

Министерство образования Московской области  
Комитет образования Администрации  
городского округа Королев Московской области  
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
городского округа Королёв Московской области  
«Центр Гармония»

Рекомендовано  
Педагогическим советом МАУ ДО  
«Центр Гармония»  
Протокол №3 от 28.03.2023

Утверждено  
Директор МАУ ДО  
«Центр Гармония»  
Ковтун Е.В.  
Приказ №62 от 28.03.2023



**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
«Топ-Класс. Эстрадный танец»  
Возраст обучающихся: 5-11 лет.  
Уровень: стартовый  
Срок реализации: 1 год.**

**Составитель программы:  
Педагог дополнительного  
образования Дроздова А.А**

**г.о. Королев, 2023**

## Пояснительная записка

Современный эстрадный танец – это танцевальное направление, синтезировавшее в себе самые различные стили. В нем могут присутствовать элементы различных стилевых систем: классического танца, модерн-балета, джаз-танца, афро-джаза, хип-хопа, контемпорпари, различные стилизации народных, балльных танцев. В современном эстрадном танце большую роль играет индивидуальность исполнителя, т.к. эстрадный танец это не просто последовательность заученных движений, это небольшая танцевальная постановка. И исполнитель должен обладать не только танцевальным, но и актерским талантом.

Данная программа разработана на основании: закона РФ «Об образовании в Российской Федерации» (ФЗ № 273 от 29.12.2012 г.); Концепции развития дополнительного образования детей (утвержденной распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 №1726-р); Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации №196 от 09.11.2018); Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (утверждено постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от.04.07.2014г. №41) методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ; Общих требований к определению нормативных затрат на оказание государственных (муниципальных) услуг в сфере образования, науки и молодежной политики, применяемых при расчете объема субсидии на финансовое обеспечение выполнения государственного (муниципального) задания на оказание государственных (муниципальных) услуг (выполнения работ) государственным (муниципальным) учреждением (утверждены приказом Министерства образования и науки РФ от 22.09.2015 № 1040); Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных обще-развивающих

программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242).

### **Направленность программы**

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа «Топ-Класс» имеет художественную направленность; по функциональному предназначению – досуговой, ознакомительной, учебно-познавательной и общекультурной; по форме организации – групповой.

**Актуальность программы** обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Хореографическое воспитание имеет важное значение – как в физическом, так и в нравственном становлении личности ребенка, которая является важнейшей целью всего процесса обучения и эстетического воспитания. Без формирования способности к эстетическому творчеству невозможно решить важнейшую задачу всестороннего и гармоничного развития личности. Танец – это вид искусства, в котором художественные образы создаются посредством пластических движений и ритмически четкой и непрерывной смены выразительных положений человеческого тела из чего и формируется техника танцев. Познав красоту в процессе творчества, человек глубже чувствует прекрасное во всех проявлениях и в искусстве и в жизни. Его художественный вкус становится более тонким. Душой танца является музыка. Она создает эмоциональную основу, определяет характер танца. Умению слышать музыку, понимать ее язык, разбираться в основных формах и выразительных средствах, легко и непринужденно двигаться в ритме определенной музыки, получать удовольствие от ее красоты – всему этому учит танец.

Занятия эстрадно-спортивным танцем - социально-значимый процесс. Он призван содействовать формированию и развитию личности ребенка,

способного к социально – психологической адаптации в дальнейшей жизни. В прочесе обучения формируются социально-значимые навыки, такие как умение общаться и взаимодействовать, развитие общей культуры и культуры общения, самореализация. В процессе деятельности происходит формирование ценностного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих, а также профориентация обучающихся.

Швейцарский композитор и педагог Эмиль Жак Далькроз разработал систему музыкально-ритмического (хореографического) воспитания. Э.Ж. Далькроз справедливо полагал, что посредством общения с музыкой и танцем дети учатся познавать мир и самих себя, а занятия танцами не только развивают музыкальность, но и помогают воспитать внимание, волю и коммуникабельность. Это доказывают и недавно проведенные исследования американских ученых, подтвердивших, что дети, занимающиеся танцами несколько лет, опережают своих сверстников в развитии, добиваются больших успехов в учебе и гораздо увереннее чувствуют себя в кругу сверстников.

На занятиях танцами увеличивается объем двигательной активности, который оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно-сосудистой и нервной системы.

Программа является составительской, модифицированной, модульной.

Базой программы являются следующие образовательные программы:

- программа студии современного эстрадного танца «Данс-кредо» Мозолевской И.В.,
- авторской программы Бриске И.Э. «Программа обучения одаренных детей». - ЧГАКИ, Челябинск, 2000;
- учебного пособия Ивлевой Л.Д. «Джазовый танец» (основы джазового танца).

- на основе программ Московской государственной Академии Хореографии «Ритмика», «Гимнастика» «танцевальные Этюды».
- Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности **«Современный эстрадный танец»**  
Автор-составитель: Денисенко Валентина Андреевна
- Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности **«FLASH»** Автор-составитель: Волкова Светлана Сергеевна,
- Образовательная программа дополнительного образования детей танцевального ансамбля «Непоседы», разработанная педагогом дополнительного образования Еленой Александровной Степановой;
- Образовательная программа дополнительного образования детей «Хореографическая студия «Эдельвейс», разработанная С.М. Сапожниковой;
- Дополнительная образовательная программа «Волшебство грации», автор - Хайкара Наталья Александровна.

**Отличительной особенностью данной программы является** то, что обучение доступно большему кругу детей (нет профессионального отбора). В коллектив принимаются все желающие дети, независимо от степени одаренности и уровня хореографической подготовки. Так-же отличительной особенностью программы «Топ-Класс» является - синтез видов и форм хореографического обучения, создание интегрированной модели обучения: (джазовый танец, танец модерн, классический, народный, бальный танец) Программа направлена не на подготовку профессионального танцора, а на предоставление возможности ребенку выразить себя в танце, передать эмоции через пластику. Также особенностью программы является то, что в программу введен раздел «Пластика и импровизация», которая рассматривается как возможность приобщения детей к творческой самостоятельности, реализации своих чувств и мыслей.

Призвание быть танцором или это всего лишь каприз покажет время, но позволить реализовать себя в этой сфере искусства может каждый, тем более что обучение танцевальному искусству предполагает большие физические и моральные нагрузки и здесь без желания и стремления не обойтись. Ведь не редко, дети, обладающие прекрасными данными, в процессе обучения пасуют перед трудностями и, не желая утруждать себя, прерывают учебу. Дети же, не имеющие данных и вызывающие порой недоумение специалистов по поводу выбранного ими вида деятельности, но обладающие сильным желанием и стремлением, преодолевая свои физические недостатки путем самостоятельных занятий, добиваются блестящих результатов.

Занятия эстрадно-спортивным танцем - социально-значимый процесс. Он призван содействовать формированию и развитию личности ребенка, способного к социально – психологической адаптации в дальнейшей жизни. В процессе обучения формируются социально-значимые навыки, такие как умение общаться и взаимодействовать, развитие общей культуры и культуры общения, самореализация. В процессе деятельности происходит формирование ценностного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих, а также профориентация обучающихся.

Социальный аспект программы состоит в том, что деятельность объединения выходит за рамки учреждения. Обучающиеся в объединении участвуют в мероприятиях, проводимых на площадках города, а так же в скверах и парках, таких как «День пожилого человека», «День города», «День матери», « День семьи», «День учителя», «День единства», «Новогодняя елка», «День науки», «Международная олимпиада школьников», «День защиты детей», участие в акциях «День донора», «день здоровья».

### **Цели и задачи программы.**

**Цель программы:** - знакомство с хореографическим искусством, развитие творческих и физических навыков и способностей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании,

**Задачи программы:**

- создание условий для развития личности и творческого потенциала обучающихся средствами хореографии .
- обучение основам хореографии.
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни.
- мотивация личности к познанию, творчеству, труду, искусству и спорту.
- освоение обучающимися программных дисциплин на стартовом уровне.
- развитие, укрепление и сохранение физического и психического здоровья.
- приобщение детей к общечеловеческим ценностям , развитие духовной культуры. опираясь на интерес к танцу, раскрытие творческой индивидуальности каждой формирующейся личности, развитие потенциала ребенка в области освоения хореографии, его способности к самовыражению языком танца.
- освоение обучающимися программы стартового уровня и переход на базовый уровень не менее 80% обучающихся.

**Воспитательные:**

- воспитать культуру поведения и общения;
- воспитать умение ребенка работать в коллективе;
- воспитывать чувство ответственности, трудолюбия, конструктивности.
- Воспитание чувства толерантности и взаимопомощи;
- Воспитание потребности в саморазвитии;
- Навыки хорошего тона и культурного поведения при общении друг с другом, в обществе.

- Воспитание потребности в здоровом образе жизни

### **Образовательные:**

- обучить основам партерной гимнастики;
- обучить простейшим элементам современного эстрадного танца;
- обучить элементам музыкальной грамоты;
- познакомить детей с историей возникновения и развития танца.

### **Развивающие**

- способствовать снятию мышечного и психологического торможения посредством танцевального движения;
- формировать правильную осанку, корректировать фигуру ребенка;
- формировать интерес к танцевальному искусству;
- развить музыкальность, выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений;
- развить воображение, фантазию, умение находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки;
- развить познавательный интерес, любознательность и умение творчески мыслить;
- развивать художественный вкус.
- Развить координационные (точность воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия) способности.
- Развить физические качества: ловкость, гибкость, сила.
- Формировать чувство ритма.

**Социальный аспект** программы состоит в том, что деятельность объединения выходит за рамки учреждения. Обучающиеся в объединении участвуют в мероприятиях, проводимых на площадках города, а так же в скверах и парках, таких как «День пожилого человека», «День города», «День матери», «День семьи», «День учителя», «День единства», «Новогодняя елка»,



«День науки», «Международная олимпиада школьников», «День защиты детей», участие в акциях «День донора», «день здоровья».

**Новизна программы** заключается в освоении уже на данной ступени обучения более широкого объема материала основ танца на основе сочетания нескольких апробированных методик и различных методов подачи материала учитывая возрастные особенности обучающихся включение социально-значимого аспекта.

**Педагогическая целесообразность** программы в том, что в ней заложена основа методики систематической подготовки начинающих танцоров. Программа обеспечивает воспитание культуры повседневного досуга, способствует формированию у современных детей индивидуальной танцевальной культуры, укреплению физического здоровья, готовит мотивированных и способных обучающихся.

**Основные принципы, на которых основывается программа:**

1. Принцип вариативности и свободы выбора, он необходим для самореализации личности.
2. Принцип эмоциональной насыщенности. Занятия танцами дают основу для создания среды, богатой ценностным общением, стимулируют положительные эмоции, благоприятно влияющие на физическое и душевное здоровье обучающихся и побуждающие ребенка к дальнейшему развитию.
3. Принцип креативности предполагает развитие и активизацию творческих способностей каждого ребенка.
4. Принцип индивидуализации имеет значение для осуществления личностно-ориентированного подхода в процессе эстетического воспитания и творческого развития личности обучающихся.

5. Принцип диалогичности предусматривает овладение детьми языком искусств, не просто усвоение предлагаемого материала, а познание мира через активный диалог с ним.
6. Принцип интеграции основан на взаимопроникновении специфического языка танца в другие сферы жизни. На основе общих выразительных средств дети ищут параллели в различных видах искусства, раскрывая художественный образ.
7. Принцип доступности, обеспечивающий переход от простого к сложному, от известного к неизвестному.

### **Методическое обеспечение программы**

Срок реализации программы – 1 год.

Общее количество учебных часов - 72,

Общая учебная нагрузка 2 часа в неделю.

Возрастной состав: разновозрастная

В связи с возрастными особенностями и особенностями программы , формируются группы : 5-8 лет; 7-11, 10-14,14-17 лет.

Занятия проводятся по 1 часу 2 раза в неделю, или 1 раз в неделю по 2 часа в зависимости общего расписания, от общих требований САНПИН и рекомендаций по составлению дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ.

**Форма обучения – очная**

**Форма проведения занятий: групповая**

**Программа рассчитана на обучающихся 5-11 лет**, интересующихся танцевальным искусством. Реализация программы будет проводиться в форме теоретических и практических занятий согласно календарно-тематического плана. Последовательность изложения тем и количество времени может быть изменено в зависимости от индивидуальных

способностей детей, темы года, участия в конкурсах и фестивалях, концертах. Обучение проводится в групповой форме.

Группа – разновозрастная.

Численность обучающихся в группе 12-15 человек.

**Концептуальные основы программы** строятся на идеях развивающего обучения Д.Б.Эльконина, В.В.Давыдова, И.А.Якиманской, Л.В.Занкова, предполагающие гуманно-личностный и рефлексивно-деятельностный подходы к ребёнку на следующих принципах:

- принцип ориентации на потребности общества и личности обучающегося;
- принцип личностно-ориентированного воспитания, в основе которого лежит признание личности ребёнка высшей социальной ценностью (принятие таким, какой он есть);
- принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся при включении их в творческую деятельность;
- принцип сотрудничества и единства требования (отношения с воспитанниками строятся на доброжелательности и доверительной основе);
- принцип компетентного подхода, направленный на формирование культурного, самостоятельного человека с активной жизненной позицией, способного к творческому саморазвитию;

Данная программа рассчитана на детей в возрасте от 7 до 18 лет, имеющих данные, а так же не имеющих ярко выраженных танцевальных способностей и строиться с учетом возрастных особенностей.

**Возрастные особенности детей на которых основывается программа:**  
**Возраст 5-7 лет.** Движущими силами развития психики являются противоречия, которые возникают в связи с развитием целого ряда потребностей ребенка. Важнейшие из них: потребность в общении, с помощью

которого усваивается социальный опыт; потребность во внешних впечатлениях, в результате чего происходит развитие познавательных способностей, а также потребность в движениях, приводящих к овладению целой системой разнообразных навыков и умений. В процессе совместной деятельности дети приобретают опыт руководства другими детьми и опыт подчинения. Ведущим видом деятельности дошкольника является ролевая игра, в которой формируется **поведение**, опосредованное образом другого человека. Также большое значение и влияние на умственное развитие дошкольника оказывает обучение, в котором важнейшую роль играет распределение функции между участниками процесса учения.

**Возраст 7-11 лет.** Развитие психики детей этого возраста осуществляется главным образом на основе ведущей деятельности — учения. Учение для младшего школьника выступает как важная общественная деятельность, которая носит коммуникативный характер. В процессе учебной деятельности младший школьник не только усваивает знания, **умения и навыки**, но и учится ставить перед собой учебные задачи (цели), находить способы усвоения и применения знаний, контролировать и оценивать свои действия. Новообразованием младшего школьного возраста являются произвольность психических явлений, внутренний план действий, рефлексия.

Поскольку речь идёт о дополнительном образовании ребёнка, следует обратить внимание на то, что программа, наряду с развитием творческих способностей, чувства ритма, пластичности и др., предусматривает воспитание массы других качеств, без которых невозможна полноценная деятельность человека в социуме. Это – внимание, дисциплина, ответственность, культура, духовно-нравственное развитие, социально-значимая деятельность и пр. Исходя из этих требований, подбираются педагогические методы. Это:

- **Метод Мини-макс.** Обучение связано с физической и психической нагрузкой. Так как основные навыки и умения формируются у детей в

младших классах, а далее совершенствуются, то особое внимание уделяется первому году обучения. Важным принципом работы в этих группах является использование основной базовый минимум танцевальных элементов при максимуме всевозможных сочетаний.

- Игровой метод. Соответственно возрастным особенностям игра должна быть средством достижения намеченной педагогической цели, требовать для своего осуществления волевых усилий, упорного труда. Тогда игра будет способом обучения воспитанника умению трудиться
- Метод ступенчатого повышения нагрузок. Предполагается постепенное увеличение нагрузок по мере освоения ребёнком дисциплины в рамках программы.
- Метод импровизации. Помогает активно использовать фантазию ребёнка при выполнении творческих задач.
- Словесный метод: объяснение, описание, лекция, беседа, рассказ.
- Наглядный метод: просмотр видеоматериала и обсуждение, посещение занятий других танцевальных коллективов, просмотр фотографий, картин, иллюстраций.
- Видео метод. Просмотр видеозаписей с танцевальными номерами и презентаций.
- Практический метод: показ, личный пример, самостоятельное выполнение  
Речь педагога должна подсказывать действие и опережать события. Педагог должен выполнять движения синхронно и зеркально. Использование образных названия танцевальных элементов способствует более легкому восприятию материала.

#### **Здоровьесберегающий аспект программы.**

Так как занятия связаны с высокой физической и психологической нагрузкой и многократным повторением при отработке танцевальных элементов, в каждом занятии включен прием смены видов деятельности. Используются комплекс упражнений по снятию физической и психологической разгрузки,

релаксационные упражнения. Соблюдается режим проветривания, а также гигиена обучающихся. Занятия в партере проводятся на специальных индивидуальных гимнастических ковриках.

Регулярно проводятся **инструктажи** по технике безопасности, правилам противопожарной безопасности, правилам дорожного движения по пути следования обучающимися в учреждение и из него, безопасность: при проведении массовых мероприятий, в каникулярное время.

В репертуар студии входят танцевальные композиции многих стилей и направлений, шедевры классической и современной музыки, что позволяет не только удовлетворить естественную физическую потребность ребёнка в разнообразных формах движения, но и максимально расширить его художественный кругозор, стремление к прекрасному, познаваемому им через разные формы танцевального искусства. В этом состоит *отличительная особенность* данной программы от существующих, как правило, узконаправленных программ по отдельным танцевальным направлениям.

В процессе работы педагог руководствуется принципом дифференцированного подхода к личности каждого обучающегося и гармоничного вхождения каждого ребенка в коллектив, а также максимальным развитием его творческих возможностей и эмоциональной раскрепощённости. Для достижения цели образовательной программы необходимо опираться на следующие основные принципы:

- Постепенность в развитии природных способностей детей
- Систематичность и регулярность занятий
- Целенаправленность учебного процесса

Педагогический процесс в дополнительном образовании носит неформальный характер, в отличие от школьных традиций, а потому он ближе к природным основам общения, диалога с педагогом, старшими детьми, сверстниками. Отсутствие жестких регламентов классно-урочной системы с ее отметочной политикой позволяет в дополнительном образовании идти к

конечному результату более гибким путем, следуя природе познавательного интереса ребенка. Безоценочная система ведет к более успешному освоению предмета, т.к. обучение идет не по принуждению, а с учетом интересов и возможностей детей. Обучение идет с учетом их возрастных (психологических, физиологических) особенностей. Вся работа направлена на то, чтобы ребенок был востребованным в творческой работе студии, участвовал в концертах. Повышение эффективности и результативности зависит от систематичности занятий и от умения правильно выстраивать учебные занятия. Немалую роль в результативности играет поддержка, похвала участников.

Программа предполагает индивидуальный подход к обучающимся, поскольку степень одаренности и способностей детей, а порой и учебных групп - различны. Исходя из этого, каждый ребенок работает по своему рабочему максимуму, который, позволяет глубже раскрыть его индивидуальность.

### **Условия реализации программы**

К занятиям хореографией допускаются обучающиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.

Занятия необходимо проводить в специально оборудованном танцевальном классе, с хорошим освещением, при температуре воздуха 17-20 градусов.

Работа на середине класса проводится на расстоянии 2,5 метра от стены с зеркалами. Проветривание кабинета и влажная уборка производится 2 раза в день. Занятия проводятся совместно с концертмейстером и под фонограммы.

### **Для отслеживания и контроля результатов обучения :**

Методы контроля:

- наблюдение
- мониторинг (промежуточный, итоговый)
- открытые занятия;

**Мониторинг уровня освоения программы** проводится в форме промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по освоению дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ по форме установленной локальным актом об аттестации обучающихся МАУ ДО «Центр Гармония». **Приложение 1.**

**Критерии** по которым проводится аттестация обучающихся по программа «Топ-Класс» определяются в зависимости от возрастной группы, возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся и этапа освоения программы:

- творческого мышление, память, воображение, нестандартное мышление;
- владение основными танцевальными движениями;
- сформированность теоретических знаний и практических умений;
- умение выразить чувства;
- коммуникативные навыки;
- активность, сообразительность, умение импровизировать, двигаться под музыку;
- сформированность общей культуры;
- сформированность представлений о танцевальной культуре;
- творческая индивидуальность;

Основными критериями оценки освоения программного материала остаются результаты участия в хореографических фестивалях и конкурсах муниципального, всероссийского и международного уровня, а также активное участие в концертных мероприятиях и, конечно, поступление выпускников в учебные заведения хореографической направленности.

### **Модель «выпускника» стартового уровня.**

Полученные знания:



- правильное положение рук, ног, головы;
- позиции в классическом танце;
- правила постановки корпуса;
- экзерсис у станка и на середине;
- припадание, боковой шаг.
- акцентирование шага на первую долю такта в марше
- правила о выворотном положении ног;

#### Полученные умения:

- правильное исполнение переменного хода, лёгкий шаг с носка на пятку;
- правильное исполнение элементов северного танца, элементов русского танца.
- выразить образ в разном эмоциональном состоянии (веселье, грусть);
- тактировать руками размер 2/4, %, 4/4;
- правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку;
- чувствовать характер марша, передавать его в шаге.
- исполнение импровизации на свободную тему;
- общение в паре;

#### Сформированные личностные качества:

- умение трудиться в коллективе;
- ответственное отношение к общему делу.
- бережное отношение друг к другу;
- умение трудиться в коллективе;
- уважительное и толерантное отношение к искусству хореографии, к классической музыке.

### **Возможные формы проведения занятий:**

- учебное занятие;
- открытое занятие;
- беседа;
- игра;
- репетиция;

**Основной формой организации образовательного процесса в объединении является групповое занятие.**

### **Учебный план**

№	Название раздела тема	Количество часов			формы аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
Модуль 1					
1	Разучивание разминки. Инструктаж по технике безопасности.	2	1	1	наблюдение
2	Раздел «История танца»	2	2	0	
3	Раздел «Тренаж»	4	1	3	наблюдение
4	Раздел «Партерная гимнастика».	10	1	9	наблюдение
5	Раздел «Ритмика»	6	1	5	наблюдение
Модуль 2					
6	Раздел «Классический танец»	10	1	9	Промежуточная аттестация
Модуль 3					

7	Раздел «Эстрадный танец»	8	1	7	Наблюдение за правильностью выполнений движений
8	Раздел «Народный танец»	8	1	7	Наблюдение за правильностью выполнений движений
9	Раздел «Джазовый танец»	8	1	7	Наблюдение за правильностью выполнений движений
Модуль 4					
10	Раздел «Танцевальные этюды»	8	1	7	Наблюдение
11	Раздел «Пластика и импровизация»	6	1	5	Наблюдение
12	Повторение пройденного материала.	1	0	1	Итоговая аттестация
	Итого	72	12	60	

**Ключевыми образовательными компетенциями**, которые формируются при обучении по дополнительной общеобразовательной программе «Топ-Класс» являются:

**- ценностно-смысловые компетенции**, связанные с ценностными ориентирами обучающихся, способностью видеть и понимать окружающий мир, ориентироваться в нем, осознавать свою роль и предназначение, уметь

выбирать целевые и смысловые установки для своих действий и поступков, принимать решения.

- **общекультурные компетенции**, в которых отражены особенности национальной и общечеловеческой культуры, духовно-нравственные основы жизни человека и человечества, отдельных народов, культурологические основы семейных, социальных, общественных явлений и традиций, компетенции в бытовой и культурно-досуговой сфере;

- **учебно-познавательные компетенции**, которые позволят получить знания и умения организации планирования, анализа, рефлексии, самооценки учебно-познавательной деятельности; обучающийся овладевает навыками продуктивной деятельности: добыванием знаний непосредственно из реальности, владением приемами действий в нестандартных ситуациях, эвристическими методами решения проблем;

- **информационные компетенции**, в которых при помощи информационных технологий (СМИ, интернет) формируются умения самостоятельно искать, анализировать и отбирать необходимую информацию, организовывать, преобразовывать, сохранять и передавать ее;

- **коммуникативные компетенции** включают знание необходимых языков, способов взаимодействия с окружающими людьми, навыки работы в группе, владение различными социальными ролями в коллективе;

- **социально-трудовые компетенции** - умения анализировать ситуацию и действовать в соответствии с личной и общественной выгодой, владеть этикой трудовых и гражданских взаимоотношений;

- **компетенции личностного самосовершенствования** направлены на освоение способов физического, духовного и интеллектуального саморазвития, эмоциональной саморегуляции и самоподдержки.

Обучающийся овладевает способами деятельности в собственных интересах и возможностях, что выражаются в его непрерывном самопознании, развитии необходимых современному человеку личностных качеств, формировании психологической грамотности, культуры мышления и поведения. К данным

компетенциям относятся забота о собственном здоровье, внутренняя культура и основы безопасной жизнедеятельности.

В основе формирования компетентностей лежит сотрудничество на занятии между педагогом и обучающимся.

Целостное развитие личности ребёнка в рамках освоения дополнительной общеобразовательной программы «Современный эстрадный танец» обеспечивается через формирование универсальных учебных действий, которые создают возможность самостоятельного успешного усвоения новых знаний, умений и компетентностей, включая «умение учиться».

### **Формирование личностных УУД.**

Обучение эстраднему танцу способствует личностному развитию обучающихся, поскольку обеспечивает понимание искусства хореографии как средства общения между людьми. В нем раскрываются наиболее значимые для формирования личностных качеств ребенка темы искусства, запечатленные в художественных образах. На основе освоения обучающимися танцевального искусства в сфере личностных действий будут сформированы эстетические и ценностно-смысловые ориентации обучающихся, создающие основу для формирования позитивной самооценки, самоуважения, жизненного оптимизма, потребности в творческом самовыражении.

### **Формирование регулятивных УУД.**

Задания и вопросы по хореографическому творчеству, ориентированные на формирование действий контроля и самоконтроля, оценки и самооценки процесса и результатов учебных действий, направленные на развитие регулятивных УУД.

### **Формирование познавательных УУД.**

Познавательная деятельность в танцевальном коллективе усиливается за счет бесед о танцевальном искусстве, молодежной культуре и моде, совместных просмотров телепередач, концертов, фестивалей о танце, посещение театров, концертов.

## **Формирование коммуникативных УУД.**

В процессе обучения дети сознательно включаются в совместную деятельность, учатся слушать и понимать партнеров, участвуют в коллективном обсуждении проблем, помогают друг другу, строят продуктивное сотрудничество со сверстниками и взрослыми.

По итогам освоения программы обучающийся может достичь следующих результатов:

### **Личностные результаты:**

- формирование культуры поведения и общения, навыков работы в коллективе, потребности в саморазвитии;
- развитие самостоятельности (чувства ответственности), трудолюбия, художественного вкуса.
- стимулирование творческой активности, эмоциональной раскованность,
- веры в свои силы.

### **Метапредметные результаты**

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи деятельности, поиска средств её осуществления;
- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

### **Предметные результаты:**

- устойчивый интерес к хореографии, к художественным традициям своего народа, к различным видам музыкально-творческой деятельности, понимание значения танца в жизни человека;
- освоение танцевальных направлений (классической, народной и современной хореографии), как духовного опыта поколений;

- знание основных закономерностей хореографического искусства.

У обучающихся формируются умения:

- понимать роль хореографии в жизни человека; различать образы в танце; определять по характерным признакам направление и стиль танца;
- эмоционально воспринимать и оценивать танец; размышлять о знакомых танцевальных постановочных работах; высказывать суждение об основной идее, о средствах и формах ее воплощения;
- понимать специфику хореографического языка, получать представление о средствах танцевальной выразительности;
- исполнять изученные танцевальные комбинации, участвовать в публичных выступлениях.

### **Материально-техническое обеспечение.**

Важным условием выполнения дополнительной образовательной программы является достаточный уровень материально – технического обеспечения:

- наличие специального зала, оснащенного зеркалами,
- тренировочными станками;
- гимнастические коврики, физкультурные маты.
- качественное освещение в дневное и вечернее время .
- музыкальная аппаратура, аудиозаписи.
- специальная форма и обувь для занятий.
- костюмы для концертных номеров (решение подобных вопросов осуществляется совместно с родителями и администрацией Центра).
- Душевая кабина, умывальники.

- Проектор, экран, ноутбук для демонстрации видеоматериалов и презентаций.

Руководитель объединения может в процессе работы вносить корректировку в данную программу.

### **Содержание курса.**

Структура занятий включает в себя три основные части: подготовительную, основную, заключительную.

#### *Подготовительная часть занятия.*

Общее назначение – подготовка организма к предстоящей работе. Конкретными задачами этой части является: организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния занимающихся; умеренное разогревание организма. Основными средствами подготовительной части являются: строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой и др. Все упражнения выполняются в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечнососудистой и дыхательной систем.

Методические особенности. Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15% общего времени занятия.

#### *Основная часть занятия.*

Задачами основной части являются: развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение, и совершенствование движений танцев; отработка композиций и т.д.

Средства основной части занятия: упражнения на силу, растягивание и расслабление (экзерсисы); хореографические упражнения; элементы



эстрадного танца и других видов танца; танцевальные композиции; постановочная работа.

Методические особенности. На данную часть занятия отводится примерно 75-85% общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

#### *Заключительная часть занятия.*

Основные задачи – постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов. На эту часть отводится 5-10% общего времени. Основными средствами являются: спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение которых доставляет детям радость. Методические особенности. В заключительной части проводится краткий разбор достигнутых на занятии успехов в выполнении движений, что создает у учащихся чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться. Замечания и советы по поводу недостаточно освоенных движений помогает учащимся сосредоточить на них внимание на следующем занятии.

### **Краткое содержание разделов:**

#### **Модуль 1.**

##### **1.Раздел «Разминка»**

Теория: Инструктаж по технике безопасности. Разминка перед танцами помогает разогреть мышцы и не травмировать их во время занятий, а также обеспечивает наиболее пластичное выполнение всех предложенных во время занятия связок.

Практика:

Упражнения:

Голова

Виды движений:

- наклон вперед-назад;
- наклон влево-вправо;
- поворот влево-вправо.

## Плечи

### Виды движений:

- подъем одного или двух плеч вверх;
- движение плеч вперед-назад;
- твист плеч (изгиб, резкая смена направлений)

## Грудная клетка

### Виды движений:

- движения из стороны в сторону;
- движение вперед-назад;
- подъем и опускание

## Корпус

### Виды движений:

- маятник (перенесение тяжести тела с пяток на полупальцы и обратно по 1, 2 и прямой позиции ног или одной ноги на другую);
- деревянные и тряпочные куклы (расслабление и напряжение мышц корпуса);
- «жираф» (стоя наклониться вперед, достать руками пол, поднять ногу вверх, в потолок);
- «росток» (поднимание корпуса на полупальцы)

## Руки

### Виды движений:

- поднимание и опускание рук вместе и поочередно;
- круговые движения рук

## Бедра

### Виды движений:

- движения вперед-назад;
- движение из стороны в сторону

Полуприседание по 1 и свободной позиции, напряженные и пружинные.

Соттэ - прыжки: «ножницы», «бегунок», «кенгуру».

## **2.Раздел «История танца»**

Теория: Изучая историю танца, дети учатся более тонко чувствовать эмоциональную настроенность произведения, обладать умением распознать и отличить движения танцев разных народов и стилей, музыкальное сопровождение и костюм.

Данный раздел является теоритическим для обучающихся дошкольного и школьного возраста и проводится в форме демонстрации презентаций, видеоматериалов или лекции по темам;

1.«История возникновения танца»

2.«Танцы народов мира. Особенности»

3.«Великие танцоры прошлого и современности»

4.«Стили и виды танца»

Практика: Обучающиеся среднего и старшего школьного возраста могут подготовить доклад, сочинение или презентацию по данным темам.

## **3.Раздел «Тренаж»**

Теория:1. Техника безопасности при выполнении элементов.

Практика: 2. Упражнения на осанку (для формирования правильной осанки при отсутствии дефектов в осанке)

- Упражнение на ощущение правильной осанки, стоя у стены или перед зеркалом. Стать спиной к стене так, чтобы затылок, лопатки, ягодицы и пятки касались стены. Запомнить это положение тела и, отойдя от стены, сохранить его в течение 10-30 сек.

- Упражнение на ощущение правильной осанки, но отойдя от стены. Прodelать несколько движений руками, туловищем и снова принять положение правильной осанки. Затем стать к стене и проверить правильность.
- Ходьба на месте или с продвижением вперед с чередованием прыжков на двух ногах.
- В положении лежа на спине, руки вверх, сгибание ног, не поднимая их от пола, руки к плечам, напрягая мышцы спины.
- Из стойки с правильной осанкой отвести ногу назад на носок, руки вверх, смотреть на кисти, потянуться вверх.
- Приняв положение правильной осанки, удерживать на голове набивной мяч или мешочек с песком.
- В висе спиной к гимнастической стенке стремиться выпрямиться, касаясь стены всеми частями тела.

### 3. Упражнения для мышц шеи, рук и плечевого пояса

- Наклоны головы вперед, назад, влево, вправо.
- Наклоны головы вперед, назад, влево, вправо. Повороты головы налево, направо. Круговые движения головой.
- Быстрое и энергичное сгибание и выпрямление пальцев. Круговые движения кистью в лучезапястном суставе. Круговые движения рукой в локтевом суставе.
- Сгибание и выпрямление рук в упоре стоя, в упоре лежа на бедрах.

### 4. Упражнения для мышц туловища

- В различных исходных положениях медленно (с напряжением) наклоны, повороты и круговые движения туловища.

- Переходы из упора присев, переставляя руки, в упор лежа и снова в упор присев.
- Из положения лежа на спине резким движением сесть в плотной группировке и лечь на спину, руки вверх.
- В положении лежа на животе отведение прямых ног назад одновременно поднимая голову и плечи вверх (прогибание).
- Из положения лежа на спине, руки в стороны, прогнуться в грудной части позвоночника (головой и ягодицами касаясь пола).
- Из седа ноги врозь, руки в стороны, наклон вперед с поворотом туловища (правой рукой коснуться левого носка).
- В положении седа, упор руками сзади, поочередное поднятие правой и левой ноги. То же, но с удерживанием поднятой ноги в течение нескольких секунд.
- В положении седа, упор руками сзади, поднятие обеих ног по положения седа углом.
- Из положения лежа на спине, руки за голову, вверх или в стороны, поднятие и опускание прямых ног.
- В положении лежа на животе поднятие ног назад поочередно и вместе.

##### 5. Упражнения для мышц ног:

- Различные виды ходьбы (на носках, на пятках, на внешней стороне стопы).
- Ходьба пружинным шагом. Ходьба с высоким поднятием бедра.
- В различных исходных положениях (стоя на одной ноге, сидя и т.п.) сгибание и разгибание стопы, круговые движения стопой внутрь и наружу.
- Поднятие на носки и опускание на всю стопу.

- Стоя на месте, перекатывание на стопах вперед и назад (с пятки на носок и обратно), не сгибая ног в коленях.
- Из стойки скрестно опускание в сед и возвращение в исходное положение без опоры руками о пол.
- Полуприседание и приседание на носках и на всей стопе (ноги вместе и врозь).
- Ходьба в приседе на высоких полупальцах.
- Выпады (вперед, назад, в сторону) на месте и с продвижением.
- Бег с высоким подниманием колена.
- Бег сгибая голень назад.
- Бег спиной.

## 6. Упражнения на растягивание и гибкость

Упражнения для мышц плечевого пояса и туловища:

- Разведение и сведение лопаток, поднимание опускание плеч, круговые движения плечами вперед и назад.
- Из различных исходных положений (руки вверх, вниз, в сторону, перед грудью и т.п.) рывки руками назад.
- Круговые движения согнутыми и прямыми руками в боковой и лицевой плоскостях.
- Из стойки ноги вместе, или ноги врозь наклоны корпуса вперед и в сторону с различными движениями рук.
- Из стойки ноги врозь, ноги вместе, руки вверх, наклон вперед с захватом голеней.
- Из седа с прямыми ногами (руки вверх, за голову) наклоны корпуса вперед.

- То же из седа ноги врозь, наклоны вперед поочередно к правой и к левой ноге.
- То же самое – одна нога в положении лягушки.
- То же с захватом ног (или одной ноги) и с опорой на руки в стороны и с руками в сторону.
- Ходьба в наклоне, ноги врозь, с захватом голеней и без захвата.
- Лежа на спине, ноги поднять в вертикальное положение и развести в стороны до касания носками пола.
- Наклоны вперед и в сторону, сидя на лягушке. Растяжки вперед и в сторону за пятку, сидя на лягушке.
- Растяжка, лежа в сторону той же рукой, вперед – противоположной. Из различных исходных положений махи ногами вперед, назад, в сторону.
- В положении выпада (вперед, в сторону) пружинящие приседания.
- В стойке ноги врозь пошире, опираясь руками о пол, пружинящее опускание таза вниз, постепенно увеличивая расстояние между стопами.
- То же, но одна нога впереди, другая сзади. То же, и опуститься в «шпагат».
- Сидя и лежа на спине с согнутыми ногами, стопы сомкнуты, ладони на коленях – разведение колен (не разъединяя стопы).

## 7. Упражнения на расслабление

- В стойке «ноги вместе» руки вперед, вверх, в сторону, потряхивание расслабленными кистями.
- В различных исходных положениях, во время ходьбы руки вверх, ладони внутрь последовательно расслабить кисти, предплечья, плечи.

- В различных исходных положениях, расслабляя мышцы шеи, уронить голову вперед, назад, вправо или влево.

- Из стойки на одной ноге, другая сзади на носке, руки вверх, расслабить мышцы всего тела и, как бы оседая всем телом, сесть на пятку или упасть на бок.

- Из стойки лицом к стенке согнуть ногу вперед, раскачивать расслабленную ногу вперед и назад. То же, стоя боком к стенке и потряхивая свободной ногой.

## 8. Экзерсис на полу.

- Упражнения, сидя на полу.

- Фиксация исходного положения.

-Сгибание и вытягивание стоп.

- Круговые движения стоп в право и в лево

- Наклоны корпуса вперед из исходного положения.

- Наклоны корпуса вперед из положения в I позиции с

-согнутыми ногами с вытягиванием их вперед.

- Наклоны корпуса вперед в положении «лягушка сидя».

Упражнения, лежа на спине.

- Поднимание и опускание вытянутых ног наверх поочередной вместе.

-Поднимание и опускание вытянутых ног наверх с окончанием в I позицию поочередно и вместе. Мах ногой вперед-наверх поочередно.

- «Лягушка» с вытягиванием ног вперед.



-«Березка».Перенос двух ног за голову с опусканием их на колени, с последующим вытягиванием и возвратом в исходное положение с наклоном корпуса вперед.

Упражнения, лежа на боку.

- мах с подъемом ноги в сторону. Две руки лежат на полу. Одна рука лежит на полу, другая удерживает пятку работающей ноги.

- Поднимание и опускание вытянутой ноги в сторону.

- Поднимание вытянутой ноги в сторону и сгибание стопы, с последующим опусканием в исходное положение.

Упражнения, лежа на животе.

Прогибание корпуса назад, опираясь ладонями в пол, с вытягиванием рук в локтях.

-«Колечко» опираясь ладонями в пол, ноги сгибаются, стопы касаются головы.

- «Корзиночка» Прогибание корпуса назад, руки держат стопы ног, бедра приподнимаются от пола. Руки держат стопы ног, бедра лежат на полу.

- «Лодочка» прогибание корпуса назад с одновременным подниманием вытянутых ног вверх и рук вверх-вперед.

- «Самолетик» прогибание корпуса назад с одновременным подниманием вытянутых ног вверх и рук вверх-в сторону.

-Поднимание вытянутой ноги назад вверх, опираясь на локти, лбом касаясь пола.

- Поднимание двух вытянутых ног назад вверх.

- Grands battements jetés назад – из исходного положения, опираясь ладонями вытянутых рук в пол, с опусканием корпуса к полу во время grands battements (мах с перекатом).
- «Лягушка» с последующим вытягиванием ног в сторону, переходом на прямой шпагат, стопы согнуты, и соединением их перед собой, сидя на полу.
- Упражнения, стоя на коленях.
- Прогибание корпуса назад, стоя на двух коленях.
- Покачивание на стопах – из положения сидя на коленях, опираясь на руки, поднимать колени от пола, делая упор на подъемы стопы.
- Упражнения, выполняемые двумя учащимися (парами).
- Прогибание корпуса назад, лежа на животе (другой учащийся, сидя на коленях, держит стопы крепко прижатыми к полу).
- Поднимание и опускание корпуса с положения, лежа на спине, колени согнуты в невыворотном положении (другой учащийся, сидя на коленях, придерживает ноги в согнутом положении).

#### **4.Раздел «Партерная гимнастика».**

Теория: Упражнения на полу разгружают позвоночник и дают возможность делать движения целенаправленно: отдельно – на укрепление мышц спины и пресса, гибкости позвоночника; отдельно – на развитие выворотности ног и вытянутости их в коленном суставе и стопе. Упражнения, лежа на спине, способствуют укреплению мышц брюшного пресса и выворотности бедер. Упражнения на боку преследуют цель укрепления выворотности бедер и развития шага в сторону. Упражнения на животе способствуют развитию гибкости корпуса и укреплению мышц спины. Упражнения непременно исполняются в сопровождении музыкального инструмента и здесь важно следить за музыкальностью исполнения движений. Следование четкой

ритмической основе каждого упражнения способствует развитию музыкальности и внутренней организованности. Каждое упражнение имеет свои методические требования, они простые, но важно добиваться абсолютной точности их выполнения. Все упражнения за редким исключением исполняются по 4 раза подряд. Не рекомендуется уменьшать эту нагрузку, ее можно только увеличивать, но исходя из возможности детей – их физической подготовленности, профессиональных данных и степени концентрации внимания. В предлагаемой программе «исходное положение» представляется следующее:

- Упражнения, сидя на полу: корпус и голова прямо. Ноги в выворотном положении вытянуты в коленях и стопах. При нормальном строении ног и их правильном положении пятки должны быть приподняты от пола, что является своеобразным контролем абсолютной вытянутости ног в коленях. Руки раскрыты в сторону точно по линии плеч, опущены вниз, средний палец кисти касается пола. Руки растягиваются в длину, как можно дальше от корпуса.

- Упражнения, лежа на спине: корпус лежит на спине на полу. Ноги в выворотном положении лежат на полу вытянутые в коленях и стопах. Пятки чуть приподняты от пола. Руки лежат на полу ладонями в пол, точно в стороны по уровню плеч. Голова прямо, взгляд вверх.

- Упражнения, лежа на боку корпус лежит на правом боку. Правая рука вытянута вперед и лежит ладонью к полу. Левая рука согнута в локте и лежит ладонью к полу впереди корпуса на уровне груди. Ноги вытянуты в коленях и стопах в выворотном положении.

- Упражнения, лежа на животе: корпус лежит на животе, ноги вытянуты в коленях и в стопах в выворотном положении, пятки соединены. Голова лбом касается пола. Руки согнуты в локтях и лежат на полу. Ладони также на полу у плеч.

- Упражнения, стоя на коленях: сидеть с прямым корпусом на коленях, соединенных вместе, касаясь вытянутых стоп, прижатых к полу. Руки опущены вниз до пола, вытянуты в локтях.

Экспериментальная практика показала целесообразность исполнения движений в группе парами, то есть один учащийся делает упражнение, а другой помогает ему достичь правильности его исполнения.

Техника безопасности при выполнении упражнений.

Практика:

1. В положении лежа на спине и сидя (*Упражнения для эластичности мышц стопы, растяжения ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок*):

- вытягивание и сокращение подъема стопы по VI позиции ног;
- развороты стоп с вытянутым и сокращенным подъемом VI позиции ног;
- вращательные движения стопами внутрь и наружу;
- приподнимание в воздух вытянутых ног попеременно на 25°, 45°, 60°;
- упражнение «складка» — наклон ровного корпуса на вытянутые ноги с захватом руками стоп ног;

2. В положении лежа на спине (*Упражнения для развития выворотности ног, подвижности и гибкости коленного сустава*)

- напряжение и расслабление ягодичных мышц;
- поворот бедер, голени и стоп внутренней стороной наружу;
- круговые движения голенью ног вправо, влево.

В положении сидя:

- упражнение «велосипед» — поочередное сгибание и вытягивание ног над полом.

В положении сидя по-турецки:

- подъем корпуса в вертикальное положение без участия рук;

— выпрямление колен до соприкосновения их внутренней части с полом по VI позиции ног.

3. В положении лежа на спине (*Упражнения для развития подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра*)

— поочередное выпрямление согнутых ног с помощью рук;  
— легкое раскрывание ног в стороны, расслабляя колени, и закрывание через сопротивление в стопе и голени .

В положении сидя:

— наклоны вперед, с касанием вытянутых и разведенных в стороны ног, касаясь локтями пола;  
— поочередное касание пола коленом вовнутрь согнутых и поставленных врозь ног;  
— упражнение «лягушка» — касание пола согнутыми в коленях и разведенными врозь ногами;  
— упражнение «лягушка» с наклоном корпуса вперед;  
— подъем на колени с вытянутыми руками вперед из положения, сидя на пятках, с руками на поясе (при седлообразной спине);  
— отведение прямой ноги назад на носок, с подачей корпуса вперед, с руками на поясе, стоя на колене другой ноги (при седлообразной спине).

4. В положении лежа на животе (*Упражнение для развития танцевального шага*)

— упражнение «лягушка» с поднятым и прогнутым назад корпусом, прижатыми пятками и животом к полу.

В положении лежа на спине:

— подъем согнутой в коленном суставе ноги с отводом в сторону вверх с помощью руки;

— подъем ноги на  $90^\circ$  с выворотной и сокращенной стопой, с нагрузкой на поднятую ногу (с посторонней помощью);

— растяжка поднятой вперед вверх ноги на  $180^\circ$  (с посторонней помощью).

В положении сидя:

— выпрямление согнутых в коленях ног с разворотом стоп в I позиции ног с одновременным медленным наклоном корпуса к ногам;

— наклоны корпуса вперед с касанием пола к раскрытым до предела в стороны ногам;

— виды «шпагатов» — продольный, поперечный.

#### 5. В положении лежа на спине (Упражнения для укрепления мышц брюшного

Пресса)

— поочередный и одновременный подъем выворотных ног с сокращением и вытягиванием стоп в воздухе;

— подъем корпуса в положение сидя с вытянутыми вперед руками, с закрепленными на полу ногами (при седлообразной спине);

— одновременный подъем корпуса и вытянутых ног до образования угла согнутых в коленях ног и корпуса с разворотом их в разные стороны;

— забрасывание прямых ног за голову и возвращение в исходное положение;

— приподнимание головы с целью увидеть свои стопы (при сутулой спине).

В положении сидя:

— упражнение «ножницы» — поочередное выбрасывание прямых ног вверх с большой и малой амплитудой, раскрытие и перекрещивание ног над полом;

— отведение одной руки назад с взглядом на кисть в упоре на коленях (при седлообразной спине).

#### 6. В положении лежа на спине (Упражнения на развитие гибкости позвоночника)

- приподнимание верхней части позвоночника с удерживанием тела на крестцовой части позвоночника и затылочной части головы «маленький мост» (при сутулой спине);
- прогиб корпуса с опорой на локти, без отрыва головы и таза от пола;
- наклон туловища вправо, влево без отрыва спины от пола;
- касание пола справа и слева коленями согнутых ног с одновременным поворотом головы в противоположную сторону;
- упражнение «березка» — выход в стойку с вытянутым вверх позвоночником опорой на плечи, локти и кисти рук, шея, свободна спина, таз, ноги вытянуты в одной плоскости вертикально вверх.

В положении сидя:

- выпрямление согнутых в коленях ног без отрыва туловища от ног с захватом пяток руками;
- наклоны корпуса вправо, влево с одновременным касанием пола локтем руки за коленом отведенных в сторону ног.

В положении лежа на животе:

- сдвиг подбородком предмета (книги) при вытянутом положении тела рук и ног (при сутулой спине);
- упражнение «лодочка» — одновременное вытягивание и приподнимание рук вперед, ног назад, с последующим раскачиванием;
- упражнение «качели» — захват руками щиколоток согнутых в коленях ног, их вытягивание вверх с одновременным раскачиванием;
- упражнение «кольцо» — прогиб корпуса назад с касанием головой стоп согнутых в коленях ног;
- упражнение «мостик» — стойка на руках и ногах с одновременным прогибом спины и головы назад.

В положении упора на коленях:

- поочередное поднятие прямых противоположных руки и ноги (при сутулой спине).

7. В положении лежа на животе:

— подъем плеч вверх и назад, ладони рук в захвате локтей за головой без отрыва грудной клетки от пола.

В положении сидя:

— подъем таза вперед вверх с опорой на руки сзади корпуса и на ноги.

В положении упора на коленях:

— касание подбородком пола с одновременным сгибанием рук в локтях (при сутулой спине);

— наклон корпуса вперед с последующим касанием плеч пола;

— с вытянутой одной рукой вперед (вторая рука под подбородком)

отклонение таза вправо, влево;

— прогиб спины назад с касанием вытянутыми руками стоп.

8. Комплексы упражнений партерной гимнастики:

- Комплексы упражнений партерной гимнастики, построенные на пройденных упражнениях.

## **5. Раздел «Ритмика»**

Теория: В данном блоке программы предлагается реализация музыкально-ритмического воспитания в содружестве концертмейстера и педагога. Например, начиная с первого движения, дети поочередно вслух называют цифры начала каждого такта при исполнении движения. В ряде случаев, они делают это сообща все вместе. Такой прием дал хороший результат. Он неразрывно связывает исполнение движения с ритмической основой музыкального произведения и приучает детей к сосредоточенному вниманию и активному участию в выполнении заданий.



В процессе проведения занятий большое значение необходимо уделять . Определению детьми музыкального размера, правильному ориентированию во временной протяженности музыки. Навык определения размера, а следовательно, и тактирование мелодии вырабатывает точность вступлений и выполнение пауз при исполнении движений. Восприятие детьми различных длительностей тренируется исполнением ритмических движений по группам одновременно: одна группа исполняет движение по четвертям, другая – восьмыми долями и т.д. Рекомендуется использовать на уроках ритмические диктанты: концертмейстер играет музыкальную фразу, дети повторяют ее ритмический рисунок. Первостепенное значение приобретает правильный умелый подбор музыкального материала для занятий. Он должен содержать высокохудожественные образцы русской и зарубежной классической и народной музыки доступные возрасту детей. Возможно использование на занятиях музыки, записанной на электронных носителях. Симфоническая музыка способствует более тонкому восприятию звучания различных музыкальных инструментов: скрипки, виолончели, гобоя, кларнета и т.п. Музыка важна как положительный фон, помогающий дисциплинировать учащихся, сосредоточить их внимание. Устанавливает единый для всех темп и ритм исполнения движений, музыка несет функцию организатора. Однако этим её влияние не ограничивается, возможности её воздействия на детские личности гораздо шире объёмнее. Музыка, являясь импульсом к движению, даёт эмоциональный заряд, помогает повысить работоспособность, вырабатывает характер, чёткость и законченность исполнения, то есть несёт художественно- воспитательную функцию. Техника безопасности при выполнении упражнений.

Практика:

1.Динамика и темп музыки:

- Динамика (сила звука)

- Темп (скорость музыкального движения)

## 2. Музыкальный размер.

- Музыкальный размер 2/4

- Музыкальный размер 3/4

- Музыкальный размер 4/4

## 3. Развитие слухового восприятия

- Словесная фиксация начала музыкального такта.

В движениях сидя на полу:

- Поднимание и опускание вытянутых в сторону рук

(музыкальный размер 3/4)

- Сгибание и разгибание стоп (музыкальный размер 2/4)

В движениях лежа на спине:

- Поднимание вверх и опускание вниз вытянутых ног (музыкальный размер 3/4 или 4/4)

В движениях лежа на боку:

- Поднимание вверх и опускание вниз вытянутых ног (музыкальный размер 3/4 или 4/4)

## 4. Музыкально-пространственные упражнения

- маршировка в темпе и ритме музыки;

шаг на месте,

вокруг себя,

вправо, влево.

- Пространственные музыкальные упражнения: продвижения в различных рисунках по одному, в паре.

-перестроения: из колонны в шеренгу и обратно,

4.3. Музыкально-ритмические упражнения: на практическое усвоение понятий:

«Темп»,

«Ритм»,

«Динамика»,

«Музыкальная фраза»,

«Акцент» (сильная и слабая доля такта).

5.Фиксация хлопками ритмической структуры музыкального произведения

- Фиксация  $1/4$  долей такта

- Фиксация  $1/8$  долей такта

- Фиксация сочетания  $1/4$  и  $1/8$  долей такта

6.Фиксация ударами стоп об пол (притоп) и шагами ритмической структуры музыкального произведения

-Фиксация  $1/4$  долей такта

-Фиксация  $1/8$  долей такта

- Фиксация сочетания  $1/4$  и  $1/8$  долей такта

7.Комбинированная фиксация ритмической структуры музыкального произведения ударами стоп об пол (притоп), шагами и хлопками.

- Фиксация  $1/4$  долей такта
- Фиксация  $1/8$  долей такта
- Фиксация сочетания  $1/4$  и  $1/8$  долей такта

## Модуль 2.

### 6. Раздел «Классический танец»

Теория: . Постановка рук. Постановка ног. Правильность выполнения основных движений классического танца. Позы классического танца. Правильность выполнения прыжков классического танца. Техника безопасности при выполнении упражнений.

Практика: «Экзерсис у станка». Все упражнения исполняются за 2 руки.

1.Позиции ног (I, II, III) классические, I невыворотная, VI.

2. Постановка корпуса.

3.*Battements tendus* по I позиции.

- *Battements tendus* в сторону, вперёд ( $2/4$  – 8 тактов с паузами в открытой и закрытой позиции по 2 такта).

- *Battements tendus* в сторону, вперед ( $2/4$  – 4 такта с паузами в позициях по 1 такту).

-*Battements tendus* в сторону с переходом на другую ногу ( $2/4$  – 8 тактов с конечной паузой в I позиции, позднее на 4 такта).

- *Battements tendus* в сторону, вперед со сгибанием стопы ( $2/4$  – 4 такта).

- *Battements tendus* назад (спиной в зал) ( $2/4$  – 8 тактов с паузами в позициях).

- *Battements tendus* назад (спиной в зал) ( $2/4$  – 4 такта с паузами в позициях).

- *Battements tendus* во всех направлениях ( $2/4$  – 2 такта без пауз).

4.*Pliés*.

- *Demi-plié* по I и II позициям ( $3/4$  – 4 такта).

- *Grand plié* по II позиции (3/4 – 8 тактов).

- *Grand plié* по I позиции (3/4 – 8 тактов).

5. *Battements tendus plié-soutenu*.

- *Battements tendus plié-soutenu* в сторону, вперед (3/4 – 8 тактов, 2/4 – 4 такта).

- *Battements tendus plié-soutenu* назад.

6. *Temps lié* в сторону по I позиции (3/4 – 8 тактов)

7. *Battements tendus* с переходом на другую ногу через *grand plié* по II позиции (2/4 – 8 тактов).

8. *Battements jetés*.

- *Battements jetés* в сторону и вперед (2/4 – 4 такта).

1 такт – вывести ногу на носок.

2 такт – поднять на 30°.

3 такт – опустить на носок.

4 такт – закрыть в I позицию.

- *Battements jetés* в сторону, вперед с *piqué* (2/4 – 4 такта).

1 такт – вывести ногу на носок.

2 такт – 1/4 – поднять на 30°.

1/4 – опустить на носок.

3 такт – 1/4 – поднять на 30°.

1/4 – опустить на носок.

4 такт – закрыть в I позицию.

9. *Rond de jambe par terre en dehors*.

- *Demi-rond de jambe en dehors par terre* вперед – в сторону (3/4 – 8 тактов).

1-2 такты – вывести ногу вперед.

3-6 такты – провести в сторону.

7-8 такты – закрыть в I позицию.

10. *Sur le cou-de-pied*.

- Изучение *sur le cou-de-pied* с положения на носок в сторону (спереди условное и сзади).

11. *Relevés* (лицом в зал).

- *Relevés* без *pliés* (2/4 – 2 такта).

1 такт – подняться на полупальцы.

2 такт – опуститься на целую стопу.

- *Relevés* с *pliés* (2/4 – 4 такта).

1 такт – *demi-plié*.

2 такт – вытянуть колени.

3 такт – подняться на полупальцы.

4 такт – опуститься на целую стопу.

12. *Port de bras* (спиной).

- Прогибание корпуса назад по I позиции за две руки (3/4 – 8 тактов).

- Наклон корпуса вперед за 1 руку (3/4 – 8 тактов).

13. Растяжки.

- В сторону за 2 руки спиной, нога на станке (3/4 – 8 тактов).

-) В сторону через *demi-rond de jambe* за 1 руку, другая рука держит стопу (3/4 – 8 тактов).

14. *Sautés* по I позиции (лицом).

- С *demi-plié* перед прыжком на 1 такт (2/4 – 4 такта).

1-2 такты – углубить *plié* после прыжка.

3 такт – вытянуть колени.

4 такт – *demi-plié*.

- С *demi-plié* перед прыжком на 1/4 (2/4 – 2 такта).

### **Модуль 3.**

#### **7. Раздел «Эстрадный танец»**

Теория: Правила и логика построений и перестроений по заданным вариантам (линии, колонны, круг, диагональ, шахматный порядок.). Современный эстрадный танец включает в себя много танцевальных направлений и течений. Отличие эстрадного танца от других направлений хореографии. Терминология современного танца. Знакомство с основными

направлениями современного эстрадного танца. Техника безопасности при выполнении упражнений.

Практика:

Основные технические приёмами современного танца. Особенности техники исполнения эстрадного танца. Техника безопасности при исполнении элементов.

Основные танцевальные шаги:

1. Марш. Музыкальный размер 2/4. Руки на талии.

- Шаги на месте (носок одной ноги у колена другой в невыворотном положении).

- Шаг вперед с ударом в пол другой ногой.

- Шаги с продвижением вперед.

- Шаги на месте с поворотом вокруг себя по одному в каждом направлении (в точки 3,5,7,1).

- Марш в сочетании с подъемом на полупальцы и хлопками в ладоши.

2. Подскоки.

Музыкальный размер 2/4. VI позиция. Руки на талии.

- «Лошадки» (перескакивание с ноги на ногу по VI позиции, вытянутый носок одной ноги у носка другой) на месте и с продвижением вперед.

- Подскоки на вытянутой ноге, другая нога у колена в невыворотном положении. На месте, с продвижением вперед и вокруг себя.

- Подскоки с продвижением вперед на присогнутых в коленях ногах.

3. Шаг полька. Музыкальный размер 2/4. III или VI позиция ног. Руки на талии.

- прыжок с подбивом ноги в сторону.

- Сочетание подскока с различными прыжками и хлопками.

4. Прыжки

- по VI позиции,

- из I во II позицию.

5. Наклоны корпуса с разной амплитудой.

6.«Локо-мотор». круговые движения в суставах .

7. Шоссе

-вперед

-в сторону

-назад

8. Комбинации с изученными элементами.

## **8.Раздел «Народный танец»**

Теория: Особенности и история народного танца. Техника безопасности.

1 Шаги. Музыкальный размер 2/4. I свободная позиция ног. Руки на талии сжаты в кулачки.

- Простые шаги.

- Переменные шаги.

2. Поклоны.

-На месте (поясной поклон) без рук и с руками.

- поклон с продвижением вперед и отходом назад.

3. «Ковырялочка» - поочередные удары носком и ребром каблука в пол.

4. Полуприсядки.

- По I позиции с окончанием в I позицию на всю стопу,вытягивая колени.

- По I позиции с окончанием во II позицию на ребро каблуков.

- По I позиции с открыванием ноги на ребро каблука.

5. Притопы.

- Удар всей стопой в пол.

- Поочередные удары правой – левой – правой ногами.



6. Раскрывание и закрывание рук:

- одной руки.
- двух рук.
- поочередные раскрывания рук.
- переводы рук в различные положения.

7. Боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции.

- «Гармошка».
- «Елочка».

8. Припадание в сторону по 3-й свободной позиции:

- вперед и назад по 1-й прямой позиции.

## **9.Раздел «Джазовый танец»**

Теория. Знакомство с историей появления джаз-танца, его особенности.

Беседа «Жизнь и творчество Айседоры Дункан», просмотр выступлений.

Знакомство с особенностями джаз-модерн танца (энергичного и выразительного, образного танца, который взял все самое лучшее с джазовой хореографии и модерна. Улучшает координацию движений. Техника джаз-модерн танца используется практически во всех современных танцах. Подготовленное техникой джаз-модерн танца тело – сила, гибкость, пластичность, выносливость, отличная форма и прекрасная осанка. Занятия развивают музыкальность, чувство ритма, правильное дыхание, постановку корпуса, координацию движений, умение владеть своим телом). Техника безопасности при выполнении упражнений.

Практика: Экзерсис у станка:

1.Основные позиции ног: I, II, III и VI.

2.Plie

- по I, II параллельным позициям

-по I, II out позициям.

### 3.Releve

- по I, II параллельным позициям,

-по I, II out позициям.

### 4.Flat back вперед:

- на прямых ногах

- на plie.

### 5. Passé

-на полной стопе по I параллельной

на полной стопе по out позиции.

### 6.Arch

-по I, II параллельным

- по out позициям

.

Экзерсис на середине зала:

7.Пресс-позиция, I, II, III и V положения.

8. Техника изоляции

## **Модуль 4.**

### **10.Раздел «Танцевальные этюды»**

Теория: Основы композиции и постановки танца

Практика: танцевальные этюды на основе изученных элементов.

-Этюд «Волшебный лес». Музыка Сен-Санс «Аквариум».

- Вариация «Фантазия» Музыка Е.Крылатов. «Море».
- Этюд «Джазовое настроение» Музыка Caravan palace.
- Этюд «Валенки» Русская народная «Валенки».

## **11. Раздел «Пластика и импровизация»**

Теория: понятия: пространство, время, уровни. значение импровизации.

Практика:

1. Основы партнеринга.(импровизация в паре).
  - Игры зеркало, тень.
2. Импровизация в пространстве
  - через контакт запястий, переход в нижний уровень (партер),
  - добавление других частей тела в контакте.
3. Парная работа с импульсами, на доверие.
- 4.Передача веса
  - ладонь в ладонь, плечами, спиной,
  - переходы между частями тела, совместные наклоны и уходы в партер
4. Импровизация в группе.Задание по 4 человека в «ромбиках» ( повторение со сменой ведущего, выход из игры, заимствования у соседней группы, перемещение всей группой по пространству, ускорение темпа, переход в разные уровни по пространству).
6. «Включение» тела сверху-вниз и снизу вверх; рисование линий ногами, орпусом, руками, заимствования, скорости
- 7.Работа с образами

### **Список литературы.**

Литература, используемая при создании программы:

- Ваганова А.Я. «Основы классического танца», С-Петербург 2000г.

- Громова Е.Н. «Детские танцы из классических балетов», С-Петербург 2001г.
- Фадеева СЛ. « Теория и методика преподавания классического и историко- бытового танцев», С-Петербург 2000г.
- Народные танцы./ Авт.-сост. О.В. Иванникова.- М.: АСТ, 2007.
- Сборник лауреатов авторских программ. Выпуск 2. номинация художественная. Методическое пособие – М., ГЩУДОД ФЦТТУ, 2010г.
- Полетков С.С. Основы эстрадного танца. - Ростов- на - Дону, 2005г.
- Барышникова, Т.К. Азбука хореографии / Т.К. Барышникова. - М. : Айрис-Пресс : Рольф, 1999. – 262с.
- Березина, В. А. Дополнительное образование детей России / В. А. Березин ; Министерство образования и науки Российской Федерации. - Москва : Диалог культур, 2007. - 511, с.
- Евладова, Е. Б. Дополнительное образование детей : Учеб. пособие для студентов учреждений проф. образования, обучающихся по специальности 0317 "Педагогика доп. образования" / Е. Б. Евладова, Л. Г. Логинова, Н. Н. Михайлова. - М. : Владос, 2002. - 348, с.
- Ерохина, О. В. Школа танцев для детей : [Фольклор, классика, модерн] / Ерохина О.В. - Ростов н/Д. : Феникс, 2003. - 223 с. :
- От внешкольной работы - к дополнительному образованию детей : Сб. нормат. и метод. материалов для доп. образования детей / [Ред.-сост. И.В. Калиш]; Науч. ред. А.К. Бруднов. - М. : ВЛАДОС, 1999. - 541, [1] с.
- Социальное воспитание в учреждениях дополнительного образования детей: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 050711 (031300) - Социал. педагогика / [Б.В. Куприянов и др.] ; Под ред. А. В. Мудрика. - М. : Academia, 2004. - 240 с.

- Винер И.А., Н.М.Горбулина. О.Д Циганкова. Программа дополнительного образования «гармоничное развитие детей средствами гимнастики»; под.ред. Винер И.А. Москва Просвящение, 2011г.

Литература для обучающихся:

- Бардина С.Ю. «Балет, уроки», Москва 2003г.
- Детская энциклопедия «Балет», Москва 2001г.
- Детский хореографический журнал «Студия Пяти-па» №1 2003 г.
- Проспект «Национальное шоу России»

Литература для педагога:

- Базарова Н. Классический танец.- Л.: Искусство 2015г.
- Барышникова Т. Азбука хореографии. «Респект Люкс» СП.: 2016г
- Васильева Е. Танец.- М.: Искусство, 2013г.
- Волконский С.М. Выразительный человек. Сценическое воспитание жеста (по Дельсатру). – 2012г.
- Захаров Р.Искусство балетмейстера.- М.: Искусство, 2014г.
- Захаров Р.Сочинение танца.- М.: Искусство, 2014г.
- Калинина С.А. Духовная культура России. - М., 2015.
- Костровицкая В. 100 уроков классического танца.- М.Л.: Просвещение,2015 г.
- Лиёпа М. Вчера и сегодня в балете. – Российская энциклопедия, М.: Молодая гвардия, 2016г.
- Бекина С.И. «Музыка и движение», М., 1984г.
- Ваганова А.Я. «Основы классического танца». С- Петербург 2000 г.
- Васильева Т.К. «Секрет танца», С-Петербург 1997г.
- Громов Ю.И. «Танец и его роль в воспитании пластической культуры актера». СПбГУП 1997г.
- Громов Ю.И. «От школы на Росси к школе на Фучика», СПбГУП 2001 г.

- Громова Е.Н. «Детские танцы из классических балетов». С- Петербург 2001 .
  - Диниц Е.В. «Азбука танцев», Донецк 2004г.
  - Костровицкая В. «100 уроков классического танца». Л, 1980г.
  - Матвеев В.Ф. «Теория и методика преподавания русского народного танца». С- Петербург 1999г.
  - Пасютинская В. «Волшебный мир танца». М.. 1985г.
  - «Современный бальный танец», М.. 1978г.
  - Тарасова Н.Б. «Теория и методика преподавания народно-сценического танца», С- Петербург 1996г.
  - Фадеева СЛ. «Теория и методика преподавания классического и историко- бытового танцев», С-Петербург 2000г.
  - Ярмолович М. «Классический танец», Л, 1986г.
- К разделу «Классический танец».
- Балет. Энциклопедия. - М.: Советская энциклопедия, 1981.
  - Бахрушин Ю.А. История русского балета. - М.: Просвещение, 1977.
  - Блок Д.Д. Классический танец. История и современность. – М.: Искусство, 1987.
  - Бочарникова Э, Иноземцева Г. Тем, кто любит балет.- М.: Русский язык, 1987.
  - Ваганова А.Я. Основы классического танца. – СПб.: Издательство «Лань». 2001
  - Гваттерини М. Азбука балета. – М., 2001.
  - Детская энциклопедия «Балет», М.: Астрель Аст 2001.
  - Дешкова И. Загадки Терпсихоры. – М: Детская литература, 1989.
  - Колесникова А.В. Бал в России: XVIII – начало XX века. – СПб.: Азбука-классика,2005.
  - Комиссаржевский Ф.Ф. История костюма. – Мн.: Современ.литератор, 1999.

- Пасютинская В. Волшебный мир театра. - М.: Просвещение, 1985.
- Полная энциклопедия быта русского народа. Том 1,2 . - М; 1998.
- Сестры Сорины. Необходимый имидж. - М.: Гном-Пресс, 1999
- Сидоренко В.И. История стилей в искусстве и costume. – Ростов-на–Дону: Феникс, 2004.
- Шерман Р. Классическая музыка. Современная энциклопедия. – М.: АСТ: астель, 2009.

К разделу «Народный танец».

- Бакланова Т.И. Музыка для детей: музыкальные путешествия и встречи. В гостях у народов России. – М.: АСТ-Астрель, 2009.
- Дени Г., Дассевиль Л. Все танцы. – Киев: Музыка, 1983.
- Детям – о традициях народного мастерства. Учебно-метод. пособие: В 2 ч./ Под ред. Т.Я.Шпикаловой. – М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2001.
- Кристерсон Х. Х. Танец в спектакле драматического театра. – Л.: Искусство, 1952.
- Макдональд Ф. Одежда и украшения. – М.: ООО «Издательство Астрель», 2002.
- Миловский А.С. Скачи, добрый единорог. – М.: Дет.лит, 1986.
- Пасютинская В. Волшебный мир театра. - М.: Просвещение, 1985.
- Полная энциклопедия быта русского народа. Том 1,2 . - М; 1998.
- Сахаров И.П. Народный дневник. Народные праздники и обычаи: - М.: Дружба народов, 1991.
- Сестры Сорины. Необходимый имидж. - М.: Гном-Пресс, 1999
- Сидоренко В.И. История стилей в искусстве и costume. – Ростов-на–Дону: Феникс, 2004.
- Энциклопедия обрядов и обычаев. Спб.: «РЕСПЕКС», 1996.
- Юдина Н.А. Энциклопедия русских обычаев. – М.: Вече, 2004.

К разделу «Эстрадный танец».

- Балет. Энциклопедия. - М.: Советская энциклопедия, 1981.
- Блок В.М. и Португалов К.П. Русская и советская музыка. – М.: Просвещение, 1977.
- Ваганова А.Я. Основы классического танца. – СПб.: Издательство «Лань». 2001
- Всероссийский конкурс хореографических коллективов. - М., 2005.
- Гваттерини М. Азбука балета. – М., 2001.
- Детская энциклопедия «Балет», М.: Астрель Аст 2001.
- Дени Г., Дассевиль Л. Все танцы. – Киев: Музыка, 1983.
- Дешкова И. Загадки Терпсихоры. – М: Детская литература, 1989.
- Колесникова А.В. Бал в России: XVIII – начало XX века. – СПб.: Азбука-классика, 2005.
- Комиссаржевский Ф.Ф. История костюма. – Мн.: Современ.литератор, 1999.
- Кристерсон Х. Х. Танец В спектакле драматического театра. – Л.: Искусство, 1952.
- Макдональд Ф. Одежда и украшения. – М.: ООО «Издательство Астрель», 2002.
- Пасютинская В. Волшебный мир театра. - М.: Просвещение, 1985.
- Полная энциклопедия быта русского народа. Том 1,2 . - М; 1998.
- Сидоренко В.И. История стилей в искусстве и костюме. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2004.
- Шерман Р. Классическая музыка. Современная энциклопедия. – М.: АСТ: астель, 2009.

К разделу «Джазовый танец»

- Асафьев Б.В. О музыке XX века.- Л.: Музыка, 1982.
- Балет. Энциклопедия. М. Советская энциклопедия, 1981



- Блок Д.Д. Классический танец. История и современность. М, Искусство, 1987.
- Дени Г., Дассевиль Л. Все танцы. Киев: Музыка, 1983.
- Екшурская Т. Модная одежда своими руками. - СПб, 1994.
- Кристерсон Х. Х. Танец в спектакле драматического театра. – Л.: Искусство, 1952.
- Материалы обучающего семинара «Джазовый танец для детей 8-10 лет». – Новосибирск, 2004.
- Материалы обучающего семинара Т.Брызгаловой «Экспрессивная пластика» – Новосибирск, 2004.
- Материалы обучающего семинара Э.Смирновой «Джазовый танец», 2004.
- Материалы обучающего семинара «Фанки-джаз, модерн, джаз -модерн, джаз, детский танец». - Новосибирск, 2003.
- Материалы обучающего семинара А.Гришаева «Обучение современному танцу детей в возрасте 6-7 лет, 8-10 лет, 11-12 лет». - Новосибирск - Новокузнецк, 2004.
- Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Начало обучения. // Я вхожу в мир искусств, № 4, 1998.
- Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Продолжение обучения. // Я вхожу в мир искусств, № 4, 2001.
- Пасютинская В. Волшебный мир театра. - М.: Просвещение, 1985.
- Сестры Сорины. Необходимый имидж. - М.: Гном-Пресс, 1999.
- Сидоренко В.И. История стилей в искусстве и costume. – Ростов-на–Дону: Феникс, 2004.
- Танцуем, играем и поём // Молодёжная эстрада, № 1, 2001.
- Энциклопедия обрядов и обычаев. СПб.: «РЕСПЕКС», 1996.
- «Я танцевать хочу...»// Молодёжная эстрада, № 1, 2001.

Литература для концертмейстера:

- Донченко Р.П. «Историко - бытовой танец», С-Петербург 2002г.
- Громов Ю.И. «Музыка для детских танцев», С-Петербург 2000г.
- Муськина Е. «Хрестоматия музыкального сопровождения уроков народно- сценического танца», С-Петербург 2000г.
- Ярмолевич М. «Классический танец», Л, 1986г.

Приложение 1

**Промежуточная аттестация обучающихся**

**МАУ ДО «Центр Гармония»**

**20\_\_-20\_\_ учебный год**

ФИО педагога: \_\_\_\_\_

Объединение: \_\_\_\_\_

Направленность: \_\_\_\_\_

Группа № \_\_\_\_\_



Количество обучающихся не освоивших программу (низкий уровень)	_____ ( %)
--	------------

Педагог дополнительного образования \_\_\_\_\_  
(подпись) (ФИО педагога)

**Итоговая аттестация обучающихся**

**МАУ ДО «Центр Гармония»**

**20\_-20\_ учебный год**

ФИО педагога: \_\_\_\_\_

Объединение: \_\_\_\_\_

Направленность: \_\_\_\_\_

Группа № \_\_\_\_\_

Дополнительная общеразвивающая программа: \_\_\_\_\_

Уровень программы: \_\_\_\_\_

Год обучения: \_\_\_\_\_

Дата проведения: \_\_\_\_\_

Форма проведения: \_\_\_\_\_

Уровни освоения программы: высокий / средний / низкий

№	Фамилия, имя обучающегося	Критерии			

**Вывод:**

Количество обучающихся полностью освоивших дополнительную общеразвивающую программу (высокий уровень)	_____ ( %)
Количество обучающихся освоивших программу в необходимой степени (средний уровень)	_____ ( %)
Количество обучающихся не освоивших программу (низкий уровень)	_____ ( %)

Педагог дополнительного образования \_\_\_\_\_

(подпись)

(ФИО педагога)

**МАУ ДО «Центр Гармония»  
Мониторинг результатов освоения обучающимися  
дополнительной общеразвивающей программы**

« \_\_\_\_\_ »

за 20\_\_-20\_\_ учебный год

			Уровень освоения программы
--	--	--	----------------------------

Полугоди е	Сроки проведения	Количество обучающихся в объединении	Высокий		Средний		Низкий	
			Кол .	%	Кол .	%	Кол .	%
I								
II								