



Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Детско-юношеский творческий центр «Васильевский остров»  
Санкт-Петербурга

Принята  
на педагогическом совете  
протокол №1  
от 29 августа 2019 г.

УТВЕРЖДЕНА  
приказом № 37 от 29 августа 2019 г.  
Директор ГБУ ДО ДЮТЦ «В.О.»

Н.М. Чукина / 



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**«Основы современного танца»**

Возраст детей: 6-8 лет  
Срок реализации: 3 года

Разработчик: **Иванова Полина Андреевна**,  
педагог дополнительного образования

## Пояснительная записка

Общеобразовательная общеразвивающая программа «**Основы современного танца**» имеет **художественную направленность** и предназначена для детей, желающих заниматься современной хореографией.

Хореография - одно из древнейших искусств истории человеческой цивилизации и служила наиболее ярким средством выражения человеческого духа, носителем народного характера, отражением истории, эпохи и образа жизни народа. Уже в наскальных рисунках, созданных несколько тысячелетий тому назад, встречаются изображения пляшущих людей. «Танец возник тогда, когда искусство, выраженное в движении и жесте, подчинилось ритму и музыке».

Хореография как вид искусства обладает скрытыми резервами для развития и воспитания детей. Это синтетический вид искусства, основным средством которого является движение во всем его многообразии.

**Современный танец** – самая молодая танцевальная система. В настоящее время она находится в стадии формирования. Особенность развития современной хореографии – в эклектическом использовании танцевального материала различного свойства: этнический танец, джаз, степ, модерн, балет, а также популярные уличные направления. Современный танец уничтожает границы между ними, соединяя воедино все стили, формы, направления. К современному танцу в настоящее время относятся все направления хореографии, которые были рождены в XX веке.

На занятиях по современному танцу ребёнок не просто учится танцевать, он учится говорить телом. Каждое движение, жест, поза – это слова, которые складываются в фразы, фразы в предложения, а предложения – в истории. И особенно важно чтобы танец не был просто набором слов, чтобы танец нёс смысл. Поэтому помимо развития общефизических и исполнительских, он развивает интеллектуальные, артистические и творческие способности ребёнка. Современный танец всесторонне развивает личность. Он хорошо тренирует тело, одновременно развивает и тренирует мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, гибкость, грацию и выразительность, избавляет от физических зажимов. Ребёнок развивает чувство ритма, умение слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения.

Также танец оказывает положительное воздействие на здоровье детей, вестибулярный аппарат, систему дыхания и сердце.

Кроме того, занятия улучшают душевное состояние ребенка, формируют характер, наделяя его лучшими качествами: упорством, терпением, дисциплинированностью, чувством ответственности и умением преодолевать трудности. Ребёнок становится более внимательным, сосредоточенным, трудолюбивым и усердным. Все эти необходимые качества приобретаются на занятиях и переносятся детьми из танцевального зала в другие сферы деятельности.

Чтобы в дальнейшем добиться успеха, на начальном этапе необходимо освоить и закрепить простейшие навыки, развить данные, укрепить мышцы, выработать дисциплину и трудолюбие.

**Актуальность программы** объясняется анализом детского и родительского спроса. В наше время, когда дети живут в мире гаджетов и интернета и проводят большое количество времени сидя за компьютером, у телевизора или просто в телефоне, им просто не хватает ни физической активности, ни живого общения со сверстниками. Эти проблемы решает современный танец. Он даёт возможность окунуться в особый мир. Мир без технологических новшеств. Мир движения и музыки. Ребёнок знакомится с современным танцем и понимает, подходит ли ему это направление. Если да, то программа является трамплином для дальнейшего обучения

Данная программа позволяет ученику постичь азы современного танца, изучить основы стилей современного танца и приобрести хореографические навыки для следующего уровня.

**Особенностью данной программы** является то, что она ориентирует педагогов на работу с детьми независимо от наличия у них специальных физических данных.

### **Концептуальные положения программы**

- ✓ все дети способны научиться танцевать;
- ✓ творческие способности существуют параллельно и независимо от общих и специальных способностей;
- ✓ творчеству, как любой деятельности, можно учиться;
- ✓ коллективная деятельность – пространство творческого развития учащихся;

Программа спроектирована в соответствии с современными требованиями и следующими документами:

- Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей от 04. 09. 2014 №1726-р;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. №196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 14.12.2015 г. №09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»;
- Распоряжение Правительства РФ от 24.04.2015 г. № 729-р «План мероприятий на 2015-2020 годы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей» (п.12,17,21);
- СанПиН 2.4.4.3172-14 «санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014г. №41).
- Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 01.03.2017 № 617-р «Об утверждении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию».

### **Адресат программы**

Данная программа разработана для детей от 6 до 8 лет, желающих обучаться современному танцу в хореографическом коллективе ГБУ ДО ДЮТЦ «Васильевский остров», без ограничений, независимо от уровня способностей, в том числе детей с неяркими хореографическими данными.

**Срок реализации программы:** 2 года.

Объём - 216 часов: по 108 часов в 1-й год и 2-й год обучения.

Уровень освоения программы – **базовый**

Процесс обучения осуществляется на групповых занятиях.

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 1 часу.

Продолжительность учебных занятий установлена с учетом возрастных особенностей учащихся, допустимой нагрузки в соответствии с санитарными нормами и правилами, утвержденными СанПин 2.4.4.3172-14.

### **Цель программы:**

Создание условий для творческого, эмоционального и физического развития ребёнка посредством обучения основам современного танцевального искусства и, таким образом, создание фундамента для более серьёзного увлечения хореографией.

### **Задачи:**

#### *обучающие:*

- изучить современные направления хореографии
- научить умению слушать, воспринимать, оценивать музыку, двигаться в характере музыки, передовая ее темповые и динамические особенности
- обучить танцевальному этикету и сформировать умение переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни.
- сформировать компетенции в области культуры в целом, хореографической культуры – в частности;
- формировать исполнительские навыки в области танцевального искусства;
- обучить основам сценической культуры

#### *развивающие:*

- развивать танцевальные способности детей (музыкальность, ритмичность, координацию движений умение правильно распределять сценическую площадку)
- развить физические качества (силу, выносливость, ловкость, гибкость, прыгучесть, равновесие)
- Развивать общую культуру тела, пластики, манеры поведения.
- содействовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата, профилактике плоскостопия, формированию правильной осанки, функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма
- развить чувство ансамбля (чувство партнерства), артистизм;
- сформировать духовно богатую, трудолюбивую, целеустремленную в достижении целей, ответственную, доброжелательную личность средствами хореографии как источника нравственного и эстетического воспитания;
- создать условия для саморазвития, самореализации и самовоспитания.

#### *воспитательные:*

- воспитывать терпение, трудолюбие, целеустремлённость, выносливость
- воспитывать волевые качества
- сформировать эмоционально-ценностное отношение к действительности
- воспитать личность, уважающую себя, осознающую свою ценность и признающую ценность другой личности, способную сделать правильный выбор в ситуациях нравственного выбора
- воспитать чуткость, внимательность к другим, чувство собственного достоинства
- воспитать человека, способного существовать в современном мире с максимальной пользой;
- сформировать нравственную культуру.

### **Условия реализации программы**

Набор детей в танцевальный коллектив ДЮТЦ «В.О.» производится в начале учебного года в группы 1-го года обучения в соответствии с возрастной категорией, без хореографической подготовки. В группы 2-го года обучения зачисление возможно на основании результатов просмотра и предварительного индивидуального собеседования с ребенком и его родителями с целью ознакомления с интересами и потребностями ребёнка,

выявления способностей и умений, хореографической подготовки, а также заинтересованности в занятиях.

К занятиям допускаются дети, не имеющие противопоказаний по здоровью, и предоставившие справку от врача.

Принимаются девочки и мальчики 6-8 лет, по итогам просмотра и собеседования с педагогом.

1 год обучения – 15 чел.

2 год обучения – 12 чел.

Процесс обучения построен на реализации дидактических принципов:

1. **Принцип сознательности и активности** предусматривает сознательность в отношении занятий, формирование интереса в овладении танцевальными движениями и осмысленного отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу.
2. **Принцип наглядности** помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений.
3. **Принцип доступности** требует постановки перед учащимися задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности осваиваемого учебного материала по дидактическому правилу: от известного к неизвестному, от легкого к трудному, от простого к сложному.
4. **Принцип систематичности** предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности учащихся, определенную последовательность решения танцевально-творческих заданий.
5. **Принцип гуманности** в воспитательной работе выражает:
  - безусловную веру в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка;
  - глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей;
  - создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения;
6. **Принцип демократизма** основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в социальной среде.

Занятие хореографией должно быть для ребенка процессом творчества. Большое значение имеет детское сочинительство, составление самими детьми танцевальных и учебных комбинаций, простейших композиций и этюдов. Личное участие в творчестве углубляет и обогащает восприятие искусства. Навыки творчества, которые развиваются у детей в процессе таких занятий, способствуют формированию творчески-активной личности.

Освоение программы должно опираться на следующие основные принципы:

- ступенчатое развитие природных данных учащихся,
- строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приемами,
- систематичность и регулярность процесса, который направлен на создание условий для гармонического развития творческой личности.

### **Принципы обучения и воспитания**

Главным методическим принципом проведения занятий является то, что усложнение, продвижение по программе напрямую зависит от степени усвоения материала учащимися.

Главное не торопиться, добиться правильного исполнения в простом, а не гнаться за сложным, проигрывая при этом в грамотности исполнения.

Обучение современному танцу - двусторонний процесс, осуществляемый педагогом и ребенком в их взаимодействии и творческом сотрудничестве. Обучение строится на следующих педагогических принципах:

- принцип последовательности выражает порядок и логику в изучении учебного материала;
- принцип преемственности, суть которого в том, что предшествующее развивается и обогащается в последующем;
- принцип сознательности и активности, ориентированный на создание таких условий, при которых ребенок сознательно и активно усваивает учебный материал;
- принцип создания оптимальных условий для обучения - морально-психологической атмосферы, взаимоуважения, вежливости и взаимопонимания;
- принцип опережающего обучения подразумевает заблаговременное создание "мостов" между темами во избежание вакуума.

### **Описание форм занятий**

Основной, наиболее действенной и эффективной формой занятия является учебное занятие, учебно-тренировочное занятие или тренировка.

Теоретические занятия проводятся в форме тематических бесед, видеопросмотров. Эти занятия имеют относительно небольшой удельный вес в общем процессе подготовки и проводятся, главным образом, с занимающимися старшего возраста и, в меньшей степени, среднего возраста.

Практические занятия являются основной формой подготовки. Они классифицируются по следующим признакам:

По педагогическим задачам

По величине нагрузок

По организации

- обучающие,
- тренировочные,
- контрольные,
- восстановительные,
- постановочные,
- комплексные.
- ударные,
- оптимальные,
- умеренные,
- разгрузочные.
- фронтальные,
- групповые,
- индивидуальные.

Структура учебно-тренировочного занятия должна быть четкой, со строгим переходом от одной части к другой в соответствии с поставленными задачами. 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, сердечно-сосудистой 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 современного, бального, народного 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.

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 помогают учащимся сосредоточить на них внимание на следующем занятии.

### **Материально-техническое обеспечение**

1. Учебный класс для занятий – большой, светлый, хорошо проветриваемый зал с зеркалами;
2. Коврики или покрытия для занятия в партере,
3. Специальная обувь - балетки или чешки;
4. Тренировочная одежда
5. Музыкальное сопровождение – магнитофон, диски и аудиокассеты, колонки (возможность воспроизводить с флеш накопителей и плееров)

### **Планируемые результаты:**

#### *Личностные результаты*

- понимание ценности хореографического искусства в жизни человека и общества;
- Приобщение к искусству танца.
- воспитание чувства ответственности, организованности, активности, внимания.
- развитие эмоционально-волевых качеств и коммуникативных навыков, способствующих социальной самореализации ребенка;

- коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками в коллективе;
- способность формулировать собственное мнение и позицию;
- владение основами самоконтроля, самооценки;
- ответственное отношение к учению, готовность и способность к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.

*Метапредметные результаты*

- Развитие танцевальности, гибкости, пластики, артистизма, музыкального слух, творческого воображения, физической выносливости.

*Предметные результаты*

- знание правильно распределять своё тело в пространстве, взаимодействовать с партнёрами, ориентироваться в танцевальном зале и на сцене.
- владение основами современного танца
- приобретение умений и навыков импровизации под музыку.
- способность управлять телом так, чтобы не только исполнить непосредственно танцевально-пластические фрагменты, но и научиться пользоваться телом как инструментом, позволяющим ярче и точнее создавать образ.

## Учебный план

### Первый год обучения

№ п/п	Раздел/ тема	Количество часов			Формы контроля
		теория	Практика	Всего	
1	Вводное занятие. Знакомство с миром танца	1		1	Входная диагностика
2	Тренаж	1	24	25	Наблюдение. Анализ.
3	Ритмика	1	15	16	
4	Основы современного танца	1	19	20	Наблюдение. Анализ
5	Основы классического танца	0,5	4,5	10	Наблюдение. Анализ
6	Музыкально-подвижные игры	0,5	5,5	10	Наблюдение. Анализ
7	Постановочная работа		15	15	Концертные выступления
8	Репетиционная работа		10	10	Концертные выступления
9	Итоговое занятие		1	1	Отчётный концерт Промежуточная диагностика
	<b>ИТОГО:</b>	5	103	<b>108</b>	



## Второй год обучения

№ п/п	Раздел/ тема	Количество часов			Формы контроля
		теория	Практика	Всего	
1	Вводное занятие. Знакомство с миром танца	1		1	Входная диагностика
2	Тренаж	1	24	25	Наблюдение. Анализ.
3	Основы современного танца	1	24	25	Наблюдение. Анализ
4	Основы джазового танца	1	24	25	Наблюдение. Анализ
5	Основы классического танца	0,5	5,5	6	Наблюдение. Анализ
6	Постановочная работа		15	15	Концертные выступления
7	Репетиционная работа		10	10	Концертные выступления
8	Итоговое занятие		1	1	Отчётный концерт Промежуточная диагностика
<b>ИТОГО:</b>		4,5	103,5	<b>108</b>	

## Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1	10.09	Конец мая	36	108	3 раза в неделю по 1 часу
2	01.09	Конец мая	36	108	3 раза в неделю по 1 часу

## Рабочая программа

### Первый год обучения

#### **Особенности 1-го года обучения**

Первый год обучения характеризуется ознакомлением детей с основами хореографии (классика, современный и джазовый танец)

Акцент ставится на постановке корпуса, положении рук и ног, на контроле за позвоночником. Обучение контролю за напряжением и расслаблением мышц. Развитие элементарной координации, начало освоения технических принципов современного танца.

#### **Задачи:**

##### *Обучающие.*

- научить основным танцевальным движениям и базовым элементам различных танцевальных жанров;
- научить основным схемам построения в танце;
- сформировать начальные навыки и умения современного танца;
- научить самостоятельно использовать полученные знания и навыки в работе над пластическими образами танцев;
- научить основам импровизации.

### *Развивающие*

- развитие профессиональных данных: (мышечной силы, правильной осанки, подвижности в различных суставах (гибкости), выносливости, скоростных, силовых и координационных способностей, выворотности ног, подъёма стопы, танцевального шага, прыжка, эластичности мышц);
- развитие пластичности, хореографической памяти, внимания и выносливости;
- развитие способности чувствовать настроение и характер музыки;
- развитие чувства ритма;
- развитие умения ориентироваться в пространстве;
- укрепления иммунитета за счет физических упражнений и двигательной активности

### *Воспитательные*

- воспитать у детей интерес к занятиям хореографией путем создания положительного эмоционального настроения, подготовка для дальнейшего обучения;
- воспитать сознательное, вдумчивое и активное отношение к занятиям;
- воспитать нравственно-коммуникативные качества, умение вести себя в группе во время движения, чувство такта и взаимоуважения;
- воспитать такие качества, как внимание, целеустремленность, собранность, работоспособность, коллективизм;

## **Планируемые результаты освоения программы**

К концу 1-го года обучения дети будут

Знать:

- основы хореографической терминологии;
- основы классического и современного танца;
- правила постановки корпуса,

Уметь:

- правильно держать ноги и руки в позициях
- использовать знания современного лексического материала
- исполнять музыкально-ритмические упражнения в рамках программы;
- исполнять танцевальные движения

## **Содержание**

### **1. Знакомство с миром танца**

Техника безопасности, введение в мир танцевального искусства, правила поведения в хореографическом зале, требования к форме, причёске и обуви для занятий.

### **2. Тренаж.**

Задача данного раздела – улучшение общей и специальной физической подготовки танцора. Данный раздел на разных этапах обучения может включать в себя:

- общеразвивающие и специальные упражнения для развития гибкости и подвижности суставов, эластичности мышц, развитие выносливости, танцевального шага и т.д.;
- азбуку классического танца;
- основы современного танца.

*Разогрев.*

- Разминка по кругу: шаг с носка, шаг на п/пальцах и на пятках, галопы (лицом в круг и спиной), подскоки, лёгкий бег на п/пальцах.

- Разминка на середине: наклоны головы вперёд, назад и в стороны, повороты головы вправо-влево, круговые движения головой по полукругу, подъём плеч вверх-вниз, круговые движения плечами вперёд-назад, работа грудной клетки вперёд-назад (контракция), квадрат грудной клетки, круговые движения бёдер вправо-влево, «восьмёрка», полукруг, releve по I. II. VI позициям, подъём согнутой в колене ноги, прыжки по VI позиции, с поджатыми «разножки», из demi- plie в «звезду», stretch (стрейч) растягивание: в сторону, через бок, flat back (флэт бэк – плоская стена), наклоны: flat back и наклон к ноге: вперёд и назад, отжимание, roll (ролл – скручивание): вперёд с flat back и в сторону с demi- plie (деми плие – маленькое приседание).

#### *Экзерсис на полу*

Экзерсис на полу направлен на расширение технических способностей учащихся.

Экзерсис выработан на основе многочисленных методик гимнастических упражнений, применяемых в хореографических школах, студиях, спорте.

- ✓ Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела;
- ✓ Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья, развитие подвижности локтевого сустава;
- ✓ Упражнения для развития гибкости плечевого и поясного суставов
- ✓ Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса;
- ✓ Упражнения для улучшения гибкости позвоночника;
- ✓ Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра;
- ✓ Упражнения для развития подвижности голеностопного сустава, эластичности мышц голени и стопы.
- ✓ Упражнения для развития выворотности ног танцевального шага;
- ✓ Упражнения для исправления осанки.

Экзерсис на полу состоит из нескольких разделов:

1. упражнения, сидя на полу
2. лёжа на спине
3. лёжа на боку
4. лёжа на животе
5. упражнения, стоя на коленях
6. упражнения парами

Каждый из разделов имеет свои задачи, но практически через все упражнения проходит нацеленность на укрепление мышц спины, в стремлении добиться прямой осанки, вытянутости ног в коленях и стопе.

1. Задачи раздела «Упражнения, сидя на полу»:

укрепление мышц спины, постановка осанки, вытянутость ног в колене и в стопе, растяжение ахиллового сухожилия.

2. Задачи раздела «Упражнения, лёжа на спине»:

укрепление мышц брюшного пресса, выворотности бёдер.

3. Задачи раздела «Упражнения, лёжа на боку» :

развитие шпагата в сторону, выворотности бёдер.

4. Задачи раздела «Упражнения, лёжа на животе»:

развитие гибкости корпуса, укрепление мышц спины, укрепление голеностопа.

5. Задачи раздела «Упражнения, стоя на коленях»:

развитие гибкости, развитие подъёма, растяжение ахиллового сухожилия.

6. Задачи раздела «Упражнения парами»:

развитие гибкости спины, укрепление мышц спины, развитие выворотности ,укрепление брюшного пресса ,растяжка.

### 3. Ритмика.

Знакомство с основными понятиями. Развитие у детей в игровой форме элементарной координация, чувства ритма и активной эмоциональной реакции на музыку. Объяснение правильности выполнения движений.

Работа над постановкой корпуса:

Изучение позиций ног: VI, I, II, III

Изучение положений рук: на поясе, варианты простых *por de bras* с вытянутыми руками, «за юбочки» (девочки).

Постановка спины:

упражнения на ассоциациях (“солдатик”, “столбик” и т.д.);

Упражнения на натянутость ног и постановку спины:

а) *vattmantendu* вперёд по VI позиции;

б) ходьба с носочка на п/п, на пятках, шаг с высоким подъёмом ног с сокращением стопы в воздухе.

- Работа над развитием чувства ритма:

Упражнения на развитие чувства ритма и определение законченности музыкальных фраз:

- всевозможные ритмические рисунки с хлопками и притопами на разные музыкальные доли, на начало и конец музыкальной фразы.
- сочетание хлопков и притопов;
- сочетание прыжков и шагов.

- Работа над умением ориентироваться в пространстве:

- деление зала по точкам;
- умение держать линию, колонну;
- соблюдать интервалы, строить круг;
- соблюдать интервалы во время движения;
- знать своё место в зале.

- Сочетание упражнений на натянутость ног и перемещений в пространстве:

варианты ходьбы по диагонали, по кругу;

✓ танцевальные движения на месте и в продвижении по залу в различных направлениях.

- Движения в пространстве:

- ✓ построение круг в круге;
- ✓ положение в парах. свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну;
- ✓ построение из круга в одну шеренгу, в две, в четыре шеренги и обратное перестроение на месте, в продвижении.
- ✓ прочёсы;
- ✓ змейка;
- ✓ до за до
- ✓ Ручеёк
- ✓ шен

- Положение в паре:

- в продвижении по кругу;
- по диагонали;
- лицом друг к другу.

- Танцевальные элементы:

- бег;
- прыжки по VI позиции;
- приставной шаг;

- приставной шаг с plie;
  - вынос ноги на каблук в сторону;
  - притоп;
  - подскоки на месте и в продвижении;
  - галоп.
  - шаг с plie;
  - double шаг с plie;
  - pas полонеза;
  - pas польки.
- Par terre:
    - постановка спины:
      - ✓ работа головы при подтянутой спине в положении сидя;
      - ✓ работа стоп в этом же положении.
    - работа стоп;
    - упражнения на натянность ног;
    - упражнения на развитие выворотности;
    - растяжка;
    - упражнения на гибкость;
    - профилактика сколиоза (упражнения на растягивание позвоночника).

#### 4. Основы современного танца

Этот раздел знакомит детей с элементами современного танца. Подготавливает к дальнейшему изучению джаза, модерна и contemporary танца.

- Разогрев по кругу. Ритмическое чередование шагов на полупальцах и пятках, шаги с приседанием, шаги с наклонами до пола, «слоники», «тараканчики», бег с высокими коленками, бег с высокими пятками, бег с замиранием в позу по хлопку.
- Разогрев-изоляция центров.
  - Изоляция головы. Наклоны вперед – назад, из стороны в сторону (ухом к плечу), повороты в правую и левую стороны, с остановкой в центре, затем без остановки, свинговое раскачивание, «крест» головой с возвратом в центр (вперед, в сторону, назад, в сторону), «квадрат» без возврата в центр, «круг» головой.
  - Изоляция плеч. Подъем и опускание одновременно двух плеч, по одному плечу, оппозиционное движение плеч (одно вверх, другое вниз), круги вперед – назад.
  - Изоляция грудной клетки. Смещение в правую и левую стороны, руки во 2 позиции, подъем грудной клетки вверх и опускание вниз.
  - Изоляция тазобедренного сустава (бедра). Слитное движение бедрами из стороны в сторону, координированное движение бедер с руками, круговые движения бедрами.
  - Изолированные движения ареалами руки, кистью, предплечьем.
  - Изолированные движения ареалов ног: положение flex – сокращенная стопа, point – натянутая стопа, круги стопой.
- Упражнения в партере
  - Упражнения для стоп
  - Складочка – мост
  - Положение «бабочка». Упражнения для развития подвижности позвоночника в положении подготовка к контракшн, раскручивание в положение твист, «неваляшка», «неваляшка» с выходом на колено
  - «Уголочек» - «Корзинка»
  - «Лодочка»
  - Положение в «разножке». Упражнения на растяжку, подъем бедер.

- «Дощечка»
- «Звёздочка» - «Эмбриончик»
- Ритмический тренаж. Движения, хлопки, импровизация в стиле афро-джаза.
- Основные позиции ног: out и in положения. Закрытые выворотные и параллельные позиции. Перевод из закрытого в открытое положение.
  - Движения ног. Plie и releve в различных позициях и с переходом из позиции в позицию, brush, flex колена и стопы, кик вперед и в сторону
- Движений современной пластики. Шаги с трамплинным сгибанием коленей при передвижении из стороны в сторону и вперед-назад. Шаги по квадрату. Стойка на одной ноге, позже на полупальцах. Выпады. Взмахи и перекрещивания рук. Шоссе. Прыжки. Позы современного танца. Смена поз в различном ритмическом рисунке.
- Танцевальные комбинации на середине зала. Соединение всех изученных движений в танцевальные комбинации, этюды.
- Свободная импровизация. Музыка по заданию руководителя.

## 5. Основы классического танца

- Постановка корпуса
- Позиции рук и ног
- Ходьба по кругу выворотной, на полупальцах, с задержкой ноги
- Партерная классика Упражнения на развитие голеностопного сустава и натянутости ног.
- Упражнения, направленные на развитие выворотности – «ножницы», «молния»
- Упражнения, направленные на развитие нижней выворотности тазобедренного сустава – «бабочка», «лягушка», «часики»
- Упражнения на растягивание – «складка», «куколки».
- Упражнения, укрепляющие мышцы брюшного пресса – «стрелок», «ножницы».
- Упражнения для развития гибкости позвоночника – «змея», «рыбка».
- Упражнения, укрепляющие мышцы спины – «лодочка», «качалка», «кораблик».
- Упражнения, вырабатывающие силу мышц ног – махи вперед, в сторону, назад.
- Элементы пордебра

## 6. Музыкально-подвижные игры

- Развитие артистичности и фантазии, музыкальности, внимания и пантомимных способностей.
- 1. «Зеркало». Дети разбиваются по парам, справа ребенок «зеркало» слева ребенок, который будет смотреться в зеркало. Далее смотрящиеся принимают любые позы, а «зеркало» повторяет их с максимальной точностью. По команде дети меняются.
- 2. «Дискотека». Это игра настоящая детская дискотека. Под музыку ребята произвольно танцуют, по команде возвращаются на места. Включается другая музыка. Разная по характеру и темпу музыка чередуется.
- 3. «Нос, потолок, пол». По команде, пальцем показываем на нос, на потолок, на пол. Усложняя игру, педагог путает детей - говорит одну команду, а показывает другую.
- 4. «Мимы». Дети закрывают лицо руками как ширмочки, по заданию педагога, когда руки открываются, дети показывают какую-то эмоцию.
- 5. «Зернышко». Дети изображают зернышко, которое, прорастая, превращается в растение или дерево. Каждый ребенок придумывает, во что он будет превращаться. Характерные особенности этого растения или дерева должны отразиться в жесте, позе, движении, мимике.

## 7. Постановочная работа

Постановка танцевальных номеров. Разучивание комбинаций. Разводка по рисункам. Работа в группе.

## 8. Репетиционная работа

Отработка номеров. Синхронность исполнения, четкость исполнения.

## 9. Итоговое занятие

Подведение итогов работы. Концертное выступление. Открытое занятие.

Календарно-тематическое планирование

Согласовано

На 20\_\_-20\_\_ учебный год

\_\_\_\_\_ (дата)

По программе «Основы современного танца»

зав. отделом \_\_\_\_\_

Педагог

1-й год обучения, группа №

№ п/п	Дата планируемая	Дата фактическая	Тема учебного занятия	Всего часов
1			Вводное занятие. Знакомство с миром танца	1
2			Тренаж	1
3			Основы современного танца	1
4			Ритмика	1
5			Основы современного танца	1
6			Тренаж	1
7			Тренаж	1
8			Ритмика	1
9			Тренаж	1
10			Основы классического танца	1
11			Тренаж	1
12			Ритмика	1
13			Тренаж	1
14			Постановочная работа	1
15			Ритмика	1
16			Основы современного танца	1
17			Тренаж	1
18			Постановочная работа	1
19			Ритмика	1
20			Тренаж	1
21			Основы современного танца	1
22			Основы классического танца	1
23			Тренаж	1
24			Постановочная работа	1
25			Ритмика	1
26			Тренаж	1
27			Основы современного танца	1
28			Ритмика	1
29			Постановочная работа	1
30			Тренаж	1
31			Основы классического танца	1
32			Музыкально-подвижные игры	1

33			Ритмика	1
34			Постановочная работа	1
35			Ритмика	1
36			Тренаж	1
37			Музыкально-подвижные игры	1
38			Ритмика	1
39			Основы классического танца	1
40			Основы современного танца	1
41			Тренаж	1
42			Постановочная работа	1
43			Ритмика	1
44			Основы классического танца	1
45			Постановочная работа	1
46			Тренаж	1
47			Репетиционная работа	1
48			Основы современного танца	1
49			Основы классического танца	1
50			Музыкально-подвижные игры	1
51			Тренаж	1
52			Ритмика	1
53			Основы современного танца	1
54			Тренаж	1
55			Музыкально-подвижные игры	1
56			Ритмика	1
57			Музыкально-подвижные игры	1
58			Тренаж	1
59			Основы современного танца	1
60			Ритмика	1
61			Постановочная работа	1
62			Тренаж	1
63			Тренаж	1
64			Репетиционная работа	1
65			Ритмика	1
66			Основы современного танца	1
67			Музыкально-подвижные игры	1
68			Ритмика	1
69			Основы современного танца	1
70			Тренаж	1
71			Музыкально-подвижные игры	1
72			Основы классического танца	1
73			Основы современного танца	1
74			Постановочная работа	1
75			Постановочная работа	1
76			Репетиционная работа	1
77			Основы современного танца	1
78			Тренаж	1
79			Музыкально-подвижные игры	1
80			Основы классического танца	1



81			Постановочная работа	1
82			Репетиционная работа	1
83			Основы современного танца	1
84			Основы классического танца	1
85			Постановочная работа	1
86			Тренаж	1
87			Основы современного танца	1
88			Репетиционная работа	1
89			Основы современного танца	1
90			Тренаж	1
91			Постановочная работа	1
92			Музыкально-подвижные игры	1
93			Основы современного танца	1
94			Постановочная работа	1
95			Репетиционная работа	1
96			Тренаж	1
97			Постановочная работа	1
98			Репетиционная работа	1
99			Основы классического танца	1
100			Основы современного танца	1
101			Музыкально-подвижные игры	1
102			Репетиционная работа	1
103			Основы современного танца	1
104			Основы современного танца	1
105			Репетиционная работа	1
106			Тренаж	1
107			Репетиционная работа	1
108			Итоговое занятие	1
			Итого	108

### Воспитательная работа и массовые мероприятия

Мероприятие	Сроки
Посещение массовых мероприятий ДЮТЦ, района, города.	В течение года.
Участие в праздничных программах ДЮТЦ, района, города.	В течение года.
Отчётные концерты, контрольные занятия	Декабрь. Апрель

### Взаимодействие педагога с родителями

Формы взаимодействия	Тема	Сроки
Родительские собрания	Организационное собрание. Презентация деятельности детского коллектива.	Сентябрь
	Подготовка к выступлениям на концертах и конкурсах.	В течение года
	Организационные вопросы.	Декабрь
	Подведение итогов за I полугодие. Творческие планы на II полугодие. Организационные вопросы.	Май
Итоги учебного года и творческие перспективы.		
Совместные	Посещение детей с родителями праздничных	В течение года

мероприятия	мероприятий, района и города, концертных программ ДЮТЦ. Отчётные концерты Посещение отчётного концерта ДЮТЦ.	Декабрь, Апрель Май
Анкетирование родителей	Анкеты, предлагаемые родителям в начале года в середине года в конце учебного года	Сентябрь Январь Май
Индивидуальные и групповые консультации	Индивидуальные беседы с родителями о творческом развитии детей. Групповая консультация Беседа о культуре поведения на праздничных мероприятиях. Индивидуальные консультации по развитию танцевальных способностей	Октябрь Ноябрь Декабрь Февраль Май

## Второй год обучения

### *Особенности 2-го года обучения*

Задача второго года обучения – закрепление ранее полученных знаний, выработка навыков правильности и чистоты исполнения, продолжение изучения танцевальной лексики, дальнейшее знакомство с современным танцем, развитие координации и , развитие индивидуальных способностей учеников.

### **Задачи:**

#### *Обучающие*

- формировать навыки двигательной и сценической выразительности, сценической культуры
- расширять представления о возможностях танцевальных и музыкально-выразительных средств;
- совершенствовать танцевальные навыки;
- формировать навыки выступления на сцене;

#### *Развивающие*

- совершенствовать танцевальные и музыкальные способности детей;
- развивать чувство ансамбля;
- формировать уверенность в себе и заинтересованность в результате своей деятельности, а так же ответственность каждого за результат общего дела;
- развивать умение концентрировать внимание, слух, мышление, память
- развивать способности к самостоятельной и коллективной работе.

#### *Воспитательные*

- научить умению организовать свой труд;
- воспитать человека, способного существовать в современном мире с максимальной пользой;
- сформировать нравственную культуру;
- воспитать гуманистические нравственные нормы жизни и поведения;
- Формировать эстетическое отношение к танцу и музыке;
- воспитывать культуру общения в коллективе, чувства самоуважения и уважения другой личности;
- воспитывать стремление к самосовершенствованию;
- формировать навыки самоорганизации и самоконтроля;

- формировать качества личности, необходимые для достижения успешности.

## **Планируемые результаты освоения программы**

К концу 2-го года обучения дети будут

*Знать/понимать:*

- танцевальные движения
- о культуре поведения в театре, на сцене и в зрительном зале

*Уметь:*

- держать себя на сценической площадке
- импровизировать под музыку
- ориентироваться на определенной площадке в определенном рисунке, запоминая изменения рисунка
- свободно владеть основными танцевальными элементами современного
- исполнять движения в характере музыки — четко, сильно, медленно, плавно;

## **Содержание**

### **1. Знакомство с миром танца**

Вводное занятие. Техника безопасности. История современного танца.

### **2. Тренаж**

Поддержание физического здоровья тела и развитие данных ребёнка.

### **3. Основы современного танца**

- Позиции рук и ног в современном танце.
- Терминология современного танца.
- Проработка на полу положений ног – flex, point.
- Проработка на полу положений корпуса: contraction, release.
- Закрепление мышечных ощущений свойственных при исполнении джаз-танца.
- Изолированная работа мышц в положении лежа.
- Изолированная работа мышц в положении сидя.
- Изолированная работа стоп: flex, point в положении лежа.
- Изолированная работа стоп: flex, point в положении сидя.
- Круговые вращения стоп внутрь, наружу по пятой, шестой позициям.
- Поочередная работа стоп со сменой положения (flex, point): П.Н – flex, Л.Н. – point и наоборот.
- Фиксируемые наклоны торса к ногам в положении сидя.
- Выходы на маленькие мостики.
- Упражнения stretch-характера в положении лежа.
- Упражнения stretch-характера в положении сидя.
- Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release.
- Упражнение на сжатие-расширение (звёздочка)
- Свинговые движения ногами, в положении лёжа, сидя.
- Перекаты.
- Слайды
- Прыжки
- Скручивания
- Вращения
- Кроссы
- Комбинации
- Импровизация

#### 4. Основы джазового танца

- Основные позиции ног в джаз-танце: вторая параллель, четвертая параллель, перпендикуляр.
  - Основные позиции рук в джаз-танце: подготовительное положение – press-poz; джаз 1, джаз 2, джаз 3, джаз 4.
  - Изолированная работа головы в положении стоя.
  - Изолированная работа плеч в положении стоя.
  - Изолированная работа рук в положении стоя.
  - Изолированная работа грудной клетки в положении стоя.
  - Изолированная работа бедер (пелвис) в положении стоя.
  - Изолированная работа ног, стоп в положении стоя
  - Падебуре
  - Подготовка к вращениям
- 
- **Основные принципы техники классического джаз танца:**
    1. Использование позы «коллапс».
    2. Передвижение исполнителя в пространстве по горизонтали и вертикали.
    3. Изолированные движения различных частей тела.
    4. Полиметрия танца.
    5. Использование ритмически сложных и синкопированных движений.
    6. Комбинирование музыки и танца.
  - Комбинации в афро харвктере
  - Шаги бродвейского джаза

#### 5. Основы классического танца

Проработка выворотных позиций ног и рук. Плие и реливе по выворотным позициям.  
Партерная классика.

#### 6. Постановочная работа

Постановка танцевальных номеров. Разучивание комбинаций. Разводка по рисункам. Работа в группе.

#### 7. Репетиционная работа

Отработка номеров. Синхронность исполнения, четкость исполнения.

#### 8. Итоговое занятие

Подведение итогов работы. Концертное выступление. Открытый урок.

Календарно-тематическое планирование

На 20\_\_ -20\_\_ учебный год

По программе «Основы современного танца»

Педагог

2-й год обучения, группа №\_\_

Согласовано

\_\_\_\_\_ (дата)

зав. отделом \_\_\_\_\_

№ п/п	Дата планируемая	Дата фактическая	Тема учебного занятия	Всего часов
1			Вводное занятие. Знакомство с миром танца	1
2			Тренаж	1
3			Основы современного танца	1

4			Основы джазового танца	1
5			Основы современного танца	1
6			Тренаж	1
7			Тренаж	1
8			Основы джазового танца	1
9			Тренаж	1
10			Основы классического танца	1
11			Тренаж	1
12			Основы джазового танца	1
13			Тренаж	1
14			Постановочная работа	1
15			Основы джазового танца	1
16			Основы современного танца	1
17			Тренаж	1
18			Постановочная работа	1
19			Основы джазового танца	1
20			Тренаж	1
21			Основы современного танца	1
22			Основы классического танца	1
23			Тренаж	1
24			Постановочная работа	1
25			Основы джазового танца	1
26			Тренаж	1
27			Основы современного танца	1
28			Основы джазового танца	1
29			Постановочная работа	1
30			Тренаж	1
31			Основы современного танца	1
32			Основы джазового танца	1
33			Основы джазового танца	1
34			Постановочная работа	1
35			Основы джазового танца	1
36			Тренаж	1
37			Основы джазового танца	1
38			Основы джазового танца	1
39			Основы классического танца	1
40			Основы современного танца	1
41			Тренаж	1
42			Постановочная работа	1
43			Основы джазового танца	1
44			Основы современного танца	1
45			Постановочная работа	1
46			Тренаж	1
47			Репетиционная работа	1
48			Основы современного танца	1
49			Основы классического танца	1
50			Основы джазового танца	1
51			Тренаж	1

52			Основы джазового танца	1
53			Основы современного танца	1
54			Тренаж	1
55			Основы джазового танца	1
56			Основы современного танца	1
57			Основы джазового танца	1
58			Тренаж	1
59			Основы современного танца	1
60			Основы джазового танца	1
61			Постановочная работа	1
62			Тренаж	1
63			Тренаж	1
64			Репетиционная работа	1
65			Основы джазового танца	1
66			Основы современного танца	1
67			Основы джазового танца	1
68			Основы джазового танца	1
69			Основы современного танца	1
70			Тренаж	1
71			Основы джазового танца	1
72			Основы классического танца	1
73			Основы современного танца	1
74			Постановочная работа	1
75			Постановочная работа	1
76			Репетиционная работа	1
77			Основы современного танца	1
78			Тренаж	1
79			Основы джазового танца	1
80			Основы современного танца	1
81			Постановочная работа	1
82			Репетиционная работа	1
83			Основы современного танца	1
84			Основы классического танца	1
85			Постановочная работа	1
86			Тренаж	1
87			Основы современного танца	1
88			Репетиционная работа	1
89			Основы современного танца	1
90			Тренаж	1
91			Постановочная работа	1
92			Основы джазового танца	1
93			Основы современного танца	1
94			Постановочная работа	1
95			Репетиционная работа	1
96			Тренаж	1
97			Постановочная работа	1
98			Репетиционная работа	1
99			Основы современного танца	1

100			Основы современного танца	1
101			Основы джазового танца	1
102			Репетиционная работа	1
103			Основы современного танца	1
104			Основы современного танца	1
105			Репетиционная работа	1
106			Тренаж	1
107			Репетиционная работа	1
108			Итоговое занятие	1
			Итого	108

Мероприятие	Сроки
Посещение массовых мероприятий ДЮТЦ, района, города.	В течение года.
Участие в праздничных программах ДЮТЦ, района, города.	В течение года.
Отчётные концерты, контрольные занятия	Декабрь. Апрель

### Взаимодействие педагога с родителями

Формы взаимодействия	Тема	Сроки
Родительские собрания	Организационное собрание. Презентация деятельности детского коллектива. Подготовка к выступлениям на концертах и конкурсах. Организационные вопросы. Подведение итогов за I полугодие. Творческие планы на II полугодие. Организационные вопросы. Итоги учебного года и творческие перспективы.	Сентябрь  В течение года  Декабрь  Май
Совместные мероприятия	Посещение детей с родителями праздничных мероприятий, района и города, концертных программ ДЮТЦ. Отчётные концерты Посещение отчётного концерта ДЮТЦ.	В течение года  Декабрь, Апрель Май
Анкетирование родителей	Анкеты, предлагаемые родителям в начале года в середине года в конце учебного года	Сентябрь Январь Май
Индивидуальные и групповые консультации	Индивидуальные беседы с родителями о творческом развитии детей. Групповая консультация Беседа о культуре поведения на праздничных мероприятиях. Индивидуальные консультации по развитию танцевальных способностей	Октябрь  Ноябрь Декабрь Февраль Май

## Оценочные и методические материалы

### Оценочные материалы

Знания, умения и навыки, полученные на занятиях, необходимо подвергать педагогическому контролю с целью выявления качества усвоенных детьми знаний в рамках программы обучения. Формами педагогического контроля могут быть итоговые занятия один раз в полугодие, открытые уроки, выступления, конкурсы, которые также способствуют поддержанию интереса к работе, нацеливают детей на достижение положительного результата. В познавательной части занятия обязательно отмечается инициативность и творческое сочинение танцевальных комбинаций учащихся, показанные ими в ходе урока, анализа своего выступления и поиска решения предложенных проблемных ситуаций.

**Контроль успеваемости** подразумевает диагностику уровня освоения программы обучающимися на всех этапах ее реализации. Главные принципы его проведения и организации:

- систематичность;
- учет индивидуальных особенностей учащегося;
- коллегиальность.

Контроль выполняет обучающую, проверочную, воспитательную и корректирующую функции.

Наряду с коллективными результатами деятельности тщательно отслеживается динамика индивидуального развития обучающихся, их личные успехи. Способы оценки результатов имеют как общие для всех этапов обучения критерии, так и определяемые принадлежностью к определенной возрастной группе.

Критерии оценки эффективности результатов обучения:

- сформированность практических умений;
- наличие знаний теоретического материала и умение использовать их на практике;
- положительные результаты творческих достижений воспитанников (участие в конкурсах и фестивалях разного уровня).

### Отслеживание результативности образовательной деятельности по программе.

Чтобы убедиться в прочности знаний и умений, эффективности обучения по данной образовательной программе проводится контроль:

- 1. Входной контроль** - проводится педагогом в начале учебного года на первом году обучения, направлен на диагностику начального уровня обучающегося. Позволяет определить начальный (базовый) уровень физических данных, способностей и умений вновь прибывших воспитанников. Это педагогическое наблюдение, собеседование с детьми и родителями,
- 2. Текущий** (промежуточный) - проводится в течение года на всех годах обучения. Позволяет проследить степень усвоения учащимися содержания предлагаемого материала и выявить уровень развития физических способностей ребенка и специальных хореографических знаний и навыков. Имеет воспитательные цели, учитывает индивидуальные психологические особенности обучающихся. Это контрольный урок в конце полугодия, показательные выступления, участие в концертах и конкурсах.
- 3. Итоговый контроль** - проводится ежегодно на всех годах обучения в конце учебного года. Направлен на выявление уровня освоения программы за год и за весь срок обучения и позволяет определить индивидуальный маршрут развития каждого ребёнка.



Диагностические материалы, для проведения процедуры мониторинга

- комплексы контрольных заданий и упражнений;
- опросы и беседы по терминологии курса;
- проведение открытых занятий и мастер-классов;
- проведение отчётного концерта;
- участие в концертах, конкурсах, фестивалях разного уровня.

## **Входная диагностика.**

### **Критерии оценки**

#### **1. хореографические данные**

Гибкость	<ul style="list-style-type: none"><li>- «Бутербродик» (И.П. - сидя на полу, вытянуть ноги вперёд, руками скользить по ногам, будто намазывая масло на хлеб, полностью прижаться к ногам, удержать 3 счёта)</li><li>- «корзиночка» (И.П. - лежа на животе, максимально прогнуться назад, при этом согнуть ноги в коленях и постараться дотянуться макушкой до ног)</li><li>- «Улитка» — (И.П. - стоя на коленях, руки на поясе, сделать максимальный наклон назад)</li></ul>
Осанка	Основа осанки – позвоночник. Он имеет изгибы: шейный, грудной, поясничный, крестцо- копчиковый. При нормальной осанке изгибы позвоночника выражены умеренно, правая и левая части симметричны, значит плечевые линии на одном уровне, углы лопаток на одной высоте и на одном расстоянии от позвоночника. В осанке детей бывают заметны различные отклонения: седлообразная спина – прогиб в пояснице (лондоз), сутулость (кифоз), асимметрия лопаток (сколиоз). При незначительных изменений позвоночника занятия танцами не противопоказаны. Если мы их обнаружили, это не повод отказывать ребенку в его желании изучать, осваивать хореографическое искусства. Наоборот, мы можем ему помочь, а именно, на занятиях ритмической гимнастики.
Балетный шаг	Для проверки амплитуды шага ребенка ставят лицом или боком к опоре. Он держится за него. Работавшую ногу, выпрямленную в коленном суставе, и вытянутую в подъеме, помогают поднять до той высоты, до какой позволяет это сделать бедро ребенка.
Выворотность	это способность развернуть ноги (бедра, голени и стопы) <ul style="list-style-type: none"><li>- «Бабочка» (И.П. - сидя, максимально развести колени, постараться положить их на пол)</li><li>- «Лягушка» (И.П. - лёжа на животе, колени разведены, стопы вместе, постараться в этом положении лечь)</li><li>- встать в I позицию.</li></ul>
Стопа	Мы смотрим на подъем стопы – это изгиб стопы вместе с пальцами. Чем выше подъем, тем красивее стопа на сцене. Серьезным недостатком считается плоскостопие. Если оно незначительно, его можно исправить.
Прыжки (наличие толчка)	(И.П. - руки на поясе, стойка по 6-й позиции. Выполнить 10 прыжков с прямыми ногами) Оценивается лёгкость, чистота и высота исполнения.
<b>2. музыкально-ритмические способности</b>	
музыкально-ритмическая координация	игра «Повтори за мной»: воспроизведение ритмического рисунка в хлопках, методом включённого наблюдения оценивается правильность и чёткость исполнения

высокий - ребёнок воспроизводит ритмический рисунок без ошибок;  
 средний - допускает 2-3 ошибки;  
 низкий - неверно воспроизводит ритмический рисунок.

Диагностика проводится с каждым ребёнком индивидуально. А во время просмотра педагог заполняет информационную карту «Определение уровня хореографических качеств учащихся», пользуясь следующей шкалой:

*Оценка параметров*

начальный уровень - 1 балл

средний уровень - 2 балла

высокий уровень - 3 балла

*Уровень по сумме баллов*

начальный уровень 5-9 баллов

средний уровень 10-14 баллов

высокий уровень 15-18 баллов

Проведя диагностику, позволяющую наглядно увидеть степень способностей детей, пришедших для обучения танцами, мы составляем план занятий, максимально помогающий дальнейшему развитию природных данных воспитанников и устранению незначительных отклонений в телосложении ребенка. В конце года проводим эту же диагностику в форме теста. Результаты должны быть намного выше входной диагностики.

**Промежуточный и итоговый педагогический контроль:**

Оценка знаний и умений учащихся осуществляется на контрольных занятиях, концертных мероприятиях. Контрольные занятия должны выявить степень обученности ребенка, оценить умение самостоятельно выполнять изученные движения. Концертные номера – уровень сценического мастерства, умение носить сценический костюм, культуру поведения на сцене, умение доносить сценический образ зрителю.

**Показатели и критерии диагностики образовательной программы  
 «Основы современного танца»**

O1, O2, O3, O4, O5 – показатели результативности освоения образовательной программы в соответствии с задачами в области обучения.

P1, P2, P3, P4, P5 – показатели результативности освоения образовательной программы в соответствии с задачами в области развития

B1, B2, B3, B4, B5 – показатели результативности освоения образовательной программы в соответствии с задачами в области воспитания.

По каждому показателю определено содержательное (словесное) описание градаций, соответствующее количественному выражению:

3-высокий уровень,

2- средний уровень,

1 – низкий, незначительный уровень.

Показатель	Критерии		
	3	2	1
O1 Формирование танцевальных качеств и способностей	У ребёнка сформирована правильная постановка корпуса, Развита координация движений и пространственная ориентация.	Правильная постановка корпуса у ребёнка сформирована не до конца, не хватает точности в координации движений и ориентации в пространстве. Грамотное, с	У ребёнка не сформирована правильная постановка корпуса, плохо развита координация движений и пространственная ориентация. Упражнения

	Упражнения исполняются технически качественно и эмоционально осмысленно.	небольшими недочётами исполнение упражнений, эмоционально осмысленно.	исполняются технически некачественно и эмоционально неосмысленно.
О2 Обучение хореографической грамоте. Формирование теоретических знаний и практических умений	Ребёнок владеет специальной терминологией и правилами исполнения движений, знает позиции рук и ног, позы, применяет знания осознано в соответствии с содержанием	Ребёнок путается в специальной терминологии и в правилах исполнения движений, знает позиции рук и ног, позы, применяет знания осознано в соответствии с содержанием, но допускает 2-3 ошибки.	Ребёнок не владеет специальной терминологией, плохо знает позиции рук и ног, позы, применяет знания неправильно в соответствии с содержанием, или не может применить
О3 Формирование музыкально-ритмических способностей и развитие музыкального слуха	Ребёнок безошибочно повторяет сложный ритмический рисунок с первой попытки. Комбинации исполняются музыкально, в нужном ритме.	Ребёнок безошибочно повторяет сложный ритмический рисунок не с первой попытки. Комбинации исполняются музыкально, но иногда сбивается с ритма.	Ребёнок неуверенно повторяет ритмический рисунок, допускает ошибки. Комбинации исполняются немusically, не справляется с ритмом.
О4 Обучение основам актерского мастерства	Ребёнок творчески подходит к заданию, точно передает образ, с натуральностью, неповторимостью. Танцует очень эмоционально.	Ребёнок выполняет задание с достаточным творческим подходом, но без яркого образного показа. Танцует достаточно эмоционально	Ребёнок не стремится предать заданный образ, комплексует при общем показе. Танцует незэмоционально
О5 Овладение системой знаний, умений и навыков грамотного исполнения различных жанров и видов современного танца	Ребёнок знает элементы, комбинации, предложенные упражнения выполняет правильно, может исполнить номер без подсказки педагога от начала до конца без ошибок.	Ребёнок знает элементы, но путается в комбинации, выполняет все задания, может исполнить номер от начала до конца с подсказкой педагога, допускает 2-3 ошибки.	Ребёнок плохо знает элементы, путается в комбинациях, выполняет задание не полностью, не может исполнить номер до конца, допускает 5 и более ошибок.
Р1 Развитие устойчивого интереса к	Ребёнок активно интересуется хореографическим	Ребёнок интересуется хореографическим творчеством в	Ребёнок не интересуется танцами, ходит,

хореографическому творчеству	творчеством, смотрит танцевальные номера, балеты, шоу в большом количестве, может определить – плохо или хорошо (правильно-неправильно) танцует исполнитель, занимается дома самостоятельно, как над материалом с занятия, так и над новым, слушает музыку и импровизирует.	основном на занятии, за пределами кабинета может повторить изученный материал, поработать дома над физическими данными.	потому что заставляют родители.
Р2 Развитие общефизических и специальных данных учащегося	У ребёнка хорошая выворотность ног, подъем стопы податливо изгибается, образуя в профиль месяцеобразную форму, балетный шаг выше 90 <sup>0</sup> градусов, высокий прыжок и хорошая гибкость. Нормативы сданы (пресс, спина, отжимания)	У ребёнка средняя выворотность ног, стопу может натянуть, балетный шаг 70 – 80 градусов, средний прыжок и достаточная гибкость. Нормативы сданы с натяжкой(пресс, спина, отжимания)	У ребёнка плохая выворотность ног, стопа с трудом тянется, балетный шаг ниже 50 <sup>0</sup> градусов, гибкости и прыжка нет. Нормативы не сданы(пресс, спина, отжимания)
Р3 Развитие творческих способностей	Ребёнок танцует художественно осмысленно, свободно импровизирует под любую музыку, может легко сочинить хореографический текст и использует весь свой опыт достаточно креативно. Прекрасно знает своё тело и его возможности и пользуется этим на	Ребёнок танцует грамотно, с небольшими недочётами, неплохо импровизирует под любую музыку, исходя из своего опыта может сочинить хореографический текст не без усилий. Знает своё тело и его возможности не достаточно, но знания хватает, чтобы справляясь с творческими заданиями.	Ребёнок танцует невыразительно, не может свободно импровизировать под любую музыку, с трудом сочиняет хореографический текст. Плохо знает своё тело и его возможности и тяжело справляется с творческими заданиями.

	отлично справляясь с творческими заданиями.		
Р4 Развитие коммуникативных способностей ребенка	Ребёнок активно общается и контактирует со всеми членами ансамбля.	Ребёнок достаточно свободен в общении, может выполнить несложные поручения.	Ребёнок замкнут, неуверен в себе, старается вести себя незаметно.
Р5 Развитие способности адаптироваться в современном обществе	Ребёнок умеет приспосабливаться к любым ситуациям на занятии, выступлении, легко переключается с одной задачи на другую.	Ребенок может переключиться и приспособиться к меняющимся ситуациям, но чувствует себя при этом не очень комфортно.	Ребенок теряет при смене привычной обстановки, не может включиться в работу, если ход занятия изменён.
В1 Воспитание ответственности, дисциплинированности	Ребенок очень ответственный, дисциплинированный, всегда выполняет все задания, готов помочь в любую минуту. Не может подвести коллектив, радуется за общее дело.	Ребенок достаточно ответственный, но иногда может проявлять лень и недисциплинированность, не всегда выполняет задания.	Ребенок безответственный, недисциплинированный, не проявляет трудолюбия.
В2 Воспитание лидерских качеств	Ребёнок инициативный, проявляет лидерские качества, может принять на себя ответственность, повести за собой других детей, принять какое-то решение	Ребёнок может выполнить персональное поручение, но не очень уверен в своих силах, постоянно ищет одобрения и поддержки своих действий.	Ребёнок не проявляет инициативы и лидерских качеств. Не уверен в себе.
В3 Воспитание способности к импровизации, в сложных ситуациях, встречающихся на сцене	Ребёнок легко адаптируется в любых ситуациях, может вести себя так, как будто ничего странного не происходит, находит выход, предотвращает неприятные ситуации	Ребёнок может выйти из неприятной ситуации, но при этом прилагает достаточно много сил, испытывает стресс.	Ребёнок полностью теряет в сложной ситуации, может заплакать, убежать со сцены.

В4 Воспитание культурного, грамотного и воспитанного артиста и зрителя	Ребёнок знает правила поведения в зале, на сцене и за кулисами; приходит на концерт заранее, имея при себе всё необходимое для выступления и всегда готов к выступлению.	Ребёнок может нарушать правила поведения в зале, на сцене и за кулисами; приходит на концерт точно ко времени, имея при себе всё необходимое для выступления и иногда может ошибаться в своей партии.	Ребёнок не знает правила поведения в зале, на сцене и за кулисами; может опоздать на концерт, забыть что-то необходимое для выступления и может ошибаться в своей партии.
В5 Воспитание волевых качеств, упорности, трудолюбия	Ребенок доводит начатую работу до конца, упорно развивает свои данные и способности, оттачивает движения, выучивает лексический текст. знает последовательность движений.	Ребенок не так быстро доводит начатую работу до конца, развивает свои данные и способности, оттачивает движения и выучивает лексический текст не спеша.	Ребенок не доводит начатую работу до конца, развивает свои данные и способности без особого энтузиазма, не оттачивает движения и плохо выучивает лексический текст.

Диагностика и оценивание знаний, умений, навыков является неотъемлемой частью всего процесса обучения: диагностика необходима для корректировки учебного процесса, составления плана дальнейших занятий. Педагогу в процессе занятий с учащимися необходимо формировать у своих воспитанников навыки самооценки в соответствии с принятыми критериями оценки исполнительского мастерства.

### **Методы обучения**

Организация занятий по хореографии обеспечивается рядом методических приемов, которые вызывают у детей желание творчества. В обучении большого успеха можно добиться, сочетая различные методы в зависимости от возраста, подготовленности, сложности разучиваемых двигательных действий.

Знакомя детей с музыкой и движением в их единстве, преподаватель для каждого упражнения, танца, игры, определяет, как он будет объяснять детям данное музыкально-двигательное задание. Выбор приема зависит как от педагогической направленности самого материала, так и от тех задач, которые ставит перед собой педагог.

#### ➤ Метод показа

- предполагает, что прежде, чем приступить к проучиванию нового движения, рас, позы, педагог предваряет его своим точным показом;
- педагог должен двигаться в полном единстве с музыкой, правильно и точно исполняя движение;

при проучивании движение разбивается на составляющие детали. Только после тщательного проучивания движения в деталях педагог работает над всей хореографической фразой. Этот метод играет большую роль в работе над движением.

#### ➤ Словесный метод

Методический показ не может обойтись без словесных пояснений. Разговорная речь, будучи очень тесно связанной, с движением, жестом и музыкальной интонацией,

оказывается тем самым мостиком, который крепко связывает движение и музыку. Словесные объяснения должны быть кратки, точны, образны и конкретны. В словесном методе важна интонация, и с какой силой сказано слово. Словом можно стимулировать активность детей, но можно и убить их веру в себя. Словесный метод играет важную роль в развитии умственной деятельности дошкольников, но слишком часто использовать такой метод нецелесообразно.

➤ Музыкальное сопровождение как методический приём

Рассчитывать на то, что дети сами научатся чувствовать музыку нельзя. Педагог своими пояснениями должен помочь им приобрести умение согласовывать свои движения с музыкой.

Умелый подход к отбору музыкального материала для игр, этюдов, танцев, с первых занятий исключает формальный подход детей к музыке лишь только как к оформлению занятия. Ибо правильно выбранная музыка несет в себе те эмоции, которые затем дети проявляют в танце.

➤ Импровизационный метод

Развивая творческие способности учащихся школьников, целесообразно подводить их к импровизации. Для этого детям предлагаются игры и упражнения с элементами импровизации. Импровизируя, дети двигаются свободнее, непринужденнее, так, как им подсказывает музыка.

Но в начале педагог зачастую сталкивается с мышечной зажатостью детей, стеснением. И только путем различных упражнений, этюдов, игр педагог может помочь детям постепенно раскрепоститься, обрести внутреннюю и внешнюю свободу и уверенность. При использовании импровизационного метода на занятии никакого предварительного прослушивания музыки не производится. Дети должны находить нужные движения под непосредственным ее воздействием. Педагог не должен подсказывать детям вид движения и не рекомендуется отмечать (на первом этапе) более успевающих со спецификой предмета, таких как трудолюбие, целеустремленность, дисциплинированность, внимание, упорство, ибо это приводит к слепому копированию, мешает воображению детей, их смелости. Необходимо следить за тем, чтобы дети не придумывали движения, не связанные с музыкой.

➤ Метод иллюстративной наглядности

Полноценная творческая деятельность не может протекать без рассказов о танцевальной культуре прошлых столетий, без знакомства с репродукциями, книжными иллюстрациями, фотографиями и видеofilmами. Педагогу необходимо выяснить, понятно ли детям увиденное, понравилось или нет и почему; а может быть и помочь разобраться в увиденном.

➤ Игровой метод

Суть игрового метода заключается в том, что педагог подбирает для детей такую игру, которая отвечает задачам занятия, его содержанию и подготовленности занимающихся.

При обучении детей движениям хорошо использовать игровые приемы, способствующие эмоционально-образному уточнению представлений о характере движений, например: «Нужно прыгать, как зайчик», «Побежим легко и тихо, как мышка».

Игра всегда вызывает у детей веселое настроение. У детей дошкольного и младшего школьного возраста доминирует игровой рефлекс, они лучше воспринимают через игру, поэтому игровой метод в обучении очень близок к ведущей деятельности детей школьного возраста.

➤ Концентрический метод

Данный метод заключается в том, что педагог, по мере усвоения определенных движений, танцевальных композиций, вновь возвращается к ним, но уже используя все более сложные упражнения и задания.

Конечно, не все дети и не все время одинаково активны и эмоциональны, но необходимо добиваться, чтобы на занятии не было равнодушных и безучастных. И здесь уже не столь важно, каким методом пользуется в это время педагог. И какой бы метод он не выбрал для себя, на конкретное занятие, главное, чтоб ребенок занимался с удовольствием, уходил с занятия счастливым и с нетерпением ждал новой встречи.

Названные методы обучения на практике могут быть дополнены различными приёмами педагогического воздействия на учащихся.

В современной хореографии широко применяются разнообразные методические приемы общепринятых словесного, наглядного и практического методов, а также вспомогательные методы: страховки и помощи, идеомоторный и музыкальный.

<b>Методы</b>	<b>Методические приемы</b>	<b>Примечание</b>
1. Словесный	Команды и распоряжения. Указания и инструктаж. Описания и объяснения. Пояснения и сравнения. Обсуждение и оценка. Убеждение и принуждение. Самоотчеты и самооценки. Лекции и беседы.	Эффективны эмоциональные сигналы. Максимально кратко и точно. Объяснения предпочтительнее описания. Целесообразны образные сравнения.  Убеждение предпочтительнее принуждения. Эффективны графические отчеты.
2. Наглядный	Показ тренера и танцовщиц. Фото и видео показ. Графическое изображение.	Виды показа: целостный, фрагментарный, имитирующий, контрастный, утрированный, разноракурсный.
3. Практический	Целостного и расчлененного танца Упрощенного и усложненного танца Стандартных и переменных комбинаций Игровой, круговой и соревновательный.	Эффективен контроль исходных и промежуточных положений. У опоры, с поддержкой, за лидером, «с горки», «в горку» и др. Меняются условия и количественные компоненты движений. По принципу: кто больше, дальше, быстрее, лучше.
4. Страховки и помощи	Физической помощи: тренера, соученицы, тренажера.	Виды: фиксация, поддержка, подталкивание, подкрутка, проводка, ограничения.
	Ориентировочной помощи: зрительной, слуховой, тактильной.	Виды: зрительные ориентиры, звуковые сигналы (хлопки, счет), музыка, материальные ограничители.
5. Идеомоторный	Представление. Мысленное воспроизведение. Мысленная тренировка.	При разучивании, отработке, перед оценкой, в период вынужденной неподвижности.
6. Музыкальный	Выполнение заданий в темпе, ритме, динамике музыки и с ориентиром на акценты.	Позволяет правильно расставить акценты в движениях, подсказывает время приложения усилия и относительного расслабления мышц.



## **Особенности организации образовательного процесса**

Если мы хотим сформировать у ребенка определенное мироощущение, отношение к себе как к части этого мира, прежде всего, мы должны помнить, что танец – это выражение чувств и эмоций человека посредством «пластических и ритмических движений тела».

Самоценность предмета в сфере деятельности:

практические занятия способствуют развитию сенсорных умений, волевых качеств, таких как настойчивость, целеустремленность, упорство, дисциплинированность, освоение техники правильного дыхания во время движений, обретение стройной, подтянутой осанки, владение основами современного танца, а так же предоставление ребенку возможности в дальнейшем наиболее полно выразить через музыку и движения свои творческие способности, научиться воспринимать окружающий мир как общий «дом», увидеть его многообразие, освободиться от физических и психических «зажимов», научиться сочувствовать и сопереживать, тем кто рядом;

теоретические занятия - обучающиеся изучают терминологию классического танца позиции рук, ног принятые в классическом танце, получают представление о творческой деятельности великих людей в области танцевального искусства.

*Особенность методики обучения современному танцу в рамках данной образовательной программы заключается в следующем:*

- Процесс обучения строится на развитии у детей двух уровней способностей - репродуктивного, который обеспечивает высокое умение усваивать готовые знания, овладевать сложившимися образцами деятельности и общения; и творческого, обеспечивающего создание нового оригинального танца, вида общения.
- В программе приоритетом выступает развитие ребенка, его обучение с учетом индивидуальных, физических, психолого-педагогических особенностей развития и одаренности.
- Программа мотивирует детей на радость творчества, ощущение своего личностного и творческого роста, уверенность в себе.
- Занятия развивают не только физические данные ребёнка, но также эмоциональные и интеллектуальные процессы.
- Программа ориентирует на формирование ценностных и профессиональных интересов детей.
- Программа ориентируется на свободу в использовании различных техник для создания образа танцевальной композиции.
- На всех этапах обучения особое внимание уделяется артистичности и синхронности исполнения танца.

## **Место хореографической подготовки в структуре многолетней танцевальной практики.**

Хореографическая подготовка – это процесс управления формированием знаний, умений и навыков. Она охватывает все организационно-методические формы, связанные с обучением. Под технической подготовленностью подразумевается совокупность необходимых (программных) или фактически приобретенных в процессе тренировки двигательных навыков, а также степень овладения ими.

### ***Дидактические принципы подготовки.***

Под принципом следует понимать «руководящее положение», «основное правило», «установка». К числу принципов, отражающих идейные основы системы образования, необходимо отнести **общие социальные принципы воспитательной стратегии общества**. Они предусматривают использование социальных факторов (культуры, воспитания, образования) для обеспечения направленного всестороннего гармонического развития человека и органическую связь воспитания; с практической жизнью общества.

В системе образования имеют место **общепедагогические принципы**, отражающие основные закономерности обучения (принципы дидактики). Они преломляются в физическом воспитании в виде **общеметодических принципов** и содержат в себе ряд универсальных правил методики, без которых невозможно на высоком качественном уровне решать задачи обучения и воспитания.

Кроме этих принципов в практике физического воспитания имеют место **специфические принципы**, «очерчивающие ряд специфических закономерностей физического воспитания, и вытекающие из них правила его системного построения».

Таким образом, в системе физического воспитания используются в качестве руководящих положений как общесоциальные и общепедагогические, так и общеметодические и специфические принципы.

#### **Общеметодические принципы**

Общеметодические принципы — это отправные положения, определяющие общую методику процесса физического воспитания

- воспитывающего обучения,
- сознательности и активности обучающихся,
- наглядности,
- систематичности,
- доступности,
- индивидуализации,
- прочности и прогрессирувания.

#### **Специфические принципы физического воспитания:**

- Принцип непрерывности процесса физического воспитания.
- Принцип системного чередования нагрузок и отдыха.
- Принцип постепенного наращивания развивающе-тренирующих воздействий.
- Принцип адаптированного сбалансирования динамики нагрузок.
- Принцип возрастной адекватности направлений физического воспитания.

Рассмотренные принципы отражают различные закономерности и стороны целостного процесса физического воспитания. Они составляют не сумму, а единство принципиальных методических положений, взаимно обусловленных и дополняющих друг друга. Отступление от одного из принципов может разладить весь сложный процесс физического воспитания и сделать почти бесполезным большой труд преподавателя и его учеников.

### **Литература**

#### **Для педагога:**

1. Программа для подготовительных классов. Методические разработки для хореографических отделений школ искусств. Москва, 1981 г.
2. Азбука хореографии. Т. Барышникова, СПб., «Респект», «Люси», 1996г.
3. Я вхожу в мир искусства. Модерн-джаз танец. В.Ю. Никитин, Москва, 1998 г.
4. Роман с танцем. М. Еремина, СПб., «Танец», 1998 г.
5. Класс композиции. Эдвард Труйтт, США, 2000 г.
6. Методическое пособие по классическому танцу для педагогов-хореографов младших и средних классов. Г.Прибылов Москва «Галерея» 1999 г.

7. Дополнительное образование детей. Учебное пособие для вузов под редакцией О.Е. Лебедева. Москва, ГИЦ «Владос», 2000г
8. Методика работы педагога дополнительного образования. И.И. Фришман, Москва, «Академия», 2001г
9. Дополнительное образование детей. Е.Б. Евладова, Л.Г. Логинова, Н.Н. Михайлова. Москва, ГИЦ «Владос», 2002г
10. Боголюбская М.С. Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах: учеб.-метод. пособие / М.С. Боголюбская .- М., 1982.
11. Бурно М.Е. Терапия творческим самовыражением / М.Е. Бурно .- М.: Екатеринбург, 1999.
12. Власенко Г.Я. Сочинение танцевальных комбинаций / Г.Я.Власенко .- М.,1998.
13. Енджеевский М. Тусовка / М. Енджеевский .- М., 1990.
14. Конорова Е. Методическое пособие по ритмике: вып. 1 / Е.Конорова .- М.,1972.
15. Лисина М.И. Общение, личность и психика ребенка / М.И. Лисина .- М.: Воронеж, 1997.
16. Методика учебно-творческой работы в самодеятельном танцевальном коллективе .- Л., 1972.
17. Никитин В.Ю. Модерн-танец: начало обучения / В.Ю. Никитин .- М., 1999.
18. Никитин В.Ю. Модерн-танец / В.Ю. Никитин .- М.: РАТИ (ГИТИС), 2000.
19. Васенина, Е. Российский современный танец. – Москва: Запасный выход, 2009
20. Диниц, Е. В. Джазовые танцы.- Москва: АСТ, 2010
21. Ивлева, Л. Д. Джазовый танец / Л. Д. Ивлева. – Челябинск : ЧГАКИ, 2006. -104 с.
22. Никитин, В. Ю. Композиция урока и методика преподавания модерн-джаз танца / В. Ю. Никитин. – Москва : Один из лучших, 2006 – 254 с.
23. Никитин, В. Ю. Композиция урока и методика преподавания модерн-джаз танца./ Учебно-методическое пособие.- Москва: Один из лучших, 2010
24. Никитин, В. Ю. Модерн – джаз танец : этапы развития. Методика. Техника / В. Ю. Никитин. – Москва : Один из лучших» 2004 – 414 с., ил.
25. Раис Ф. Психология подросткового и юношеского возраста / Ф. Раис .- СПб., 2000.
26. Руднева С. Ритмика, музыкальное движение / С. Руднева, Э. Фиш.- М.: Просвещение, 1972.
27. Ткаченко Т.С. Работа с танцевальным коллективом / Т.С. Ткаченко .- М.: Искусство, 1985
28. Шаховская Т. Некоторые проблемы хореографической самодеятельности / Т.Шаховская // Мастера эстрады и самодеятельности .- М.: Искусство, 1977.
29. Шереметьевская Н. Танец на эстраде / Н. Шереметьевская .- М.: Искусство, 1985.
30. Плахотнюк Александр Анатольевич, статья «ФОРМИРОВАНИЕ КОНТЕМПОРАРИ ДЖАЗ-ТАНЦА»

#### **Для детей:**

1. Базарова Н., Азбука классического танца. Изд. 2-е Л., 1983.
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Просвещение, 1997.
3. Бежар Морис. Мгновение в жизни другого (мемуары). М.: «Балет», 2007.
4. Беликова А.Н., Пуртова Т.В., Учить детей танцевать: Учебное пособие. – М., 2003.
5. Блэйер Фредерика. «Айседора. Портрет женщины и актрисы». Смоленск: «Русич», 2011.
- 6.
7. Вербицкая А. Основы сценического движения. – М., 1983.
8. Захова А. Мастерство актера и режиссера. – М.: ЭКСМО, 1983.