятельного сочинения танцевальных произведений. Приступая к постановочной работе, дети знакомятся с различной литературой, которая помогает ощутить атмосферу эпохи, культуры, национальной особенности пластики танца. Интерес к работе над образом создает мотивацию к изучению исторических, литературных, музыкальных материалов, что является составляющими элементами интегрированных занятий программы. Моё обоснование введения интегрированных занятий по искусству в программе составляют такие факторы, как общность целей интегрируемых учебных предметов искусств, соблюдение принципов дидактики с учётом специфики разных видов искусств, возрастные и индивидуальные особенности детей, органическое единство разных видов ощущений в познании действительности, окружающего мира. Учитывая принцип дидактики, учебный материал для программы отбирался с точки зрения его доступности, жизненности, практической воспитательной направленности.

Раздел 3. «Мероприятия воспитательного характера»

Тема 3.1. Беседы об искусстве, участие в концертах, открытых уроках, конкурсах

Теория: Беседы об искусстве, общей эстетической и танцевальной культуре, развитие тонкого восприятия хореографического искусства. Воспитание в детях духа коллективизма и чувства ответственности.

Практика: Прослушивание музыки (произведений из классического и современного репертуара), просмотр телепередач об искусстве хореографии, просмотр наглядного материала. Участие в концертах и конкурсах. Посещение концертов, спектаклей, балетов. Проведение тренингов по командообразованию.

5. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5.1. Календарно-тематическое планирование

(1 год обучения)

№ п/п	Месяц, число	Тема занятия	Кол-во часов	Форма проведения	Место проведения	Форма контроля
1.	02.09.2021	Вводное занятие, инструктаж ТБ. Современный танец (джаз-модерн)	2	Групповая	ДДТ	Диагностика, педнаблюдение
2.	04.09.2021	Классический танец, репертуар	1	Групповая	ДДТ	Беседа и опрос
3.	07.09.2021	Подготовка тела танцора (партерная гимнастика, вращения на середине, импровизация), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
4.	09.09.2021	Современный танец (джаз-модерн, большие прыжки), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
5.	11.09.2021	Классический танец, (вращения по диагоналям), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
6.	14.09.2021	Подготовка тела танцора (импровизация, силовая подготовка, акробатика), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
7.	16.09.2021	Современный танец (джаз-модерн для сильной спины, вращения на середине), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
8.	18.09.2021	Классический танец (проработка ракурсов), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
9.	21.09.2021	Подготовка тела танцора (планка, спина, импровизация), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
10.	23.09.2021	Современный танец (Модерн по технике Хортон), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
11.	25.09.2021	Классический танец (мягкая классика для современного танца), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
12.	28.09.2021	Подготовка тела танцора (импровизация, ОФП, прыжки), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
13.	30.09.2021	Современный танец (комбинации), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
14.	02.10.2021	Классический танец (мягкая классика для современного танца), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение

15.	05.10.2021	Подготовка тела танцора (партерная гимнастика, импровизация), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
16.	07.10.2021	Современный танец (модерн по технике Хортона, усложнение комбинаций), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
17.	09.10.2021	Классический танец (вращения по диагоналям), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
18.	12.10.2021	Подготовка тела танцора (растяжка, импровизация), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
19.	14.10.2021	Современный танец (модерн по технике Хортона, повторение новых комбинаций), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
20.	16.10.2021	Классический танец (мягкая классика для современного танца), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
21.	19.10.2021	Инструктаж по ТБ. Подготовка тела танцора (растяжка, импровизация), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
22.	21.10.2021	Современный танец (комбинации), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
23.	23.10.2021	Классический танец (мягкая классика для современного танца), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
24.	26.10.2021	Подготовка тела танцора (планка, спина, импровизация), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
25.	28.10.2021	Современный танец (модерн по технике Хортона), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
26.	30.10.2021	Классический танец (мягкая классика для современного танца), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
27.	02.11.2021	Подготовка тела танцора (партерная гимнастика, импровизация), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
28.	09.11.2021	Подготовка тела танцора (импровизация), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
29.	11.11.2021	Современный танец (модерн - техника Хортона), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
30.	13.11.2021	Классический танец (мягкая классика для современного танца),	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение

		репертуар				
33.	16.11.2021	Подготовка тела танцора (работа спины, импровизация), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
31.	18.11.2021	Современный танец (модерн - техника Хортона), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
32.	20.11.2021	Классический танец (мягкая классика для современного танца, вращения), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
33.	23.11.2021	Подготовка тела танцора (колени, бедра, импровизация), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
34.	25.11.2021	Современный танец (модерн - техника Хортона), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
35.	27.11.2021	Классический танец (мягкая классика для современного танца, большие прыжки), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
36.	30.11.2021	Подготовка тела танцора (гибкость, растяжка, сила, импровизация), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
37.	02.12.2021	Современный танец (модерн - техника Хортона), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
38.	04.12.2021	Классический танец (малые и средние прыжки), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
39.	07.12.2021	Подготовка тела танцора (планка, выносливость, импровизация), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
40.	09.12.2021	Современный танец (модерн - техника Хортона), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
41.	11.12.2021	Классический танец (гранд батманы, баланс), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
42.	14.12.2021	Подготовка тела танцора (сильная спина, импровизация), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
43.	16.12.2021	Современный танец (модерн - техника Хортона), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
44.	18.12.2021	Современный танец (новые комбинации), репертуар – работа над новым танцем	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
45.	21.12.2021	Подготовка тела танцора (сильные стопы), репертуар – работа над новым танцем	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение

46.	23.12.2021	Современный танец (модерн - техника Хортона), репертуар – работа над новым танцем	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
47.	25.12.2021	Подготовка тела танцора, репертуар, новогоднее занятие	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
48.	28.12.2021	Новогоднее занятие, репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
49.	30.12.2021	Подготовка тела танцора, репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
50.	11.01.2022	Современный танец (модерн - техника Хортона, партерная техника), репертуар – работа над новым танцем	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
51.	13.01.2022	Подготовка тела танцора (планка, силовая подготовка, импровизация), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
52.	15.01.2022	Классический танец (мягкая классика для современного танца, большие прыжки), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
53.	18.01.2022	Современный танец (модерн - техника Хортона, партерная техника), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
54.	20.01.2022	Подготовка тела танцора (сила, гибкость, импровизация), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
55.	22.01.2022	Классический танец (средние и большие прыжки), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
56.	25.01.2022	Современный танец (партерная техника, акробатика), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
57.	27.01.2022	Подготовка тела танцора (плечевой пояс, растяжка, импровизация), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
58.	29.01.2022	Классический танец (вращения), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
59.	01.02.2022	Современный танец (партерная техника, акробатика), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
60.	03. 02.2022	Подготовка тела танцора (силовая подготовка, импровизация), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
61.	05.02.2022	Классический танец (работа стоп, выворотность), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
62.	08.02.2022	Современный танец (партерная техника,	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение

		акробатика), репертуар – работа над новым танцем				
63.	10.02.2022	Подготовка тела танцора, репертуар – работа над детскими постановками	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
64.	12.02.2022	Классический танец, репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
65.	15.02.2022	Современный танец (партерная техника, акробатика), репертуар – работа над новым танцем	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
66.	17.02.2022	Подготовка тела танцора (ОФП, вращения, импровизация), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
67.	19.02.2022	Классический танец (малые и средние прыжки), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
68.	22.02.2022	Современный танец (новая комбинация «свинг», партерная техника), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
69.	24.02.2022	Подготовка тела танцора (партерная техника, импровизация), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
70.	26.02.2022	Классический танец (комбинации на середине на выносливость), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
71.	01.03.2022	Современный танец	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
72.	03.03.2022	Подготовка тела танцора (техника flow work, большие прыжки, импровизация), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
73.	05.03.2022	Классический танец (комбинации на вращения, растяжка), репертуар, Международный женский день (тематический урок)	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
74.	10.03.2022	Подготовка тела танцора (техника йоги на силу и дыхание, импровизация), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
75.	12.03.2022	Классический танец (комбинации на вращения, растяжка), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
76.	15.03.2022	Современный танец (комбинации с акробатикой), джазовые растанцовки	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
77.	17.03.2022	Подготовка тела танцора (сила и выносливость), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
78.	19.03.	Классический танец	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение

	2022	(малые и средние прыжки), репертуар				
79.	22.03.2022	Современный танец (комбинации из техники Хортона), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
80.	24.03.2022	Подготовка тела танцора (ОФП, акробатика, импровизация), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
81.	26.03.2022	Классический танец (спортивные эспандеры для развития высоких положений ног, растяжка), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
82.	29.03.2022	Современный танец, репертуар, подготовка к фестивалю	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
83.	31.03.2022	Подготовка тела танцора (техника Хортона, большие прыжки), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
84.	02.04.2022	Классический танец (средние прыжки, работа стоп), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
85.	05.04.2022	Современный танец, репертуар к фестивалю	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
86.	07.04.2022	Подготовка тела танцора (растяжка, импровизация), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
87.	09.04.2022	Классический танец (вращения), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
88.	12.04.2022	Современный танец, репертуар к фестивалю	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
89.	14.04.2022	Подготовка тела танцора (ОФП, сила и выносливость, гибкость, импровизация), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
90.	16.04.2022	Классический танец, репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
91.	19.04.2022	Современный танец (партерная техника, подготовка к открытому уроку), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
92.	21.04.2022	Подготовка тела танцора (вращения, импровизация), репертуар к фестивалю	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
93.	23.04.2022	Классический танец (большие прыжки), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
94.	26.04.2022	Современный танец (техника больших народных прыжков), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
95.	28.04.	Подготовка тела танцора	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение

	2022	(ОФП, большие народные прыжки, импровизация), репертуар				
96.	30.04.2022	Классический танец (большие прыжки), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
97.	05.05.2022	Подготовка тела танцора, репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
98.	12.05.2022	Подготовка тела танцора (ОФП, импровизация), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
99.	14.05.2022	Классический танец, репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
100.	17.05.2022	Современный танец (открытый), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
101.	19.05.2022	Подготовка тела танцора (ОФП, импровизация), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
102.	21.05.2022	Классический танец, репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
103.	24.05.2022	Современный танец, репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
104.	26.05.2022	Подготовка тела танцора (ОФП, импровизация), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
105.	28.05.2022	Репетиция отчётного концерта	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
106.	31.05.2022	Отчётный концерт	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
		Итого	144 час.			

5.1. Календарно-тематическое планирование (2 год обучения)

№ п/п	Месяц, число	Тема занятия	Кол-во часов	Форма проведения	Место проведения	Форма контроля
1.	02.09.2021	Вводное занятие, инструктаж ТБ. Современный танец (джаз-модерн)	1	Групповая	ДДТ	Диагностика, педнаблюдение
2.	04.09.2021	Классический танец, репертуар	2	Групповая	ДДТ	Беседа и опрос
3.	07.09.2021	Подготовка тела танцора (партерная гимнастика, вращения на середине, импровизация), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
4.	09.09.2021	Современный танец (джаз-модерн, большие прыжки), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
5.	11.09.2021	Классический танец, (вращения по диагоналям), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение

6.	14.09.2021	Подготовка тела танцора (импровизация, силовая подготовка, акробатика), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
7.	16.09.2021	Современный танец (джаз-модерн для сильной спины, вращения на середине), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
8.	18.09.2021	Классический танец (проработка ракурсов), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
9.	21.09.2021	Подготовка тела танцора (планка, спина, импровизация), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
10.	23.09.2021	Современный танец (модерн по технике Хортон), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
11.	25.09.2021	Классический танец (мягкая классика для современного танца), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
12.	28.09.2021	Подготовка тела танцора (импровизация, ОФП, прыжки), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
13.	30.09.2021	Современный танец (комбинации), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
14.	02.10.2021	Классический танец (мягкая классика для совр танца), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
15.	05.10.2021	Подготовка тела танцора (партерная гимнастика, импровизация), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
16.	07.10.2021	Современный танец (модерн по технике Хортон, усложнение комбинаций), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
17.	09.10.2021	Классический танец (вращения по диагоналям), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
18.	12.10.2021	Подготовка тела танцора (растяжка, импровизация), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
19.	14.10.2021	Современный танец (модерн по технике Хортон, повторение новых комбинаций), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
20.	16.10.2021	Классический танец (мягкая классика для совр танца), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
21.	19.10.2021	Инструктаж по ТБ. Подготовка тела танцора (растяжка, импровизация), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение

22.	21.10. 2021	Современный танец (комбинации), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
23.	23.10. 2021	Классический танец (мягкая классика для современного танца), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
24.	26.10. 2021	Подготовка тела танцора (планка, спина, импровизация), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
25.	28.10. 2021	Современный танец (модерн по технике Хортона), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
26.	30.10. 2021	Классический танец (мягкая классика для современного танца), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
27.	02.11. 2021	Подготовка тела танцора (партерная гимнастика, импровизация), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
28.	09.11. 2021	Подготовка тела танцора (импровизация), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
29.	11.11. 2021	Современный танец (модерн - техника Хортона), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
30.	13.11. 2021	Классический танец (мягкая классика для современного танца), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
31.	16.11. 2021	Подготовка тела танцора (работа спины, импровизация), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
32.	18.11. 2021	Современный танец (модерн - техника Хортона), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
33.	20.11. 2021	Классический танец (мягкая классика для современного танца, вращения), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
34.	23.11. 2021	Подготовка тела танцора (колени, бедра, импровизация), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
35.	25.11. 2021	Современный танец (модерн - техника Хортона), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
36.	27.11. 2021	Классический танец (мягкая классика для современного танца, большие прыжки), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
37.	30.11. 2021	Подготовка тела танцора (гибкость, растяжка, сила, импровизация), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
38.	02.12. 2021	Современный танец (модерн - техника	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение

		Хортон), репертуар				
39.	04.12.2021	Классический танец (малые и средние прыжки), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
40.	07.12.2021	Подготовка тела танцора (планка, выносливость, импровизация), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
41.	09.12.2021	Современный танец (модерн - техника Хортон), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
42.	11.12.2021	Классический танец (гранд батманы, баланс), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
43.	14.12.2021	Подготовка тела танцора (сильная спина, импровизация), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
44.	16.12.2021	Современный танец (модерн - техника Хортон), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
45.	18.12.2021	Современный танец (новые комбинации), репертуар – работа над новым танцем	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
46.	21.12.2021	Подготовка тела танцора (сильные стопы), репертуар – работа над новым танцем	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
47.	23.12.2021	Современный танец (модерн - техника Хортон), репертуар – работа над новым танцем	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
48.	25.12.2021	Подготовка тела танцора, репертуар, новогоднее занятие	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
49.	28.12.2021	Новогоднее занятие, репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
50.	30.12.2021	Подготовка тела танцора, репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
51.	11.01.2022	Современный танец (модерн - техника Хортон, партерная техника), репертуар – работа над новым танцем	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
52.	13.01.2022	Подготовка тела танцора (планка, силовая подготовка, импровизация), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
53.	15.01.2022	Классический танец (мягкая классика для современного танца, большие прыжки), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
54.	18.01.2022	Современный танец (модерн - техника	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение

		Хортон, партерная техника), репертуар				
55.	20.01.2022	Подготовка тела танцора (сила, гибкость, импровизация), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
56.	22.01.2022	Классический танец (средние и большие прыжки), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
57.	25.01.2022	Современный танец (партерная техника, акробатика), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
58.	27.01.2022	Подготовка тела танцора (плечевой пояс, растяжка, импровизация), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
59.	29.01.2022	Классический танец (вращения), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
60.	01.02.2022	Современный танец (партерная техника, акробатика), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
61.	03. 02. 2022	Подготовка тела танцора (силовая подготовка, импровизация), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
62.	05.02.2022	Классический танец (работа стоп, выворотность), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
63.	08.02.2022	Современный танец (партерная техника, акробатика), репертуар – работа над новым танцем	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
64.	10.02.2022	Подготовка тела танцора, репертуар – работа над детскими постановками	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
65.	12.02.2022	Классический танец, репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
66.	15.02.2022	Современный танец (партерная техника, акробатика), репертуар – работа над новым танцем	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
67.	17.02.2022	Подготовка тела танцора (ОФП, вращения, импровизация), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
68.	19.02.2022	Классический танец (малые и средние прыжки), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
69.	22.02.2022	Современный танец (новая комбинация «свинг», партерная техника), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
70.	24.02.2022	Подготовка тела танцора (партерная техника, импровизация), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
71.	26.02.2022	Классический танец (комбинации на середине на выносливость),	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение

		репертуар				
72.	01.03.2022	Современный танец	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
73.	03.03.2022	Подготовка тела танцора (техника flow work, большие прыжки, импровизация), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
74.	10.03.2022	Подготовка тела танцора (техника йоги на силу и дыхание, импровизация), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
75.	12.03.2022	Классический танец (комбинации на вращения, растяжка), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
76.	15.03.2022	Современный танец (комбинации с акробатикой), джазовые растанцовки	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
77.	17.03.2022	Подготовка тела танцора (сила и выносливость), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
78.	19.03.2022	Классический танец (малые и средние прыжки), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
79.	22.03.2022	Современный танец (комбинации из техники Хортона), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
80.	24.03.2022	Подготовка тела танцора (ОФП, акробатика, импровизация), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
81.	26.03.2022	Классический танец (спортивные эспандеры для развития высоких положений ног, растяжка), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
82.	29.03.2022	Современный танец, репертуар, подготовка к фестивалю	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
83.	31.03.2022	Подготовка тела танцора (техника Хортона, большие прыжки), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
84.	02.04.2022	Классический танец (средние прыжки, работа стоп), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
85.	05.04.2022	Современный танец, репертуар к фестивалю	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
86.	07.04.2022	Подготовка тела танцора (растяжка, импровизация), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
87.	09.04.2022	Классический танец (вращения), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
88.	12.04.2022	Современный танец, репертуар к фестивалю	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение

89.	14.04.2022	Подготовка тела танцора (ОФП, сила и выносливость, гибкость, импровизация), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
90.	16.04.2022	Классический танец, репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
91.	19.04.2022	Современный танец (партерная техника, подготовка к открытому уроку), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
92.	21.04.2022	Подготовка тела танцора (вращения, импровизация), репертуар к фестивалю	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
93.	23.04.2022	Классический танец (большие прыжки), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
94.	26.04.2022	Современный танец (техника больших народных прыжков), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
95.	28.04.2022	Подготовка тела танцора (ОФП, большие народные прыжки, импровизация), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
96.	30.04.2022	Классический танец (большие прыжки), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
97.	05.05.2022	Подготовка тела танцора, репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
98.	12.05.2022	Подготовка тела танцора (ОФП, импровизация), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
99.	14.05.2022	Классический танец, репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
100.	17.05.2022	Современный танец (открытый), репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
101.	19.05.2022	Подготовка тела танцора (ОФП, импровизация), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
102.	21.05.2022	Классический танец, репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
103.	24.05.2022	Современный танец, репертуар	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
104.	26.05.2022	Подготовка тела танцора (ОФП, импровизация), репертуар	1	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
105.	28.05.2022	Репетиция отчётного концерта	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
106.	31.05.2022	Отчётный концерт	2	Групповая	ДДТ	Педнаблюдение
		Итого:	180 час.			

В связи с расхождением количества учебных часов, предусмотренных рабочей программой на проведение учебных занятий, и фактическим количеством проведённых учебных занятий по причинам: карантин, природные факторы, болезнь педагога, дополнительные учебные дни, или их нехватка в связи с годовым календарными праздниками, в календарно-тематическое планирование вносятся изменения.

При корректировке рабочей программы изменяется количество часов, отводимых на раздел или тему. При этом обеспечивается выполнение практической и теоретической части в полном объёме.

6. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

6.1. Методическое сопровождение программы.

Программа рассчитана на 2 года обучения и реализуется в очной и дистанционной форме с применением электронных образовательных технологий.

Основными методами работы педагога являются показ движения и словесное объяснение. Это они – главные проводники требований педагога к обучающимся. В разных классах показу и объяснению отводится различная роль, изменяются функции показа и объяснения на разных этапах обучения.

На начальном этапе (1 год обучения) показу придаётся исключительно большое значение, т.к. он даёт первоначальное представление о движении. Показ должен быть точным, конкретным и технически грамотным.

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

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

Словесный метод приобретает очень большое значение в связи с происходящим процессом осмысления исполнения. На этом этапе слово несёт самую большую нагрузку.

Методы показа и объяснения варьируются в самых широких пределах, учитывая многообразие задач. Таким образом, два важнейших метода – показ и объяснение – связаны с одним из центральных моментов обучения: активизацией мышления и развитием творческого начала в процессе напряжённой физической работы по овладению танцевальными навыками.

Формы работы:

- индивидуальное практическое занятие;
- мелкогрупповые занятия (при необходимости постановочной работы);
- посещение репетиций других коллективов с целью обмена опытом;
- просмотр видеозаписей.

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

Основные принципы:

- вариативность программы (преподаватель имеет право самостоятельно распределять учебный материал на нужный период обучения в зависимости от подготовленности учащихся, не нарушая логики в учебном процессе);
- содержание программы доступно для изучения, т.к. главным принципом её является принцип «от простого к сложному»;
- программа содержит основные требования, в которых чётко изложены задачи и прогнозируемый результат к каждому году обучения. Это помогает направлять и контролировать подачу нового материала;

- программа предусматривает не только практические занятия, но другие формы работы, которые улучшают качество преподавания, позволяют создавать атмосферу творчества.

Формы организации учебного процесса.

Занятие – традиционная форма организации учебного процесса. При проведении занятий по современному танцу необходимо руководствоваться следующими моментами:

- постепенное увеличение физической нагрузки;
- чередование темпа нагрузки;
- равномерность нагрузки на обе ноги;
- правильное распределение дыхания.

При подготовке к занятию необходимо учитывать такие факторы:

- объём материала;
- степень его сложности;
- индивидуальные особенности каждого учащегося, его физические и психологические возможности.

При продумывании плана занятия предполагается детальная разработка каждой части занятия, где следует определить:

- музыкальный материал, ввести его в различные комбинации;
- определить характер музыки, её образ, просчитать музыкальные фразы.

При проведении занятия целесообразно выдерживать структуру в целом и соизмерять длительность отдельных частей, не нарушать последовательность (разминка всех частей тела, танцевальные связки движений, упражнения на растяжку, на гибкость, силовые упражнения, расслабление, упражнения на пластичность, чувство ритма, упражнения на равновесие и т.д.) Совсем не обязательно вводить все задания в одно занятие, педагог должен гибко подходить к творческому процессу, учитывая возможности каждого ребёнка. Очень важно:

- объяснять назначение каждого упражнения и правила его исполнения;
- чередовать работу различных групп мышц;
- равномерно распределять физическую нагрузку;
- развивать внимание и осознанный контроль за работой мышц;
- воспитывать самостоятельность в выполнении учебных заданий.

При реализации программы с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий используются видеоуроки, видеозаписи, аудиозаписи, технологические карты, карты-схемы» и т.д. Организация общения с детьми и родителями осуществляется в группе «ВКонтакте», «с помощью приложения-мессенджера «Viber». Для обеспечения текстовой, голосовой и видеосвязи через Интернет используются программа Skype, платформа для онлайн-конференций Zoom.

Занятие по современному танцу имеет свою структуру: разминка, танцевальные этюды, работа над гибкостью и пластичностью, затем более сложные элементы – прыжки, вращения и т.д. Однако это не ограничивает вариативности проведения занятий. Они могут отличаться дозировкой частей урока и движений. Например, какое-то занятие посвятить вращениям, значит, в нём будет меньше силовых упражнений и т.д. Каждое занятие может отличаться темпом.

Особое внимание необходимо уделить осознанному исполнению обучающимися движений. Они должны знать правила исполнения движений и назначение каждого элемента. Сознательное исполнение ускорит выработку мышечных ощущений, закрепление практического умения, положительно скажется на качестве исполнения.

Музыкальное оформление занятия современного танца. Танец органически связан с музыкой. Без неё не мыслимы как танцевальные, так и тренажные упражнения. В процессе учебной работы необходимо прививать учащимся умение слышать музыку, её основные акценты, понимать характер музыкального произведения. Правильно подобранный музыкальный материал призван быть помощником преподавателя и учащихся в овладении сложными движениями, в соблюдении темпоритма урока; музыка должна соответствовать характеру, темпу, рисунку движения и этюдов.

Для тренажных упражнений музыкальный материал надо подбирать более простой, квадратного построения, с простым ритмическим рисунком. Позднее, в старших классах, можно музыкальный материал разнообразить. В каждом классе, с каждым ребёнком надо учитывать индивидуальные особенности, возрастную категорию и возможности конкретного учащегося. Музыка несёт функцию организатора, но на этом её воздействие на ребёнка не заканчивается – так как она, являясь импульсом к движению, даёт эмоциональный заряд, помогает повысить работоспособность, вырабатывает характер, чёткость, художественную окраску и законченность исполнения, то есть несёт художественно-воспитательную задачу. В связи с этим преподаватель и концертмейстер, если он есть, должны ответственно подходить к отбору музыкального материала.

6.2. Диагностические материалы

Среди диагностических инструментов педагог применяет педагогическое наблюдение за уровнем сформированности у обучающихся предметных, личностных и метапредметных результатов. Методики и упражнения авторов А. Разживина, В.В. Козлова, А.Е. Гиршона, Н.И. Веремеенко, М. Лымарь, О. Веняминовой.

При реализации программы с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий формами подведения итогов станут:

- видео и фото-отчеты,
- самостоятельная форма работы с помощью видеоконференций,
- участие в вебинарах и онлайн-консультациях,
- заполнение обучающимися детского объединения «Аврора» «Дневника успешной Личности».

6.3. Дидактические материалы

В качестве дидактических материалов используются электронные презентации, видеоматериалы мастер-классов известных современных хореографов, обучающие онлайн-вебинары, видеосъёмки собственных выступлений на концертах, участие в конкурсах хореографического искусства разных направлений и уровней, а также онлайн-курсы по переподготовке и повышению квалификации педагогов.

7. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

7.1. Список использованной литературы

1. Базарова Н., Мэй В. «Азбука классического танца» - Спб., 2010 г.
2. Ваганова А. «Основы классического танца» Лань, 2000 г.
3. Костровицкая В. «Школа классического танца» - Спб., 1986 г.
4. Костровицкая В.С. «100 уроков классического танца», Искусство, 1981
5. Ткаченко Т. «Работа с танцевальными коллективами» М., 1983 г. Устинова Т. «Русские танцы» М., 1975 г.
6. Ткаченко Т. «Народные танцы» - М., 1987 г.
7. Тарасов Н.И. «Классический танец» М., 2006 г.

7.2. Список литературы для педагогов

1. Браиловская Л.В. «Самоучитель по танцам» - Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.
2. Васильева Т.К. «Секрет танца» - Санкт-Петербург: Диамант, 1997.
3. Ильенко Л.П. «Интегрированный эстетический курс для начальной школы» - М., 2001.
4. Минский Е.М. «От игр к занятиям» - М., 1982.
5. Назайкинский Е.В. «Звуковой мир музыки» - М.: Музыка, 1988.
6. Смирнова М.В. «Классический танец» - Выпуск 3. - М., 1988.
7. Смирнов М.А. «Эмоциональный мир музыки» - М.: Музыка, 1990.
8. Шишкина В.А. «Движение + движение» - М.: Просвещение, 1992

7.3. Список литературы для обучающихся

1. Анатомия человека: Учебное пособие / В.Г. Николаев и др. – Ростов-на-Дону.: Феникс, 2006.
2. Базарова Н., Мэй В. «Азбука классического танца» - Спб., 2010 г.
3. Браиловская Л.В. «Самоучитель по танцам» - Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.
4. Л.Д. Ивлева «Джазовый танец» Уч. пособие для студентов и преподавателей институтов искусства и культуры, колледжей и училищ. ЧГАКИ. Челябинск 2006 год.
5. Т.С. Лисицкая «Аэробика на все вкусы». М.: «Владос». 1994 год.
6. Работа актёра над собой. К.С. Станиславский. Собр. соч., т.2, М., 2018.

7.4. Список литературы для родителей

1. Джаз-танец. История, теория, практика: Методические разработки для студентов хореографического отделения /АГИК.-Барнаул, 1994.
2. Интегративная танцевально-двигательная терапия. М., 2005 — .)
3. Искусство балетмейстера. Р. Захаров. М., 1954.
4. Музыкальное движение. С. Руднева, Э. Фиш. Методическое пособие для педагогов музыкально-двигательного воспитания, работающих с детьми дошкольного и младшего школьного возраста. СПб, 2000.
5. В. Ю. Никитин, Издательство "ГИТИС", 2000
6. Сочинение танца. Р. Захаров, М., 1989.
7. Стиль модерн и пластические поиски конца 19 - начала 20 века. К.А. Добротворская. Сб. научных трудов, СПб, 1993.
8. Танец будущего. Моя жизнь. А. Дункан, Ростов-на-Дону, 1998.
9. Хореографическое искусство 20-х годов. Е.Я. Суриц. М., 1979.

7.5. Список интернет-ресурсов

1. https://vk.com/market-58514926?section=album_14&w
2. https://2dip.su/%D1%81%D0%BF%D0%B8%D1%81%D0%BE%D0%BA_%D0%BB%D0%B8%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%B0%D1%82%D1%83%D1%80%D1%8B/%D1%85%D0%BE%D1%80%D0%B5%D0%BE%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%84%D0%B8%D1%8F/
3. https://studwood.ru/1072544/pedagogika/spisok_literatury
4. http://pdshi.mari-el.muzkult.ru/img/upload/2837/documents/Spis_lit_Khoreografiya.pdf

7.6. Список интернет-ресурсов для обучающихся ансамбля современного эстрадного танца «Аврора» в дистанционном режиме обучения

1. Классический станок – хореография.
<http://moi-ballet.com/statii-o-balete/klassicheskii-standok-horeografiy>
2. Современные танцы для детей.
<https://var--veka-ru.turbopages.org/var-veka.ru/s/blog/sovremennye-tancy-dlya-detey.html>
3. Танцевальная импровизация.
<https://kladraz.ru/blogs/natalja-lvovna-rudakova/individualnaja-traektorija-razvitija-improvizacija-kak-sposob-tvorcheskogo-samovyrazhenija.html>
4. Актерское мастерство для детей 4-16 лет.
https://alluziya.ru/akterskoe_masterstvo/treningi-akterskogo-masterstva-dlya-detei/