

ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ОРШАНСКОГО РАЙОНА
РЕСПУБЛИКИ МАРИЙ ЭЛ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА
ИМЕНИ ГАЛИНЫ СТЕПАНОВНЫ ЧЕСНОВОЙ»

ПРИНЯТО
педагогическим советом
МУДО «ЦДТ им. Г.С.Чесноковой»
от «05» сентября 2023 г.
Протокол № 1

Утверждаю:
Директор МУДО «ЦДТ им. Г.С. Чесноковой»

Москвичева Т.Н.
Приказ № 60 от «05» сентября 2023 г.

**Дополнительная
общеобразовательная общеразвивающая программа
«ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ MIX»**

Направленность программы: художественная

Уровень программы: базовый

Категория и возраст обучающихся: обучающиеся образовательных учреждений
дополнительного образования 13 - 16 лет

Срок освоения программы: 2 года

Объём часов: 288 часов

Разработчик программы: Винокурова Елена Александровна,
педагог дополнительного образования МУДО «ЦДТ им. Г. С. Чесноковой»

п.г.т. Оршанка
2023 г.

Содержание

Раздел 1 Комплекс основных характеристик образования	3-17
1.1. Общая характеристика программы	3
1.2. Цель и задачи программы.....	5
1.3. Объем программы.....	6
1.4. Содержание программы.....	6
1.5. Планируемые результаты	17
Раздел 2 Комплекс организационно – педагогических условий.....	19-39
2.1. Учебный план. 1 год обучения.....	19
2.1. Учебный план. 2 год обучения.....	20
2.2. Календарный учебный график. Первый год обучения.....	21
2.2. Календарный учебный график. Второй год обучения.....	26
2.3. Условия реализации программы.....	32
2.4. Формы, порядок текущего контроля и промежуточной аттестации	32
2.5. Оценочные материалы.....	33
2.6. Методические материалы.....	34
2.7. Воспитательная деятельность	36
2.8. Список литературы и электронных источников.....	39

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ОБРАЗОВАНИЯ

1.1. Общая характеристика программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальный МІХ» (далее – программа) направлена на формирование у детей любви к танцу, танцевальных способностей: чувство ритма, эмоциональная отзывчивость на музыку, танцевальная выразительность, координация движений, ориентировка в пространстве, воспитание художественного вкуса, интересов.

Направленность программы – художественная.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ МІХ» разработана в соответствии со следующими нормативными правовыми документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки России от 18.11.2015 № 09-3242);
- Приказ Министерства Просвещения РФ от 03 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28).
- Методические рекомендации «Разработка и проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (включая разноуровневые и модульные программы)» от 2021 г.
- Приказ Министерства образования и науки РМЭ от 06.04.2021г. № 656 (Об утверждении требований к программам для НОК)

Актуальность программы определяется во-первых, запросом со стороны обучающихся на программы художественного развития школьников. Во-вторых, особой ролью танца в образовательной системе. Танец таит в себе огромное богатство для успешного художественно-нравственного воспитания, он сочетает в себе не только эмоциональную сторону искусства, приносит радость, как исполнителю, так и зрителю. Трудолюбие, терпение, упорство в достижении результата,

уверенности в себе, самостоятельность, открытость, помощь и взаимовыручка, общение друг с другом – ведущие моменты в процессе обучения. Всё это помогает психологической адаптации ребенка в коллективе и в обществе. В третьих, для обучающихся наиболее привлекательным элементом является участие в мероприятиях, а также конкурсах и фестивалях. Эта творческая деятельность, направленная на социализацию и развитие коммуникативных способностей, актуальна в современных условиях, так как появляются необходимые условия для осознания себя в качестве личности и повышения самооценки.

Отличительной особенностью данной программы является синтез движения и музыки, формирующий у учащихся сферу чувств, координацию, музыкальность и артистичность; развивает слуховую, зрительную, моторную (мышечную) память; учит благородным манерам; воспитывает художественный вкус.

Хореографическое творчество нацелено на работу с телом и на снятие внутренних зажимов. Все эти необходимые качества приобретаются на занятиях и переносятся обучающимися из танцевального класса в другие сферы их деятельности и жизни в целом. В программе предусмотрено изучение обучающимися различных видов хореографических направлений: классический, народно-сценический и современный. В программе учтены и адаптированы возможности обучающихся среднего и старшего школьного возраста.

Адресат программы. В реализации программы участвуют дети обоего пола от 13 до 16 лет, проявившие интерес и желание заниматься танцами.

Дети объединяются в группы с учетом возраста, психологических особенностей и физических данных.

Состав групп – постоянный. Наполняемость групп – 10 -14 человек.

Объём программы. Количество учебных часов запланированных на период обучения – 288 часов.

Сроки освоения программы. Программа предназначена для реализации в учреждениях дополнительного образования и рассчитана на 2 года обучения.

Формы обучения. Программа реализуется в очной форме.

Уровень программы. Базовый, обучающиеся программы осваивают основы хореографического искусства.

Особенности организации образовательного процесса.

Программа ориентирована на изучение базовых основных элементов трех направлений хореографического искусства: классический, народный и современный. Все три направления изучаются на протяжении двух лет обучения по программе, учитывая возраст обучающихся все элементы постепенно усложняются, меняется количество выполняемых движений и комбинаций, усложняются танцевальные постановки. . Так как классический танец – это основа, фундамент всех танцевальных направлений, разучив содержание материала по этому разделу, все упражнения входят в

структуру занятия и выполняются в течение всего обучения постепенно усложняя. Выполняя упражнения партерной гимнастики, развиваются физические данные обучающихся/ Также изучается экзерсис и в народно – сценическом и современном танцевальных направлениях, но уже в более ознакомительном характере для развития координации движений и развития пластики тела танцора.

Педагог проявляет определенную гибкость в подходе к каждой конкретной группе детей, учитывая при этом состав группы, физические данные и возможности детей..

Режим занятий. Занятия проводятся в течение учебного года 2 раза в неделю продолжительностью 2 часа. Итого 4 часа в неделю, 36 учебных недель.

1.2.Цель и задачи программы.

Цель программы: Эстетическое развитие обучающихся в процессе изучения основ хореографического искусства и развитие творческого потенциала ребенка, создание условий для личностного и профессионального самоопределения обучающихся.

Первый год обучения

Образовательные:

- дать понятия о направлениях хореографического творчества;
- сформировать правила безопасности выполнения упражнений партерной гимнастики;
- разучить упражнения классического, народно-сценическому танца;
- разучить терминологию классического танца, народно-сценического танца;
- научить выполнять упражнения импровизации;
- разучить основные (базовые) движения современного танца;
- научить ориентироваться в танцевальном зале и на сценической площадке;
- разучить танцевальный номер;

Развивающие:

- способствовать развитию специальных эстетических качеств: музыкальности, выразительности и артистизма;
- развивать чувство ритма, музыкальный слух, пластику движений;
- развивать наблюдательность, внимание, фантазию, воображение;
- укреплять мышечный аппарат;
- способствовать исправлению нарушения осанки;

Воспитательные:

- воспитывать устойчивый интерес к занятиям танцами;
- воспитывать культуру общения и поведения в коллективе, чувство ответственности, уважения к сверстникам, себе;
- сформировать способность к самостоятельной и коллективной деятельности;

- сформировать чувство ответственности;

Второй год обучения

Образовательные:

- закрепить понятия в хореографии: постановка корпуса, позиции рук и ног, экзерсис у станка и на середине зала;
- продолжить разучивание основных движений классического, народного, современного танцев;
- продолжить изучение основных (базовых) движений современного танца;
- разучить с детьми танцевальный номер;
- продолжать учить детей ориентироваться на сценической площадке;

Развивающие:

- развивать общую физическую подготовку (силу, выносливость, ловкость);
- развивать танцевальные данные (выворотность, гибкость, координацию), изучение танцевальных элементов;
- развивать ритмичность, музыкальность, артистичность и эмоциональную выразительность;
- развивать художественные, психомоторные, социальные способности (пластичность, координация, артистичность, способность работать в коллективе), поддержка двигательной активности детей;

Воспитательные:

- формировать трудолюбие, терпение, навыки общения в коллективе.
- воспитывать чувство ответственности, уважения к сверстникам, себе.

1.3 Объём программы. Количество учебных часов запланированных на период обучения – 288 часов.

1.4 Содержание программы

Первый год обучения

1.ВВЕДЕНИЕ

1.1.Вводное занятие.

Теоретическая часть:. Цели и задачи на предстоящий учебный год. Расписание. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в хореографическом классе.

Форма контроля: Опрос

1.2. Разучивание комплекса разминочных упражнений.

Практическая часть: Разминка предназначена для разогревания организма и подготовка его к выполнению упражнений основной части. Движения выполняются с небольшой амплитудой, в невысоком, постоянно нарастающем темпе

Форма контроля: наблюдение.

2.Основные элементы классического танца

2.1. Бесед « Классический танец – фундамент хореографического творчества.»

Теоретическая часть: Классический танец — это основа в искусстве хореографии, его можно назвать фундаментом любого сценического танца. Исполнение классики высокое искусство и самостоятельный вид театрального действия, способный развить любой сюжет [2]. Классический танец развивает осанку, вырабатывает ответственность, уважение к искусству, развивает гибкость и легкость. Учит выражать свои чувства с помощью танца, чувствовать себя уверенным в исполнении танцевальных движений способствует развитию интеллекта и культуры, учит работе в дуэте и ансамбле [16]. Классический танец требует, пластичности и четкости координации движений. Немалую важность также приобретают и выносливость, и сила. На занятиях по классическому танцу вводятся гимнастические упражнения с помощью которых решаются задачи, стоящие перед педагогом младших классов: - укрепление общефизического состояния учащегося; - развитие двигательных функций; - исправление некоторых недостатков в осанке; - постановка корпуса, ног, рук и головы; - овладение первоначальными навыками координации движений, которые предполагают согласованность всех частей тела в пространстве и в времени, что позволяют точно выполнить задание.

Форма контроля: опрос.

2.2.Экзерсис у станка

Теоретическая часть: Экзерсис — комплекс всевозможных тренировочных упражнений, составляющих основу урока, способствующий развитию силы мышц, эластичности связок, воспитанию выворотности, устойчивости и правильной координации движений обучающихся. Экзерсис выполняется в классическом, народном и современном танце. Тренировочные упражнения выполняются у станка и на середине зала. Благодаря упражнениям экзерсиса на уроках отрабатываются навыки, которые требуются для выразительного и правильного выполнения элементов танца: гибкость, вращение, большой танцевальный шаг, четкая координация движений, сила, выносливость, высокий легкий прыжок и пластика рук. В принципе, экзерсис – это танцевальные упражнения для развития пластики тела и двигательной культуры. Добившись в танцевальном экзерсисе правильной координации всех движений тела, в дальнейшем танцор сможет наполнять свои движения настроением, мыслью, то есть делать их выразительными и артистичными.

Форма контроля: наблюдение.

Практическая часть: Разучиваются упражнения экзерсиса у станка сначала лицом к палке, затем боком.: demi-plie, grand-plie, battement tendu, battement tendujete, rond de jambe par terre, battements frappes, battements fondus, battements releves lens, battements developpes, grands battements jetes.

Форма контроля: наблюдение.

2.3. Экзерсис на середине зала.

Практическая часть: Разучив экзерсис у станка, упражнения выполняются на середине без опоры: demi-plie, grand-plie, battement tendu, battement tendujete, rond de jambe par terre, battements frappes, battements fondus, battements releves lens, battements developpes, grands battements jetes.

Упражнения по диагонали. Вращения: туры и пируэт на месте и с продвижением по диагонали.

Форма контроля: наблюдение.

2.4. Партерная гимнастика.

Теоретическая часть: Комплекс гимнастических упражнений позволяет с наименьшими затратами энергии достичь сразу три цели:

- повысить гибкость суставов;
- улучшить эластичность мышц и связок;
- нарастить силу мышц

Практическая часть: Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса. Упражнения для развития силы мышц рук. Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса. Упражнения для развития мышц спины. Упражнения для развития мышц ног, связок голеностопного сустава. Упражнения для развития выносливости. Упражнения на гибкость и подвижности в суставах. Упражнения для развития координации. Упражнения для укрепления вестибулярного аппарата.

Стретчинг. Релаксационные упражнения. Дыхательные практики.

Форма контроля: наблюдение.

3. Основные элементы народно-сценического танца

3.1. Беседа «Особенности исполнения русского народного танца».

Теоретическая часть: Русские народные танцы классифицируются не по временам года, месту их исполнения и поводу, а их хореографической структуре и общим устойчивым признакам. Вот некоторые из них.

Стиль - характерные черты и свойства (особенности) выразительных средств, которые качественно отличают один танец от другого.

Танцевальная лексика является самым важным выразительным средством в танце. Жесты, мимика, позы, движения рук, головы, корпуса, ног - её составляющие.

В русском народном танце лексика представляет собой наиболее сконцентрированную форму с ярко выраженным национальным колоритом, поэтому по ней можно определить, какому региону, области, селу, району принадлежит танец. Существует несколько видов танцевальной лексики:

1. Образная - создаёт ассоциацию с определённым образом (гусь, олень, лебедь и т. д.). Её называют эмоционально - подражательной.

2. Естественно - пластическая - подсказанная самим действием, развивающимся в танце.

3. Традиционная - выработанная веками, находящаяся в постоянном развитии, о чём свидетельствуют танцы, созданные в наши дни,

отличающиеся от старинных танцев не только выразительностью, манерой исполнения, но и богатством танцевальных движений.

Интонация - это совокупность выразительных средств. Например, одно и то же движение, исполненное в разном темпе, будет выражать различное состояние танцора: быстрый темп - радость, медленный - грусть, задумчивость. Малейшее изменение того или иного движения изменит характер и содержание действия.

Форма контроля: опрос.

3.2. Экзерсис у станка

Практическая часть: Экзерсис у станка: позиции ног; позиции и положения рук; постановка корпуса. Упражнение с напряженной стопой (battments tendus) из 1-й позиции прямой на каблук с полуприседанием (demi-plie) на опорной ноге. Выведение ноги на носок, каблук, носок из 3-й и 5-й позиции вперед, в сторону и назад с полуприседанием в исходной позиции. Маленькие броски (battmentstendusjetes) вперед, в сторону и назад по 3-й открытой позиции с полуприседанием на опорной ноге. Подготовка к «веревочке», скольжение работающей ноги по опорной в открытом положении на всей стопе. Развертывание работающей ноги на 45 градусов (battementdeveloppes) вперед, в сторону и назад, на вытянутой ноге.

Форма контроля: наблюдение.

3.3. Экзерсис на середине зала

Практическая часть: Композиции русского народного танца на середине зала: положения рук в парных и массовых танцах – «цепочка», «круг», «звездочка», «карусель», «корзиночка»; подготовка к началу движения (preparation); переводы ног из позиции в позицию; приседания по 1-й, 2-й и 3-й открытым позициям.

Элементы танца: раскрывание и закрывание рук, поклоны, притопы, перетопы, простой (бытовой) шаг, простой русский шаг, боковой шаг на всей стопе и на полупальцах по прямой позиции, «Гармошка», припадание. Перескоки с ноги на ногу на всю стопу (подготовка к дробям). Бег на месте с продвижением вперед и назад на полупальцах. Подскоки на месте, с продвижением вперед, назад и вокруг себя. «Веревочка» простая. «Ковырялочка» с двойным притопом, с тройным притопом Ключ» простой (с переступанием). Вращения по диагонали.

Форма контроля: наблюдение.

4. Основные элементы современных танцевальных стилей

4.1. Беседа «Жизнь и творчество Айседоры Дункан»

Теория: Айседора Дункан – американская танцовщица – новатор, основоположница свободного танца. Разработала танцевальную систему и пластику, которую связывала с древнегреческим танцем. Айседора Дункан вдохновлялась античным искусством, в своих композициях она импровизировала, используя музыку Л. Бетховена, Ф. Шопена, К. В. Глюка, П. И. Чайковского, Ф. Шуберта, а также мелодии революционных песен. Танцевала босиком в лёгких полупрозрачных хитонах. Движения её танца

напоминали рисунки древних фресок и вазописи. Дункан пыталась вернуть танцу его изначальную естественность и красоту выражения. В основе её творческого метода лежал принцип самовыражения свободной личности^[11].

Форма контроля опрос.

4.2. Экзерсис на середине зала.

Практическая часть: Экзерсис non-stop»:demi и grandplie с переводом стоп и коленей из выворотного положения в параллельное и наоборот. Demi и grandplie в сочетании с releve. Battement tendu с переводом из параллельного положения в выворотное и наоборот. Battement tendu с использованием brash. Battement tendu с подъемом пятки опорной ноги во время вынесения на носок или броска. Battement tendu jete с переводом из параллельного в выворотное положение и наоборот. Battement tendu jete с использованием brash. Battement tendu jete с подъемом пятки опорной ноги во время выноса на носок или Ronddejambe par terre с подъемом ноги на 45 градусов. Rond de jambe par terre с подъемом на 90 градусов. Grand battement jete с подъем пятки опорной ноги во время броска. Grand battement jete по всем направлениям через developpees. .

Упражнения stretch-характера (растяжка).

Форма контроля: наблюдение.

4.3. Импровизация.

Индивидуальные постановки обучающихся: подбор музыкального материала, составление схем создания номера, создание танцевальных этюдов на основе изученного материала

Форма контроля: наблюдение.

5. Постановочная работа

Теоретическая часть: Ознакомление и работа с музыкальным материалом, прохлопывание ритма. Понятия: драматургия танца, сюжет, композиция, художественное воплощение музыкального материала. Рождение образов, этюды на эту тему.

Практическая часть: Постановка танцевального номера. Пополнение репертуара новыми постановками, восстановление репертуара прошлых лет, работа над переходящим репертуаром. Разучивание движений и комбинаций к танцу. Разведение танца в рисунок. Расположение и перемещение исполнителей по сценической площадке. Рисунки: круг, «корзиночка», воротца, звездочка, полукруг, шен

Форма контроля: наблюдение.

6. Репетиционная работа

Практическая часть: Отработка движений танцевального номера, отработка синхронности исполнения танца. Работа над эмоциональной выразительностью.

Точность исполнения фигур и перестроений в танце.

Форма контроля: наблюдение.

7. Сценическая практика

7.1. Беседа «Правила поведения за кулисами и на сцене».

Теоретическая часть:

Правила поведения за кулисами

1. Соблюдайте дисциплину за кулисами. Главный за кулисами - руководитель программы или выпускающий (представители орг. комитета фестиваля).
2. За кулисами соблюдается полнейшая тишина (выступления - это атмосфера и её очень легко разрушить).
3. В кулисах никто не мешает выходу участников, и стоят только участники на следующий выход.
4. Посторонних за кулисами нет!!!
5. Реквизит, который лежит за кулисами, трогать нельзя.
6. Уважайте сцену. После того, как появился зритель в зале, прекращаются любые передвижения по сцене. С появлением зрителя вы становитесь артистами и должны строго хранить таинство сцены.
7. Во время выступления, из зрительного зала и обратно перемещаться через сцену строго запрещается.
8. До начала концерта, участники в костюмах ни в коем случае не появляться в фойе, а также в зрительном зале. Только во время антракта и после выступления.
9. Есть, и пить за кулисами, строго запрещено (только в гримерных).
10. Соблюдайте чистоту. После пребывания на сцене и гримерных, они должны оставаться чистыми.
11. Выражать вслух критические отзывы о других выступающих запрещено - это непрофессионально.

Правила поведения на сцене

1. Если вы оказались уже на сцене, то помните самое первое правило: "Играть нужно для зрителей, а не для себя!".
2. Подбирать для себя одежду и обувь, нужно с учетом всех правил концерта.
3. Никогда не пытайтесь копировать другого исполнителя. Все свои движения продумывайте заранее и старайтесь чтобы они были уникальными.
4. Если случилось так, что ваше оборудование вышло из строя, ни в коем случае не останавливайтесь. Продолжайте выступление с тем же настроением. Этот поступок зрители оценят 100%.
5. Никогда не думайте о плохом перед концертом и вовремя его. Ваши мысли станут реальностью. Ничего не бойтесь и делайте все с желанием на успех.
6. Никогда не рассчитывайте только на хорошее. Все люди разные, поэтому настраивайтесь на двоичный результат.
7. Актер почти всегда должен смотреть в зал или над залом

Форма контроля: опрос

7.2. Ориентирование на сценической площадке

Практическая часть: Для того, чтобы дети, исполняя танцевальные движения потоком, правильно ориентировались на сценической площадке, на занятиях мы изучаем «точки зала». Это понятие придумала и ввела в свою школу более 70 лет назад профессор хореографии, народная артистка РСФСР Агриппина Яковлевна Ваганова (18979-1954).

Итак, точка 1 – это зритель (середина зрительского ряда или зеркало в зале). Точка 2 – правый угол, точка 3- середина правой кулисы, стены; точка 4 – задний угол правой кулисы, точка 5 - середина задника сцены, точка 6 – левый задний угол, точка 7 – середина левой кулисы, точка 8 – левый передний угол».

Перед выступлением на сцене, дети ориентируются по точкам в зале в определенных рисунках танцевального номера, определяя для себя центр, «шахматный порядок», круг, диагональ, интервал и т.д.

Форма контроля: наблюдение.

8.Итоговое занятие

Подведение итогов за учебный год, обсуждение плана работы на следующий учебный год, поощрение обучающихся

Форма контроля: наблюдение

Второй год обучения.

1. Введение.

1.1 Вводное занятие

Теоретическая часть: Цели и задачи на предстоящий учебный год. Расписание. Инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в хореографическом классе.

Форма контроля: опрос.

1.2. Разучивание комплекса разминочных упражнений.

Практическая часть: Разминка предназначена для разогревания организма и подготовка его к выполнению упражнений основной части. Движения выполняются с небольшой амплитудой, в невысоком, постоянно нарастающем темпе

Форма контроля: наблюдение.

2. Основные элементы классического танца.

2.1. Беседа «Галина Уланова – русская балерина».

Теория: Галина Сергеевна Уланова – легендарная советская балерина, поднимавшая возможности танцевального искусства на небывалый уровень. Ею не только восхищались – ей подражали. Многие годы во многих странах педагоги балетных студий, обучая своих воспитанниц, требовали делать па «как Уланова». И не просто так Галина Сергеевна является единственной балериной в мире, которой при жизни установили памятники, да еще и сразу в двух городах - в Санкт-Петербурге и в Стокгольме. Кроме того, самый

большой репетиционный зал московского Большого театра носит имя прославленной актрисы балета.

Форма контроля: опрос.

2.2 Экзерсис у станка.

Практическая часть: Экзерсис у станка: demi-plie, grand-plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battements frappes, battements fondus, battements releves, battements developpes, grands battements jetes.

2.3. Экзерсис на середине зала

Практическая часть: Упражнения: demi-plie, grand-plie, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battements frappes, battements fondus, battements releves, battements developpes, grands battements jetes.

Упражнения по диагонали. Вращения: на месте и с продвижением по диагонали.

Форма контроля: наблюдение.

2.4. Партерная гимнастика:

Теоретическая часть: Особенности работы в паре.

Практическая часть: Наклоны туловища из различных исходных положений. Упражнения для укрепления мышц плечевого пояса. Упражнения для развития силы мышц рук; брюшного пресса; мышц спины; ног, связок голеностопного сустава. Упражнения для развития выносливости. Упражнения на гибкость и подвижности в суставах. Упражнения для развития координации. Упражнения для укрепления вестибулярного аппарата.

Стретчинг. Релаксационные упражнения. Дыхательные практики

Форма контроля: наблюдение.

3. Основные элементы народно-сценического танца

3.1 Беседа «Особенности исполнения белорусского народного танца».

Теоретическая часть: В Белоруссии каждое значительное событие в жизни сопровождалось танцами, ни один праздник не мог без них обойтись, будь то: свадьба, колядки, купала, зажинки, дожинки и т.д. В танце, проявляется чувство красоты жизни, воодушевленность, темперамент, характер и основные черты народа. Белорусская национальная хореография сохранила богатое творческое наследие прошлого. Наиболее популярны белорусские народные танцы: «Лявониха», «Крыжачок», «Юрочка», «Бульба», «Полька-Янка», «Лянок», «Кола», «Козачка», «Мяцелица», «Бычок». Белорусским народным танцам свойственны свои характерные особенности. Белорусский танец отличается своеобразным рисунком, сложными композиционными приемами, использующими красочные орнаментальные узоры. Каждый танец имеет свою группу элементов движения, свое музыкальное сопровождение, свой ритмический рисунок. Особенность белорусского танца — динамичность и жизнерадостность, эмоциональность и коллективный характер исполнения. Композиции белорусских народных танцев часто напоминают рисунки народного художественного ткачества и вышивки, их узоры, слагающиеся из отдельных фигур

Форма контроля: опрос

3.2. Экзерсис у станка

Практическая часть: Экзерсис у станка: (battments tendus) из 1-й позиции прямой на каблук с полуприседанием (demi-plie) на опорной ноге. Выведение ноги на носок, каблук, носок из 3-й и 5-й позиции вперед, в сторону и назад с полуприседанием в исходной позиции. Маленькие броски (battmentstendusjetes) вперед, в сторону и назад по 3-й открытой позиции с полуприседанием на опорной ноге. Подготовка к «веревочке», скольжение работающей ноги по опорной в открытом положении на всей стопе. Развертывание работающей ноги на 45 градусов (battementdeveloppes) вперед, в сторону и назад, на вытянутой ноге.

Форма контроля: наблюдение.

3.3 Экзерсис на середине зала.

Композиции белорусского народного танца «Крыжачок» на середине зала:

1. Притопы одинарные.
2. Подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции на одном месте.
3. Тройные подскоки на двух ногах по 1-й прямой позиции.
4. Простые подскоки на месте и с продвижением вперед и назад.
5. Основной ход.
6. Поочередные выбрасывания ног на каблук вперед.
7. Тройные притопы с поклоном.

Положение рук:

- а) положение рук в сольном танце;
- б) положение рук в массовых и парных танцах;
- в) подготовка к началу движения.

Chane с поджатыми ногами – руки по 1 позиции.

Форма контроля: наблюдение

4. Основные элементы современных танцевальных стилей.

4.1. Беседа «Отличительные особенности современных танцевальных стилей».

Теоретическая часть: Современный танец в отличие от классического танца впитывает в себя все сегодняшнее, его окружающее. Он подвижен, непредсказуем и не хочет обладать какими-то правилами, канонами. Он пытается воплотить в хореографическую форму окружающую жизнь, ее новые ритмы, новые манеры, создает новую пластику. Поэтому современный танец интересен и близок молодому поколению.

В копилку изобразительных средств танца ежегодно добавляются все новые и новые стили и направления. Вот некоторые из них:

Хип – хоп – в основе техники – особые прыжки и повороты, акцентированные движения головы, рук и ног. В едином рисунке прекрасно совмещаются элементы из стрит-джаза, хауса, диско, техно, электрик-бути, локинга, тектоника. Его особенность – в ритмическом рисунке. Основные движения идут против выраженных акцентов, на слабых долях такта.

Модерн- основателем стиля танца «**модерн**» по праву считают известную танцовщицу Айседору Дункан. Зародился этот танец в конце 19 века, как своеобразный протест против строгих догм и правил классической хореографии.

«Модерн» в переводе с английского языка означает «современный».

Использовать название для обозначения нового стиля танца стали не сразу.

Интересно, что «модерн» также называли свободным, художественным танцем, дунканизмом и танцем босоножек.

Этот танец всегда наполнен глубоким смыслом. Он правдиво передает весь спектр переживаний танцора. Свои эмоции, чувства, страхи и надежды танцор «модерна» выражает с помощью ломаных движений и активной импровизации в партере.

Контактная импровизация — это одна из форм свободного танца. Как следует из названия, танец представляет собой импровизацию, основанную вокруг точки контакта с партнёром.

Контемпорарри — современный сценический танец, включающий в себя самые различные направления и техники. Причём это тот танец, который не имеет определённой формы стиля, потому что главное в нём — самовыражение. В «контемпорарри» происходит чередование напряжённых мышц с резким сбросом, расслаблением, резкие остановки, падения и подъёмы, работа с дыханием. Очень много движений происходит на полу. Танцор следует не какому-то четкому сценарию, а слушает голос своего тела, которое выражает глубокие эмоциональные переживания.

Форма контроля: опрос.

4.2 Экзерсис на середине зала

Практическая часть: Упражнения для позвоночника:

1. Торсовая работа корпуса twist, twill на закрепление мышечных ощущений спины и бока.
2. Соединение всех возможных движений торса (спиралей, twist, release, highrelease, наклоны торса во всех направлениях) в единые развернутые комбинации с использованием падений и подъемов, а так же с поворотами на одной ноге.
3. Проработка стопы на «параллель» через чередование выворотных и параллельных позиций с одновременной усложненной работой корпуса через contractionrelease, с раскрытием и закрытием корпуса, с постоянной сменой рук в позициях «джаз», маховой работой рук, с использованием дыхания и т.д.
4. Развернутые комбинации с использованием движений изолированных центров, движений позвоночника (twist, спиралей, contraction, release), падения и подъемы, а так же переходы из уровня в уровень.

«Экзерсис non-stop»:demi и grandplie с переводом стоп и коленей из выворотного положения в параллельное и наоборот. Demi и grandplie в сочетании с releve. Battementtendu с переводом из параллельного положения в выворотное и наоборот. Battementtendu с использованием brash.

Battementtendu с подъемом пятки опорной ноги во время вынесения на носок или броска. Battementtendujete с переводом из параллельного в выворотное положение и наоборот. Battementtendujete с использованием brash. Battementtendujete с подъемом пятки опорной ноги во время выноса на носок или Ronddejambeпартерре с подъемом ноги на 45 градусов. Ronddejambeпартерре с подъемом на 90 градусов. Grandbattementjete с подъем пятки опорной ноги во время броска. Grandbattmanjete по всем направлениям через developpes. Арабески.

Упражнения stretch-характера (растяжка).

Импровизация. Индивидуальные постановки обучающихся: подбор музыкального материала, составление схем создания номера, создание танцевальных этюдов на основе изученного материала

Форма контроля: наблюдение.

5. Постановочная работа

Теоретическая часть: Ознакомление и работа с музыкальным материалом, прохлопывание ритма. Понятия: драматургия танца, сюжет, композиция, художественное воплощение музыкального материала. Рождение образов, этюды на эту тему.

Практическая часть: Постановка танцевального номера. Пополнение репертуара новыми постановками, восстановление репертуара прошлых лет, работа над переходящим репертуаром. Разучивание движений и комбинаций к танцу. Разведение танца в рисунок. Расположение и перемещение исполнителей по сценической площадке. Рисунки: круг, «корзиночка», воротца, звездочка, полукруг, шэн

Форма контроля: наблюдение.

6. Репетиционная работа.

Практическая часть: Отработка движений танцевального номера, отработка синхронности исполнения танца. Работа над эмоциональной выразительностью.

Точность исполнения фигур и перестроений в танце.

Форма контроля: наблюдение.

7. Сценическая практика

7.1. Беседа о правилах поведения на сцене.

Теоретическая часть: Требуемые правила поведения на сцене помогают не нарушать восприятие зрителем представления. На репетициях эти правила действуют так же, как и на выступлениях, чтобы руководитель репетиции мог контролировать и выстраивать весь процесс.

Готовясь к выступлению, старайтесь все подготовить, накануне вечером – собрать все вещи, которые понадобятся, приготовить костюм, все аксессуары, заранее продумать свое расписание на день выступления.

Если вы участвуете в концертной программе, то попасть на сцену вы можете только через служебный вход, как подобает артисту. Зайти на сцену со стороны зрителя во время концерта или спектакля, если это специально не предусмотрено режиссером – плохо и недопустимо!

Правила поведения во время репетиций.

1. Работать на репетиции следует так, как если бы ты выступал перед зрителями на сцене.
2. Находясь за сценой во время репетиции, необходимо сохранять тишину, разговаривать шепотом, не высовываться на сцену во время чужого номера, не толпиться, загромождая проход к сцене тем, кто выступает раньше и препятствуя выходу со сцены тех, кто уже выступил.
3. Нельзя выходить на сцену во время чужого выступления.
4. Выступая в группе, следует стараться работать не столько на собственный успех, сколько на общий успех всего коллектива, помогать отстающим – от них тоже зависит успех выступления.
5. Необходимо помнить, что ты представляешь свое творческое объединение, свой коллектив, поэтому за сценой также следует соблюдать правила поведения.
6. Желательно наблюдать за другими выступающими, уметь по достоинству оценить их талант и умение.

Форма контроля: опрос.

7.2. Ориентирование на сценической площадке.

Практическая часть: Подготовка обучающихся к выступлению. Сценическая площадка разделена на 8 точек и может быть большая или маленькая. Перед выступлением на сцене, дети ориентируются по точкам в зале в определенных рисунках танцевального номера, определяя для себя своё местоположение в центре, «шахматном порядке», круге, диагонали, умение держать интервал. При этом дети учатся ориентироваться по точкам в любой части танцевального номера без музыки, так как зачастую на фестивалях конкурсах репетировать номер целиком нет возможности из – за

Форма контроля: наблюдение.

8. Итоговое занятие

Подведение итогов за учебный год, обсуждение плана работы на следующий учебный год, поощрение обучающихся.

Форма контроля: наблюдение.

1.5. Планируемые результаты

Предметные результаты

Первый год обучения

В конце первого года обучения обучающиеся должны знать:

- позиции рук и ног классического, народного танцев;
- терминологию разученных упражнений первого года обучения;
- правила безопасности выполнения упражнений партерной гимнастики;
- правила поведения на сцене.

уметь:

- выполнять основные упражнения классического и народного танца по программе первого года обучения;
- согласовывать движения с музыкой;
- ориентироваться в танцевальном зале и на сценической площадке;
- эмоционально исполнять танцевальный номер;
- исполнять танцевальный номер, поставленный на первом году обучения.

Второй год обучения

В конце обучения обучающиеся должны:

знать:

- термины разученных упражнений классического, народного танцев;
- понятия: координация, характер исполнения, лёгкость прыжка;

уметь:

- выполнять основные упражнения классического экзерсиса у станка по программе второго года обучения;
- согласовывать движения с музыкой;
- эмоционально исполнять танцевальный номер;
- ориентироваться на сценической площадке;
- синхронно исполнять танцевальный номер, поставленный на втором году обучения;
- работать в группе, коллективе.

К концу обучения по программе у детей будут сформированы следующие результаты:

Метапредметные результаты

Регулятивные УДД:

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную педагогом;;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;
- анализировать причины успеха/неуспеха.

Коммуникативные УДД

- включаться в диалог, в коллективное обсуждение, проявлять инициативу и активность;
- формулировать свои затруднения;
предлагать помощь и сотрудничество, слушать собеседника.

Личностные результаты

- доброжелательное отношение к сверстникам;
- интерес к занятиям;
- сотрудничество на основе общего коллективного творчества;
- трудолюбие и дисциплина

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО – ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ.

2.1. Учебный план

Первый год обучения

№	Наименование разделов, тем.	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	4	2	2	
1.1.	Введение в программу, инструктаж по т/б, обсуждение плана работы, репертуара на учебный год ,	2	2		Опрос
1.2	Разучивание комплекса разминочных упражнений	2		2	
2.	Основные элементы классического танца	26	4	22	
2.1.	Беседа «Классический танец – фундамент хореографического искусства»	2	2		Опрос
2.2.	Экзерсис у станка	8		8	наблюдение
2.3.	Экзерсис на середине зала	6		6	наблюдение
2.4.	Партерная гимнастика	10	2	8	наблюдение
3.	Основные элементы народного танца	14	2	12	
3.1.	Беседа «Особенности исполнения русского народного танца»	2	2		Опрос
3.2.	Экзерсис у станка	6		6	наблюдение
3.3.	Экзерсис на середине зала	6		6	наблюдение
4.	Основные элементы современных танцевальных стилей	22	2	20	
4.1.	Беседа «Жизнь и творчество Айседоры Дункан»	2	2		Опрос
4.2.	Экзерсис на середине зала	12		12	наблюдение
4.3.	Импровизация	8		8	наблюдение
5.	Постановочная работа	42	2	40	
5.1.	Ознакомление с музыкальным материалом, разделение на группы, обсуждение драматургии, сюжета	2	2		Опрос
5.2.	Постановка танцевального номера	40		40	наблюдение
6.	Репетиционная работа	34		34	
6.1.	Отработка танцевального номера	34		34	наблюдение
7.	Сценическая практика		-		
7.1.	Выступления на праздничных	В течение учебного года			наблюдение

	концертах				
7.2.	Выступления на конкурсах, фестивалях различного уровня	В течение учебного года			наблюдение
8.	Итоговое занятие	2		2	
8.1.	Подведение итогов, анализ работы.	2		2	наблюдение
Итого:		144	12	132	

Второй год обучения

№	Наименование разделов, тем.	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	4	2	2	
1.1.	Введение в программу, инструктаж по т/б, обсуждение плана работы, репертуара на учебный год	2	2		Опрос
1.2.	Разучивание комплекса разминочных упражнений	2		2	наблюдение
2.	Основные элементы классического танца	26	4	22	
2.1.	Беседа «Галина Уланова – русская балерина»	2	2		Опрос
2.2.	Экзерсис у станка	10		10	наблюдение
2.3.	Экзерсис на середине зала	8		8	наблюдение
2.4.	Партерная гимнастика	6	2	6	наблюдение
3.	Основные элементы народного танца	14	2	12	
3.1.	Беседа «Особенности исполнения белорусского народного танца»	2	2		Опрос
3.2.	Экзерсис у станка	6		6	наблюдение
3.3.	Экзерсис на середине зала	6		6	наблюдение
4.	Основные элементы современных танцевальных стилей	22	2	20	
4.1.	Беседа «Отличительные особенности современных танцевальных стилей»	2	2		Опрос
4.2.	Экзерсис на середине зала	12		12	наблюдение
4.3.	Импровизация	8		8	наблюдение
5.	Постановочная работа	42	2	40	
5.1.	Ознакомление с музыкальным материалом, разделение на группы, обсуждение драматургии, сюжета	2	2		Опрос
5.2.	Постановка танцевального номера	40		40	наблюдение
6.	Репетиционная работа	34		34	

6.1.	Отработка танцевального номера	34	наблюдение	34	наблюдение
6.2.	Работа над переходящим репертуаром	В течение года по плану занятий			наблюдение
7.	Сценическая практика		-	6	
7.1.	Выступления на праздничных концертах, творческом отчёте ЦДТ	В течение учебного года			наблюдение
7.2.	Выступления на конкурсах, фестивалях различного уровня	В течение учебного года			наблюдение
8.	Итоговое занятие	2	2		
8.1.	Подведение итогов, анализ работы	2	2		опрос
Итого:		144	12	132	

2.2. Календарный учебный график

Первый год обучения

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол – во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
Раздел 1. ВВЕДЕНИЕ. 4 часа								
1	Сентябрь	11	17.10-18.40	Рассказ - беседа	2	Инструктаж по технике безопасности, задачи на учебный год, обсуждение репертуарного плана.	Кабинет № 2	Опрос
2	Сентябрь	15	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Хореографическая азбука, разминка по кругу, на середине зала.	Кабинет № 2	наблюдение
Раздел 2. ОСНОВНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА 26 часов								
3	Сентябрь	18	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Беседа «Классический танец – фундамент хореографического искусства»	Кабинет № 2	Опрос
4	Сентябрь	22	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Экзерсис у станка – разучивание комбинаций	Кабинет № 2	наблюдение
5	Сентябрь	25	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Экзерсис у станка: повторение и разучивание комбинаций	Кабинет № 2	наблюдение
6	Сентябрь	29	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Экзерсис у станка: повторение и разучивание комбинаций	Кабинет № 2	наблюдение

7	Октябрь	2	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Экзерсис у станка: повторение и разучивание комбинаций	Кабинет № 2	наблюдение
8	Октябрь	6	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Экзерсис у станка и на середине зала, прыжки, вращения	Кабинет № 2	наблюдение
9	Октябрь	9	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Экзерсис у станка и на середине зала, прыжки, вращения	Кабинет № 2	наблюдение
10	Октябрь	13	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Экзерсис у станка и на середине зала.	Кабинет № 2	наблюдение
11	Октябрь	16	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Кабинет № 2	наблюдение
12	Октябрь	20	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Кабинет № 2	наблюдение
13	Октябрь	23	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Кабинет № 2	наблюдение
14	Октябрь	27	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Кабинет № 2	наблюдение
15	Ноябрь	30	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Кабинет № 2	наблюдение

Раздел 3. ОСНОВНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ НАРОДНОГО ТАНЦА 14часов

16	Ноябрь	3	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Беседа «Особенности исполнения русского народного танца»	Кабинет №2	наблюдение
17	Ноябрь	6	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Экзерсис у станка: разучивание простых комбинаций в характере народного танца.	Кабинет №2	наблюдение
18	Ноябрь	10	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Экзерсис у станка: разучивание комбинаций в характере народного танца.	Кабинет № 2	наблюдение
19	Ноябрь	13	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Экзерсис у станка: разучивание комбинаций в характере народного танца.	Кабинет № 2	наблюдение

20	Ноябрь	17	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала: положения рук, переменный шаг, тройной шаг с притопом, дробные комбинации.	Кабинет № 2	наблюдение
21	Ноябрь	20	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала: повторение, вращения по диагонали	Кабинет № 2	наблюдение
22	Ноябрь	24	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала: повторение всех разученных упражнений и комбинаций.	Кабинет № 2	наблюдение
Раздел 4.ОСНОВНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ СОВРЕМЕННЫХ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ СТИЛЕЙ								
. 22 часа								
23	Ноябрь	27	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Беседа «Жизнь и творчество Айседоры Дункан»	Кабинет № 2	наблюдение
24	Декабрь	1	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала	Кабинет № 2	наблюдение
25	Декабрь	4	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала	Кабинет № 2	наблюдение
26	Декабрь	8	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала	Кабинет № 2	наблюдение
27	Декабрь	11	17.10-18.40	Рассказ - беседа	2	Экзерсис на середине зала	Кабинет № 2	наблюдение
28	Декабрь	15	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала	Кабинет № 2	наблюдение
29	Декабрь	18	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала	Кабинет № 2	наблюдение
30	Декабрь	22	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Импровизация	Кабинет № 2	наблюдение
31	Декабрь	25	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Импровизация	Кабинет № 2	наблюдение
32	Декабрь	29	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Импровизация	Кабинет № 2	наблюдение

33	Январь	8	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Импровизация	Каб. нет № 2	наблюдение
Раздел 5. ПОСТАНОВОЧНАЯ РАБОТА 42 часа								
34	Январь	12	17.10-18.40	Беседа, практическое занятие	2	Ознакомление и работа с музыкальным материалом.	Каб. № 2	наблюдение
35	Январь	15	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Разучивание движений и комбинаций к танцу	Каб. № 2	наблюдение
36	Январь	19	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Разучивание и повторение движений и комбинаций к танцу	Каб. № 2	наблюдение
37	Январь	22	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Повторение движений и комбинаций к танцу	Каб. № 2	наблюдение
38	Январь	26	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Повторение движений и комбинаций к танцу	Каб. № 2	наблюдение
39	Январь	29	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Постановка танцевального номера, разделение на группы	Каб. № 2	наблюдение
40	Февраль	2	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Постановка танцевального номера, разведение танца в рисунок	Каб. № 2	наблюдение
41	Февраль	5	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Постановка танцевального номера.	Каб. № 2	наблюдение
42	Февраль	9	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Постановка танцевального номера.	Каб. № 2	наблюдение
43	Февраль	12	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Постановка танцевального номера.	Каб. № 2	наблюдение
44	Февраль	16	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Постановка танцевального номера	Каб. № 2	наблюдение
45	Февраль	19	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Постановка танцевального номера	Каб. № 2	наблюдение
46	Февраль	23	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Постановка танцевального номера	Каб. № 2	наблюдение

47	Февраль	26	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Постановка танцевального номера	Каб. № 2	наблюдение
48	Март	1	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Постановка танцевального номера	Каб. № 2	наблюдение
49	Март	4	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Постановка танцевального номера	Каб. № 2	наблюдение
50	Март	8	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Постановка танцевального номера	Каб. № 2	наблюдение
51	Март	11	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Постановка танцевального номера	Каб. № 2	наблюдение
52	Март	15	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Постановка танцевального номера	Каб. № 2	наблюдение
53	Март	18	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Постановка танцевального номера	Каб. № 2	наблюдение
54	Март	22	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Постановка танцевального номера	Каб. № 2	наблюдение
Раздел 6. РЕПЕТИЦИОННАЯ РАБОТА 34 часа								
55	Март	25	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Отработка движений и комбинаций танцевального номера	Каб. № 2	наблюдение
56	Март	29	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Отработка движений и комбинаций танцевального номера	Каб. № 2	наблюдение
57	Апрель	1	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Отработка движений и комбинаций танцевального номера	Каб. № 2	наблюдение
58	Апрель	5	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Отработка движений и комбинаций танцевального номера	Каб. № 2	наблюдение
59	Апрель	8	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Работа над синхронностью исполнения	Каб. № 2	наблюдение
60	Апрель	12	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Работа над синхронностью исполнения	Каб. № 2	наблюдение
61	Апрель	15	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Работа над синхронностью исполнения	Каб. № 2	наблюдение

62	Апрель	19	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Работа над синхронностью исполнения	Каб. № 2	наблюдение
63	Апрель	22	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Работа над синхронностью исполнения	Каб. № 2	наблюдение
64	Апрель	26	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Работа над синхронностью исполнения	Каб. № 2	наблюдение
65	Апрель	29	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Точность исполнения фигур и перестроений в танце	Каб. № 2	наблюдение
66	Май	3	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Точность исполнения фигур и перестроений в танце	Каб. № 2	наблюдение
67	Май	6	17.10-18.40	Практическое занятие, и	2	Точность исполнения фигур и перестроений в танце	Каб. № 2	наблюдение
68	Май	10	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Точность исполнения фигур и перестроений в танце	Каб. № 2	наблюдение
69	Май	13	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Точность исполнения фигур и перестроений в танце	Каб. № 2	наблюдение
Раздел 7. СЦЕНИЧЕСКАЯ ПРАКТИКА								
70	В течение учебного года	17	17.10-18.40	Рассказ, беседа	2	Беседа: «Танцевальная этика, правила поведения»	Каб. № 2	опрос
71	В течение учебного года	20	17.10-18.40	Практическое занятие	2	Ориентирование на сценической площадке.	Каб. № 2	наблюдение
Раздел 8. ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ 2 часа								
72	Май	24	17.10-18.40	Посиделки, игры	2	Итоговое занятие	Каб. № 2	наблюдение
Итого объем программы:					144			

Второй год обучения

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол – во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
Раздел 1. ВВЕДЕНИЕ. 4 часа								

1	Сентябрь			Рассказ - беседа	2	Инструктаж по технике безопасности, задачи на учебный год, обсуждение репертуарного плана.	Каби нет № 2	Опрос
2	Сентябрь			Практическое занятие	2	Разучивание комплекса гимнастических упражнений	Каби нет № 2	наблюдение
Раздел 2. ОСНОВНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА 26 часов								
3	Сентябрь			Рассказ-беседа	2	Беседа «Галина Уланова – русская балерина»	Каби нет № 2	Опрос
4	Сентябрь			Практическое занятие	2	Экзерсис у станка – разучивание комбинаций	Каби нет № 2	наблюдение
5	Сентябрь			Практическое занятие	2	Экзерсис у станка: повторение и разучивание комбинаций	Каби нет № 2	наблюдение
6	Октябрь			Практическое занятие	2	Экзерсис у станка: повторение и разучивание комбинаций	Каби нет № 2	наблюдение
7	Октябрь			Практическое занятие	2	Экзерсис у станка: повторение и разучивание комбинаций	Каби нет № 2	наблюдение
8	Октябрь			Практическое занятие	2	Экзерсис у станка , повторение и отработка	Каби нет № 2	наблюдение
9	Октябрь			Практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала, прыжки, вращения	Каби нет № 2	наблюдение
10	Октябрь			Практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала, прыжки, вращения	Каби нет № 2	наблюдение
11	Октябрь			Практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала, прыжки, вращения	Каби нет № 2	наблюдение
12	Октябрь			Практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала, прыжки, вращения	Каби нет № 2	наблюдение
13	Октябрь			Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Каби нет № 2	наблюдение
14	Октябрь			Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Каби нет № 2	наблюдение

15	Ноябрь			Практическое занятие	2	Партерная гимнастика	Кабинет № 2	наблюдение
Раздел 3. .ОСНОВНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ НАРОДНОГО ТАНЦА 14часов								
16	Ноябрь			Практическое занятие	2	Беседа «Особенности исполнения белорусского народного танца»	Кабинет №2	наблюдение
17	Ноябрь			Практическое занятие	2	Экзерсис у станка: разучивание простых комбинаций в характере народного танца.	Кабинет №2	наблюдение
18	Ноябрь			Практическое занятие	2	Экзерсис у станка: разучивание комбинаций в характере народного танца.	Кабинет № 2	наблюдение
19	Ноябрь			Практическое занятие	2	Экзерсис у станка: разучивание комбинаций в характере народного танца.	Кабинет № 2	наблюдение
20	Ноябрь			Практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала: Разучивание композиции белорусского народного «Крыжачок»	Кабинет № 2	наблюдение
21	Ноябрь			Практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала: Повторение композиции белорусского народного «Крыжачок»	Кабинет № 2	наблюдение
22	Ноябрь			Практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала: Повторение композиции белорусского народного «Крыжачок»	Кабинет № 2	наблюдение
Раздел 4.ОСНОВНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ СОВРЕМЕННЫХ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ СТИЛЕЙ . 22 часа								
23	Ноябрь			Практическое занятие	2	Беседа «Отличительные особенности современных	Кабинет № 2	наблюдение

						танцевальных стилей»		
24	Декабрь			Практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала	Кабинет № 2	наблюдение
25	Декабрь			Практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала	Кабинет № 2	наблюдение
26	Декабрь			Практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала	Кабинет № 2	наблюдение
27	Декабрь			Рассказ - беседа	2	Экзерсис на середине зала	Кабинет № 2	наблюдение
28	Декабрь			Практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала	Кабинет № 2	наблюдение
29	Декабрь			Практическое занятие	2	Экзерсис на середине зала	Кабинет № 2	наблюдение
30	Декабрь			Практическое занятие	2	Импровизация	Кабинет № 2	наблюдение
31	Декабрь			Практическое занятие	2	Импровизация	Кабинет № 2	наблюдение
32	Декабрь			Практическое занятие	2	Импровизация	Кабинет № 2	наблюдение
33	Январь			Практическое занятие	2	Импровизация	Кабинет № 2	наблюдение
Раздел 5. ПОСТАНОВОЧНАЯ РАБОТА 42 часа								
34	Январь			Беседа, практическое занятие	2	Ознакомление и работа с музыкальным материалом.	Каб. № 2	наблюдение
35	Январь			Практическое занятие	2	Разучивание движений и комбинаций к танцу	Каб. № 2	наблюдение
36	Январь			Практическое занятие	2	Разучивание и повторение движений и комбинаций к танцу	Каб. № 2	наблюдение
37	Январь			Практическое занятие	2	Повторение движений и комбинаций к танцу	Каб. № 2	наблюдение

38	Январь			Практическое занятие	2	Повторение движений и комбинаций к танцу	Каб. № 2	наблюдение
39	Январь			Практическое занятие	2	Постановка танцевального номера, разделение на группы	Каб. № 2	наблюдение
40	Февраль			Практическое занятие	2	Постановка танцевального номера, разведение танца в рисунок	Каб. № 2	наблюдение
41	Февраль			Практическое занятие	2	Постановка танцевального номера.	Каб. № 2	наблюдение
42	Февраль			Практическое занятие	2	Постановка танцевального номера.	Каб. № 2	наблюдение
43	Февраль			Практическое занятие	2	Постановка танцевального номера.	Каб. № 2	наблюдение
44	Февраль			Практическое занятие	2	Постановка танцевального номера	Каб. № 2	наблюдение
45	Февраль			Практическое занятие	2	Постановка танцевального номера	Каб. № 2	наблюдение
46	Февраль			Практическое занятие	2	Постановка танцевального номера	Каб. № 2	наблюдение
47	Февраль			Практическое занятие	2	Постановка танцевального номера	Каб. № 2	наблюдение
48	Март			Практическое занятие	2	Постановка танцевального номера	Каб. № 2	наблюдение
49	Март			Практическое занятие	2	Постановка танцевального номера	Каб. № 2	наблюдение
50	Март			Практическое занятие	2	Постановка танцевального номера	Каб. № 2	наблюдение
51	Март			Практическое занятие	2	Постановка танцевального номера	Каб. № 2	наблюдение
52	Март			Практическое занятие	2	Постановка танцевального номера	Каб. № 2	наблюдение
53	Март			Практическое занятие	2	Постановка танцевального номера	Каб. № 2	наблюдение

54	Март			Практическое занятие	2	Постановка танцевального номера	Каб. № 2	наблюдение
Раздел 6. РЕПЕТИЦИОННАЯ РАБОТА 34 часа								
55	Март			Практическое занятие	2	Отработка движений и комбинаций танцевального номера	Каб. № 2	наблюдение
56	Апрель			Практическое занятие	2	Отработка движений и комбинаций танцевального номера	Каб. № 2	наблюдение
57	Апрель			Практическое занятие	2	Отработка движений и комбинаций танцевального номера	Каб. № 2	наблюдение
58	Апрель			Практическое занятие	2	Отработка движений и комбинаций танцевального номера	Каб. № 2	наблюдение
59	Апрель			Практическое занятие	2	Работа над синхронностью исполнения	Каб. № 2	наблюдение
60	Апрель			Практическое занятие	2	Работа над синхронностью исполнения	Каб. № 2	наблюдение
61	Апрель			Практическое занятие	2	Работа над синхронностью исполнения	Каб. № 2	наблюдение
62	Апрель			Практическое занятие	2	Работа над синхронностью исполнения	Каб. № 2	наблюдение
63	Апрель			Практическое занятие	2	Работа над синхронностью исполнения	Каб. № 2	наблюдение
64	Апрель			Практическое занятие	2	Работа над синхронностью исполнения	Каб. № 2	наблюдение
65	Май			Практическое занятие	2	Точность исполнения фигур и перестроений в танце	Каб. № 2	наблюдение
66	Май			Практическое занятие	2	Точность исполнения фигур и перестроений в танце	Каб. № 2	наблюдение
67	Май			Практическое занятие, и	2	Точность исполнения фигур и перестроений в танце	Каб. № 2	наблюдение

68	Май			Практическое занятие,	2	Точность исполнения фигур и перестроений в танце	Каб. № 2	наблюдение
69	Май			Практическое занятие,	2	Точность исполнения фигур и перестроений в танце	Каб. № 2	наблюдение
70	Май			Практическое занятие,	2	Точность исполнения фигур и перестроений в танце	Каб. № 2	наблюдение
71	Май			Практическое занятие	2	Работа над эмоциональной выразительностью	Каб. № 2	наблюдение
Раздел 7. СЦЕНИЧЕСКАЯ ПРАКТИКА								
	В течение учебного года					Выступления на праздничных концертах	Каб. № 2	наблюдение
	В течение учебного года					Выступления на фестивалях - конкурсах	Каб. № 2	наблюдение
Раздел 8. ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ 2 часа								
72	Май			Посиделки, игры	2	Итоговое занятие	Каб. № 2	наблюдение
Итого объём программы:					144			

2.3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Кадровое обеспечение

В реализации программы участвует один педагог - Горбачёва Ульяна Антоновна, окончившая в 2023 году ГБПОУ РМЭ «Марийский республиканский колледж культуры и искусств им. И.С.Палантая» по специальности Народное художественное творчество, квалификация: Руководитель любительского творческого коллектива, преподаватель

Материально – технические условия

Занятия проводятся в МУДО «ЦДТ им. Г. С. Чесноковой». Для занятий требуется:

1. Специализированный зал: зеркала, хореографические станки, музыкальный центр.
2. Подборка аудио кассет и CD дисков.
3. Танцевальные костюмы.
4. Коврики для занятий гимнастикой.
5. Видеокамера для записи выступления детей.
6. Телевизор и DVD- плеер для просмотра танцевальных номеров и концертных выступлений профессиональных танцевальных коллективов
7. Форма для обучающихся (удобная, не стесняющая движений.):

- для девочек: купальник, лосины или треки (черного цвета).
- для мальчиков: шорты, белые футболки.
- Обувь: носки, балетные тапочки.

Информационное обеспечение

Информационное обеспечение программы осуществляется через нижеуказанную в программе литературу и интернет сайты:

2.4. Формы, порядок текущего контроля в промежуточной аттестации

. К формам текущего контроля по освоению данной программы относится: опрос, педагогическое наблюдение, самоанализ, коллективный анализ, оценка жюри на конкурсных выступлениях, тестирование.

Виды контроля во время изучения курса программы: промежуточный (по итогам первого полугодия), итоговый (в конце учебного года).

Для промежуточного контроля используются следующие формы контроля, устный опрос, педагогическое наблюдение.

Итоговый контроль по определению уровня освоения программы проводится с помощью педагогического наблюдения за процессом исполнения всех упражнений, комбинаций, танцевальных номеров.

2.5. Оценочные материалы

Определение уровня обученности детей по программе проводится по уровневой системе оценки. В основе три уровня: высокий, средний, низкий. Показатели оценивания включают в себя знания, умения и навыки на определенном этапе обучения, которые заложены в разделе «Планируемые результаты». Методы, используемые в мониторинге: педагогические наблюдения, анализ и изучение результатов продуктивной деятельности.

Важным показателем уровня обученности по программе является участие обучающихся в конкурсах и выставках различного уровня.

Критерии оценивания:

- **высокий (3 балла)** – программный материал усвоен обучающимся полностью, обучающийся имеет достижения (участник, победитель конкурсов различного уровня);
- **средний (2 балла)** – усвоение программы в полном объеме, при наличии несущественных ошибок; участвует в мероприятиях на уровне учреждения, района, посёлка, учреждения.
- **низкий (1 балл)** – усвоение программы в неполном объеме, допускает существенные ошибки в теоретических и практических заданиях; в мероприятиях принимает пассивное участие.

Оценивание проводится в баллах, по итогам выводится средний балл, который соответствует:

1,0 - 1,5 б - соответствуют низкому уровню усвоения программного материала.

1,6 – 2,5 б - средний уровень усвоения программного материала.

2,6 – 3,0 - высокий уровень усвоения программного материала

Контроль осуществляется 1 раз в полугодие в соответствии с образовательной программой учреждения.

Диагностическая карта освоения
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы художественной направленности «Танцевальный МІХ» в 20__ - 20__ уч.

г.

Первый год обучения

Дата заполнения:.....

№ п/п	Фамилия Имя	Показатели						Средни й балл	Уровень обученнос ти
		Классический танец	Партерная гимнастика	Народно – сценический танец	Современный танец	Сценическая практика			
1.									
2.									
3.									
4.									
5.									
6.									
		Средний уровень							

2.6.Методические материалы

Процесс обучения детей основывается на следующих принципах обучения: активности, единства теории и практики, наглядности, доступности, систематичности занятий, прочности усвоения знаний.

Методы обучения:

- практический показ;
- словесное объяснение;
- многократные повторения;
- активное включение мыслительной деятельности;
- метод хореокоррекции и его главные компоненты: музыка, музыкальные движения, музыкально-психологические элементы (этюды);
- метод тройных передвижений (тройственного переноса веса тела: тройные повороты головы, тройной переменный шаг);
- метод образных подсказок;
- наглядный показ;
- индивидуальные занятия

Соблюдается принципиальный подход к усвоению танцевальных движений: движения, исполненные многократно становятся простыми и доступными.

В программе сохранен основной закон усвоения материала: воспринять, осмыслить, запомнить, применить, проверить результат.

В этой связи уместна следующая формула: от ощущения к чувствам, от них к привычке.

Последовательность применения формулы такова:

- воспринимая – ощущай;
- осмысливая - чувствуй;
- запоминая – действуй, пробуй;
- проверяя результат – показывай другому.

На занятиях применяются такие педагогические технологии и методы как:

- дифференцированное обучение с соблюдением следующих этапов: ориентационного (педагог и дети договариваются с детьми на каком уровне и как они будут работать: это применимо на этапах постановки этюдов и танцев, когда возможно выделение основных и сольных моментов исполнения разных уровней сложности), подготовительного (обеспечение мотивации сделанного), основного (усвоение знаний, умений и навыков преимущественно самостоятельным путем - «ковыряние», как говорят танцоры), итогового (оценка результата, слияние общих усилий);
- технология группового обучения, которая применима при усвоении материала. Она предполагает организацию совместных действий, коммуникацию, общение, взаимопонимание, взаимопомощь, взаимокоррекцию. Учебная группа делится на группы, подгруппы для решения задачи взаимного обучения, здесь виден вклад каждого воспитанника. Эту технологию целесообразно применять на этапе закрепления знаний.
- Метод коллективного взаимообучения или метод динамических пар (все учат каждого и каждый учит всех).

Методическое обеспечение программы содержит необходимые информационные ресурсы для ведения качественного образовательного процесса и представлено в виде фоно- и видео - медиатеки, тематической литературы, методических разработок занятий, фотоальбомов. Методическое обеспечение программы регулярно пополняется.

- аудио материалы с фонограммами;
- DVD материалы с записями выступлений творческого объединения;
- DVD и видео материалы с записями выступлений известных хореографических коллективов.
- альбом с фотографиями выступлений творческого объединения;

Основные методы работы с обучающимися:

- словесный (устное изложение материала)
- иллюстрированный (просмотр видео и наглядных материалов)
- репродуктивный (практическое изучение материала по образцу педагога)

Методы обучения по источнику знаний:

- объяснительно-наглядный (репродуктивный) - (педагог подробно объясняет правила выполнения тех или иных упражнений, элементов танца с одновременной демонстрацией, задача детей – понять и воспроизвести)
- словесный метод - донести до обучающихся эмоциональный характер танца задача непростая, поэтому через объяснения, беседы имеется возможность сообщить большое количество материала.
- практический метод - источником знания является практическая деятельность обучающихся в активной работе над исполнительской техникой, которая позволяет развивать профессиональные навыки, в проученных движениях, а в дальнейшем и в танце.

Большое место в осуществлении данной программы принадлежит наглядным и словесным методам, так как увлечение детей творческим процессом возможно в том случае, если во время демонстрации приемов работы действия будут комментироваться доступным для восприятия детьми языком.

Методы контроля и самоанализа позволяют оценивать, анализировать и контролировать как собственную деятельность, так и своих товарищей. Данный метод осуществляется посредством следующих форм проведения занятий:

- контрольные задания
- контрольные вопросы
- самооценка
- участие в выступлениях и конкурсах

Алгоритм учебного занятия

Подготовительная часть включает *разминку*, способствующую разогреву мышц, суставов, связок.

Основная часть подразделяется на две составляющие:

тренировочную и танцевальную.

Составляющая *тренировочная* предусматривает тренаж на основе какого-либо танцевального направления (классический танец, народный танец и др.) Это означает – изучение элементов, упражнений, их сочетаний, поз, ракурсов и т.д., их детальная отработка. Составляющая *танцевальная* – это изучение различных комбинаций, этюдов, композиций на основе любого танцевального направления, отработка техники и манеры исполнения в них.

Заключительная часть предполагает подведение итогов урока, домашнее задание, расслабление мышечно-связочного аппарата.

2.7. ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Дети обучающиеся по данной программе включаются в воспитательную деятельность учреждения, которая ведется:

- В ОБЪЕДИНЕНИИ – принимая участия в мероприятиях по плану воспитательной работы объединения;
- В УЧРЕЖДЕНИИ в рамках реализации воспитательной программы «Спешите делать добрые дела»;
- ВНЕ УЧРЕЖДЕНИЯ - принимая участие в мероприятиях (конференции, чтения, концерты, конкурсы и др.) различного уровня (районные, региональные, межрегиональные, всероссийские, международные);

ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ОБЪЕДИНЕНИИ направлена:

- ✓ на создание благоприятной творческой атмосферы;
- ✓ сплочение детского коллектива;
- ✓ формирование и сохранений традиций детского коллектива и др.

Мероприятиями в рамках плана воспитательной работы объединения являются:

календарные праздники:

- Новый год,
- Рождество,
- Дня защитника Отечества,
- Международный женский день;

мероприятия, связанные с деятельностью объединения:

- начало и окончание учебного года (чаепития и игровые программы);
- день рождения объединения (игровые программы, выезды и т.д.);
- по результатам участия в смотрах-конкурсах и т.п.

мероприятия, направленные на индивидуальный подход к каждому ребенку:

- празднование дней рождения детей;
- чествование индивидуальных успехов ребенка;
- консультации с родителями по вопросам воспитания и развития ребенка.

ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В УЧРЕЖДЕНИИ ведется в рамках реализации воспитательной программы «Спешите делать добрые дела» педагогом – организатором учреждения

Цель: создание благоприятных условий для формирования и развития личности с ориентацией на общечеловеческие ценности: здоровье, семья, Отечество, экология, культура, творчество, милосердие.

В программе реализуются следующие подпрограммы:

- «Я И ЦЕНТР»;
- «Я И ДОБРОТА»;
- «Я И СЕМЬЯ»;
- «Я И ТВОРЧЕСТВО»;
- «Я И КУЛЬТУРА»;
- «Я И ОТЕЧЕСТВО»;
- «Я И ЭКОЛОГИЯ»;
- «Я И ЗДОРОВЬЕ»;
- «Я И ДОСТИЖЕНИЯ».

Участвуя в мероприятиях в рамках программы дети выступают в роли пассивных и активных участников, а также организаторами мероприятия.

ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ с обучающимися **ВНЕ УЧРЕЖДЕНИЯ** направлена на формирование у обучающихся:

- ✓ успешности и уверенности в своих возможностях и способностях - «веры в себя»
- ✓ патриотизма и чувства гордости за объединение и учреждение в котором обучается ребенок,
- ✓ ответственного и добросовестного отношения к делу формирование активной социальной позиции,
- ✓ коммуникативной культуры общения,
- ✓ навыков социального и безопасного поведения,
- ✓ популяризацию деятельности учреждения.

Традиционно дети принимают участия в следующих мероприятиях:

- августовская Районная учительская конференция;
- массовые мероприятия, проводимые в учреждениях культуры и спорта;
- районные выставки приуроченные к памятным датам;
- научно-просветительская конференции;
- районные мероприятия посвященные Дню Победы.
- Ежегодное участие обучающихся в конкурсах различного уровня, представляя результат обучения по данной программе.

ВСЯ ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ОСУЩЕСТВЛЯЕТСЯ ПО ПРИНЦИПУ СОТРУДНИЧЕСТВА ПЕДАГОГОВ, ДЕТЕЙ, РОДИТЕЛЕЙ

2.8. Список литературы и электронных источников

Список литературы

1. Алексютрович Л.К. Белорусские народные танцы, хороводы, игры. Мн. «Вышэйшая школа» 1978
2. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии / Т.К. Барышникова. М. : Айрис-Пресс : Рольф, 1999. – 262с.
3. .Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца: Учебно-методическое пособие. 2-е изд. - Л.: Искусство. 1983. -207 с.

4. Евладова, Е. Б. Дополнительное образование детей: Учеб. пособие для студентов учреждений проф. образования, обучающихся по специальности 0317 "Педагогика доп. образования" / Е. Б. Евладова, Л. Г. Логинова, Н. Н. Михайлова. - М. : Владос, 2002. - 348, с.
5. Климов А. А. Основы русского народного танца: Учебник для студентов вузов искусств и культуры. - М.: Издательство Московского института культуры. 1994. - 320с, с ил.
6. Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец : История. Методика. Практика / В.Ю. Никитин. - М. : ГИТИС, 2000. - 438с.
7. Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец: Методика преподавания / В.Ю. Никитин. - М. : Всерос. Центр художественного творчества учащихся и работников нач. проф. образования, 2002. - 158 с.

Электронные ресурсы

1. Сообщество в ВК «horeograf на Миллион»

https://vk.com/away.php?to=http%3A%2F%2Fwww.horeograf.com%2F&cc_key=

- . 2. Сообщество практикующих хореографов в ВК творческое движение «Вдохновение»

https://vk.com/away.php?to=http%3A%2F%2Fvdoxnovenie-fest3.ru%2F&cc_key=