

**Управление образования муниципального образования «Мухоршибирский район»
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Центр дополнительного образования»**

Принята на заседании
Педагогического совета
Протокол №1
От «01» сентября 2026г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

**Танцевальное объединение
«Анфас»**

Направленность: художественная

Возраст: 5-17 лет.
Срок реализации: 4 года

Автор-разработчик: Людмила Прокопьевна Гуслякова,
педагог дополнительного образования

С. Мухоршибирь, 2026г

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Танец – это не только пластичные движения под музыку, но и форма общения танцоров и их зрителей. Занятия в танцевальном коллективе приучают учеников к самодисциплине, ответственности, раскрывают индивидуальные возможности. Приобщение к искусству хореографии включает ознакомление учащихся с источниками современной танцевальной культуры. Современные танцы - это танцы, которые развиваются из года в год, и которые являются всегда актуальными. Каждому периоду времени свойственна своя музыкальная культура, которая, в свою очередь, порождает новые виды танца. Поэтому каждый танец можно назвать современным, но современным для своего времени. С их стремительными ритмами, необычными и сложными хорошо тренируют вестибулярный аппарат, синхронность, выносливость и систему дыхания. Работа над координацией позволит усложнять танцевальный рисунок, а постепенное развитие пластичности сделает импровизацию многогранной и интересной.

Данная программа разработана с учетом следующих нормативных документов:

- Федеральный закон РФ № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Минпросвещения России от 27.06.2023 № 629;
- Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 года № 678-р.;
- Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №2.
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816;
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)).
- Устав учреждения МБОУ ДО «Центр дополнительного образования».
- Положение о дополнительной общеразвивающей программе МБОУ ДО «Центр дополнительного образования».

1. Основные характеристики программы:

1.1. Дополнительная общеразвивающая программа танцевальное объединение «Анфас» реализуется в соответствии с художественной направленностью образования. Особенностью данной программы является интеграция специальных дисциплин: в начале изучения мы опираемся на гимнастику и ритмику – предметы, которые изучаются на подготовительном отделении и в младших классах. Далее акцент идет на становление и развитие творческой индивидуальности учащегося, создание проектов на основе интеграции нескольких специальных дисциплин: современного танца и актерского мастерства.

В основе программы лежит изучение техник современного танца: афро-джаз, модерн, contemporary, хип-хоп, импровизации, композиции.

В качестве дополнительных занятий включены занятия по акробатики, истории современного танцевального искусства.

1.2.Актуальность программы обусловлена потребностями и интересами учащихся и их родителей, современными идеями и актуальными направлениями развития современной хореографии. В наше время существует множество различных танцевальных коллективов по разным направлениям. Но проблема родителей всегда актуальна: куда пристроить свое чадо, чтобы в самое ближайшее время был результат. Подойдут ли ему танцы или лучше попробовать спорт. Куда направить мега энергию ребенка или же наоборот побороть застенчивость.

Современные танцы с их стремительными ритмами, необычными и сложными положениями тела хорошо тренируют выносливость, вестибулярный аппарат, систему дыхания и сердце. Программа содержит разные стили современной хореографии и работает исключительно на интерес учащихся и их родителей. Для того, чтобы ребенок быстро развивался в любой сфере, нужна поддержка близкого человека. А все остальное сделает педагог.

1.3.Отличительные особенности программы Программа по предмету «Современный танец» помимо учебной части, содержит в себе современные методы на сплочение и дружелюбие коллектива. Проводятся эстафеты на результативность, с помощью которых: нарабатывается физическая подготовка и выносливость, развивается нестандартное мышление (что очень важно для творческого человека). Раз в неделю проводятся актерское мастерство, где ребята борются со своими страхами перед публикой, учатся подавать различные эмоции и придумывать новые образы. Возможность выпускникам попрактиковаться на младших группах, работая над постановками новых танцевальных композиций.

Особенность- в программу входят акробатика, актерское мастерство, эстафеты на результативность и индивидуальные постановки учащихся.

1.4. Педагогическая целесообразность программы определяется в том, что обучение современным танцам – искусство синтетическое. Оно позволяет решать задачи физического, музыкально-ритмического, эстетического и , в целом, психического развития детей.

1.5.Цель программы – формировать у детей творческие способности, путем музыкально-ритмических и танцевальных движений, развитие личности и уверенности ребенка.

1.6.Задачи

Образовательные:

- Обучить детей танцевальным движениям.
- Формировать умение слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.
- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.
- Формировать умение ориентироваться в пространстве.
- Формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы.

Воспитательные:

- Развить у детей активность и самостоятельность, коммуникативные способности.
- Формировать общую культуру личности ребенка, способность ориентироваться в современном обществе.
- Формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми.
- Создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве.

Развивающие:

- Развивать творческие способности детей.
- Развить музыкальный слух и чувство ритма.
- Развить воображение, фантазию.

Оздоровительные:

- укрепление здоровья детей.

1.7.Возраст учащихся, которым адресована программа

Программа рассчитана на ребят , без какой-либо специальной подготовки, которые раньше не выбрали себе занятия по душе, а к этому возрасту обрели желание танцевать. Главным определяющим фактором является желание ребенка, от него зависит и степень освоения материала. Ребятам предоставляется уникальная возможность опробовать себя в пластике, в актерских этюдах, в движенческих играх и сценических танцах.

Возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программы – 7-17 лет.

Срок реализации образовательной программы – 4 года.

1.8.Формы занятий:

- учебное занятие
- класс-концерт (открытое, контрольное занятие для родителей и специалистов)
- репетиция
- выход на сцену (участие в концертах, программах, спектаклях, конкурсах)
- творческая мастерская
- занятие-игра
- самостоятельная работа
- тренинг
- посещение спектаклей, концертов, мастер-классов и т.п.

Форма организации деятельности детей – групповая.

2. Объем программы:

2.1. Объем программы – количество часов на весь период обучения по программе – 720 часов.

2.2.Срок реализации программы – 4 года.

2.3.Режим занятий: 1 год обучения – 2 раза в неделю по 2 академических часа;
2 год обучения - 2 раза в неделю по 2 академических часа; 3 год обучения - 3 раза в неделю по 2 академических часа; 4 год обучения - 3 раза в неделю по 2 академических часа.

3. Планируемые результаты

В результате обучения по программе обучающиеся будут знать:

- основные стили современной хореографии;
- специальную терминологию;
- основы техники безопасности на учебных занятиях и концертной площадке;
- принципы взаимодействия музыкальных и хореографических средств выразительности.

Иметь представление:

- об основных направлениях и этапах развития современной хореографии;
- о тенденциях развития современного танца.

Обучающиеся будут уметь:

- исполнять основные танцевальные движения в манере танца модерн, современных молодежных направлений танца (contemporary, hip-hop, афро-джаз и др.).
- владеть мелкой техникой, уметь справляться с быстрыми темпами;
- выполнять упражнения на развитие физических данных, владеть навыками сохранения и поддержки собственной физической формы;
- определять средства музыкальной выразительности в контексте хореографического образа и самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ;
- создавать комбинации различной степени сложности, используя знания современного лексического материала;
- отражать в танце особенности исполнительской манеры разных стилей современной хореографии;
- творчески реализовать поставленную задачу;
- владеть навыками музыкально-пластического интонирования, исполняя движения и комбинации артистично и музыкально;
- владеть навыками ансамблевого исполнения танцевальных номеров; • владеть навыками сценической практики.

В конце первого года обучения учащиеся будут: – знать основные позиции ног и уметь переходить из выворотных в параллельные позиции; – знать основные положения рук; – согласовывать движения корпуса, рук, ног при переходе из позы в позу; – выполнять элементарные движения и комбинации у станка и на середине зала в ускоренном темпе; – выражать образ с помощью движений.

В конце второго года обучения учащиеся будут: – знать трансформацию движений классического экзерсиса в современном танце; – самостоятельно и грамотно выполнять изученные элементы танца; – свободно и грамотно ориентироваться в терминологии современного танца; – выполнять различные виды кросса и гимнастические элементы.

В конце третьего года обучения учащиеся будут: – самостоятельно и грамотно выполнять отдельные элементы и движения современного танца; – ориентироваться в пространстве; – координировать свои движения; – выполнять упражнения для развития позвоночника; – выполнять танцевальные связки и комбинации; – самостоятельно работать над выразительностью исполнения танцевального репертуара; – эмоционально и технически верно выступать перед зрителями.

В конце четвертого года обучения учащиеся будут: – знать основные направления современного танца; – владеть приёмами изоляции и координации; – владеть корпусом во время исполнения движений; – технично, точно исполнять танцевальные элементы и комбинации – исполнять более сложные танцевальные комбинации со сменой ракурсов и направлений; – владеть различными видами вращений и пируэтов на месте и в продвижении; – владеть манерой исполнения различных элементов и комбинаций; – исполнять хореографический этюд в группе; – соединять отдельные элементы в хореографические композиции.

3.1. Способы и формы проверки результатов программа «Современный танец» включает в себя текущую, промежуточную и итоговую отработку учащихся.

Успеваемость учащихся проверяется различными формами:

- практические учебные задания;
- открытый урок (класс-концерт);
- контрольные уроки по полугодиям;
- тестирование;

- сценические выступления учащихся (участие в концертах, конкурсах, фестивалях и т.п.).

I. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1.УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

1-ый год обучения

№	Наименование разделов и тем	Всего часов	Теоретические занятия	Практические занятия	Форма контроля
	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	1	1		
1	Раздел. Основные законы современного танца.				
1.1.	Вводное занятие (предмет современный танец и его задачи).	1	1		
1.2.	Изучение позиций рук, ног, оформление кисти.	1		1	
1.3.	Постановка корпуса: контракция.	1		1	
1.4.	Постановка корпуса: релиз.	1		1	
1.5.	Постановка корпуса: кий, арка.	1		1	
1.6.	Постановка корпуса: коллабс в положении лёжа на спине, животе, сидя.	2	1	1	
1.7.	Аут-позиция, ин-позиция.	1		1	
1.8.	Упражнения на дыхание.	1		1	
1.9.	Знакомство с аттукцией и аддукцией.	2		2	
2	Раздел. Упражнение в Par terre на скручивание корпуса.				
2.1.	Практика. Спирали лёжа.	1		1	
2.2.	Практика. Спирали сидя.	1		1	
2.3.	Практика. Спирали стоя на одном колене.	1		1	
2.4.	Спирали в различных вариациях с руками	2		2	
2.5.	Спирали в различных вариациях с головой.	2		2	
2.6.	Спирали с работой стоп.	1		1	

2.7.	Спирали с releve.	2	1	1	
3	Раздел. Упражнения на движение бёдер.				
3.1.	Слайды, пуш-ап на полу.	2	1	1	
3.2.	Пуш-ап на середине зала.	2		2	
3.3.	Подготовка к падению.	2	1	1	
4	Раздел. Освоение законов джаз-модерн танца.				
4.1.	Изучение изоляция, полицентрии.	1		1	
4.2.	Изучение полиметрии, импульс.	2	1	1	
4.3.	Изучение регуляции.	1		1	
4.4.	Мультипликация.	2		2	
4.5.	Упражнения на координацию.	1		1	
4.6.	Управление уровни.	1		1	
5	Раздел. Упражнения на гибкость позвоночника, на стрейтч, для пресса, для корпуса.				
5.1.	Упражнения в партере на гибкость «кошка», «лодочка» и т.д.	2		2	
5.2.	Упражнения на растяжку ног сидя на полу.	2		2	
5.3.	Упражнения на растяжку стоя на середине зала.	2		2	
5.4.	Упражнения на пресс для нижних мышц живота, для верхних и косых мышц живота.	2		2	

5.5.	Наклоны корпуса в стороны, назад, вперёд.	2		2	
5.6.	Упражнения на флэш - бэк, плэм - бэк.	2		2	
6	Раздел. Подготовка к «мосту». «Сайт-контракшен».				
6.1.	Грант батман лёжа на спине.	1		1	
6.2.	Гран батман с заносом рабочей ноги за опорную ногу.	2	1	1	
6.3.	Гран батман с отжимом от пола на руках.	2		2	
6.4.	Гран батман с разворотом рабочей ноги с опорой на одну руку.	2		2	
6.5.	Боковое сжатие.	1		1	
6.6.	Повторение пройденного материала.	4		4	
6.7.	<i>Практика.</i> Закрепление пройденного материала.	2		2	
7	Раздел. Проучивание станка.				
7.1.	Deme-plie с корпусом контракшен и релиз.	2	1	1	
7.2.	Grand plie с корпусом контракшен и релиз.	2		2	
7.3.	Battements tendus с корпусом контракшен.	2		2	
7.4.	Battements tendus с корпусом релиз.	2		2	
7.5.	Сайд-контракшен.	2		2	
7.6.	Выездное мероприятие.	2	2		
7.7.	Закрепление пройденного	2		2	

	материала.				
8.	Раздел. Battements tendus jetes, ronds de iambe par terr, en lear, fondues.adajio, grands battements jetes.				
8.1.	Изучение Battements tendus jetes.	2		2	
8.2.	Изучение ronds de iambe par terr.	2		2	
8.3.	Изучение ronds de iambe en lear.	4		4	
8.4.	Изучение fondues.	4		4	
8.5.	Изучение Adajio.	4		4	
8.6.	Изучение grands battements jetes.	4		4	
9	Раздел. Скольжение.				
9.1.	Слайды из стороны в сторону, где вес переносится по ходу движения контракшен.	4		4	
9.2.	Слайды из стороны в сторону, где вес переносится по ходу движения релиза.	2		2	
9.3.	Слайды в par terr на уровнях.	2		2	
9.4.	Повторение пройденного материала.	2		2	
10	Раздел. Подготовка к прыжкам.				
10.1.	Джамп по 1,2 позиции.	2		2	
10.2.	Джамп по 3,4 позиции ног.	2		2	
10.3.	Джамп по 5,6 позиции ног.	2		2	
10.4.	Лимп - прыжки с одной	2		2	

	ноги на другую.				
10.5.	Прыжки и бег в сочетании с различными видами шагов.	2		2	
10.6.	Прыжки и бег в сочетании с подскоками и соскоками.	2		2	
11	Раздел. Тилты.				
11.1.	Смещение центра тяжести корпуса.	2		2	
11.2.	Смещение центра тяжести корпуса во всех направлениях. Выездное мероприятие.	2		2	
11.3.	Хип-лифт в сочетании с джаз-уок.	2		2	
11.4.	Выездное мероприятие.	2		2	
11.5.	Закрепление пройденного материала.	2		2	
12	Раздел. Различные варианты степа.				
12.1.	Изучения Кик.	2		2	
12.2.	Изучения кэч-степ.	4		4	
12.3.	Изучения Флэш-степ.	4		4	
12.4.	Степ бэк в сочетании со спиралями.	4		4	
	Итого	144	11	133	

2-ой год обучения

№	Наименование разделов и тем	Всего часов	Теоретические занятия	Практические занятия	Форма контроля
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ	1			
1.1.	Теория. Вводное занятие Вводное занятие (история возникновения	2	2		

	танца модерн).				
1.2.	Упражнения на дыхание.	2	1	1	
2.	Проучивание позиций в par terr.	4		4	
2.1.	Постановка корпуса сидя на полу.	2		2	
2.2.	Постановка корпуса лёжа на полу.	2		2	
2.3.	Изучения «Кёв».	4	2	2	
2.4.	Изучение «Релиз».	4		4	
2.5.	Изучение «Сайт-контракшен».	4	2	2	
2.6.	Изучение «Арка».	2		2	
2.7.	Изучение «Бамсы».	2		2	
2.8.	Отработка и закрепление пройденного материала.	3		3	
3	Круговые движения корпусом.				
3.1.	Упражнения корпусом: «кёв», «релиз».	4		4	
3.2.	Упражнения корпусом: «спирали», «бамсы».	4		4	
3.3.	Упражнения корпусом: в положении «бабочки», в 1 параллельной позиции,	2		2	
3.4.	Упражнения корпусом: во 2 позиции, с работой стоп – флэкс.	2		2	
3.5.	Упражнения	1		1	

	корпусом поинт.				
3.6.	Упражнения корпусом в 4 позиции.	2		2	
4	Раздел. Работа стоп в параллельных позициях в par terr .				
4.1.	Упражнения флэкс.	1		1	
4.2.	Поинт в 1 параллельной позиции.	2		2	
4.3.	Сэkont- позиции.	2		2	
4.4.	Ряд упражнений сидя на полу прямые ноги впереди.	1		1	
4.5.	Упражнения на стопы.	1		1	
5	Раздел. Упражнения на движения бёдер				
5.1.	Пуш-ап из положения сидя на полу.	2		2	
5.2.	Пуш- ап с опорой на одну руку.	2	1	1	
5.3.	Пуш- ап боком.	2		2	
5.4.	Спиральные движения тазом	2		2	
5.5.	Спиральные движения тазом в 4-ой позиции сидя на полу.	2		2	
6	Растягивание боковой части туловища				

6.1.	Растягивания боковой части туловища выполняется в par terr в сэконт-позиции, с большой амплитудой и выполняется в режиме стрейчинга, статично без рывков .	2	1	1	
6.2.	Grands battements jetes лёжа на полу в перёд.	1		1	
6.3.	Grands battements jetes лёжа на полу в сторону.	1		1	
6.4.	Grands battements jetes лёжа на полу на зад.	1		1	
6.5.	Повтор и отработка пройденного материала.	1		1	
7	Раздел. Скручивание позвоночника стоя на коленях.				
7.1.	Грант батман лёжа на спине.	2		2	
7.2.	Гран батман с заносом рабочей ноги за опорную ногу.	2		2	
7.3.	Гран батман с отжимом от пола на руках.	2		2	
7.4.	Гран батман с разворотом рабочей ноги с опорой на одну руку.	2		2	
7.5.	Боковое сжатие.	2		2	

7.6.	Повторение пройденного материала.	2		2	
7.7.	Закрепление пройденного материала.	2		2	
8	Раздел. Проучивание станка.				
8.1.	Сгибание вперёд в контракшен.	2	1	1	
8.2.	Выгибание туловища назад и снова вперёд в релиз.	2	1	1	
8.3.	Закрепление пройденного материала.	2		2	
8.4.	Повтор и отработка материала.	1		1	
9	Раздел. Подготовка к падению (Дропп).				
9.1.	Изучение «Лифт».	2	1	1	
9.2.	Подготовка к «узлу».	2		2	
9.3.	Изучение «узла».	2	1	1	
9.4.	Повтор и отработка материала	2		2	
10	Раздел. Падения на бок.				
10.1.	Падения из положения сидя.	2	1	1	
10.2.	Падения с одного колена.	1		1	
10.3.	Падения из	1	1	1	

	положения стоя.				
10.4.	Повтор и отработка материала.	1		1	
11	Раздел. Упражнения на середине зала.				
11.1.	Demi plie по параллельной позиции контракция по 2 позиции.	1	1	1	
11.2.	Grand plie по параллельной позиции контракция по 2 позиции.	2	1	1	
11.3.	Battements tendus.	1		1	
11.4.	Battements tendus jetes.	2	1	1	
11.5.	Ronds de jambe parterr.	1		2	
11.6.	Fondues.	1		2	
11.7.	Releve lent.	2	1	1	
11.8.	Developpe, grands batlemens jetes.	1		1	
11.9.	Повторение изученного.	2		2	
12	Раздел. Боковая арка.				
12.1.	Упражнения для торса.	1		1	
12.2.	Упражнения для торса основаны на глубоком растягивающем изгибе по средней линии, проходящей от пяток до	2		2	

	макушки.				
12.3.	Повтор и отработка материала.	2		2	
13	Раздел. Передвижения по полу или движения в пространстве.				
13.1.	Изучение танцевальных комбинаций с использованием вращений.	1		1	
13.2.	Изучение танцевальных комбинаций с использованием прыжков.	2	1	1	
13.3.	Изучение танцевальных комбинаций с использованием переворотов.	1		1	
13.4.	Изучение танцевальных рисунков.	2		2	
13.5.	Изучение танцевальных переходов.	1		1	
13.6.	Изучение танцевальных переходов из рисунка в рисунок.	2		2	
13.7.	Закрепление пройденного материала.	1		1	
13.8.	Повтор и отработка материала.	2		2	
14	Раздел. Вращения.				
14.1.	Изучение «шене».	1		1	

14.2.	Изучение поворота «закруто».	1		1	
14.3.	Изучение поворота с релаксом.	1		1	
14.4.	Изучение поворота с контракцией.	1		1	
14.5.	Повтор и отработка материала.	1		1	
15	Раздел. Прыжки.				
15.1.	Сотэ.	1		1	
15.2.	Ассамблее (выворотное и не выворотное). Гранд жете.	1		1	
15.3.	Перекидной прыжок.	1		1	
15.4.	Различные варианты шагов, триплеты,	1		1	
15.5.	Повороты в arabesques, вращения с продвижением, прыжки и комбинации прыжков.	1		1	
		144	20	124	

3-ий год обучения

№	Наименование разделов и тем	Всего часов	Теоретические занятия	Практические занятия	Форма контроля
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ	2	2		
1.1.	Вводное занятие Вводное занятие (знакомство со стилями, контемпорари, контактная	2	2		

	импровизация, джаз-модерн).				
1.2.	Раздел. Упражнения для разогрева мышц спины, корпуса.				
2.	Разминка в стиле джаз-модерн на полу.	4		4	
2.1.	Проучивание позиций в par terr.	4	2	2	
2.2.	Постановка корпуса сидя на полу.	2	1	1	
2.3.	Постановка корпуса лёжа на полу.	2		2	
2.4.	Изучения «Кёв».	2	1	1	
2.5.	Изучение «Релиз».	2	1	1	
3	Раздел. Упражнения для разминки мышц ног.				
3.1.	Разминка на полу или лёжа.	4		4	
3.2.	Разминка с усложнением упражнения, прибавлением темпа.	4		4	
3.3.	Закрепление пройденного материала.	2		2	
3.4.	Усложнения разминки, количеством исполнения.	4		4	
3.5.	Закрепление пройденного материала.	2		2	
4	Раздел. Разминка на середине зала.				
4.1.	Изолированные движения головы	2	1	1	
4.2.	Изолированные	2	1	1	

	движения торса.				
4.3.	Изолированные движения рук.	2	1	1	
4.4.	Изолированные движения ног.	2	1	1	
4.5.	Закрепление пройденного материала.	2		2	
4.6.	Использование уровней джаза.	2		2	
4.7.	Мультипликация, изоляция.	2		2	
5	Раздел. Движения на растяжку ног.				
5.1.	Стрейтч движения на полу.	4	1	3	
5.2.	Стрейтч движения сидя.	4	1	3	
5.3.	Стрейтч движения стоя.	4	1	3	
5.4.	Стрейтч движения «у станка».	4	1	3	
5.5.	Закрепление пройденного материала.	2		2	
5.6.	Повторение пройденного материала.	2		2	
5.7.	Отработка ранее изученного материала.	2		2	
6	Раздел. Прыжки.				
6.1.	Прыжки классического танца.	4	2	2	
6.2.	Прыжки классического танца, сочетание их с	2		2	

	законами джаз-танца.				
6.3.	Изучение Ambuite.	4	2	2	
6.4.	Изучение assemble.	4	2	2	
6.5.	Изучение jete.	4	2	2	
6.6.	Изучение ballone.	4	2	2	
6.7.	Изучение sissonne devloppe.	4	2	2	
6.8.	Закрепление пройденного материала.	4		4	
6.9.	Ambuite, assemble, jete , ballone, sissonne devloppe и др. В сочетании с законами джаз-танца.	4		4	
7	Раздел. Передвижения в пространстве.				
7.1.	Различные виды шагов, проученные ранее, составляются в комбинации в стиле джаз-танца.	2		2	
7.2.	Различные виды шагов, проученные ранее, составляются в комбинации в стиле модерн танца.	2		2	
7.3.	Различные виды шагов, проученные ранее, составляются в комбинации в стиле контемпорари.	2		2	
7.4.	Повторение пройденного материала.	2		2	
7.5.	Ранее выученные	4		4	

	комбинации усложняются количеством повторений.				
7.6.	Ранее выученные комбинации усложняются прибавлением темпа в музыке.	4		4	
7.7.	Повторение пройденного материала.	2		2	
7.8.	Закрепление пройденного материала.	2		2	
7.9.	Отработка ранее изученного материала.	2		2	
8	Раздел. Вращения.				
8.1.	Изучение пируэтов.	2		2	
8.2.	Изучение chenes.	2		2	
8.3.	Вращения en dehors.	2		2	
8.4.	Вращения en dedans.	2		2	
8.5.	Изучение fuetcs в усложненном варианте за счёт включения прыжков.	2		2	
8.6.	Изучение fuetcs в усложненном варианте за счёт включения контракции.	2		2	
8.7.	Изучение fuetcs в усложненном варианте за счёт включения релиза.	2		2	
8.8.	Повторение пройденного	2		2	

	материала.				
8.9.	Закрепление пройденного материала.	2		2	
8.10.	Отработка ранее изученного материала.	2		2	
9	Раздел. Комбинации из проученных движений.				
9.1.	В комбинации включаются все проученные движения включая прыжки.	4		4	
9.2.	В комбинации включаются все проученные движения включая падения.	4		4	
9.3.	В комбинации включаются все проученные движения включая скольжения.	4		4	
9.4.	В комбинации включаются все проученные движения включая пируэты.	4		4	
9.5.	В комбинации включаются все проученные движения включая вращения.	4		4	
9.6.	В комбинации включаются все проученные движения включая повороты.	4		4	

9.7.	В комбинации включаются все проученные шаги с применением эстрадного танца.	4		4	
9.8.	В комбинации включаются все проученные движения сочетая в разных стилях.	4		4	
9.9.	Закрепление пройденного материала.	2		2	
9.10.	Отработка ранее изученного материала.	2		2	
10	Раздел. Основы импровизация и контактная импровизация.				
10.1.	Основы импровизации.	2	1	1	
10.2.	Включаются упражнения, построенные на доверии партнёра к партнёру (что очень важно на «поддержках»).	4	2	2	
10.3.	Перемещение на четырёх точках (использование различных уровней).	4	1	3	
10.4.	Изоляция и импульс на различные точки тела.	4		4	
10.5.	Работа в парах.	4		4	
10.6.	Упражнение «зеркальное отражение».	4		4	
10.7.	Падение на	4	1	3	

	партнёра.				
10.8.	Повторение пройденного материала.	4		4	
10.9.	Закрепление пройденного материала.	2		2	
		216	34	182	

4-ый год обучения

№	Наименование разделов и тем	Всего часов	Теоретические занятия	Практические занятия	Форма контроля
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2	2		
2.	Упражнения на координацию	2		2	
3.	Хип-хоп культура история	2	2		
4.	locking и другие танцевальные направления	2		2	
5.	Lock база	2		2	
6.	Double look базовые движения	2		2	
7.	Wrist twirls базовые движения	2		2	
8.	ОФП, растяжка	12		12	
9.	Stop and go базовые движения	2		2	
10.	Skeeter rabbit базовые движения	2		2	
11.	Scoobb doo базовые движения	2		2	
12.	Uncle Sam points базовые движения	2		2	
13.	Изучение связки	2		2	
14.	Scoop, double step	2		2	

	touch вариации				
15.	ОФП, растяжка	2		2	
16.	double step touch, mambo вариации	4	1	3	
17.	v-step, slide, вариации	6	2	4	
18.	Упражнения на координацию повторение, отработка.	2		2	
19.	twist jump , cross, straddle, вариации	4		4	
20.	Хип-хоп культура история	2	2		
21.	Самостоятельная работа, придумывание хореографии	4		4	
22.	Просмотр танцевальных клипов	4		4	
23.	Monastery, up town – вариации	4		4	
24.	up tawn, shamrock – вариации	4			
25.	Импровизация				
26.	sham rock, doggi, putty duk, вариации	4		4	
27.	atlanta stomp, stive martin вариации	4		4	
28.	tone wop, rk bouce, kriss kross вариации	4		4	
29.	Расстановка по линиям и рисункам	4		4	
30.	Задания с импровизацией	4		4	
31.	Отработка	4		4	

	сделанной постановки				
32.	Придумывание движений самостоятельная работа	6		6	
33.	Waving изучение	2	1	1	
34.	Waving импровизация	2		2	
35.	Fix, stop, pop изучение	4	1	3	
36.	Fix, stop, pop отработка	4		4	
37.	Fix, stop, pop импровизация	2		2	
38.	Игры танцевальные	4		4	
39.	Отработка пройденного материала	4		4	
40.	Criss cross, horse move BK bounce вариации	4		4	
41.	Изучение связки	4		4	
42.	Running man, butterfly, Bart simpson вариации	4		4	
43.	Roof top, Seed prep, Happy feet вариации	4		4	
44.	Harlem shake, Robocop, Roger rabbit вариации	4		4	
		216	11	205	

2.2.СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ ПРОГРАММЫ

2.2.1	Основные понятия курса	Позиции рук, ног, оформление кисти, постановка корпуса, упражнения на дыхание.
-------	------------------------	--

2.2.2	Краткое описание теоретических и практических аспектов по разделам УТП	<u>Содержание деятельности 1 года обучения</u> Раздел. "Введение и техника безопасности" <i>Тема 1.</i> Вводное занятие. Техника безопасности в зале хореографии, антитеррористическая безопасность Раздел 1. «Основные законы современного танца» <i>Тема 1.</i> Вводное занятие (предмет современный танец и его задачи). <i>Тема 2.</i> Изучение позиций рук, ног, оформление кисти. <i>Тема 3.</i> Постановка корпуса: контракция. Как правильно держать корпус при выполнении различных движений <i>Тема 4.</i> Постановка корпуса: релиз. <i>Тема 5.</i> Постановка корпуса: кий, арка. <i>Тема 6.</i> Постановка корпуса: коллабс в положении лёжа на спине, животе, сидя. <i>Тема 7.</i> Аут-позиция, ин-позиция. <i>Тема 8.</i> Упражнения на дыхание. <i>Тема 9.</i> Знакомство с аттукцией и аддукцией. Раздел 2. Упражнение в Par terre на скручивание корпуса. <i>Тема 1.</i> Практика. Спирали лёжа. <i>Тема 2.</i> Практика. Спирали сидя. <i>Тема 3.</i> Практика. Спирали стоя на одном колене. <i>Тема 4.</i> Спирали в различных вариациях с руками <i>Тема 5.</i> Спирали в различных вариациях с головой. <i>Тема 6.</i> Спирали с работой стоп. <i>Тема 7.</i> Спирали с releve. Раздел 3 . Упражнения на движение бёдер. <i>Тема 1.</i> Слайды, пуш-ап на полу. <i>Тема 2.</i> Пуш-ап на середине зала. <i>Тема 3.</i> Подготовка к падению. Раздел 4. Освоение законов джаз-модерн танца. <i>Тема 1.</i> Изучение изоляция, полицентрии. <i>Тема 2.</i> Изучение полиметрии, импульс. <i>Тема 3.</i> Изучение регуляции. <i>Тема 4.</i> Мультипликация. <i>Тема 5.</i> Упражнения на координацию. <i>Тема 6.</i> Управление уровни. Раздел 5. Упражнения на гибкость позвоночника, на стрейтч, для пресса, для корпуса. <i>Тема 1.</i> Упражнения в партере на гибкость «кошка», «лодочка» и т.д. <i>Тема 2.</i> Упражнения на растяжку ног сидя на полу. <i>Тема 3.</i> Упражнения на растяжку стоя на середине зала.
-------	--	---

		<i>Тема 4.</i> Упражнения на пресс для нижних мышц живота, для верхних и косых мышц живота. <i>Тема 5.</i> Наклоны корпуса в стороны, назад, вперёд. <i>Тема 6.</i> Упражнения на флэш - бэк, плэм - бэк. Раздел 6. Подготовка к «мосту». «Сайт-контракшен». <i>Тема 1.</i> Грант батман лёжа на спине. <i>Тема 2.</i> Гран батман с заносом рабочей ноги за опорную ногу. <i>Тема 3.</i> Гран батман с отжимом от пола на руках. <i>Тема 4.</i> Гран батман с разворотом рабочей ноги с опорой на одну руку. <i>Тема 5.</i> Боковое сжатие. <i>Тема 6.</i> Повторение пройденного материала. <i>Тема 7. Практика.</i> Закрепление пройденного материала. Раздел 7. Проучивание станка. <i>Тема 1.</i> Deme-plie с корпусом контракшен и релиз. <i>Тема 2.</i> Grand plie с корпусом контракшен и релиз. <i>Тема 3.</i> Battements tendus с корпусом контракшен. <i>Тема 4.</i> Battements tendus с корпусом релиз. <i>Тема 5.</i> Сайд-контракшен. <i>Тема 6.</i> Выездное мероприятие. <i>Тема 7.</i> Закрепление пройденного материала. Раздел 8. Battements tendus jetes, ronds de iambe par terr, en lear, fondues.adajio, grands battements jetes. <i>Тема 1.</i> Изучение Battements tendus jetes. <i>Тема 2.</i> Изучение ronds de iambe par terr. <i>Тема 3.</i> Изучение ronds de iambe en lear. <i>Тема 4.</i> Изучение fondues. <i>Тема 5.</i> Изучение Adajio. <i>Тема 6.</i> Изучение grands battements jetes. Раздел 9. Скольжение. <i>Тема 1.</i> Слайды из стороны в сторону, где вес переносится по ходу движения контракшен. <i>Тема 2.</i> Слайды из стороны в сторону, где вес переносится по ходу движения релиза. <i>Тема 3.</i> Слайды в par terr на уровнях. <i>Тема 4.</i> Повторение пройденного материала. Раздел 10. Подготовка к прыжкам. <i>Тема 1.</i> Джамп по 1,2 позиции. <i>Тема 2.</i> Джамп по 3,4 позиции ног. <i>Тема 3.</i> Джамп по 5,6 позиции ног. <i>Тема 4.</i> Лимп - прыжки с одной ноги на другую. <i>Тема 5.</i> Прыжки и бег в сочетании с различными
--	--	--

		видами шагов. <i>Тема 6. Прыжки и бег в сочетании с подскоками и соскоками.</i> Раздел 11. Тилты. <i>Тема 1. Смещение центра тяжести корпуса.</i> <i>Тема 2. Смещение центра тяжести корпуса во всех направлениях. Выездное мероприятие.</i> <i>Тема 3. Хип-лифт в сочетании с джаз-уок.</i> <i>Тема 4. Выездное мероприятие.</i> <i>Тема 5. Закрепление пройденного материала.</i> Раздел 12. Различные варианты степа. <i>Тема 1. Изучения Кик.</i> <i>Тема 2. Изучения кэч-степ.</i> <i>Тема 3. Изучения Флэш-степ.</i> <i>Тема 4. Степ бэк в сочетании со спиралями.</i> <u>Содержание деятельности 2 года обучения</u> Вводное занятие. Инструктаж по ТБ Раздел 1. Теория. Вводное занятие Вводное занятие (история возникновения танца модерн). <i>Тема 2. Упражнения на дыхание.</i> Раздел 2.. Проучивание позиций в <i>par terr</i>. <i>Тема 1. Постановка корпуса сидя на полу.</i> <i>Тема 2. Постановка корпуса лёжа на полу.</i> <i>Тема 3. Изучения «Кёв».</i> <i>Тема 4. Изучение «Релиз».</i> <i>Тема 5. Изучение «Сайт- контракшен».</i> <i>Тема 6. Изучение «Арка».</i> <i>Тема 7. Изучение «Бамсы».</i> <i>Тема 8. Отработка и закрепление пройденного материала.</i> Раздел 3. Круговые движения корпусом. <i>Тема 1. Упражнения корпусом: «кёв», «релиз».</i> <i>Тема 2. Упражнения корпусом: «спирали», «бамсы».</i> <i>Тема 3. Упражнения корпусом: в положении «бабочки», в 1 параллельной позиции,</i> <i>Тема 4. Упражнения корпусом: во 2 позиции, с работой стоп – флэкс.</i> <i>Тема 5. Упражнения корпусом поинт.</i> <i>Тема 6. Упражнения корпусом в 4 позиции.</i> Раздел 4. Работа стоп в параллельных позициях в <i>par terr</i> . <i>Тема 1. Упражнения флэкс.</i> <i>Тема 2. Поинт в 1 параллельной позиции.</i>
--	--	--

		Тема 3. Сэkont- позиции. Тема 4. Ряд упражнений сидя на полу прямые ноги впереди. Тема 5. Упражнения на стопы. Раздел 5. Упражнения на движения бёдер Тема 1. Пуш-ап из положения сидя на полу. Тема 2. Пуш- ап с опорой на одну руку. Тема 3. Пуш- ап боком. Тема 4. Спиральные движения тазом Тема 5. Спиральные движения тазом в 4-ой позиции сидя на полу. Раздел 6. Растягивание боковой части туловища Растягивания боковой части туловища выполняется в par terr в сэkont-позиции, с большой амплитудой и выполняется в режиме стрейчинга, статично без рывков. Тема 1. Grands battements jetes лёжа на полу в перёд. Тема 2. Grands battements jetes лёжа на полу в сторону. Тема 3. Grands battements jetes лёжа на полу на зад. Повтор и отработка пройденного материала. Раздел 7. Скручивание позвоночника стоя на коленях. Тема 1. Грант батман лёжа на спине. Тема 2. Гран батман с заносом рабочей ноги за опорную ногу. Тема 3. Гран батман с отжимом от пола на руках. Тема 4. Гран батман с разворотом рабочей ноги с опорой на одну руку. Тема 5. Боковое сжатие. Тема 6. Повторение пройденного материала. Тема 7. Закрепление пройденного материала. Раздел 8. Проучивание станка. Тема 1. Сгибание вперёд в контракшен. Тема 2. Выгибание туловища назад и снова вперёд в релиз. Тема 3. Закрепление пройденного материала. Тема 4. Повтор и отработка материала. Раздел 9. Подготовка к падению (Дропп). Тема 1. Изучение «Лифт». Тема 2. Подготовка к «узлу». Тема 3. Изучение «узла».
--	--	--

		<i>Тема 4. Повтор и отработка материала</i> Раздел 10. Падения на бок. <i>Тема 1. Падения из положения сидя.</i> <i>Тема 2. Падения с одного колена.</i> <i>Тема 3. Падения из положения стоя.</i> <i>Тема 4. Повтор и отработка материала.</i> Раздел 11. Упражнения на середине зала. <i>Тема 1. Demi plie по параллельной позиции контракция по 2 позиции.</i> <i>Тема 2. Grand plie по параллельной позиции контракция по 2 позиции.</i> <i>Тема 3. Battements tendus.</i> <i>Тема 4. Battements tendus jetes.</i> <i>Тема 5. Ronds de jambe parterr.</i> <i>Тема 6. Fondues.</i> <i>Тема 7. Releve lent.</i> <i>Тема 8. Developpe, grands battements jetes.</i> <i>Тема 9. Повторение изученного.</i> Раздел 12. Боковая арка. <i>Тема 1. Упражнения для торса.</i> <i>Тема 2. Упражнения для торса основаны на глубоком растягивающем изгибе по средней линии, проходящей от пяток до макушки.</i> <i>Тема 3. Повтор и отработка материала.</i> Раздел 13. Передвижения по полу или движения в пространстве. <i>Тема 1. Изучение танцевальных комбинаций с использованием вращений.</i> <i>Тема 2. Изучение танцевальных комбинаций с использованием прыжков.</i> <i>Тема 3. Изучение танцевальных комбинаций с использованием переворотов.</i> <i>Тема 4. Изучение танцевальных рисунков.</i> <i>Тема 5. Изучение танцевальных переходов.</i> <i>Тема 6. Изучение танцевальных переходов из рисунка в рисунок.</i> <i>Тема 7. Закрепление пройденного материала.</i> <i>Тема 8. Повтор и отработка материала.</i> Раздел 14. Вращения. <i>Тема 1. Изучение «шене».</i> <i>Тема 2. Изучение поворота «закруто».</i> <i>Тема 3. Изучение поворота с релаксом.</i> <i>Тема 4. Изучение поворота с контракцией.</i>
--	--	---

		<i>Тема 5. Повтор и отработка материала.</i> Раздел 15. Прыжки. <i>Тема 1. Сотэ.</i> <i>Тема 2. Ассамблее (выворотное и не выворотное).</i> <i>Тема 3. Гранд жете.</i> <i>Тема 4. Перекидной прыжок.</i> <i>Тема 5. Различные варианты шагов, триплеты,</i> <i>Тема 6. Повороты в arabesques, вращения с продвижением, прыжки и комбинации прыжков.</i> <u>Содержание деятельности 3 года обучения</u> <i>Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.</i> Вводное занятие (знакомство со стилями, контемпорари, контактная импровизация, джаз-модерн). Раздел 1. Упражнения для разогрева мышц спины, корпуса. Раздел 2. Разминка в стиле джаз-модерн на полу. <i>Тема 1. Проучивание позиций в par terr.</i> <i>Тема 2. Постановка корпуса сидя на полу.</i> <i>Тема 3. Постановка корпуса лёжа на полу.</i> <i>Тема 4. Изучения «Кёв».</i> <i>Тема 5. Изучение «Релиз».</i> Раздел 3. Упражнения для разминки мышц ног. <i>Тема 1. Разминка на полу или лёжа.</i> <i>Тема 2. Разминка с усложнением упражнения, прибавлением темпа.</i> <i>Тема 3. Закрепление пройденного материала.</i> <i>Тема 4. Усложнения разминки, количеством исполнения.</i> <i>Тема 5. Закрепление пройденного материала.</i> Раздел 4. Разминка на середине зала. <i>Тема 1. Изолированные движения головы</i> <i>Тема 2. Изолированные движения торса.</i> <i>Тема 3. Изолированные движения рук.</i> <i>Тема 4. Изолированные движения ног.</i> <i>Тема 5. Закрепление пройденного материала.</i> <i>Тема 6. Использование уровней джаза.</i> <i>Тема 7. Мультипликация, изоляция.</i> Раздел 5. Движения на растяжку ног. <i>Тема 1. Стрейтч движения на полу.</i> <i>Тема 2. Стрейтч движения сидя.</i> <i>Тема 3. Стрейтч движения стоя.</i> <i>Тема 4. Стрейтч движения «у станка».</i>
--	--	--

		Тема 5. Закрепление пройденного материала. Тема 6. Повторение пройденного материала. Тема 1. Отработка ранее изученного материала. Раздел 6. Прыжки. Тема 1. Прыжки классического танца. Тема 2. Прыжки классического танца, сочетание их с законами джаз-танца. Тема 3. Изучение Ambuite. Тема 4. Изучение assemble. Тема 5. Изучение jete. Тема 6. Изучение ballone. Тема 7. Изучение sissonne developpe. Тема 8. Закрепление пройденного материала. Ambuite, assemble, jete , ballone, sissonne developpe и др. В сочетании с законами джаз-танца. Раздел 7. Передвижения в пространстве. Тема 1. Различные виды шагов, проученные ранее, составляются в комбинации в стиле джаз-танца. Тема 2. Различные виды шагов, проученные ранее, составляются в комбинации в стиле модерн танца. Тема 3. Различные виды шагов, проученные ранее, составляются в комбинации в стиле контемпорари. Тема 4. Повторение пройденного материала. Тема 5. Ранее выученные комбинации усложняются количеством повторений. Тема 6. Ранее выученные комбинации усложняются прибавлением темпа в музыке. Тема 7. Повторение пройденного материала. Тема 8. Закрепление пройденного материала. Тема 9. Отработка ранее изученного материала. Раздел 8. Вращения. Тема 1. Изучение пируэтов. Тема 2. Изучение chenes. Тема 3. Вращения en dehors. Тема 4. Вращения en dedans. Тема 5. Изучение fuetcs в усложненном варианте за счёт включения прыжков. Тема 6. Изучение fuetcs в усложненном варианте за счёт включения контракции. Тема 7. Изучение fuetcs в усложненном варианте за счёт включения релиза. Тема 8. Повторение пройденного материала. Тема 9. Закрепление пройденного материала. Тема 10. Отработка ранее изученного материала.
--	--	---

		Раздел 9. Комбинации из проученных движений. <i>Тема 1.</i> В комбинации включаются все проученные движения включая прыжки. <i>Тема 2.</i> В комбинации включаются все проученные движения включая падения. <i>Тема 3.</i> В комбинации включаются все проученные движения включая скольжения. <i>Тема 4.</i> В комбинации включаются все проученные движения включая пируэты. <i>Тема 5.</i> В комбинации включаются все проученные движения включая вращения. <i>Тема 6.</i> В комбинации включаются все проученные движения включая повороты. <i>Тема 7.</i> В комбинации включаются все проученные шаги с применением эстрадного танца. <i>Тема 8.</i> В комбинации включаются все проученные движения сочетая в разных стилях. <i>Тема 9.</i> Закрепление пройденного материала. <i>Тема 10.</i> Отработка ранее изученного материала. Раздел 10. Основы импровизация и контактная импровизация. <i>Тема 1.</i> Основы импровизации. <i>Тема 2.</i> Включаются упражнения, построенные на доверии партнёра к партнёру (что очень важно на «поддержках»). <i>Тема 3.</i> Перемещение на четырёх точках (использование различных уровней). <i>Тема 4.</i> Изоляция и импульс на различные точки тела. <i>Тема 5.</i> Работа в парах. <i>Тема 6.</i> Упражнение «зеркальное отражение». <i>Тема 7.</i> Падение на партнёра. <i>Тема 8.</i> Повторение пройденного материала. <i>Тема 9.</i> Закрепление пройденного материала. <u>Содержание деятельности 4 года обучения</u> <i>Тема 1.</i> Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Упражнения на координацию Раздел 1. Хип-хоп культура история Раздел 2. locking и другие танцевальные направления <i>Тема 1.</i> Lock база <i>Тема 2.</i> Double look базовые движения <i>Тема 3.</i> Wrist twirls базовые движения Раздел 3. ОФП, растяжка Раздел 4. <i>Тема 1.</i> Stop and go базовые движения
--	--	--

		Тема 2. Skeeter rabbit базовые движения Тема 3. Scoobb doo базовые движения Тема 4. Uncle Sam points базовые движения Тема 5. Изучение связки Тема 1. Scoop, double step touch вариации Раздел 5. ОФП, растяжка Тема 1. double step touch, mambo вариации Тема 2. v-step, slide, вариации Тема 3. Упражнения на координацию повторение, отработка. Раздел 6. twist jump , cross, straddle, вариации Тема 1. Хип-хоп культура история Тема 2. Самостоятельная работа, придумывание хореографии Раздел 7. Просмотр танцевальных клипов Тема 1. Monastery, up town – вариации up tawn, shamrock – вариации Тема 2. Импровизация Раздел 8. Вариации Тема 1. sham rock, doggi, putty duk, Тема 2. atlanta stomp, stive martin Тема 3. tone wop, rk bouce, kriss kross Раздел 9. Расстановка по линиям и рисункам Тема 1. Задания с импровизацией Тема 2. Отработка сделанной постановки Тема 3. Придумывание движений самостоятельная работа Раздел 10. Waving изучение Тема 1. Waving импровизация Тема 2. Fix, stop, pop изучение Тема 3. Fix, stop, pop отработка Тема 4. Fix, stop, pop импровизация Тема 5. Игры танцевальные Тема 6. Отработка пройденного материала Раздел 11. Criss kross, Тема 1. horse move BK bounce вариации Тема 2. Изучение связки Раздел 12. Running man, butterfly, Bart simpson вариации Тема 1. Roof top, Seed prep, Happy feet вариации Тема 2. Harlem shake, Robocop, Roger rabbit вариации
2.2.3	Формы контроля по разделам и уровням: стартовый, базовый, продвинутый	Наблюдение, контрольное занятие, демонстрация

2.3.КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

1-й год обучения

Часы: 144

<i>№ п/п</i>	<i>Разделы и темы</i>	<i>Кол-о часов по программе</i>	<i>Кол-во часов по факту</i>	<i>Даты занятий</i>
3.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ	1		
1 Раздел. Основные законы современного танца.				
4.	<i>Теория.</i> Вводное занятие (предмет современный танец и его задачи).	1		
5.	<i>Практика.</i> Изучение позиций рук, ног, оформление кисти.	1		
6.	<i>Практика.</i> Постановка корпуса: контракция.	1		
7.	<i>Практика.</i> Постановка корпуса: релиз.	1		
8.	<i>Практика.</i> Постановка корпуса: кйи, арка.	1		
9.	<i>Практика.</i> Постановка корпуса: коллабс в положении лёжа на спине, животе, сидя.	2		
10.	<i>Практика.</i> Аут-позиция, ин-позиция.	1		
11.	<i>Практика.</i> Упражнения на дыхание.	1		
12.	<i>Практика.</i> Знакомство с аттукцией и аддукцией.	2		
2 Раздел. Упражнение в Par terre на скручивание корпуса.				
13.	<i>Практика.</i> Спирали лёжа.	1		
14.	<i>Практика.</i> Спирали сидя.	1		
15.	<i>Практика.</i> Спирали стоя на одном колене.	1		
16.	<i>Практика.</i> Спирали в различных вариациях с руками	2		
17.	<i>Практика.</i> Спирали в различных вариациях с головой.	2		
18.	<i>Практика.</i> Спирали с работой стоп.	1		
19.	<i>Практика.</i> Спирали с releve.	2		
3 Раздел. Упражнения на движение бёдер.				
20.	<i>Практика.</i> Слайды, пуш-ап на полу.	2		
21.	<i>Практика.</i> Пуш-ап на середине зала.	2		

22.	Практика. Подготовка к падению.	2		
4 Раздел. Освоение законов джаз-модерн танца.				
23.	Практика. Изучение изоляция, полицентрии.	1		
24.	Практика. Изучение полиметрии, импульс.	2		
25.	Практика. Изучение регуляции.	1		
26.	Практика. Мультипликация.	2		
27.	Практика. Упражнения на координацию.	1		
28.	Практика. Управление Ю уровни.	1		
5 Раздел. Упражнения на гибкость позвоночника, на стрейтч, для пресса, для корпуса.				
29.	Практика. Упражнения в партере на гибкость «кошка», «лодочка» и т.д.	2		
30.	Практика. Упражнения на растяжку ног сидя на полу.	2		
31.	Практика. Упражнения на растяжку стоя на середине зала.	2		
32.	Практика. Упражнения на пресс для нижних мышц живота, для верхних и косых мышц живота.	2		
33.	Практика. Наклоны корпуса в стороны, назад, вперёд.	2		
34.	Практика. Упражнения на флэш - бэк, плэм - бэк.	2		
6 Раздел. Подготовка к «мосту». «Сайт-контракшен».				
35.	Практика. Грант батман лёжа на спине.	1		
36.	Практика. Гран батман с заносом рабочей ноги за опорную ногу.	1		
37.	Практика. Гран батман с отжимом от пола на руках.	2		
38.	Практика. Гран батман с разворотом рабочей ноги с опорой на одну руку.	2		
39.	Практика. Боковое сжатие.	2		
40.	Практика. Повторение пройденного материала.	4		
41.	Практика. Закрепление пройденного материала.	2		
7 Раздел. Проучивание станка.				
42.	Практика. Deme-plie с корпусом контракшен и релиз.	2		
43.	Практика. Grand plie с корпусом контракшен и релиз.	2		
44.	Практика. Battements tendus с корпусом контракшен.	2		

45.	Практика. Battements tendus с корпусом релиз.	2		
46.	Практика. Сайд-контракшен.	2		
47.	Практика. Выездное мероприятие.	2		
48.	Практика. Закрепление пройденного материала.	2		
8 Раздел. Battements tendus jetes, ronds de iambe par terr, en lear, fondues.adajio, grands battements jetes.				
49.	Практика. Изучение Battements tendus jetes.	2		
50.	Практика. Изучение ronds de iambe par terr.	2		
51.	Практика Изучение ronds de iambe en lear.	4		
52.	Практика. Изучение fondues.	4		
53.	Практика. Изучение Adajio.	4		
54.	Практика. Изучение grands battements jetes.	4		
9 Раздел. Скольжение.				
55.	Практика. Слайды из стороны в сторону, где вес переносится по ходу движения контракшен.	4		
56.	Практика. Слайды из стороны в сторону, где вес переносится по ходу движения релиза.	2		
57.	Практика. Слайды в par terr на уровнях.	2		
58.	Практика. Повторение пройденного материала.	2		
10 Раздел. Подготовка к прыжкам.				
59.	Практика. Джамп по 1,2 позиции.	2		
60.	Практика. Джамп по 3,4 позиции ног.	2		
61.	Практика. Джамп по 5,6 позиции ног.	2		
62.	Практика Лимп - прыжки с одной ноги на другую.	2		
63.	Практика. Прыжки и бег в сочетании с различными видами шагов.	2		
64.	Практика. Прыжки и бег в сочетании с подскоками и соскоками.	2		
11 Раздел. Тилты.				
65.	Практика. Смещение центра тяжести корпуса.	2		
66.	Практика. Смещение центра тяжести корпуса во всех направлениях. Выездное мероприятие.	2		
67.	Практика. Хип-лифт в сочетании с джаз-уок.	2		

68.	Практика. Выездное мероприятие.	2		
69.	Практика. Закрепление пройденного материала.	2		
12 Раздел. Различные варианты степа.				
70.	Изучения Кик.	2		
71.	Изучения кэч-степ.	4		
72.	Изучения Флэш-степ.	4		
73.	Степ бэк в сочетании со спиралями.	4		
	Всего:	144	144	

2-й год обучения

Часы: 144

№ п/п	Разделы и темы	по программе	Кол-во часов по факту	Даты занятий
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ	2		
2.	Теория. Вводное занятие Вводное занятие (история возникновения танца модерн).	2		
Работа в партере.				
3.	Практика. Упражнения на дыхание.	2		
4.	Практика. Проучивание позиций в par terr.	4		
5.	Практика. Постановка корпуса сидя на полу.	2		
6.	Практика. Постановка корпуса лёжа на полу.	2		
7.	Практика. Изучения «Кёв».	4		
8.	Практика. Изучение «Релиз».	4		
9.	Практика. Изучение «Сайт- контракшен».	4		
10.	Практика. Изучение «Арка».	2		
11.	Практика. Изучение «Бамсы».	2		
12.	Практика. Отработка и закрепление пройденного материала.	4		
Круговые движения корпусом.				
13.	Практика. Упражнения корпусом: «кёв», «релиз».	4		
14.	Практика. Упражнения корпусом: «спирали», «бамсы».	4		

15.	Практика. Упражнения корпусом: в положении «бабочки», в 1 параллельной позиции,	2		
16.	Практика. Упражнения корпусом: во 2 позиции, с работой стоп – флэкс.	2		
17.	Практика. Упражнения корпусом поинт.	2		
18.	Практика. Упражнения корпусом в 4 позиции.	4		
Раздел. Работа стоп в параллельных позициях в par terr .				
19.	Практика. Упражнения флэкс.	2		
20.	Практика. Поинт в 1 параллельной позиции.	2		
21.	Практика. Сэkont- позиции.	4		
22.	Практика. Ряд упражнений сидя на полу прямые ноги впереди.	4		
23.	Практика. Упражнения на стопы.	2		
Раздел. Упражнения на движения бёдер				
24.	Практика. Пуш-ап из положения сидя на полу.	4		
25.	Практика. Пуш- ап с опорой на одну руку.	4		
26.	Практика. Пуш- ап боком.	2		
27.	Практика. Спиральные движения тазом	2		
28.	Практика. Спиральные движения тазом в 4-ой позиции сидя на полу.	4		
Растягивание боковой части туловища				
29.	Практика. Растягивания боковой части туловища выполняется в par terr в сэkont-позиции, с большой амплитудой и выполняется в режиме стрейчинга, статично без рывков .	2		
30.	Практика. Grands battements jetes лёжа на полу в перёд.	2		
31.	Практика. Grands battements jetes лёжа на полу в сторону.	2		
32.	Практика. Grands battements jetes лёжа на полу на зад.	2		
33.	Практика. Повтор и отработка пройденного материала.	2		
Раздел. Скручивание позвоночника стоя на коленях.				
34.	Практика. Грант батман лёжа на спине.	2		
35.	Практика. Гран батман с заносом рабочей ноги за опорную ногу.	2		
36.	Практика. Гран батман с отжимом от пола на руках.	2		
37.	Практика. Гран батман с разворотом рабочей ноги с опорой на одну руку.	2		

38.	Практика. Боковое сжатие.	2		
39.	Практика. Повторение пройденного материала.	2		
40.	Практика. Закрепление пройденного материала.	2		
Раздел. Проучивание станка.				
41.	Практика. Сгибание вперёд в контракшен.	2		
42.	Практика. Выгибание туловища назад и снова вперёд в релиз.	4		
43.	Практика. Закрепление пройденного материала.	2		
44.	Практика. Повтор и отработка материала.	2		
Раздел. Подготовка к падению (Дропп).				
45.	Практика. Изучение «Лифт».	4		
46.	Практика. Подготовка к «узлу».	2		
47.	Практика. Изучение «узла».	4		
48.	Практика. Повтор и отработка материала.	2		
Раздел. Падения на бок.				
49.	Практика Падения из положения сидя.	4		
50.	Практика. Падения с одного колена.	4		
51.	Практика. Падения из положения стоя.	4		
52.	Практика. Повтор и отработка материала.	4		
Раздел. Упражнения на середине зала.				
53.	Практика. Demi plie по параллельной позиции контракция по 2 позиции.	4		
54.	Практика. Grand plie по параллельной позиции контракция по 2 позиции.	4		
55.	Практика. Battements tendus.	4		
56.	Практика. Battements tendus jetes.	4		
57.	Практика. Ronds de jambe parterr.	4		
58.	Практика. Fondues.	4		
59.	Практика. Releve lent.	4		
60.	Практика. Developpe, grands batlemens jetes.	4		
Раздел. Боковая арка.				

61.	Практика. Упражнения для торса.	2		
62.	Практика. Упражнения для торса основаны на глубоком растягивающем изгибе по средней линии, проходящей от пяток до макушки.	2		
63.	Практика. Повтор и отработка материала.	2		
Раздел. Передвижения по полу или движения в пространстве.				
64.	Практика. Изучение танцевальных комбинаций с использованием вращений.	2		
65.	Практика. Изучение танцевальных комбинаций с использованием прыжков.	2		
66.	Практика. Изучение танцевальных комбинаций с использованием переворотов.	2		
67.	Практика. Изучение танцевальных рисунков.	2		
68.	Практика. Изучение танцевальных переходов.	2		
69.	Практика. Изучение танцевальных переходов из рисунка в рисунок.	2		
70.	Практика. Закрепление пройденного материала.	2		
71.	Практика. Повтор и отработка материала.			
Раздел. Вращения.				
70.	Практика. Изучение «шёне».	2		
71.	Практика. Изучение поворота «закруто».	2		
72.	Практика. Изучение поворота с релаксом.	2		
73.	Практика. Изучение поворота с контракцией.	2		
74.	Практика. Повтор и отработка материала.	2		
Раздел. Прыжки.				
75.	Практика. Сотэ.	2		
76.	Практика. Ассамблее (выворотное и не выворотное). Гранд жете.	2		
77.	Практика. Перекидной прыжок.	2		
78.	Практика. Различные варианты шагов, триплеты,	2		
79.	Практика. Повороты в arabesques, вращения с продвижением, прыжки и комбинации прыжков.	2		

3-й год обучения

Часы: 216

№ п/п	Разделы и темы	Колво часов по программе	Кол-во часов по факту	Даты занятий
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ	2		

2.	Теория. Вводное занятие Вводное занятие (знакомство со стилями, контемпорари, контактная импровизация, джаз-модерн).	2		
Раздел. Упражнения для разогрева мышц спины, корпуса.				
3.	Практика. Разминка в стиле джаз-модерн на полу.	4		
4.	Практика. Проучивание позиций в par terr.	4		
5.	Практика. Постановка корпуса сидя на полу.	2		
6.	Практика. Постановка корпуса лёжа на полу.	2		
7.	Практика. Изучения «Кёв».	2		
8.	Практика. Изучение «Релиз».	2		
Раздел. Упражнения для разминки мышцы ног.				
9.	Практика. Разминка на полу или лёжа.	4		
10.	Практика. Разминка с усложнением упражнения, прибавлением темпа.	4		
11.	Практика. Закрепление пройденного материала.	2		
12.	Практика. Усложнения разминки, количеством исполнения.	4		
13.	Практика. Закрепление пройденного материала.	2		
Раздел. Разминка на середине зала.				
14.	Практика. Изолированные движения головы	2		
15.	Практика. Изолированные движения торса.	2		
16.	Практика. Изолированные движения рук.	2		
17.	Практика. Изолированные движения ног.	2		
18.	Практика. Закрепление пройденного материала.	2		
19.	Практика. Использование уровней джаза.	2		
20.	Практика. Мультипликация, изоляция.	2		
Раздел. Движения на растяжку ног.				
21.	Практика. Стрейтч движения на полу.	4		
22.	Практика. Стрейтч движения сидя.	4		
23.	Практика. Стрейтч движения стоя.	4		
24.	Практика. Стрейтч движения «у станка».	4		

25.	Практика. Закрепление пройденного материала.	2		
26.	Практика. Повторение пройденного материала.	2		
27.	Практика. Отработка ранее изученного материала.	2		
Раздел. Прыжки.				
28.	Практика. Прыжки классического танца.	4		
29.	Практика. Прыжки классического танца, сочетание их с законами джаз-танца.	2		
30.	Практика. Изучение Ambuite.	4		
31.	Практика. Изучение assemble.	4		
32.	Практика. Изучение jete.	4		
33.	Практика. Изучение ballone.	4		
34.	Практика. Изучение sissonne devloppe.	4		
35.	Практика. Закрепление пройденного материала.	4		
36.	Практика. Ambuite, assemble, jete , ballone, sissonne devloppe и др. В сочетании с законами джаз-танца.	4		
Раздел. Передвижения в пространстве.				
37.	Практика. Различные виды шагов, проученные ранее, составляются в комбинации в стиле джаз-танца.	2		
38.	Практика. Различные виды шагов, проученные ранее, составляются в комбинации в стиле модерн танца.	2		
39.	Практика. Различные виды шагов, проученные ранее, составляются в комбинации в стиле контемпорари.	2		
40.	Практика. Повторение пройденного материала.	2		
41.	Практика. Ранее выученные комбинации усложняются количеством повторений.	4		
42.	Практика. Ранее выученные комбинации усложняются прибавлением темпа в музыке.	4		
43.	Практика. Повторение пройденного материала.	2		
44.	Практика. Закрепление пройденного материала.	2		
45.	Практика. Отработка ранее изученного материала.	2		
Раздел. Вращения.				
46.	Практика. Изучение пируэтов.	2		
47.	Практика. Изучение chenes.	2		
48.	Практика. Вращения en dehors.	2		

49.	Практика. Вращения en dedans.	2		
50.	Практика. Изучение fuetcs в усложненном варианте за счёт включения прыжков.	2		
51.	Практика. Изучение fuetcs в усложненном варианте за счёт включения контракции.	2		
52.	Практика. Изучение fuetcs в усложненном варианте за счёт включения релиза.	2		
53.	Практика. Повторение пройденного материала.	2		
54.	Практика. Закрепление пройденного материала.	2		
55.	Практика. Отработка ранее изученного материала.	2		
Раздел. Комбинации из проученных движений.				
56.	Практика. В комбинации включаются все проученные движения включая прыжки.	4		
57.	Практика. В комбинации включаются все проученные движения включая падения.	4		
58.	Практика. В комбинации включаются все проученные движения включая скольжения.	4		
59.	Практика. В комбинации включаются все проученные движения включая пируэты.	4		
60.	Практика. В комбинации включаются все проученные движения включая вращения.	4		
61.	Практика. В комбинации включаются все проученные движения включая повороты.	4		
62.	Практика. В комбинации включаются все проученные шаги с применением эстрадного танца.	4		
63.	Практика. В комбинации включаются все проученные движения сочетая в разных стилях.	4		
64.	Практика. Закрепление пройденного материала.	2		
65.	Практика. Отработка ранее изученного материала.	2		
Раздел. Основы импровизация и контактная импровизация.				
66.	Практика. Основы импровизации.	2		
67.	Практика. Включаются упражнения, построенные на доверии партнёра к партнёру (что очень важно на «поддержках»).	4		
68.	Практика. Перемещение на четырёх точках (использование различных уровней).	4		
69.	Практика. Изоляция и импульс на различные точки тела.	4		
70.	Практика. Работа в парах.	4		
71.	Практика. Упражнение «зеркальное отражение».	4		
72.	Практика. Падение на партнёра.	4		

73.	Практика. Повторение пройденного материала.	4		
74.	Практика. Закрепление пройденного материала.	2		

4-год обучения

Часы: 216

№	Тема занятия	Часы		
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2		
2	Упражнения на координацию	2		
3	Хип-хоп культура	2		
4	Waking – теория	2		
5	Waking - база	2		
6	Wrist twirls базовые движения	2		
7	Wrist twirls придумывание связки	2		
8	ОФП, растяжка	2		
9	Wrist twirls импровизация	2		
10	Waking pose	2		
11	Waking pictures	2		
12.	Waking – база	2		
13.	Изучение связки	2		
14.	Изучение связки	2		
15.	ОФП, растяжка	2		
16.	double step touch, mambo вариации	2		
17.	double step touch, mambo вариации	2		
18.	v-step , slide , придумывание связки	2		
19.	v-step , slide , придумывание связки	2		
20.	v-step , slide , придумывание связки	2		
21.	ОФП, растяжка	2		
22.	Упражнения на координацию повторение, отработка.	2		
23.	twist jump , cross, straddle, придумывание связки	2		
24.	twist jump , cross, straddle придумывание связки	2		
25.	Хип-хоп культура	2		
26.	Самостоятельная работа, придумывание связки	2		
27.	Просмотр танцевальных клипов	2		

28.	Monastery, up town – придумывание связки	2		
29.	Monastery, up town – придумывание связки	2		
30.	up tawn, shamrock – придумывание связки	2		
31.	up tawn, shamrock – придумывание связки	2		
32.	ОФП, растяжка	2		
33.	Импровизация	2		
34.	sham rock, doggi, putty duk, придумывание связки	2		
35.	atlanta stomp, stive martin придумывание связки	2		
36.	tone wor, rk bouce, kriss kross придумывание связки	2		
37.	Отчетный концерт	2		
38.	Постановка хореографии	2		
39.	Постановка хореографии	2		
40.	Задания с импровизацией	2		
41.	Постановка хореографии	2		
42.	Постановка хореографии	2		
43.	Постановка хореографии	2		
44.	ОФП, растяжка	2		
45.	Постановка хореографии	2		
46.	Отработка сделанной постановки	2		
47.	Отработка сделанной постановки	2		
48.	Отработка сделанной постановки	2		
49.	Придумывание движений самостоятельная работа	2		
50.	Отработка сделанной постановки	2		
51.	Отработка сделанной постановки	2		
52.	ОФП, растяжка	2		
53.	Отработка сделанной постановки	2		

54.	Отработка сделанной постановки	2		
55.	Отработка сделанной постановки	2		
56.	Придумывание движений самостоятельная работа	2		
57.	ОФП, растяжка	2		
58.	Waving изучение	2		
59.	Waving отработка	2		
60.	Waving импровизация	2		
61.	Fix, stop, pop изучение	2		
62.	Fix, stop, pop отработка	2		
63.	Fix, stop, pop импровизация	2		
64.	ОФП, растяжка	2		
65.	Просмотр танцевальных видеоклипов	2		
66.	Расстановка по линиям и рисункам	2		
67.	Игры танцевальные	2		
68.	Расстановка по линиям и рисункам	2		
69.	Расстановка по линиям и рисункам	2		
70.	Расстановка по линиям и рисункам	2		
71.	ОФП, растяжка	2		
72.	Расстановка по линиям и рисункам	2		
73.	Расстановка по линиям и рисункам	2		
74.	Отработка пройденного материала	2		
75.	Игры танцевальные	2		
76.	Отработка пройденного материала	2		
77.	Отработка пройденного материала	2		
78.	Отработка пройденного материала	2		
79.	Отработка пройденного материала	2		

80.	ОФП, растяжка	2		
81.	Игры танцевальные	2		
82.	Импровизация	2		
83.	Criss cross, horse move BK bounce придумывание связки	2		
84.	Criss cross, horse move BK bounce придумывание связки	2		
85.	Criss cross, horse move BK bounce придумывание связки	2		
86.	импровизация	2		
87.	Изучение связки	2		
88.	ОФП, растяжка	2		
89.	Running man, butterfly, Bart simpson придумывание связки	2		
90.	Running man, butterfly, Bart simpson придумывание связки	2		
91.	Running man, butterfly, Bart simpson придумывание связки	2		
92.	Импровизация	2		
93.	Изучение связки	2		
94.	Повторение связки	2		
95.	ОФП, растяжка	2		
96.	Roof top, Seed prep, Happy feet придумывание связки	2		
97.	Roof top, Seed prep, Happy feet придумывание связки	2		
98.	Roof top, Seed prep, Happy feet придумывание связки	2		
99.	Импровизация	2		
100.	Изучение связки	2		
101.	ОФП, растяжка	2		
102.	Harlem shake, Robocop, Roger rabbit придумывание связки	2		
103.	Harlem shake, Robocop, Roger rabbit придумывание связки	2		
104.	Harlem shake, Robocop, Roger rabbit придумывание связки	2		
105.	Импровизация	2		

106.	Изучение связки	2		
------	-----------------	---	--	--

2.4. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНЫХ ПРЕДМЕТОВ

II. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ И ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

(формы аттестации, оценочные и методические материалы, иные компоненты)

2.1. Методическое обеспечение программы:

Методы обучения:

При проведении занятий используются словесный, наглядный, практический;

Методы воспитания: убеждение, поощрение, стимулирование, мотивация и др.

Формы организации образовательного процесса:

Образовательный процесс осуществляется через учебное занятие.

Занятия проходят в группах, учитывая индивидуальные особенности каждого ученика и уровень его подготовки.

Учебное занятие строится с учетом следующих требований:

- создание и поддержание высокого уровня познавательного интереса и активности детей;
- целесообразное расходование времени занятия;
- применение разнообразных форм, методов и средств обучения;
- высокий уровень межличностных отношений между педагогом и детьми;
- практическая значимость полученных знаний и умений.

Формы организации учебного занятия: практическое занятие, открытое, мастер-класс, праздник, концерт, беседа, конкурс, наблюдение, тренинг, фестиваль.

Педагогические и образовательные технологии:

1. Технология личностно-ориентированного и дифференцированного обучения (авт. И.С.Якиманская) позволяет выбрать формы, средства и методы, способствующие максимальному развитию индивидуальных познавательных способностей детей. Технология позволяет создать условия для адаптации ребенка в коллективе и обучения с учетом личностных возможностей в ситуации успеха.
2. Игровые технологии (авт. П.И. Пидкасистый, Д.Б.Эльконин) позволяют активизировать творческую и познавательную деятельность обучающихся, расширить их кругозор, воспитать самостоятельность и коммуникативность. Дидактические и творческие игры используются для организации учебного процесса и коллективных творческих дел: мероприятий, конкурсов, концертов и т.д
3. Технология коллективной творческой деятельности (авт. И.П. Волков; И.П.Иванов) позволяет научить детей способам планирования, подготовки, осуществления и проведения коллективного творческого дела; сформировать навыки совместной творческой деятельности.
4. ИКТ (авт. Г.Р. Громов, Б. Хантер) позволяет применять на практике звуковые, текстовые, фото- и видео-редакторы, активно использовать интернет-ресурсы; сокращается время на демонстрацию наглядных пособий, оптимизируется процесс

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

- Наличие оборудованного зала с зеркалами для занятий - актовый зал МБУ ДО «Центр дополнительного образования» на 72 м².
- Наличие у детей специальной формы для занятий (у мальчиков шорты и футболка, у девочек купальник-трико, либо купальник для занятий и юбочка).
- Музыкальное сопровождение (наличие аудио-аппаратуры, аудиозаписей, диски)
- Наличие сценических костюмов для концертных номеров.

Программно-методическое обеспечение:

- Методические разработки, литература по хореографическому искусству;
- Литература по педагогике и психологии;
- Методические видеоматериалы различных направлений хореографии.
- Видеозаписи выступлений профессиональных коллективов народного танца и современной хореографии.

2.3. Список литературы

Используемая литература:

1. Коджаспирова Г.М., Коджаспиров А.Ю. Словарь по педагогике. - Ростов-на-Дону: Издательский центр "МарТ", 2005. - 448с.
2. Базарова Н. П. Классический танец. – СПб, 2009
3. Костровицкая В., Писарев А. Школа классического танца - М, 2009 Академическая и специальная литература. Искусство и искусствоведение. Искусство танца. Искусство народного танца. Этюды: Для студентов хореографических факультетов, вузов культуры. Учебное пособие, Москва: Владос, 2002.-205 с.
4. Бочкарева, Н.И. Русский народный танец: теория и методика: учебное пособие для студентов вузов культуры и искусств.- Кемерово: Кемеровский государственный университет культуры и искусств, 2006
5. Барышникова Т. Азбука хореографии.—М.: Рольф, 2001.—272 с.
6. Ваганова, А. Я. Основы классического танца. Издание 6 Серия «Учебники для вузов. Специальная литература-- СПб.: Издательство «Лань», 2001 г.--192с
7. Костровицкая, В.С. 100 уроков классического танца. Учебно-методическое пособие. 2-е изд., доп.-Л.: Искусство 1981—262 с.
8. Котельникова, Е. К. Биомеханика хореографических упражнений. –М.: ВЦХТ («Я вхожу в мир искусства»), 2008.—128.с.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 647030360437668574821219143876024766403350371024

Владелец Хохлова Елена Александровна

Действителен с 20.01.2026 по 20.01.2027