



Управление образования Березовского городского округа  
Березовское муниципальное автономное учреждение  
дополнительного образования «Центр детского творчества»

ПРИНЯТО:  
На педагогическом совете  
БМАУДО ЦДТ  
Протокол № 7 от 14.08.2024 г.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор БМАУДО ЦДТ  
*Комарова*  
Е.В. Комарова  
Приказ № 114 от 14.08.2024г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
художественной направленности  
«Искусство танца»

Возраст учащихся: 8-18 лет  
Срок реализации: 3 года

Составитель программы:  
Шульмина Виктория Анатольевна  
педагог дополнительного образования

г. Березовский

## Структура

### 1. Пояснительная записка.

- нормативно – правовые основания разработки программы;
- сведения о программе;
- характеристика программы (ее значимости);
- направленность;
- адресат;
- срок реализации программы;
- объем учебного времени, предусмотренный учебным планом;
- режим занятий;
- формы обучения и виды занятий;
- цель и задачи программы.

### 2. Содержание программы.

### 3. Планируемые результаты.

### 4. Организационно-педагогические условия программы.

- материально-техническое обеспечение;
- информационное обеспечение (печатное и электронное);
- кадровое обеспечение.

### 5. Оценочные материалы.

### 6. Методические материалы.

Приложение 1 – Учебный план

Приложение 2 – Календарно-учебный график

Приложение 3 – Рабочие программы модулей

## 1. Пояснительная записка

### Нормативно – правовые основания разработки программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Искусство танца» разработана в соответствии с:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»,
- приказом Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,
- постановлением Правительства РФ от 11.10.2023 № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»,
- постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»,
- приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 26 августа 2010г. № 761н г. Москва «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования»,
- приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 сентября 2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»,
- Уставом и локальными нормативными, распорядительными актами ЦДТ.

### Сведения о программе

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Искусство танца» составлена с учетом программы дополнительного образования «Развитие ребенка средствами хореографии» педагога дополнительного образования Жуковой В.П., для детей дошкольного, младшего и среднего школьного возраста, утвержденной Министерством общего и профессионального образования Свердловской области и программы дополнительного образования «Обучение детей основам модерн-джаз танца» Лебединской В.Г., педагога дополнительного образования, для детей среднего и старшего школьного возраста.

### Характеристика программы (ее значимости)

В программу заложена идея приобщения детей и подростков к танцевальной культуре с помощью обучения их азбуке хореографии, основам классического танца, знакомство с современными направлениями, основам модерн-джаз танца и импровизации.

Благодаря знакомству с разными стилями современного танца, сложилась определенная система преподавания, которая помогает учащимся быстро овладеть основами выбранного хореографического направления.

Особенностью всех этапов обучения является изложение теоретического материала, реализации программы и вариативная подача практического материала. Прежде чем перейти к изучению техники модерн-джаз танца, учащиеся изучают и осваивают основы классического танца и партерной гимнастики. В программе предлагается развернутая схема занятия: эк-

зерсис на полу, на середине, растяжки, вращение, прыжки, танцевальные вариации и схемы, которые могут меняться каждое занятие. По мере необходимости может использоваться экзерсис у станка. Предусмотрена самостоятельная работа с методическим видеоматериалом.

Особенности организации образовательного процесса. В период приостановки образовательной деятельности по адресу места осуществления этой деятельности в связи с ростом заболеваемости населения вирусными инфекциями, а также во время проведения капитального ремонта здания, образовательный процесс может организовываться:

- с применением дистанционных технологий и электронного обучения;
- по договорам, заключенными со сторонними образовательными и иными организациями, имеющими лицензию на осуществление образовательной деятельности на право оказывать образовательные услуги по подвиду «Дополнительное образование детей и взрослых» (на основании договора безвозмездного пользования помещений или договора сетевого взаимодействия).

Актуальность дополнительной общеразвивающей программы состоит в том, что в данной деятельности создаются условия для самореализации всех детей, имеющих желание заниматься танцевальным творчеством, в доступной форме предложены различные танцевальные направления, которые в дальнейшем помогут детям выбрать танцевальное направление для более углубленного изучения. Хореография является важной составляющей в проведении культурномассовых мероприятий города.

Программа «Искусство танца» состоит из трех модулей: «Азбука хореографии», «Основы классического танца и элементы современной хореографии» и «Основы модерн-джаз танца и импровизации», каждый из которых рассчитан на один год обучения.

Уровни сложности разноуровневой программы:

модуль 1. «Стартовый»: «Азбука хореографии», предполагает обязательный минимум и минимальную сложность, предлагаемого для освоения содержания программы. Задания этого уровня просты, носят в основном репродуктивный характер, имеют шаблонные решения.

модуль 2. «Базовый»: «Основы классического танца и элементы современной хореографии», предполагает участие в постановке и решении таких заданий и задач, для которых необходимо использование специализированных знаний; расширяет и применяет на практике материал стартового уровня. Этот уровень несколько увеличивает объем практической работы, помогает глубже понять основной материал, умение решать проблемные ситуации в рамках программы.

модуль 3. «Продвинутый»: «Основы модерн-джаз танца и импровизации», предлагает решение таких заданий и задач, для которых необходимо использование сложных знаний. Продвинутый уровень существенно углубляет изучаемый материал, предполагает доступ к предпрофессиональным знаниям в рамках содержательно-тематического направления программы, открывает перспективы их творческого применения. Данный уровень позволяет проявить себя в дополнительной самостоятельной работе.

Направленность

Направленность программы: художественная

Адресат программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предусматривает обучение детей с 8 до 18 лет. К освоению дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы допускаются любые лица без предъявления требований к уровню образования.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предусматривает обучение с 8 до 18 лет. К освоению дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы допускаются любые лица без предъявления требований к уровню образования. Допускается формирование разновозрастных групп.

#### Наполняемость группы

Ожидаемое количество детей в одной группе: 10 - 16 человек.

#### Срок реализации программы

Срок освоения программы - 3 года.

#### Объем

Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом – общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы составляет 648 часов, из них:

1 год обучения - 216 учебных часов;

2 год обучения - 216 учебных часов;

3 год обучения - 216 учебных часов.

#### Режим занятий.

1 год обучения – 3 раза в неделю по 2 учебных часа;

2 год обучения – 3 раза в неделю по 2 учебных часа;

3 год обучения – 3 раза в неделю по 2 учебных часа.

Учебный час равен 45 мин. После каждого учебного часа предусмотрен 10 минутный перерыв.

#### Формы обучения

Обучение по программе осуществляется в очной форме.

#### Виды занятий

- теоретические;

- практические.

Цель программы – гармоничное развитие учащихся средствами танцевального искусства, через приобретение базовых знаний, привитие творческих качеств, навыков исполнительства и импровизации.

#### Задачи программы:

##### Образовательные:

- обучить основам партерной гимнастики;

- обучить элементам музыкальной грамоты;

- поэтапное овладение основам классического экзерсиса у палки и на середине зала;

- обучить простейшим элементам современной хореографии;

- познакомить детей с историей возникновения и развития танца;

- обучить элементам модерн-джаз танца, соединению их в связки и комбинации, умению исполнять их в разных последовательностях, использовать эти связки для построения танца и импровизации;

##### Развивающие:

- способствовать снятию мышечного и психологического торможения посредством танцевального движения;

- формировать правильную осанку, корректировать фигуру ребенка;

- формировать интерес к танцевальному искусству;
  - развить музыкальность, выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений;
  - развить воображение, фантазию, умение находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки;
  - развить познавательный интерес, любознательность и умение творчески мыслить;
  - развивать художественный вкус.
- Воспитательные:
- воспитать культуру поведения и общения;
  - воспитать умение ребенка работать в коллективе;
  - заложить основы становления эстетически развитой личности;
  - воспитывать чувство ответственности, трудолюбия, конструктивности.

## 2. Содержание программы

### Учебный план

№ /п п	Модуль	Первый год обучения			Второй год обучения			Третий год обучения			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	Всего	Теория	Практика	Всего	Теория	Практика	
1.	Азбука хореографии	216	36	180							Беседа, наблюдение, контрольное упражнение, защита творческой работы, промежуточная аттестация
2.	Основы классического танца и элементы современной хореографии				216	36	180				
3.	Основы джаз-модерн танца							216	20	196	
	Итого учебных часов	216	36	180	216	36	180	216	20	196	
	Всего учебных часов	648									

Модуль 1. «Стартовый». «Азбука хореографии»  
Учебно-тематический план

№	Наименование тем	Количество часов		
		теория	практика	всего
1	Ритмика	9	45	54
2	Партерная гимнастика	9	45	54
3	Основные танцевальные движения	9	44	53
4	Прыжки	9	45	54
5	Итоговая аттестация	-	1	1
Итого		36	180	216

1. Ритмика:

Основные правила движений при партерной гимнастике. Закономерности координации движения рук, головы, корпуса. Начало тренировки суставно-мышечного аппарата ребенка. Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного и тазобедренного суставов. Позиции и положения ног и рук. Дополнительно изучается: уровень подъема ног, подготовительное движение руки (Préparation), закрывание руки в подготовительное положение на два заключительных аккорда. Развивать интерес и любовь к музыке, потребность в ее слушание, движение под музыку в свободных играх.

Обогащение слушательского опыта разнообразными по стилю и жанру музыкальными произведениями.

Ритмика:

- самостоятельно находить свободное место в зале,
- перестраиваться в круг, становится в пары друг за другом,
- строиться в колонну и шеренгу,
- танцевальные шаги: ходьба - бодрая, спокойная, на полупальцах, на каблуках, топающим шагом вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме;
- общеразвивающие упражнения на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность), упражнения на гибкость;
- развитие умения передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения (веселое - грустное, шаловливое, спокойное, радостное, беспокойное и т. д.).

2. Партерная гимнастика:

- сгибание и разгибание ног, в положении лежа на животе и спине;
- наклоны корпусом вправо, влево и вперед, ноги вертикально разведены не менее чем на 90 градусов;
- упражнение для подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц;
- упражнения для гибкости позвоночника;
- упражнения, для тазобедренных суставов эластичности мышц, бедра;
- упражнения для подвижности коленных суставов;
- упражнения, связанное с сокращением и вытягиванием стоп ноги;
- упражнения, развивающие подвижность локтевого сустава, повышающий эластичность мышц плеча и предплечья;
- «велосипед», «лодочка», «бабочка», «лягушка», «мостик», «свеча», «гора», «корзиночка», «качели», боковые приседания;
- Releve lian (медленное поднимание ноги);
- Grand battement (большие сильные броски ногой);

- Port de Bras (наклоны вперёд, в сторону, назад).

3. Основные танцевальные движения :

- танцевальные шаги с носка;

- простой шаг вперёд и переменный шаг;

- притоп-удар всей стопой, шаг с притопом в сторону, тройной притоп,

- выведение ноги на каблук и носок и свободной первой позиции, приведение исходной позиции;

- «ковырялочка»;

- хлопучки(одинарные)- в ладоши и по бедру;

- бег с поднятыми коленями вверх (лошадка);

- бег с сильным захлестом ног назад;

- ход на полупальцах;

- галоп;

- бег с поднятыми коленями вверх (по кругу и по диагонали), ходьба на пятках лицом в круг и спиной в круг.

4. Прыжки:

На 2-х ногах, высокие и низкие, разные по длительности и в сочетании между собой, высокие с акцентом наверх с сильно натянутыми носками на 2-х и на 1-ой ноге. Перескоки с ноги на ногу: ноги откидываются назад или поднимаются вперед; шаг с подскоком: акцент наверх (на месте, с продвижением и в повороте вокруг себя); шаг с проскоком: опорная нога не вытягивается, прыжок не высокий, стелющийся (на месте с продвижением вперед). Боковой шаг – галоп: проучивается в линии, заканчивается приставным шагом, затем по кругу.

## Модуль 2. «Базовый». «Основы классического танца и элементы современной хореографии»

### Учебно-тематический план

№	Наименование тем	Количество часов		
		теория	практика	всего
1	Основы классического танца. Экзерсис у станка.	6	30	36
2	Экзерсис на середине зала:	6	30	36
3	Allegro:	6	30	36
4	Элементы современной хореографии: История развития современного танца	6	30	36
5	Изучение основных принципов современного танца.	6	29	35
6	Основные движения современной хореографии.	6	29	35

7	Промежуточная аттестация	-	1	1
8	Итоговая аттестация	-	1	1
	Итого	36	180	216

## 1. Основы классического танца.

### 1.1. Теория:

Классический танец и современность. Творчество Дидло. А. Бурновиля, А. Петипа.

История развития. Создание Академии танца в Париже в 1661г. Старейшие профессиональные школы классического танца: французская, итальянская, русская. Единство и различия трех школ и их взаимодействие. Школа Вагановой - основа российской балетной школы.

### 1.2. Экзерсис у станка:

- Постановка корпуса лицом к палке: позиции ног I, II, III, V и IV выв. позиции.
- Позиции рук: подготовительное положение, I, II, III (вначале изучаются на середине зала при неполной выворотности ног).
- Demi – plies: I, II, III, V, IV позиции.
- Battements tendus в сторону, вперед, назад (сначала на 4 т 4/4, позже на 1 т. 4/4): по I позиции;
- Demi – plies по V позиции;
- Passe par terre по I позиции.
- Понятие направлений en dehors en dedans .
- Demi rond de jambe par terre en dehors en dedans.
- Rond de jambe par terre en dehors en dedans с остановкой по ¼ круга.
- Battements releves lents на 45 градусов в сторону, вперед, назад как подготовка к battements tendus jetes.
- Положение ноги sur le cou – de – pied основное и условное спереди и сзади.
- Releves на п/п по I, II позициям с вытянутых ног и с demi – plie.
- Battements releves lents на 90 градусов с I и V позиций в сторону, вперед и назад.

### 1.3. Экзерсис на середине зала:

- Позиции рук: подготовительное положение, I, II, III.
- Поклон по I позиции.
- Demi – plies по I, II, III, V, IV позиция en face.
- Battements tendus в сторону, вперед, назад по I позиции
- Demi rond de jambe par terre en dehors en dedans.
- Battements releves lents на 45 градусов в сторону, вперед, назад по I позиции.
- I port de bras.

### 1.4. Allegro:

- Трамплинные прыжки по VI, I, II позициям.
- Temps saute по I, II на середине, V позиции лицом к палке.
- Changement de pied по V позиции лицом к палке.

## 2. Элементы современной хореографии:

2.1. История развития современного или модерн-джаз танца: 1917-1930 гг. – вершина развития джазового танца, 1915 г. – открытие первой школы танца – модерн «Денишоу», конец 60-х годов – возникновение нового художественного явления – модерн-джаз танца.

2.2. Изучение основных принципов современного танца в технике движения.

- поза коллапса.

- изоляция и полицентрия.
- полиритмия.
- мультиципликация.
- Координация.
- импульс и управление.
- contraction and release.
- уровни.

2.3. Постановка корпуса рук и ног, их положения в современном танце. Основные принципы их движения.

Постановка корпуса;

- «вертикаль»
- «лифт»
- «contraction»
- «спираль»
- «flat back»
- «баланс»
- «параллель»

Позиции рук;

- нейтральное или подготовительное положение
- press-position
- I позиция
- II позиция
- III позиция;
- jerk position

Положение рук;

- V положение
- А – Б – В – положения

Позиция ног.

- I позиция;
- II позиция;
- III позиция;
- IV позиция;
- V позиция.

Положение ног.

- point;
- flax.
- принципы движения рук.
- принципы движения ног.

2.4. Основные движения.

Разогрев:

- упражнение у станка: перегибы и наклоны торса, растяжки в положениях «рабочая нога на полу» и «рабочая нога на станке», demi plié и grand plié, упражнения для разогрева стопы и голеностопа;

- разогрев на середине зала: спирали и изгибы торса, наклоны, упражнения на напряжения и расслабление, упражнения для разогрева позвоночника;

- в партере: упражнения для позвоночника, упражнения стрэтч-характера, упражнения для разогрева стопы и голеностопа;

- маленькие прыжки: типа pas sauté, подскоки.

#### Изоляция:

- голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения используются вперед-назад, диагонально, крестом, из стороны в сторону, квадратом;
- плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка», твист, шейк;
- грудная клетка: движения из стороны в сторону, квадраты и кресты, вперед-назад;
- пелвис: крест, квадрат, полукруги, «восьмерка», shimmi, jelly roll;
- руки: движения изолированными ареалами, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой, переводы из положения в положение;
- ноги: движения стопой и голеностопом, переводы из параллельного в выворотное положение, ротация бедра, исполнение движений выворотной и невыворотной ногой.

#### Упражнения для позвоночника:

- flat back вперед, назад, в сторону, лимбо, полукруги и круги – торсом. Deep body bend, твист и спирали;
- contraction, release, high release, contraction в центре тела, side contraction, положение arch, low back, cure и body roll, «волны».

#### Координация:

- свинговое раскачивание двух центров;
- параллель и оппозиция в движении двух центров;
- принцип управления, «импульсные цепочки»;
- координация движений рук и ног, без передвижения.

#### Уровни:

- основные уровни: стоя, сидя, лежа;
- управления стрэтч-характера в различных положениях;
- переходы из уровня в уровень. Смена положения на 8, 4, 2 счета;
- упражнения на contraction и release в положении «сидя»;
- твист и спирали торса в положении «сидя»;
- движения изолированных центров.

#### Кросс. Перемещение в пространстве:

- шаги с трамплинным сгибанием коленей при передвижении из стороны в сторону и вперед-назад;
- шаги по квадрату;
- шаги с мультипликацией;
- основные шаги афро-танца;
- прыжки: hop, jump, leap.

#### Комбинация или импровизация:

- изучение комбинаций на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней и т.д.

Модуль 3. «Продвинутый». «Основы джаз-модерн танца»  
Учебно-тематический план

№	Наименование тем	Количество часов		
		теория	практика	всего
1	История развития современного танца. Зарождение афро-джаз танца	1	2	3
2	Становление и развитие европейского джаз танца	1	2	3
3	Американский джаз-танец. Сходство и различия	1	2	3
4	Афроджаз-танец	2	27	29
5	"Истоки развития танца модерн".	2	26	28
6	"Американское направление танца модерн" "Техника М. Грехэм".	2	27	29
7	"Техника П. Бауш и М. Каннингема".	3	36	39
8	"Европейский джаз-танец" "Техника балет-джаза Метта Меттокса".	3	36	39
9	"Танцевальные комбинации и этюды".	5	37	42
10	Итоговая аттестация	-	1	1
Итого		20	196	216

Тема 1. «История развития современного танца».

Теория.

"Зарождение афроджаз-танца". История джаз-танца; основные ритмы джаза; использование музыкальных инструментов, ритмического и голосового сопровождения; основные элементы движений.

Практика.

Просмотр видеоматериала, подборка иллюстраций к книгам, демонстрация национальных костюмов.

Тема 2. "Становление и развитие европейского джаз-танца".

Теория.

Истоки европейского джаз-танца; эволюционный период развития; характерные особенности и отличие от афроджаз-танца; музыкальный материал, используемый хореографами этого направления.

Практика.

Просмотр видеоматериала, прослушивание видеокассет.

Тема 3. "Американский джаз-танец. Сходство и различия".

Теория

Истоки зарождения американского джаз-танца; отличительные черты этого стиля; использование музыкального сопровождения; основные принципы и понятия трёх направлений джаз-танца; анализ различий между системами.

Практика.

Просмотр видеоматериалов и иллюстраций.

Тема 4. " Афроджаз-танец".

Теория.

"Проведение разминки".

Виды разминок; свойства разминки; последовательность проведения; используемый темп и ритмы.

Практика.

Отработка упражнений разминки на середине зала:

- а) plie;
- б) battement tendu, jete;
- в) rond de jambe par terre;
- г) jete-tombe;
- д) developpe;
- е) grand battement jete;
- ж) растяжка-stretgh.

Отработка упражнений для разминки на полу:

- а) разминка для стоп;
- б) контракция-расслабление;
- в) длинные линии;
- г) растяжка;
- д) упражнения для пресса.

Отработка упражнений для разминки на середине зала:

- а) изоляция;
- б) координация;
- в) основные шаги;
- г) изучение поворотов;
- д) прыжки.

Тема 5. " История развития современного танца ".

Теория

"Истоки развития танца модерн".

Основоположник танца модерн; возникновение и развитие его направлений; основополагающие принципы и движения танца.

Практика

Просмотр видеоматериалов; прослушивание аудиокассет; подборка иллюстраций.

Тема 6. "Американское направление танца модерн".

Теория.

"Техника М. Грехэм". Терминология, основные понятия и принципы исполнения основных

движений: последовательность проведения разминки и ее свойства; темп и ритм.

Практика.

Отработка основных движений техники М. Грехэм:

- а) контракция и расслабление на полу;
- б) разминка ног и корпуса на полу;
- в) координация на полу;
- г) упражнение для пресса;
- д) контракция и расслабление на середине;
- е) разминка тела на середине;
- ж) координация;
- з) прыжки;
- и) вращение

Тема 7. "Техника П. Бауш и М. Каннингема ".

Теория.

Терминология, основные понятия и принципы исполнения движений; особенности построения занятия.

Практика.

Отработка основных движений техники М.Каннингема и П. Бауш:

- а) разминка у станка;
- б) разминка на середине;
- в) танцевальные шаги;
- г) прыжковые комбинации;
- д) комбинации на вращение.

Тема 8. "Техника балет-джаза Метта Меттокса".

Теория.

Терминология, основные понятия и принципы исполнения движений; последовательность проведения разминки и ее свойства; темп и ритм.

Практика.

Отработка упражнений разминки и основных движений:

- а) экзерсис на середине;
- б) партер;
- в) изоляция;
- г) координация;
- д) вращения;
- е) прыжки.

Тема 9. "Танцевальные комбинации и этюды".

Практика

Основные шаги и движения, используемые в технике М.Грехэм, П. Бауш и М.Каннингема; соединение этих движений в связки; композиционное построение танца.

Основные шаги и движения, используемые в технике балет-джаз М. Меттокса; совмещение этих движений в связки; композиционное построение танца.

Отработка движений под счет; отработка движений под музыку; соединение движений в связки под счет; соединение движений в связки под музыку; отработка танцевальных композиций.

### 3. Планируемые результаты.

#### Модуль 1. «Стартовый»

По окончании 1 модуля учащиеся приобретают предметные компетенции:

Знать:

- позиции рук и ног;
- программные элементы классического, народного, историко-бытового танца;

Уметь:

- усвоить основы правильной постановки корпуса;
- владеть центром тяжести тела;
- ориентироваться в пространстве;
- отражать в движениях характер музыки;
- правильно двигаться в такт музыке, сохраняя красивую осанку;
- исполнять простейшие элементы классического экзерсиса у станка и танцевальные элементы на середине зала;
- исполнять несложные танцевальные комбинации;
- навыки актерской выразительности: уметь изобразить в танцевальном шаге повадки зверей, птиц, выразить образ в разном эмоциональном состоянии (веселый котенок, грустная птица и т.д.).

#### Модуль 2. «Базовый»

По окончании 2 модуля учащиеся приобретают предметные компетенции:

Знать:

- основные термины классического экзерсиса
- основные термины экзерсиса танца джаз – модерн
- знать точки плана класса, их расположение
- правила постановки корпуса
- позиции рук, ног, головы в классическом танце
- позиции рук, ног в танце джаз-модерн
- комплекс выполнения акробатических упражнений.
- правила поведения на занятиях

Уметь:

- выполнять по заданию педагога упражнения по актерскому мастерству
- различать музыкальные темпы, соединяя их с элементами упражнений
- Выполнять танцевальные шаги по инструкции педагога

Иметь навыки:

- выполнения партерной гимнастики

### Модуль3. «Продвинутый»

По окончании 3 модуля учащиеся приобретают предметные компетенции:

Знать:

- элементарные приёмы разминки на середине зала;
- основные шаги джаз- модерн танца;
- основы работы мышц и правильного дыхания;
- терминологию танца.

Уметь:

- самостоятельно выполнять разминку;
- исполнять синхронно движения и комбинации;
- под контролем педагога исполнять выученные связки и компоновать их в комбинацию;
- выделять сильную и слабую долю.

У учащегося будет развито:

- чувство ритма;
- слух;
- простейшая координация движения.

У учащегося должны сформироваться такие качества личности как:

- уважительное отношение к педагогу и занятиям;
- корректность и такт по отношению к другим учащимся;
- дисциплина;
- опрятность;
- привычка к соблюдению правил личной гигиены.

#### 4. Организационно-педагогические условия программы

Материально - техническое обеспечение

Организация образовательного процесса происходит на первом этаже в кабинете №3 на базе БМАУДО ЦДТ г. Березовский. Хореографический класс площадью 73,8 кв.м с деревянным покрытием пола, который оборудован:

1. стул для педагога – 2шт;
2. стол педагога – 1шт;
3. фортепиано – 1шт;
4. балетный станок- 2шт;
5. зеркала – 10шт;
6. шкаф для хранения сценических костюмов и методической литературы-1шт;
7. костюмы сценические (танец «Мафия»-16 штук , танец «Разноцветный мир» -16 штук, танец «Маэстро»-16 штук, танец «Цирк Афро»-16 штук, танец «Остров Мумба-Юмба»-16 штук, «Просыпайся»-16 штук, «В роще»-12штук, «Моль»-16 штук).
8. коврики гимнастические-17шт.

Приборы и оборудование:

1. CD – магнитофон
2. колонки музыкальные
3. ноутбук
4. аудио – диски

#### Образовательные и информационные ресурсы

1. Мелехов А.В. Методическое пособие «Современные направления хореографии» 1999г.
2. Никитин. В.Ю. Методическая разработка «Модерн-джаз танец» этапы развития. Метод. Техника. 2004г.
3. Никитин. В.Ю. Методическая разработка «Стречинг в профессиональном обучении хореографии» 2005г.
4. Поталицина О.В. Учебное пособие «Джазовый танец» 2005г.
5. Федотова М.К. Методическая разработка «Специфика работы хореографического коллектива» 2012г
6. Федотова М.К. Методический доклад «Формы и методы воспитательной работы в хореографическом коллективе» 2013г
7. Федотова М.К. Методическая разработка «Игры и игровые приемы, используемые на занятиях хореографии» 2011г.
8. Федотова М.К. Методическая разработка «Методы и приемы обучения в танцевальном коллективе» 2012г.
9. Федотова М.К. Методическая разработка «Работа балетмейстера по постановке танца» 2012г

#### Дидактическое обеспечение:

1. Детский шоу-балет «Экситон». Концертные выступления. 2010г.
2. Иржи Киллиан «Шесть танцев», «Маленькая смерть» 2011г.
3. Михаил Барышников. Телефильм Jodavproductions INC. «Барышников в Голливуде», 1982.
4. Михаил Барышников. «Frank Sinatra and more...», 2001
5. Морис Бежар. «Метаморфозы Мориса Бежара», 2000.
6. Морис Бежар «BBC». «Моцарт танго», 2005.
7. Художественный фильм «Авансцена», 2008.
8. С.Прокофьев «Romeo and Juliet». Opera national de Lion, 2011.
9. «Notre Dame de Paris» Рачард Кочанте, Люк Пламондон, 2009.

10. Использование видеоматериалов с видеохостингов: YouTube, RuTube, Vimeo, Яндекс. видео, [Видео@mail.ru](mailto:Видео@mail.ru).

Информационно - телекоммуникационные сети:  
- компьютер, подключен к сети Интернет.

Аппаратно-программные средства:  
- операционная система Microsoft Windows XP;  
- Microsoft Office 2007 (Microsoft Word- текстовый процессор, Microsoft Excel – электронные таблицы, Microsoft PowerPoint- программа для создания мультимедийных презентаций, Internet Explorer- веб- браузер).

Аудиовизуальные средства:  
- мультимедийный комплект (переносной) – проектор, экран, ноутбук.  
Электронные образовательные и информационные ресурсы:

- <http://www.ed.gov.ru/>- сайт Министерства образования РФ
- <http://www.edu.ru/>– каталог образовательных интернет-ресурсов;
- [www.vio.fio.ru](http://www.vio.fio.ru) - - Федерация Интернет-образования
- <http://www.auditorium.ru/> - Российское образование – сеть порталов
- <http://1september.ru> - Сайт газеты "Первое сентября" /методические материалы/
- <http://som.fsio.ru/>- сетевое сообщество методистов
- <http://it-n.ru> – Сеть творческих учителей
- <http://www.lib.ru/> - Электронная библиотека
- [www.virlib.ru](http://www.virlib.ru) – Виртуальная библиотека
- [www.rvb.ru](http://www.rvb.ru) – Русская виртуальная библиотека
- <http://www.alleng.ru/edu> - Образовательные ресурсы Интернета.
- <http://school-collection.edu.ru/> - единая коллекция цифровых образовательных ресурсов
- <http://fcior.edu.ru/> - Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов
- <http://www.academic.ru> - словари и энциклопедии
- <http://www.ug.ru> - Сайт Учительской газеты
- <http://www.openclass.ru/> Открытый класс. Сетевые образовательные сообщества
- <http://www.vidod.edu.ru> - Федеральный портал «Дополнительное образование детей»

#### Кадровое обеспечение

Минимально допустимая квалификация педагога

Профессиональная категория: Высшая категория

Уровень образования педагога: Среднее специальное

Уровень соответствия квалификации: Образование педагога соответствует профилю программы

#### 5. Оценочные материалы

5.1. Итоговая аттестация по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе не проводится.

5.2. Промежуточная аттестация результатов обучения по образовательной программе осуществляется два раза в год, согласно календарному учебному графику.

Для учащихся первого года обучения промежуточная аттестация предусматривается в конце учебного года, согласно календарному учебному графику.

5.3. Формы промежуточных аттестаций разрабатываются и обосновываются для определения результативности освоения программы. Призваны отражать достижения цели и задач программы.

При проведении промежуточных аттестаций используются следующие формы и методы: устные (опрос, беседа, педагогическое наблюдение), практические (защита творческой работы, контрольное упражнение), метод взаимоконтроля и самоконтроля (самостоятельное нахождение ошибок, анализ причины неправильного исполнения элементов, устранение обнаруженных пробелов), дифференциация и подбор заданий с учетом особенностей учащихся.

Достижения учащимися планируемых результатов оценивается по критериям:

- по степени владения теоретическим материалом, терминологией;
- по умению применять теоретический материал на практике;
- по качеству выполнения всех этапов;

Кроме того, критериями оценки освоения программы является развитие таких свойств личности учащегося как трудолюбие, аккуратность, коллективизм, любознательность, способность ценить прекрасное.

Форма предъявления результатов – открытые уроки, самостоятельные творческие работы, отчётные концерты, мастер-классы, фестивали, конкурсы.

Фамилия, имя учащегося:

Группа:

Год обучения

Объединение:

Педагог:

Тема:

#### Предметное творчество

Техника исполнения работы	Удовлетворительно	Качественно	Безупречно
Гибкость			
Выворотность суставов			
Осанка			
Творческая сторона работы			
Подражание			
Компиляция			
Импровизация			

#### Творчество в общении

Коммуникативные умения Содержательная сторона общения	Пассивность	Средний уровень	Высокая активность
Негативные формы общения			
Отзывчивость, равноправное общение			
Сопереживание, помощь			

Сводная таблица педагогических наблюдений

Оцениваемые показатели	Месяцы				Примечания
	Сентябрь – ноябрь	Декабрь – февраль	Март – май	Июнь – ав- густ	
Предметное творчество					
Саморазвитие					
Общение					

Карта оценки результативности реализации образовательной программы:

Цель: проверка результативности освоения образовательной программы.

Проводится в конце учебного года как итоговая диагностика.

Название программы, срок ее освоения:

Фамилия, имя, отчество педагога:

Фамилия, имя учащегося:

Год обучения по программе:

Параметры результативности реализации программ	Характеристика низкого уровня результативности	Оценка уровня результативности					Характеристика высокого уровня результативности
		Очень слабо	Слабо	Удовлетворительно	Хорошо	Очень хорошо	
		1	2	3	4	5	
Опыт освоения теоретической информации	Информация не освоена						Информация освоена полностью в соответствии с задачами программы
Опыт практической деятельности	Способы деятельности не освоены						Способы деятельности освоены полностью в соответствии с задачами программы
Опыт эмоционально-ценностных отношений (вклад в формирование личностных качеств учащегося)	Отсутствует позитивный опыт эмоционально-ценностных отношений (проявление элементов агрессии, защитных						Приобретен полноценный, разнообразный, адекватный содержанию программы опыт эмоционально-ценностных отношений, способствующий развитию

	реакций, негативное, неадекватное поведение)						личностных качеств учащегося
Опыт творчества	Освоены элементы репродуктивной, имитационной деятельности						Приобретен опыт самостоятельной творческой деятельности (оригинальность, индивидуальность, качественная завершенность результата)
Опыт общения	Общение отсутствовало (ребенок закрыт для общения)						Приобретен опыт взаимодействия и сотрудничества в системах «педагог-учащийся» и «учащийся учащийся». Доминируют субъект-субъектные отношения
Осознание ребёнком актуальных достижений. Фиксированный успех и вера ребёнка в свои силы (позитивная «Я-концепция»)	Рефлексия отсутствует						Актуальные достижения ребенком осознаны и сформулированы
Мотивация и осознание перспективы	Мотивация и осознание перспективы отсутствуют						Стремление ребенка к дальнейшему совершенствованию в данной области (у ребенка активизированы познавательные интересы и потребности)

Общая оценка уровня результативности: 7-20 баллов – программа в целом освоена на низком уровне; 21-28 баллов – программа в целом освоена на среднем уровне; 29-35 баллов – программа в целом освоена на высоком уровне.

## 6. Методическое обеспечение

1. Мелехов А.В. Методическое пособие «Современные направления хореографии» 1999г.
2. Никитин. В.Ю. Методическая разработка «Модерн-джаз танец» этапы развития. Метод. Техника. 2004г.
3. Никитин. В.Ю. Методическая разработка «Стречинг в профессиональном обучении хореографии» 2005г.
4. Поталицина О.В. Учебное пособие «Джазовый танец» 2005г.
5. Федотова М.К. Методическая разработка «Специфика работы хореографического коллектива» 2012г
6. Федотова М.К. Методический доклад «Формы и методы воспитательной работы в хореографическом коллективе» 2013г
7. Федотова М.К. Методическая разработка «Игры и игровые приемы, используемые на занятиях хореографии» 2011г.
8. Федотова М.К. Методическая разработка «Методы и приемы обучения в танцевальном коллективе» 2012г.
9. Федотова М.К. Методическая разработка «Работа балетмейстера по постановке танца» 2012г

ПРИНЯТО:  
 На педагогическом совете  
 БМАУДО ЦДТ  
 Протокол № 7 от 14.08.2024 г.



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор БМАУДО ЦДТ  
*Комарова* Е.В. Комарова  
 Приказ № 114 от 14.08.2024 г.

Учебный план  
 дополнительной общеразвивающей  
 общеобразовательной программы «Искусство танца»

№ п/п	Модуль	Первый год обучения			Второй год обучения			Третий год обучения			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	Всего	Теория	Практика	Всего	Теория	Практика	
1.	Азбука хореографии	216	36	180							Беседа, наблюдение контрольное упражнение, защита творческой работы, промежуточная аттестация
2.	Основы классического танца и элементы современной хореографии				216	36	180				
3.	Основы джаз-модерн танца							216	20	196	
	Итого учебных часов	216	36	180	216	36	180	216	20	196	
	Всего учебных часов	648									

ПРИНЯТО:  
На педагогическом совете  
БМАУДО ЦДТ  
Протокол № 7 от 14.08.2024 г.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор БМАУДО ЦДТ  
*Комарова* Е.В. Комарова  
Приказ № 114 от 14.08.2024 г.

Календарный учебный график  
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы  
«Искусство танца»  
на 2024-2025 учебный год

Этапы образовательного процесса	1 год обучения	2 и 3 год обучения	Примечание
Начало учебного года	2 сентября 2024 г.	2 сентября 2024 г.	
Формирование объединений	19 августа 2024г.- 31 августа 2024г.	26 августа 2024г.- 31 августа 2024г.	
Продолжительность учебного года	36 недель	36 недель	
Промежуточная аттестация (контроль)	нет	25-27 декабря 2024г.	
Промежуточная аттестация (контроль)	22-23 мая 2025г.	22-23 мая 2025г.	
Окончание учебного года	24 мая 2025г.	24 мая 2025г.	окончание учебного года может быть перенесено на срок в соответствии с резервом учебного времени
Резерв учебного времени	10 часов	10 часов	5% от продолжительности ДООП
<b>Каникулы</b>			
зимние	с 01 января 2025г. – 08 января 2025г.		
летние	с 01 июня 2025г. – 31 августа 2025г.		
праздничные нерабочие дни	04.11.2024, 31.12.2024, 01-07.01.2025, 22-24.02.2025, 08-10.03.2025, 01-04.05.2025, 09-11.05.2025, 12-15.06.2025		

Управление образования Березовского городского округа  
Березовское муниципальное автономное учреждение  
дополнительного образования «Центр детского творчества»

ПРИНЯТО:  
На педагогическом совете  
БМАУДО ЦДТ  
Протокол № 7 от 14.08.2024 г.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор БМАУДО ЦДТ  
*Е.В. Комарова*  
Приказ № 114 от 14.08.2024 г.

Рабочая программа педагога  
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе  
художественной направленности  
«Искусство танца»

модуль 1 «Азбука хореографии»

Возраст учащихся: 7-18 лет  
Срок реализации: 1 год

Составитель программы:  
Шульмина Виктория Анатольевна  
педагог дополнительного образования

## Пояснительная записка

Модуль «Азбука хореографии» предполагает освоение азов ритмики, изучение простейших элементов партерной гимнастики, изучение танцевальных элементов, применяя игровые технологии, исполнение простых танцевальных композиций и танцев. Предоставляет широкие возможности обучения основам танцевального искусства, дает возможность ввести детей в мир хореографии, познакомить с некоторыми хореографическими жанрами, видами и стилями, поможет обучающимся творчески самовыразиться и проявить себя посредством пластики, ритмики и импровизации.

## Цель и задачи модуля

Гармоничное развитие детей посредством танцевального искусства, через приобретение базовых знаний, творческих качеств, навыков исполнительства.

### Задачи:

#### Обучающие:

- обучить основам партерной гимнастики;
- поэтапное овладение основам классического экзерсиса у палки и на середине зала;
- обучить простейшим элементам классического и народного танца;
- обучить элементам музыкальной грамоты;
- познакомить детей с историей возникновения и развития танца.

#### Развивающие:

- способствовать снятию мышечного и психологического торможения посредством танцевального движения;
- формировать правильную осанку, корректировать фигуру ребенка;
- формировать интерес к танцевальному искусству;
- развить музыкальность, выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений;
- развить воображение, фантазию, умение находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки;
- развить познавательный интерес, любознательность и умение творчески мыслить;
- развивать художественный вкус.

#### Воспитательные:

- воспитать культуру поведения и общения;
- воспитать умение ребенка работать в коллективе;
- заложить основы становления эстетически развитой личности;
- воспитывать чувство ответственности, трудолюбия, конструктивности.

#### Приемы и методы организации образовательного процесса:

- словесный (устное изложение, беседа и т. д.);
- наглядный (показ видеоматериалов, иллюстрации, наблюдение, показ педагогом);
- практический (упражнения).

#### Приемы:

- игра;
- беседа;
- показ видеоматериалов;
- показ педагогом;
- наблюдение.

Дидактический материал, используемый в процессе организации занятий:

Фотографии, литература по хореографии, ритмике, пластике, танцу, видео – аудиозаписи, правила поведения на сцене, словари терминов.

По окончании 1 модуля обучающиеся приобретают предметные компетенции:

Знать:

- позиции рук и ног;
- программные элементы классического, народного, историко-бытового танца;

Уметь:

- усвоить основы правильной постановки корпуса;
- владеть центром тяжести тела;
- ориентироваться в пространстве;
- отражать в движениях характер музыки;
- правильно двигаться в такт музыке, сохраняя красивую осанку;
- исполнять простейшие элементы классического экзерсиса у станка и танцевальные элементы на середине зала;
- исполнять несложные танцевальные комбинации;
- навыки актерской выразительности: уметь изобразить в танцевальном шаге повадки зверей, птиц, выразить образ в разном эмоциональном состоянии (веселый котенок, грустная птица и т.д.).

#### Учебно-тематический план

№	Наименование тем	Количество часов		
		теория	практика	всего
1	Ритмика	9	45	54
2	Партерная гимнастика	9	45	54
3	Основные танцевальные движения	9	45	54
4	Прыжки	9	45	54
5	Промежуточная аттестация			
<b>Итого</b>		<b>36</b>	<b>180</b>	<b>216</b>

#### Календарно-тематическое планирование модуля 1 «Азбука хореографии»

Месяц	Название темы	Содержание занятий	Ча сы	Примечание
сентябрь	Ритмика	Развитие интереса и любви к музыке, потребности в её слушании, движение под музыку в свободных играх. Самостоятельно находить свободное место в зале,	2	
сентябрь	Ритмика	Построение в круг и в пары друг за другом	2	
сентябрь	Ритмика	Построение в колонну и шеренгу	2	
сентябрь	Партерная гимнастика	Сгибание и разгибание ног, в положении лёжа на животе и спине	2	
сентябрь	Партерная гимнастика	Наклоны корпусом вправо, влево и вперёд, ноги вертикально разведены не менее чем на 90 градусов;	2	

сентябрь	Партерная гимнастика	Упражнения для подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц	2	
сентябрь	Основные танцевальные движения	Танцевальные шаги с носка	2	
сентябрь	Основные танцевальные движения	Простой шаг вперёд и переменный шаг	2	
сентябрь	Основные танцевальные движения	Притоп-удар всей стопой, шаг с притопом в сторону, тройной притоп	2	
сентябрь	Прыжки	На 2-х ногах, высокие и низкие	2	
сентябрь	Прыжки	Разные по длительности и в сочетании между собой	2	
сентябрь	Прыжки	Высокие с акцентом наверх с сильно натянутыми носками на 2-х и на 1-ой ноге	2	
октябрь	Ритмика	Танцевальные шаги: ходьба - бодрая, спокойная, на полупальцах.	2	
октябрь	Ритмика	Танцевальные шаги на каблуках, топающим шагом вперёд и назад (спиной)	2	
октябрь	Ритмика	Танцевальные шаги с высоким подниманием колена	2	
октябрь	Партерная гимнастика	Основные правила движений при партерной гимнастике	2	
октябрь	Партерная гимнастика	Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного и тазобедренного суставов	2	
октябрь	Партерная гимнастика	Упражнения для гибкости позвоночника	2	
октябрь	Основные танцевальные движения	Выведение ноги на каблук и носок и свободной первой позиции, приведение исходной позиции	2	
октябрь	Основные танцевальные движения	«Ковырялочка»	2	
октябрь	Основные танцевальные движения	Хлопушки(одинарные)- в ладоши и по бедру	2	
октябрь	Прыжки	Перескоки с ноги на ногу	2	
октябрь	Прыжки	Шаг с подскоком	2	
октябрь	Прыжки	Прыжки по прямой позиции	2	
октябрь	Ритмика	Развитие интереса и любви к музыке, потребности в её слушании, движение под музыку в свободных играх. Самостоятельно находить свободное место в зале.	2	
ноябрь	Ритмика	Построение в круг и в пары друг за другом	2	
ноябрь	Ритмика	Построение в колонну и шеренгу	2	

ноябрь	Партерная гимнастика	Сгибание и разгибание ног, в положении лёжа на животе и спине	2	
ноябрь	Партерная гимнастика	Наклоны корпусом вправо, влево и вперёд, ноги вертикально разведены не менее чем на 90 градусов;	2	
ноябрь	Партерная гимнастика	Упражнения для подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц	2	
ноябрь	Основные танцевальные движения	Танцевальные шаги с носка	2	
ноябрь	Основные танцевальные движения	Простой шаг вперёд и переменный шаг	2	
ноябрь	Основные танцевальные движения	Притоп-удар всей стопой, шаг с притопом в сторону, тройной притоп	2	
ноябрь	Прыжки	На 2-х ногах, высокие и низкие	2	
ноябрь	Прыжки	Разные по длительности и в сочетании между собой	2	
ноябрь	Прыжки	Высокие с акцентом наверх с сильно натянутыми носками на 2-х и на 1-ой ноге	2	
ноябрь	Открытое занятие	Контрольно-показательное	2	
декабрь	Ритмика	Танцевальные шаги: ходьба - бодрая, спокойная, на полупальцах.	2	
декабрь	Ритмика	Танцевальные шаги на каблуках, топающим шагом вперёд и назад (спиной)	2	
декабрь	Ритмика	Танцевальные шаги с высоким подниманием колена	2	
декабрь	Партерная гимнастика	Основные правила движений при партерной гимнастике	2	
декабрь	Партерная гимнастика	Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного и тазобедренного суставов	2	
декабрь	Партерная гимнастика	Упражнения для гибкости позвоночника	2	
декабрь	Основные танцевальные движения	Выведение ноги на каблук и носок и свободной первой позиции, приведение исходной позиции	2	
декабрь	Основные танцевальные движения	«Ковырялочка»	2	
декабрь	Основные танцевальные движения	Хлопушки(одинарные)- в ладоши и по бедру	2	
декабрь	Прыжки	Перескоки с ноги на ногу	2	
декабрь	Прыжки	Шаг с подскоком	2	

декабрь	Прыжки	Прыжки по прямой позиции	2	
декабрь	Промежуточная аттестация	Концерт	2	
январь	Ритмика	Общеразвивающие упражнения на различные группы мышц и различный характер	2	
январь	Ритмика	Упражнения на плавность движений, махи, пружинность	2	
январь	Партерная гимнастика	Упражнения, для тазобедренных суставов эластичности мышц, бедра	2	
январь	Партерная гимнастика	Упражнения для подвижности коленных суставов	2	
январь	Основные танцевальные движения	Бег с поднятыми коленями вверх «лошадка»	2	
январь	Основные танцевальные движения	Прямой и боковой галоп.	2	
январь	Прыжки	По первой и второй позиции ног	2	
январь	Прыжки	Sotte по шестой позиции	2	
январь	Ритмика	Развитие умения передавать в пластике разнообразный характер музыки	2	
январь	Ритмика	Развитие умения передавать различные оттенки настроения (весёлое - грустное, шаловливое, спокойное, радостное, беспокойное и т. д.).	2	
февраль	Ритмика	Понятие сильной и слабой доли	2	
февраль	Партерная гимнастика	Упражнения, связанное с сокращением и вытягиванием стоп	2	
февраль	Партерная гимнастика	Упражнения, развивающие подвижность локтевого сустава, повышающий эластичность мышц плеча и предплечья;	2	
февраль	Партерная гимнастика	«велосипед», «лодочка», «бабочка», «лягушка», «мостик», «свеча», «гора», «корзиночка», «качели», боковые приседания	2	
февраль	Основные танцевальные движения	Бег с сильным захлестом ног назад	2	
февраль	Основные танцевальные движения	Ход на полупальцах	2	
февраль	Основные танцевальные движения	Подготовка к «ра polike»	2	
февраль	Прыжки	Ра eshape по прямой позиции	2	
февраль	Прыжки	Комбинированные прыжки sotte-лошадка	2	

февраль	Ритмика	Танцевальные шаги: ходьба - бодрая, спокойная, на полупальцах.	2	
февраль	Ритмика	Танцевальные шаги на каблуках, топающим шагом вперед и назад (спиной)	2	
март	Ритмика	Танцевальные шаги с высоким подниманием колена на полупальцах	2	
март	Партерная гимнастика	Основные правила движений при партерной гимнастике	2	
март	Партерная гимнастика	Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного и тазобедренного суставов	2	
март	Партерная гимнастика	Releve lian (медленное поднятие ноги) упражнения для гибкости позвоночника	2	
март	Основные танцевальные движения	Выведение ноги на каблук и носок и свободной первой позиции, приведение исходной позиции	2	
март	Основные танцевальные движения	«Ковырялочка» Этюд «Рыбки»	2	
март	Основные танцевальные движения	Хлопушки(одинарные)- в ладоши и по бедру Комбинированные движения.	2	
март	Прыжки	Перескоки с ноги на ногу	2	
март	Прыжки	Шаг с подскоком	2	
март	Прыжки	Прыжки по прямой позиции	2	
март	Ритмика	Танцевальные шаги: ходьба - бодрая, спокойная, на полупальцах. В выворотном положении ног.	2	
март	Ритмика	Понятие начало и конец музыкальной фразы, танцевальные шаги на каблуках, топающим шагом вперед и назад (спиной)	2	
апрель	Ритмика	Танцевальные шаги с высоким подниманием колена на полупальцах	2	
апрель	Партерная гимнастика	Основные правила движений при партерной гимнастике	2	
апрель	Партерная гимнастика	Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного и тазобедренного суставов	2	
апрель	Партерная гимнастика	Releve lian (медленное поднятие ноги) упражнения для гибкости позвоночника	2	
апрель	Основные танцевальные движения	Выведение ноги на каблук и носок и свободной первой позиции, приведение исходной позиции	2	
апрель	Основные танцевальные движения	Этюд «Рыбки» работа в парах	2	
апрель	Основные танцевальные движения	Хлопушки(одинарные)- в ладоши и по бедру Комбинированные движения.	2	

апрель	Прыжки	Перескоки с ноги на ногу	2	
апрель	Прыжки	Шаг с подскоком	2	
апрель	Прыжки	Прыжки по прямой позиции	2	
апрель	Прыжки	По точкам класса по прямой позиции	2	
апрель	Ритмика	Танцевальные шаги: ходьба - бодрая, спокойная, на полупальцах.	2	
апрель	Ритмика	Танцевальные шаги на каблуках, топающим шагом вперед и назад (спиной)	2	
май	Ритмика	Танцевальные шаги с высоким подниманием колена на полупальцах	2	
май	Партерная гимнастика	Основные правила движений при партерной гимнастике	2	
май	Партерная гимнастика	Выработка осанки, опоры, выворотности, эластичности и крепости голеностопного и тазобедренного суставов	2	
май	Партерная гимнастика	Releve lian (медленное поднимание ноги) упражнения для гибкости позвоночника	2	
май	Основные танцевальные движения	Выведение ноги на каблук и носок и свободной первой позиции, приведение исходной позиции	2	
май	Основные танцевальные движения	Этюд «Фантазеры»	2	
май	Основные танцевальные движения	Хлопушки(одинарные)- в ладоши и по бедру Комбинированные движения.	2	
май	Прыжки	Перескоки с ноги на ногу	2	
май	Прыжки	Шаг с подскоком, прыжки по прямой позиции	2	
май	Основные танцевальные движения	Этюд «Фантазеры»	2	
май	Основные танцевальные движения	Этюд «Фантазеры»	2	
май	Контрольно-показательное	Отчетный концерт	2	
		ИТОГО: 216 часов.		

Управление образования Березовского городского округа  
Березовское муниципальное автономное учреждение  
дополнительного образования «Центр детского творчества»

ПРИНЯТО:  
На педагогическом совете  
БМАУДО ЦДТ  
Протокол № 7 от 14.08.2024 г.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор БМАУДО ЦДТ  
*Комарова* Е.В. Комарова  
Приказ № 114 от 14.08.2024 г.

Рабочая программа педагога  
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе  
художественной направленности  
«Искусство танца»

модуль 2 «Основы классического танца и элементы современной хореографии»

Возраст учащихся: 7-18 лет  
Срок реализации: 1 год

Составитель программы:  
Шульмина Виктория Анатольевна  
педагог дополнительного образования

## Пояснительная записка

Модуль «Основы классического танца и элементы современной хореографии» ориентирован на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привития начальных навыков в искусстве танца

### Цель и задачи модуля

Гармоничное развитие детей посредством танцевального искусства, через приобретение базовых знаний, творческих качеств, навыков исполнительства.

Задачи:

Обучающие:

- обучить основам партерной гимнастики;
- поэтапное овладение основам классического экзерсиса у палки и на середине зала;
- обучить простейшим элементам современной хореографии;
- обучить элементам музыкальной грамоты;
- познакомить детей с историей возникновения и развития танца.

Развивающие:

- способствовать снятию мышечного и психологического торможения посредством танцевального движения;
- формировать правильную осанку, корректировать фигуру ребенка;
- формировать интерес к танцевальному искусству;
- развить музыкальность, выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений;
- развить воображение, фантазию, умение находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки;
- развить познавательный интерес, любознательность и умение творчески мыслить;
- развивать художественный вкус.

Воспитательные:

- воспитать культуру поведения и общения;
- воспитать умение ребенка работать в коллективе;
- заложить основы становления эстетически развитой личности;
- воспитывать чувство ответственности, трудолюбия, конструктивности.

Приемы и методы организации образовательного процесса:

- словесный (устное изложение, беседа и т. д.);
- наглядный (показ видеоматериалов, иллюстрации, наблюдение, показ педагогом);
- практический (упражнения).

Приемы:

- беседа;
- показ видеоматериалов;
- показ педагогом;
- наблюдение.

Дидактический материал, используемый в процессе организации занятий:

Фотографии, литература по хореографии, ритмике, пластике, танцу, видео – аудиозаписи, правила поведения на сцене, словари терминов.

По окончании 2 модуля обучающиеся приобретают предметные компетенции:

Знать:

- основные термины классического экзерсиса
- основные термины экзерсиса современного танца
- знать точки плана класса, их расположение
- правила постановки корпуса
- позиции рук, ног, головы в классическом танце
- позиции рук, ног в танце джаз-модерн
- комплекс выполнения акробатических упражнений.
- правила поведения на занятиях

Уметь:

- выполнять по заданию педагога упражнения по актерскому мастерству
- различать музыкальные темпы, соединяя их с элементами упражнений
- Выполнять танцевальные шаги по инструкции педагога

Иметь навыки:

- выполнения партерной гимнастики

#### Учебно-тематический план

№	Наименование тем	Количество часов		
		теория	практика	всего
1	Основы классического танца Экзерсис у станка.	6	30	36
2	Экзерсис на середине зала:	6	30	36
3	Allegro:	6	30	36
4	Элементы современной хореографии: История развития современного танца	6	30	36
5	Изучение основных принципов современного танца.	6	30	36
6	Основные движения современной хореографии.	6	30	36
Итого		36	180	216

Календарно-тематическое планирование

модуля 2 « Основы классического танца и элементы современной хореографии»

Месяц	Название темы	Содержание занятий	Часы	Примечание
сентябрь	Основы классического танца	Классический танец и современность. Творчество Дидло. А. Бурновиля, А. Петипа	2	
сентябрь	Основы классического танца	- История развития. <u>Создание Академии танца в Париже в 1661г. Старейшие профессиональные школы классического танца: французская, итальянская, русская. Единство и различия трёх школ и их взаимодействие. Школа Вагановой - основа российской балетной школы.</u>	2	
сентябрь	Экзерсис у станка	Постановка корпуса лицом к палке	2	
сентябрь	Экзерсис у станка	Позиции ног I, II, III, V и IV	2	
сентябрь	Экзерсис у станка	Позиции рук: подготовительное положение, I, II, III	2	
сентябрь	Экзерсис у станка	Demi – plies: I, II, III, V, IV позиции.	2	
сентябрь	Экзерсис у станка	- Battements tendus в сторону, вперёд, назад(сначала на 4 т 4/4, позже на 1 т. 4/4):	2	
сентябрь	Экзерсис у станка	по I позиции;	2	
сентябрь	Экзерсис у станка	- Demi – plies по V позиции;	2	
сентябрь	Экзерсис у станка	- Passe par terre по I позиции.	2	
сентябрь	Экзерсис у станка	- Понятие направлений en dehors en dedans .	2	
сентябрь	Экзерсис у станка	- Demi rond de jambe par terre en dehors en dedans.	2	
сентябрь	Экзерсис на середине зала	Позиции рук: подготовительное положение, I, II, III.	2	
октябрь	Экзерсис на середине зала	- Поклон по I позиции.	2	
октябрь	Экзерсис на середине зала	- Demi – plies по I, II, III, V, IV позиция en face.	2	
октябрь	Экзерсис на середине зала	- Battements tendus в сторону, вперёд, назад по I позиции	2	
октябрь	Экзерсис на середине зала	- Demi rond de jambe par terre en dehors en dedans.	2	
октябрь	Экзерсис на середине зала	- Battements releves lents на 45 градусов в сторону, вперёд, назад по I позиции.	2	
октябрь	Экзерсис на середине зала	- I port de bras.	2	
октябрь	Экзерсис на середине зала	Позиции рук: подготовительное положение, I, II, III.	2	

октябрь	Экзерсис на середине зала	- Поклон по I позиции.	2	
октябрь	Экзерсис на середине зала	- Demi – plies по I, II, III, V, IV позиция en face.	2	
октябрь	Экзерсис на середине зала	- Battements tendus в сторону, вперед, назад по I позиции	2	
октябрь	Экзерсис на середине зала	- Demi rond de jambe par terre en dehors en dedans.	2	
октябрь	Экзерсис на середине зала	- Battements releves lents на 45 градусов в сторону, вперед, назад по I позиции.	2	
октябрь	Allegro	Трамплинные прыжки по VI, I, II позициям.	2	
октябрь	Allegro	- Temps saute по I, II на середине, V позиции лицом к палке.	2	
ноябрь	Allegro	- Changement de pied по V позиции лицом к палке.	2	
ноябрь	Allegro	Трамплинные прыжки по VI, I, II позициям.	2	
ноябрь	Allegro	- Temps saute по I, II на середине, V позиции лицом к палке.	2	
ноябрь	Allegro	- Changement de pied по V позиции лицом к палке.	2	
ноябрь	Allegro	Трамплинные прыжки по VI, I, II позициям.	2	
ноябрь	Allegro	- Temps saute по I, II на середине, V позиции лицом к палке.	2	
ноябрь	Allegro	- Changement de pied по V позиции лицом к палке.	2	
ноябрь	Allegro	Трамплинные прыжки по VI, I, II позициям.	2	
ноябрь	Allegro	- Temps saute по I, II на середине, V позиции лицом к палке.	2	
ноябрь	Allegro	- Changement de pied по V позиции лицом к палке.	2	
ноябрь	Allegro	Трамплинные прыжки по VI, I, II позициям.	2	
ноябрь	Allegro	- Temps saute по I, II на середине, V позиции лицом к палке.	2	
ноябрь	Allegro	- Changement de pied по V позиции лицом к палке.	2	
ноябрь	Экзерсис у станка	Demi – plies: I, II, III, V, IV позиции.	2	
ноябрь	Экзерсис у станка	- Battements tendus в сторону, вперед, назад(сначала на 4 т 4/4, позже на 1 т. 4/4):	2	
декабрь	Экзерсис у станка	по I позиции;	2	
декабрь	Экзерсис у станка	- Demi – plies по V позиции;	2	
декабрь	Экзерсис на середине зала	- Passe par terre по I позиции.	2	
декабрь	Экзерсис на середине зала	- Понятие направлений en dehors en dedans .	2	
декабрь	Экзерсис на середине зала	- Demi rond de jambe par terre en dehors en dedans.	2	

декабрь	Экзерсис на середине зала	Позиции рук: подготовительное положение, I, II, III.	2	
декабрь	Экзерсис на середине зала	- Поклон по I позиции.	2	
декабрь	Allegro	- Demi – plies по I, II, III, V, IV позиция en face.	2	
декабрь	Allegro	- Battements tendus в сторону, вперёд, назад по I позиции	2	
декабрь	Allegro	- Demi rond de jambe par terre en dehors en dedans.	2	
декабрь	Контрольно-показательное	Концерт, открытый урок.	2	
декабрь	Элементы современной хореографии	История развития современного или модерн-джаз танца:1917-1930 гг. – вершина развития джазового танца, 1915 г. – открытие первой школы танца – модерн «Денишоу», Конец 60-х годов – возникновение нового художественного явления – модерн-джаз танца.	2	
декабрь	Элементы современной хореографии	История развития современного танца	2	
январь	Элементы современной хореографии	История развития современного танца	2	
январь	Изучение основных принципов современного танца в технике движения	поза коллапса.	2	
январь	Изучение основных принципов современного танца в технике движения	- изоляция и полицентрия.	2	
январь	Изучение основных принципов современного танца в технике движения	- полиритмия.	2	
январь	Изучение основных принципов современного танца в технике движения	- мультиципликация.	2	
январь	Изучение основных принципов современного	- Координация.	2	

	танца в технике движения			
январь	Изучение основных принципов современного танца в технике движения	- импульс и управление.	2	
январь	Изучение основных принципов современного танца в технике движения	- contraction and release.	2	
январь	Изучение основных принципов современного танца в технике движения	- уровни.	2	
январь	Изучение основных принципов современного танца в технике движения	поза коллапса.	2	
февраль	Изучение основных принципов современного танца в технике движения	- изоляция и полицентрия.	2	
февраль	Изучение основных принципов современного танца в технике движения	- полиритмия.	2	
февраль	Изучение основных принципов современного танца в технике движения	- мультипликация.	2	
февраль	Изучение основных принципов современного танца в технике движения	- Координация.	2	
февраль	Постановка корпуса рук и ног, их положения в	Основные принципы их движения	2	

	современном танце.			
февраль	Постановка корпуса	«вертикаль»	2	
февраль	Постановка корпуса	- «лифт»	2	
февраль	Постановка корпуса	- «contraction»	2	
февраль	Постановка корпуса	- «спираль»	2	
февраль	Постановка корпуса	- «flat back»	2	
февраль	Постановка корпуса	- «баланс»	2	
март	Постановка корпуса	- «параллель»	2	
март	Позиции рук	нейтральное или подготовительное положение press-position, I позиция, II позиция, III позиция, jerk position	2	
март	Положение рук	V положение. А – Б – В – положения.	2	
март	Позиция ног	I позиция, II позиция, III позиция, IV позиция, V позиция	2	
март	Разогрев	упражнение у станка: перегибы и наклоны торса, растяжки в положениях «рабочая нога на полу» и «рабочая нога на станке», demi plié и grand plié, упражнения для разогрева стопы и голеностопа;	2	
март	Разогрев	разогрев на середине зала: спирали и изгибы торса, наклоны, упражнения на напряжения и расслабление, упражнения для разогрева позвоночника	2	
март	Разогрев	в партере: упражнения для позвоночника, упражнения стретч-характера, упражнения для разогрева стопы и голеностопа	2	
март	Разогрев	маленькие прыжки: типа pas sauté, подскоки	2	
март	Изоляция	голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, движения используются вперед диагонально, крестом, из стоны в сторону, квадратом	2	
март	Изоляция	плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка», твист, шейк;	2	
март	Изоляция	грудная клетка: движения из стоны в сторону, квадраты и кресты, вперед-назад	2	
март	Изоляция	пелвис: крест, квадрат, полукруги, «восьмерка», shimmi, jelly roll	2	
апрель	Изоляция	руки: движения изолированными ареалами, круги и полукруги кистью, предплечьем, всей рукой, переводы из положения в положение	2	
апрель	Изоляция	ноги: движения стопой и голеностопом, переводы из параллельного в выворотное положение, ротация бедра, исполнение движений выворотной и невыворотной ногой	2	

апрель	Упражнения для позвоночника	flat back вперед, назад, в сторону, лимбо, полукруги и круги – торсом. Deep body bend, твист и спирали;	2	
апрель	Упражнения для позвоночника	contraction, release, high release, contraction в центре тела, side contraction, положение arch, low back, cure и body roll, «волны».	2	
апрель	Координация	свинговое раскачивание двух центров;	2	
апрель	Координация	параллель и оппозиция в движении двух центров;	2	
апрель	Координация	принцип управления, «импульсные цепочки»;	2	
апрель	Координация	координация движений рук и ног, без передвижения.	2	
апрель	Уровни	основные уровни: стоя, сидя, лежа;	2	
апрель	Уровни	управления стрэтч-характера в различных положениях;	2	
апрель	Уровни	переходы из уровня в уровень. Смена положения на 8, 4, 2 счета;	2	
апрель	Уровни	упражнения на contraction и release в положении «сидя»;	2	
апрель	Уровни	твист и спирали торса в положении «сидя»;	2	
май	Уровни	движения изолированных центров.	2	
май	Кросс. Перемещение в пространстве	шаги с трамплинным сгибанием коленей при передвижении из стороны в сторону и вперед	2	
май	Кросс. Перемещение в пространстве	шаги по квадрату;	2	
май	Кросс. Перемещение в пространстве	шаги с мультипликацией;	2	
май	Кросс. Перемещение в пространстве	основные шаги афро-танца;	2	
май	Кросс. Перемещение в пространстве	прыжки: hop, jump, leap	2	
май	Комбинация или импровизация	изучение комбинаций на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней и т.д.	2	
май	Комбинация или импровизация	изучение комбинаций на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней и т.д.	2	
май	Комбинация или импровизация	изучение комбинаций на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней и т.д.	2	
май	Комбинация или импровизация	изучение комбинаций на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней и т.д.	2	
май	Комбинация или импровизация	изучение комбинаций на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров,	2	

	импровизация	шаги, смену уровней и т.д.		
май	Контрольно-показательное занятие.	Концерт, открытое занятие.	2	
		Итого: 216 часов.		

Управление образования Березовского городского округа  
Березовское муниципальное автономное учреждение  
дополнительного образования «Центр детского творчества»

ПРИНЯТО:

На педагогическом совете  
БМАУДО ЦДТ  
Протокол № 7 от 14.08.2024 г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор БМАУДО ЦДТ  
*Комарова* Е.В. Комарова

Приказ № 114 от 14.08.2024 г.

Рабочая программа педагога  
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе  
художественной направленности  
«Искусство танца»

модуль 3 «Основы джаз-модерн танца»

Возраст учащихся: 7-18 лет  
Срок реализации: 1 год

Составитель программы:  
Шульмина Виктория Анатольевна  
педагог дополнительного образования

## Пояснительная записка

В модуль заложена идея приобщения детей и подростков к танцевальной культуре с помощью обучения их основам модерн-джаз танца и импровизации.

Благодаря знакомству с разными стилями современного танца сложилась определенная система преподавания, которая помогает воспитанникам быстро овладеть основами выбранного хореографического направления.

## Цель и задачи модуля

Формирование и развитие творческих способностей ребенка средствами модерн-джаз танца.

Задачи:

Обучить элементам модерн-джаз танца, соединению их в связки и комбинации, умению исполнять их в разных последовательностях, использовать эти связки для построения танца и импровизации;

- сформировать необходимые для занятий способности (выносливость, концентрацию, внимание, умение ориентироваться в пространстве, образное мышление);
- привить культуру исполнителя модерн-джаз танцев.

Приемы и методы организации образовательного процесса:

- словесный (устное изложение, беседа и т. д.);
- наглядный (показ видеоматериалов, иллюстрации, наблюдение, показ педагогом);
- практический (упражнения).

Приемы:

- беседа;
- показ видеоматериалов;
- показ педагогом;
- наблюдение.

Дидактический материал, используемый в процессе организации занятий:

Фотографии, литература по хореографии, ритмике, пластике, танцу, видео – аудиозаписи, правила поведения на сцене, словари терминов.

По окончании 3 модуля обучающиеся приобретают предметные компетенции:

Учащиеся должны знать:

- элементарные приёмы разминки на середине зала;
- основные шаги афроджаз-танца;
- основы работы мышц и правильного дыхания;
- терминологию танца.

Учащиеся должны уметь:

- самостоятельно выполнять разминку;
- исполнять синхронно движения и комбинации;
- под контролем педагога исполнять выученные связки и компоновать их в комбинацию;
- выделять сильную и слабую долю.

У учащегося будет развито:

- чувство ритма;
- слух;
- простейшая координация движения.

У учащегося должны сформироваться такие качества личности как:

- уважительное отношение к педагогу и занятиям;
- корректность и такт по отношению к другим учащимся;
- дисциплина;
- опрятность;
- привычка к соблюдению правил личной гигиены.

#### Учебно-тематический план

№	Наименование тем	Количество часов		
		теория	практика	всего
1	История развития современного танца Зарождение афро-джаз танца	1	2	3
2	Становление и развитие европейского джаз танца	1	2	3
3	Американский джаз-танец. Сходство и различия	1	2	3
4	Афроджаз-танец	2	27	29
5	"Истоки развития танца модерн".	2	26	28
6	"Американское направление танца модерн" "Техника М. Грехэм".	2	27	29
7	"Техника П. Бауш и М. Каннингема".	3	36	39
8	"Европейский джаз-танец" "Техника балет-джаза Метта Меттокса".	3	36	39
9	"Танцевальные комбинации и этюды".	5	38	43
Итого		20	196	216

#### Календарно-тематическое планирование

Месяц	Название темы	Содержание занятий	Часы	Примечание
сентябрь	<u>Зарождение афроджаз-танца</u> ".	История джаз-танца; основные ритмы джаза; использование музыкальных инструментов, ритмического и голосового сопровождения; основные элементы движений. Просмотр видеоматериала, подборка иллюстраций к книгам, демонстрация национальных костюмов.	2	
сентябрь	Становление и развитие европейского джаз танца	Истоки европейского джаз-танца; эволюционный период развития; характерные особенности и отличие от афроджаз-танца; музыкальный материал, используемый хореографами этого направления.	2	
сентябрь	<u>"Американский джаз-танец. Сходство и различия"</u> .	Истоки зарождения американского джаз-танца; отличительные черты этого стиля; использование музыкального сопровождения; основные принципы и понятия трёх направлений джаз-танца; анализ различий между системами.	2	

сентябрь	" Афроджаз-танец".	Проведение разминки. Виды разминок; свойства разминки; последовательность проведения; используемый темп и ритмы.	2	
сентябрь	" Афроджаз-танец".	Отработка упражнений разминки на середине зала:	2	
сентябрь	" Афроджаз-танец".	plie; battement tendu, jete; rond de jambe par terre;	2	
сентябрь	" Афроджаз-танец".	jete-tombe; developpe; grand battement jete; растяжка-stretch.	2	
сентябрь	" Афроджаз-танец".	разминка для стоп; контракция-расслабление; длинные линии; растяжка; упражнения для пресса.	2	
сентябрь	" Афроджаз-танец".	Отработка упражнений для разминки на середине зала:	2	
сентябрь	" Афроджаз-танец".	Проведение разминки. Виды разминок; свойства разминки; последовательность проведения; используемый темп и ритмы.	2	
сентябрь	" Афроджаз-танец".	разминка для стоп; контракция-расслабление; длинные линии; растяжка; упражнения для пресса.	2	
сентябрь	" Афроджаз-танец".	изоляция; координация; основные шаги; изучение поворотов; прыжки.	2	
сентябрь	" Афроджаз-танец".	Отработка упражнений разминки на середине зала:	2	
октябрь	" Афроджаз-танец".	plie; battement tendu, jete; rond de jambe par terre;	2	
октябрь	"Афроджаз-танец".	jete-tombe; developpe; grand battement jete; растяжка-stretch.	2	
октябрь		разминка для стоп; контракция-расслабление; длинные линии; растяжка; упражнения для пресса.	2	
октябрь	" Афроджаз-танец".	Отработка упражнений для разминки на середине зала:	2	
октябрь	" Афроджаз-танец".	изоляция; координация; основные шаги; изучение поворотов; прыжки.	2	
октябрь	<u>Истоки развития танца модерн</u>	Основоположник танца модерн; возникновение и развитие его направлений; основополагающие принципы и движения танца.	2	
октябрь	<u>Истоки развития танца модерн</u>	Просмотр видеоматериалов; прослушивание аудиокассет; подборка иллюстраций	2	
октябрь	Американское направление танца модерн	Терминология, основные понятия и принципы исполнения основных движений:	2	
октябрь	<u>Техника М. Грехэм</u>	Терминология, основные понятия и принципы исполнения основных движений:	2	

октябрь	<u>Техника М.</u> <u>Грехэм</u>	Разминка. Последовательность проведения разминки и ее свойства; темп и ритм.	2	
октябрь	<u>Истоки</u> <u>развития танца</u> <u>модерн</u>	Основоположник танца модерн; возникновение и развитие его направлений; основополагающие принципы и движения танца.	2	
октябрь	<u>Техника М.</u> <u>Грехэм</u>	Отработка основных движений техники М. Грехэм:	2	
октябрь	<u>Техника М.</u> <u>Грехэм</u>	Контракция и расслабление на полу	2	
ноябрь	<u>Техника М.</u> <u>Грехэм</u>	Разминка ног и корпуса на полу	2	
ноябрь	<u>Техника М.</u> <u>Грехэм</u>	Упражнение для пресса	2	
ноябрь	<u>Техника М.</u> <u>Грехэм</u>	Координация	2	
ноябрь	<u>Техника М.</u> <u>Грехэм</u>	Прыжки	2	
ноябрь	<u>Техника М.</u> <u>Грехэм</u>	Вращение	2	
ноябрь	<u>Техника М.</u> <u>Грехэм</u>	Отработка основных движений техники М. Грехэм:	2	
ноябрь	<u>Техника М.</u> <u>Грехэм</u>	Контракция и расслабление на полу	2	
ноябрь	<u>Техника М.</u> <u>Грехэм</u>	Координация на полу	2	
ноябрь	<u>Техника М.</u> <u>Грехэм</u>	Контракция и расслабление на середине	2	
ноябрь	<u>Техника М.</u> <u>Грехэм</u>	Разминка тела на середине	2	
ноябрь	<u>Техника М.</u> <u>Грехэм</u>	Разминка ног и корпуса на полу	2	
ноябрь	<u>Техника М.</u> <u>Грехэм</u>	Координация на полу	2	
декабрь	<u>Техника М.</u> <u>Грехэм</u>	Упражнение для пресса	2	
декабрь	<u>Техника М.</u> <u>Грехэм</u>	Контракция и расслабление на середине	2	
декабрь	<u>Техника М.</u> <u>Грехэм</u>	Разминка тела на середине	2	
декабрь	<u>Техника М.</u> <u>Грехэм</u>	Координация	2	
декабрь	<u>Техника М.</u> <u>Грехэм</u>	Прыжки	2	
декабрь	<u>Техника М.</u> <u>Грехэм</u>	Вращение	2	
декабрь	Афроджаз-танец".	Отработка основных движений	2	

декабрь	Американское направление танца модерн	Отработка движений под счёт; отработка движений под музыку; соединение движений в связки под счёт; соединение движений в связки под музыку; отработка танцевальных композиций.	2	
декабрь	Американское направление танца модерн	Отработка движений под счёт; отработка движений под музыку; соединение движений в связки под счёт; соединение движений в связки под музыку; отработка танцевальных композиций.	2	
декабрь	<u>Техника П. Бауш и М. Каннингема</u>	Разминка на середине	2	
декабрь	<u>Техника П. Бауш и М. Каннингема</u>	Терминология, основные понятия и принципы исполнения движений	2	
декабрь	<u>Техника П. Бауш и М. Каннингема</u>	Отработка основных движений.	2	
декабрь	<u>Техника П. Бауш и М. Каннингема</u>	Разминка у станка;	2	
декабрь	Промежуточная аттестация	Концерт, открытое занятие	2	
январь	<u>Техника П. Бауш и М. Каннингема</u>	Танцевальные шаги	2	
январь	<u>Техника П. Бауш и М. Каннингема</u>	Прыжковые комбинации	2	
январь	<u>Техника П. Бауш и М. Каннингема</u>	Прыжковые комбинации	2	
январь	<u>Техника П. Бауш и М. Каннингема</u>	Комбинации на вращение	2	
январь	<u>Техника П. Бауш и М. Каннингема</u>	Комбинации на вращение	2	
январь	<u>Техника П. Бауш и М. Каннингема</u>	Основные шаги и движения, используемые в технике М.Грехэм, П. Бауш и М.Каннингема	2	
январь	<u>Техника П. Бауш и М. Каннингема</u>	Комбинации на вращение	2	
январь	<u>Техника П. Бауш и М. Каннингема</u>	Разминка у станка;	2	
январь	<u>Техника П. Бауш и М. Каннингема</u>	Прыжковые комбинации	2	
январь	<u>Техника П. Бауш и М. Каннингема</u>	Комбинации на вращение	2	

февраль	<u>Техника П. Бауш и М. Каннингема</u>	Соединение движений в связки; композиционное построение танца.	2	
февраль	<u>Техника П. Бауш и М. Каннингема</u>	Отработка движений под счёт.	2	
февраль	<u>Техника П. Бауш и М. Каннингема</u>	Отработка движений под музыку	2	
февраль	Европейский джаз-танец	Терминология. основные понятия и принципы исполнения движений	2	
февраль	<u>Техника балет-джаза Метта Меттокса</u>	Последовательность проведения разминки и ее свойства; темп и ритм	2	
февраль	<u>Техника П. Бауш и М. Каннингема</u>	Соединение движений в связки; композиционное построение танца.	2	
февраль	<u>Техника П. Бауш и М. Каннингема</u>	Отработка движений под счёт.	2	
февраль	<u>Техника П. Бауш и М. Каннингема</u>	Отработка движений под музыку	2	
февраль	<u>Техника П. Бауш и М. Каннингема</u>	Соединение движений в связки под счет	2	
февраль	<u>Техника балет-джаза Метта Меттокса</u>	изоляция	2	
март	<u>Техника балет-джаза Метта Меттокса</u>	координация	2	
март	<u>Техника балет-джаза Метта Меттокса</u>	вращения	2	
март	<u>Техника балет-джаза Метта Меттокса</u>	прыжки	2	
март	<u>Техника балет-джаза Метта Меттокса</u>	экзерсис на середине	2	
март	<u>Техника балет-джаза Метта Меттокса</u>	партер	2	
март	<u>Техника балет-джаза Метта Меттокса</u>	Вращения, соединение движений в связки под музыку;	2	
март	<u>Техника балет-джаза Метта Меттокса</u>	Основные шаги и движения, используемые в технике балет-джаз М. Меттокса; совмещение этих движений в связки; композиционное построение танца.	2	

март	<u>Техника балет-джаза Метта Меттокса</u>	Отработка движений под счет; отработка движений под музыку	2	
март	<u>Техника балет-джаза Метта Меттокса</u>	Вращения, соединение движений в связки под музыку;	2	
март	<u>Техника балет-джаза Метта Меттокса</u>	соединение движений в связки под счет	2	
март	<u>Техника балет-джаза Метта Меттокса</u>	Отработка движений под счет; отработка движений под музыку	2	
март	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Основные шаги и движения, используемые в технике М.Грехэм, П. Бауш и М.Каннинггема	2	
март	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Основные шаги и движения, используемые в технике М.Грехэм, П. Бауш и М.Каннинггема	2	
апрель	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Соединение этих движений в связки	2	
апрель	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Соединение этих движений в связки	2	
апрель	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Композиционное построение танца	2	
апрель	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Композиционное построение танца	2	
апрель	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Композиционное построение танца	2	
апрель	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Основные шаги и движения, используемые в технике балет-джаз М.Меттокса.	2	
апрель	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Основные шаги и движения, используемые в технике балет-джаз М.Меттокса.	2	
апрель	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Композиционное построение танца	2	
апрель	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Основные шаги и движения, используемые в технике балет-джаз М.Меттокса.	2	
апрель	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Основные шаги и движения, используемые в технике балет-джаз М.Меттокса.	2	
апрель	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Основные шаги и движения, используемые в технике балет-джаз М.Меттокса.	2	
апрель	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Основные шаги и движения, используемые в технике балет-джаз М.Меттокса.	2	

	<u>этюды</u>			
май	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Основные шаги и движения, используемые в технике балет-джаз М.Меттокса.	2	
май	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Совмещение этих движений в связки	2	
май	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Композиционное построение танца.	2	
май	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Композиционное построение танца.	2	
май	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Композиционное построение танца.	2	
май	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Отработка движений под счет; отработка движений под музыку ;соединение движений в связки под счет; соединение движений в связки под музыку; отработка танцевальных композиций.	2	
май	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Композиционное построение танца.	2	
май	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Отработка движений под счет; отработка движений под музыку ;соединение движений в связки под счет; соединение движений в связки под музыку; отработка танцевальных композиций.	2	
май	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Отработка движений под счет; отработка движений под музыку ;соединение движений в связки под счет; соединение движений в связки под музыку; отработка танцевальных композиций.	2	
май	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Отработка движений под счет; отработка движений под музыку ;соединение движений в связки под счет; соединение движений в связки под музыку; отработка танцевальных композиций.	2	
май	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Отработка движений под счет; отработка движений под музыку ;соединение движений в связки под счет; соединение движений в связки под музыку; отработка танцевальных композиций.	2	
май	<u>Танцевальные комбинации и этюды</u>	Отработка движений под счет; отработка движений под музыку ;соединение движений в связки под счет; соединение движений в связки под музыку; отработка танцевальных композиций.	2	
май	Промежуточная аттестация	Контрольно - показательное; концерт.	2	
		Итого: 216 часов.		

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 305635189186826168010400438383193104950455390077

Владелец Комарова Елена Владимировна

Действителен с 01.04.2024 по 01.04.2025