

Департамент образования Администрации города Омска
Бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования города Омска
«Центр творческого развития и гуманитарного образования «Перспектива»

Принята на заседании
научно-методического совета
Протокол № 5 от 22.05 2024 г.

Утверждаю:
И.о. директора БОУ ДО г. Омска
«ЦТР и ГО «Перспектива»
Н.М.Бабич
«06» _____ 2024 г.



Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа

«Солнечный мир танца»

направленность программы: художественная

возраст обучающихся: 7-18 лет

срок реализации: 6 лет

трудоемкость: 1512 часов

Автор – составитель:

Гнатышина Е.М.,

Педагог дополнительного образования

Омск, 2024

1. Пояснительная записка.

Программа по хореографии разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) нового поколения в рамках художественно-эстетической направленности на основе и в соответствии с рядом нормативных документов:

- Федерального закона от 29.12.2012 г № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепции развития дополнительного образования детей в РФ (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014г. № 1726-р);
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», М., 29.08. 2013;
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы / (СанПиН 2.4.4.3172 – 14) М, 20.08.2014;

-Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Письмо Министерство образования и науки России № 09-3242 от 18.11.2015 г.);

Содержание программы направлено на формирование общей культуры обучающихся, на их духовно-нравственное, социальное, личностное и интеллектуальное развитие, на создание основы для самостоятельной учебной деятельности, обеспечивающей социальную успешность, развитие творческих способностей, саморазвитие и самосовершенствование, сохранение и укрепление здоровья обучающихся.

Актуальность программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности по хореографии «Солнечный мир танца» предоставляет возможности обучения основам хореографии детям от 7 до 18 лет. Программа отвечает потребностям и запросам современного общества в формировании гармоничной, творческой, культурной и физически развитой личности. Регулярные занятия хореографией в составе коллектива способствуют формированию навыков сотрудничества, ответственности и творческого подхода к решению любых задач.

Срок реализации программы - 6 лет обучения в постоянных группах хореографической студии детей одного возраста.

Группы ансамбля формируются с учетом возрастных особенностей воспитанников, уровня их подготовки.

Программа направлена на изучение разделов: «Основы классического танца», «Основы народно-сценического танца», «Джаз-модерн танец» на базовом уровне. Все разделы вводятся в работу практически одновременно, но в каждом следующем году обучения меняется уровень постановки задачи и преобладающая методика обучения (от игры к выполнению творческих задач).

Форма обучения: очная.

Новизна программы состоит в том, что она направлена на синтез классической, народной и современной хореографии, а также включает набор интегрированных дисциплин, которые помогают учащимся адаптироваться к репетиционно-постановочной работе. В данной программе учтены и адаптированы к возможностям детей разных возрастов

основные направления танца и пластики, включающие: ритмику, классический, народно-сценический и современный танец. Программа позволяет ознакомить обучающихся с различными танцевальными стилями и направлениями. Отличительной особенностью данной образовательной программы является ее комплексность и мобильность. Программа позволяет построить индивидуальный план развития каждого обучающегося.

Цели и задачи программы

Цель программы: развитие танцевально-исполнительских умений и навыков, физическое, эстетическое и духовное развитие детей посредством занятий в хореографической студии.

Задачи программы:

- развить мотивацию к занятиям хореографией и здоровому образу жизни;
- развить танцевальные и сценические способности детей с учетом индивидуальных способностей;
- Развить способность к творческому самовыражению в коллективе и самостоятельной деятельности в освоении основ танцевальной культуры.

Планируемые результаты

- Личностные: физическое развитие, развитие творческой активности, ответственности, активного познавательного интереса, формирование коммуникабельности, инициативности;
- метапредметные: развитие мотивации к занятиям хореографией, умения взаимодействовать в творческом коллективе, потребности к самосовершенствованию путем регулярных занятий, формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием ее реализации;
- предметные: усвоение знаний основных видов и закономерностей хореографического искусства, формирование хореографических умений и навыков, владение средствами танцевальной выразительности, понимание языка хореографии.

2. Учебно-тематический план

1-й год обучения

№ п/п	Название раздела	Количество часов	
		Теория	Практика
1	Вводное занятие	2	
2	Ритмика	64	
2.1	Элементы музыкальной грамоты и ориентация в пространстве	22	
	1 Ритм. Ритмический рисунок	1	3

	2.	Музыкальный размер	1	3
	3	Характер музыки. Динамические оттенки	1	3
	4	Перестроения и перестроения	1	3
	5	Итоговый урок за 1 полугодие		2
2.3		Партерная гимнастика	28	
	1	Путешествие в Танцландию		10
	2	Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.	2	14
	3	Контрольный урок за 1 полугодие «Музыкальный кузовок»		2
2.3		Развитие эмоциональной выразительности	14	
		Сценическое внимание		4
		Сценическое передвижение		4
		Музыкальные игры		4
		Контрольный урок за 1 полугодие		2
3		Танцевальное искусство	54	
3.1		Основы классического танца	30	
	1	Основы классического танца в партере	1	16
	2	Основы классического танца у станка	1	10
	3	Экзерсис на середине зала		4
3.2		Основы народно-сценического танца	22	
	1	Элементы народного танца	2	18
	2	Контрольный урок в конце 1 полугодия		2
4		Репетиционно-постановочная работа	18	
	1	Постановка танца	2	6
	2	Отработка движений		8
	3	Сценическая практика		2
5		Досуговые мероприятия	4	
		Итоговое занятие по освоению программы в конце года		2
ИТОГО			144	

2-й год обучения

№ п/п	Название раздела	Количество часов	
		Теория	Практика
1	Вводное занятие	2	
2	Ритмика	62	
2.1	Элементы музыкальной грамоты и ориентация в пространстве	16	
	1 Строения музыкального произведения Особенности танцевальных жанров (вальс, полька, марш)	1	4
	2 Такт, затакт.	1	4
	3 Перестроения и перестроения	-	4
	4 Контрольный урок Ритмический тест «Угадай мелодию»		2
2.3	Партерная гимнастика	24	
	1 Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.	2	20
	2 Тест«Уровень физических данных»		2
2.3	Актерская выразительность	22	
	1 Сценическое движение	1	9
	2 Мастерство актера		10
	3 Итоговое занятие за 1 полугодие «Мимика и жесты»		2
3	Танцевальное искусство	108	
3.1	Основы классического танца	58	
	1 Основы классического танца у станка	1	35
	2 Экзерсис на середине зала	1	21
3.2	Основы народно-сценического танца	50	
	1 Элемента народного танца	1	47
	Открытый урок для родителей в конце 1 полугодия		2
4	Репетиционно-постановочная работа	36	
	1 Постановка танца	2	8

	2	Отработка движений		22
	3	Сценическая практика		4
5		Досуговые мероприятия	4	
		Итоговое занятие по освоению программы в конце года	2	
ИТОГО			216	

3-й год обучения

№ п/п	Название раздела	Количество часов	
		Теория	Практика
1	Вводное занятие	2	
2	Танцевальное искусство	224	
2.1	Основы классического танца	78	
	1 Основы классического танца у станка	1	41
	2 Движения на середине зала	1	35
	3 Контрольный урок		2
3.2	Основы народно-сценического танца	86	
	1 Упражнения у станка	1	45
	2 Элементы народного танца на середине зала	1	39
	3 Контрольный урок		
3.3	Основы Джаз-модерн танца	60	
	1 Упражнения на середине зала	1	35
	2 Перемещения в пространства	1	11
	3 Комбинации		10
	4 Итоговые уроки в конце учебного года		4
4	Репетиционно-постановочная работа	52	
	1 Постановка танца	2	10
	2 Отработка движений		38
	3 Сценическая практика		8

5		Досуговые мероприятия	4
		Итоговое занятие по освоению программы в конце года	4
ИТОГО			288

4-й год обучения

№ п/п	Название раздела	Количество часов	
		Теория	Практика
1	Вводное занятие	2	
2	Танцевальное искусство	224	
	2.1 Основы классического танца	78	
	Основы классического танца у станка	1	41
	Движения на середине зала	1	35
	2.2 Основы народно-сценического танца	86	
	Упражнения у станка	1	45
	Элементы народного танца на середине зала	1	39
	2.3 Основы Джаз-модерн танца	60	
	Упражнения на середине зала	1	35
	Перемещения в пространства	1	11
	Комбинации		10
	Итоговые уроки в конце учебного года		4
3	Репетиционно-постановочная работа	52	
	Постановка танца		10
	Отработка движений		34
	Сценическая практика		8
4	Досуговые мероприятия	4	
	Итоговое занятие по освоению программы в конце года	4	
ИТОГО			288

5-й год обучения

№ п/п	Название раздела	Количество часов
-------	------------------	------------------

			Теория	Практика
1		Вводное занятие	2	
2		Танцевальное искусство	224	
2.1		Основы классического танца	78	
	1	Основы классического танца у станка	1	39
	2	Движения на середине зала	1	35
	3	Контрольный урок		2
2.2		Основы народно-сценического танца	86	
	1	Упражнения у станка	1	42
	2	Элементы народного танца на середине зала		40
	3	Контрольный урок		2
2.3		Основы Джаз-модерн танца	60	
	1	Упражнения на середине зала	1	35
	2	Перемещения в пространства	1	11
	3	Комбинации		12
		Итоговые уроки в конце учебного года		2
3		Репетиционно-постановочная работа	52	
	1	Постановка танца		10
	2	Отработка движений		34
	3	Сценическая практика		8
4		Досуговые мероприятия	4	
		Итоговое занятие по освоению программы в конце года	4	
ИТОГО			288	

6-й год обучения

№ п/п	Название раздела	Количество часов	
		Теория	Практика
1	Вводное занятие	2	
2	Танцевальное искусство	224	
2.1	Основы классического танца	78	

	1	Основы классического танца у станка	1	39
	2	Движения на середине зала	1	35
	3	Итоговый урок		2
2.2		Основы народно-сценического танца	8 6	
	1	Упражнения у станка	1	43
	2	Элементы народного танца на середине зала		40
	3	Итоговое занятие		2
2.3		Основы Джаз-модерн танца	60	
	1	Упражнения на середине зала	1	35
	2	Перемещения в пространства	1	11
	3	Комбинации		12
	4	Итоговые уроки		2
3		Репетиционно-постановочная работа	52	
	1	Постановка танца		10
	.2	Отработка движений		34
	3	Сценическая практика		8
4		Досуговые мероприятия	4	
		Итоговое занятие по освоению программы в конце года	2	
ИТОГО			288	

3. Содержание программы

Содержание первого года обучения (144 часа)

1 Вводное занятие

Теория: знакомство детей с предметом хореография, прослушивание музыки, беседа о правилах поведения на занятиях

2. Ритмика

2.1. Элементы музыкальной грамоты и ориентация в пространстве

Тема: Ритм. Ритмический рисунок

Теория. Понятие ритм. Ритмический рисунок

Практика. Отражения характера музыки в пластике и мимике.

- Исполнение танцевальных движений в различных темпах
- Выполнения движений с различной амплитудой
- Четкое определение вступления, окончания вступления, акцентировать конец

музыкальной фразы (притопом, хлопком, прыжком, соскоком на обе ноги).

Тема: Музыкальные размеры.

Теория. Беседа о значении музыки в хореографии. Прослушивание музыкальных композиций: И. Штраус «Вальс с мячом», С. Рахманинов «Полька с гирляндами»,

Практика. Определение музыкальных размеров 2/4, 3/4, 4/4. Выделение акцентов (сильной доли) хлопками, притопами, наклонами, взмахами.

Тема: Характер музыки. Динамические оттенки

Теория. Беседа о роли различных видов динамических оттенков и их значение. Прослушивание музыкальных композиций: Л. Бетховен «Танец фонариков», В. Моцарт «Оркестровые шутки», Д. Шостакович «Бусинки».

Практика. Движение в характере, заданном музыкой. Определение динамических оттенков музыки - piano (тихо), (fortissimo) — очень громко, (forte) — громко, (mezzo forte) — умеренно громко, (mezzo piano) — тихо, (pianissimo) — очень тихо.

Тема: Строения и перестроения

Теория. Освоение навыков ориентации в пространстве, умения координировать свое тело.

Практика. Построение из круга в шеренгу, в две шеренги; расход парами, до- за- до, построения в шахматном порядке.

Тема. «Музыкальный кузовок»

Практика. Тестовые упражнения. Контрольный урок в конце 1 полугодия по пройденному материалу.

2.2. Партерная гимнастика

Тема: Занятие-путешествие «Путешествие в Танцландию»

Теория. Освоение навыков растягивания мышц, техника безопасности при выполнении гимнастических упражнений.

Практика. Освоение комплексов упражнений на выработку подвижности и эластичности стопы. Упражнения для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра. Высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой. Упражнения: «Веревочка», «Лодочка», «Парус».

Тема: Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.

Теория. Техника безопасности при выполнении гимнастических и акробатических упражнений

Практика. Базовые упражнения на полу, готовящие детей к более сложным упражнениям у станка:

-развития гибкости. «Лодочка», «Птички в домике», «Парус»;

-развитие выворотности «Лягушка», «Птичка»;

-развитие танцевального шага «Скрепка», "Циркуль", полушпагаты.

-развитие прыжка. Трамплинные прыжки, прыжки с поджатыми ногами

Элементы акробатики: кувырок вперед через плечо и через голову, кувырок назад через плечо, стойки «Березка», колесо.

Тема «Возможности моего тела». Контрольный урок в конце 1 полугодия

Практика. Тестовые задания по пройденному материалу

2.3. Актерская выразительность

Тема: «Сценическое внимание»

Практика. Упражнения на развитие быстроты реакции, сообразительности, внимания:

«Электростанция», «Передай позу», «Тень», «Прислушайся к звукам». Создания образа на заданную музыку.

Тема: «Сценическое передвижение»

Практика. Упражнение на развития воображения, ощущения пространства: «Машинки» «Подарок», «Скульптор».

Тема: Музыкальные игры

Практика. Передача характера в заданном образе (злой, добрый, стеснительный и.т.д) Ритмическая игра «Ворота», «В медведя», «На полянке».

Тема: Итоговый урок в конце полугодия «В зоопарке»

Практика. Занятие-путешествие по пройденному материалу.

3. Танцевальное искусство

3.1. Основы классического танца

Тема: Основы классического танца в партере

Теория. Знакомство с терминологией классического танца.

Практика. Demiplie, battementtendubattementtendu со сгибанием стопы ronddejamdeRetirebattement

Тема: Основы классического танца у станка

Теория. Понятие об опорной и работающей ноге, знакомство с позициями ног.

Практика. Упражнения выполняются лицом к опоре:

battement tendu в сторону, вперед, назад 4/4 из 1 и 5 позиции ног, ronddejamdeparterreendehorsendedansна ¼ круга, battementtenduизdemiplierиз1, 5, sur le cou de pied (основное, изучается из положения открытой ноги в сторону), Battementtendujetena 4/4 лицом к опоре, passerparterre лицом к опоре. Releve на полупальцах, перегибы корпуса назад вперед.

Тема: Экзерсис на середине зала.

Практика. Упражнения на отработку устойчивости portdebras , Plie, battementtendu,

Прыжки: Soute по 1 и 2 позиции ног (лицом к станку), на середине зал, трамплинные прыжки.

3.2. Основы народного танца

Тема: Элементы народного танца

Теория. Знакомство с элементами народного танца, прослушивание музыки в различных жанрах (хоровод, кадрили ит.д.). Положение рук и ног в народном танце.

Практика. Ходы: русский ход в проскальзывающим ударом, русский ход с открыванием ноги, дробный ход, переменный шаг с каблука.

Дроби: ключ простой, триоль, тройной притоп.

Вращение, подготовка к вращению на месте.

Танцевальные элементы: припадание по 3 позиции ног, присядка, мячик, моталочка простая.

Тема: Итоговый урок за 1 полугодие

Практика. Открытый урок для родителей в конце учебного года

4. Репетиционно-постановочная работа

Тема: Постановочная работа

Теория. Знакомство с построением номера (выход, соло, части, финал)

Практика. Создание сценического образа взятого из окружающей жизни. Разучивание программных танцев,с учетом возрастных и психофизических особенностей данного возраста: «У медведя во бору», «Если с другом вышел в путь», «Приглашение на чай», «Утро в курятнике», «Странный человек».

Тема: Репетиционная работа

Практика. Отработка движение к танцам, четкости исполнения, эмоциональности.

Тема: Сценические выступления

Практика. Концертные выступления согласно плану объединения.

4 Досуговые мероприятия

- Калейдоскоп друзей -посвящение в кружковцы.
- Новогодняя ёлка
- 8 марта (концертная программа).

Содержание второго года обучения (216 часов)

1. Вводное занятие

Теория. Внешний вид воспитанников. Техника безопасности на занятиях, во время выезда на концерты. Безопасность пребывания на водоемах в летний период. Правила поведения в транспорте и на дорогах

2. Ритмика

2.1. Элементы музыкальной грамоты и ориентация в пространстве.

1. Тема: Строение музыкального произведения. Жанры танцевальной музыки.

Теория. Слушание музыкальных произведений В.А. Моцарт «Менуэт», П.И. Чайковский балет «Лебединое озеро» (вариация Принца), «Спящая красавица».

Практика. Формы музыкального произведения (двухчастная, трехчастная), знакомство с особенностями танцевальных жанров (вальс, полька, марш).

2. Такт, затакт

Теория. Слушание музыкального произведения. Понятие «затакт».

Практика. Определение сильных и слабых долей, отмечая в движении сильные доли хлопками, взмахом платка, притопом. самостоятельно находить нужные движения и исполнять движения в соответствии с жанром. Затакт, определения на слух затактового построения. Вступления в движения в такт и затакт.

3. Тема: Построения и перестроения

Практика. Построение в 2 концентрических круга, воротца, змейка. Обход одного партнера другим. Точки зала.

4. Тема «Угадай мелодию»

Практика. Контрольный урок-тест в конце 1 полугодия

2.2.Партерная гимнастика

1. Тема: Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов.

Теория. Совершенствование навыков растягивания мышц. Элементы акробатики как способ украшения и обогащения танцевальных композиций. Техника безопасности при выполнении элементов акробатики.

Практика. Партерная гимнастика, направленная на развитие подвижности суставов, укрепления мышц спины, живота, ног, улучшения осанки: «Парус», «Кузнечик», «Скорпион».

Развитие выворотной ноги и танцевального шага «Циркуль», полушпагаты и шпагаты. Укрепления мышц спины, маленькие и большие мосты.

Элементы акробатики: «Колесо» на одной руке, «Стойка на голове»,

2. Тема «Уровень физических данных»

Практика. Тест на освоения программы за 1 полугодие.

2.3. Актерская выразительность

1. Тема: Сценическое движение

Теория. Развитие фантазии, воображения, внимания, ориентации в пространстве, умение работать в ансамбле. Использование танцевальных рисунков на практике.

Практика. Приобретение навыков актерского мастерства. Упражнения на ощущения пространства. Творческие задания в группах и индивидуальные. Игры «Машинки», «Убегаю-догоняю» «Я рисую музыку».

2. Тема: Мастерство актера

Практика. Работа с предметом, передача мимикой и движением музыкального произведения; «действия в предлагаемых обстоятельствах», понятия принципа «Я - предмет», «Я - стихия», «Подарок».

3. Тема: «Мимика и жесты»

Практика. Итоговое занятие за 1 полугодие

2. Танцевальное искусство

2.1. Основы классического танца.

1. Тема: Основы классического танца у станка.

Теория. Основные правила движений у станка. Изучение терминологии классического танца. Прыжки с двух ног на две ноги. Подготовительное упражнение для рук (препарасьон).

Практика. Demi plie по 1,2,5 позиции боком к станку; Grand plie по позициям, battement tendu из 5 позиции ног по всем направлениям на 4/4 боком к станку; dejamdeporterreendehorsendedans выполняется слитно на 4/4 в комбинации с наклонами корпуса,

battement tendu jete на 4/4 из 1 и 5 позиции ног боком к опоре, battement tendu jete picue, Demi rond на 45 градусов с остановкой на 1/4-круга и слитно. Releve lent на 90 градусов по всем направлениям.

3. Тема: Упражнения на середине зала

Теория. Продолжаем знакомство с терминологией классического танца

Практика. III-eportdebras, Battementstenduedemi plie по 1,2,5 позиции, прыжки Saute по 1 и 2, 5 позиции ног на середине зала. Changementdepieds. (у опоры).

2.2. Основы народного танца

1. Тема: Элементы народного танца

Теория. Хоровод - основной жанр русского танца. Игровые хороводы. Основные фигуры хоровода.

Практика. Танцевальные ходы с открыванием ноги, с двойным ударом каблука, шаг с подскоком; ход с подскоком и ударом носка (подбивка), дробная дорожка с каблуками; Дроби: «триоль» с притопом, ключ на подскоках, ключ двойной. Небольшие дробные комбинации на изученном материале.

Вращение, вращение на месте, в припадании, по диагонали.

Танцевальные движения: ковырялочка с подскоком; веревочка простая, «моталочка» с одним мазком; «собака», «бочонок», ключ хлопущечный.

2. Тема: «Открытый урок для родителей»

Практика. Итоговый урок по освоению программы в конце учебного года

3. Репетиционно-постановочная работа

1. Тема: Постановка танца.

Теория. Создание образа с помощью ритмического рисунка

Практика. Постановочная работа с учетом возрастных особенностей детей. Передача репертуара (разучивание танцев «Утро в курятнике», «Вертушка», «Потеха»)

2 Тема: Отработка движений.

Практика. Демонстрация движения, его музыкальная раскладка, особенности исполнения. Разучивание сложных элементов. Исполнение в медленном, а затем обычном темпе. Работа над программными танцами.

3. Тема: Сценическая практика

Практика. Концерты и участия в конкурсах согласно плану

4. Досуговая программа

-Новый год.

-Принцессы и рыцари;

- Посещение театра

- Здравствуй, лето

Содержание третьего года обучения (288 часов)

1. Вводное занятие

Теория. Беседы о внешнем виде, о гигиене, о правилах поведения на сцене и на концертах, Техника безопасности в транспорте.

2. Танцевальное искусство

2.1. Основы классического танца

1. Тема: Основы классического танца у станка

Теория. Основные правила движений у станка. Понятие о поворотах endehorsendedans.

Практика. Double battement tendu (с опусканием пятки), Battement fondu носком в пол и на 45 градусов по всем направлениям, Battementfrappe на 4/4 в пол -Grandbattementjete,- Battementretire.Developpee в пол, enlair без вращения.

2. Тема. Движение на середине зала

Теория. Методика исполнения классического танца на середине зала

Практика. Battementstenduejetes, Rondejambeparterre , Grad battements jetes-epaulement croise et efface на середине зала.

Прыжки:Changementdepieds. Pasecharpe по II позиции лицом к палке и на середине зала Pasassemble лицом к станку.

2 Тема: Контрольный урок

Практика. Итоговый урок за 1 полугодие по пройденному материалу

2.2. Основы народного танца

1. Тема: Упражнения у станка

Теория. Методика исполнения народного танца у опоры

Практика. Перевод работающей ноги с носка на пятку, вынесение работающей ноги на пятку, низкие каблучные движения с переводом ноги с пятки на носок и обратно, медленные

полуприседание простые и с подъемом на полупальцы, характерный *ronde de jambe* и *ronde de pied*.

2. Тема: Элементы народного танца (на середине зала)

Практика. Поклон на 32 такта, молоточки, комбинации для рук, веревочка двойная, с выносом ноги на каблук, с ударом, дробь триоль с притопом, дробная дорожка полу пальцами, ;дробные выстукивания по 1 прямой позиции, присядки и хлопучки, гусиный шаг, ключ хлопучечный, вращения на месте, по диагонали.

3. Тема «Итоговый урок»

Практика. Контрольный урок за 1 полугодие по народному танцу.

1.3. Модерн-джаз танец

1. Тема: Упражнения на середине зала

Теория. Основные позиции ног и рук в джазовом танце. Понятие изоляция. Понятия контракции и релакции. Взаимосвязь движения и дыхания.

Практика. Движения на середине зала. Разучивание основных позиций ног джаз- танца: «вторая параллель», «четвертая параллель», «перпендикуляр». Основные позиции рук

Овладение техникой изоляции в «чистом» виде (голова, плечи, грудная клетка, таз, руки, ноги.) Соединение движений одного центра с шагами. Изучения положения *flet back* и координация рук в этом положении, *deep body bend*, твист и спираль, *rolldown* и *rollup*.

Положение контракции и релакции лежа и сидя, волнообразные движения корпуса в положении сидя, проработка торсовых смещений.

Проработка на полу всех основных положений ног и корпуса.

Выходы на маленькие мостики.

Упражнения контракции и релакции в положении сидя.

Координация движений рук и ног без движения.

Дыхательная гимнастика с использованием *contraction*, *release*, *high release*.

2. Тема: Перемещения в пространстве

Теория: методика исполнения прыжков. Правила приземления

Практикашаги с трамплинным сгибанием коленей при передвижении из стороны в сторону и вперед- назад.

.Шаги: *flat step*. *Grand battement*. Прыжки: с двух ног на две(*jump*). *Tempssauté*.

Tempssauté поточкам.

Temps sauté в комбинациях с правой и левой ног по точкам. Вращения: повороты на двух ногах.

3. Тема: Комбинации

Практика. Комбинации, составленные из шагов, прыжков, бега.

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

Тема «Итоговый урок»

Практика. Итоговый урок в конце учебного года

3. Репетиционно-постановочная работа.

1. Тема: Постановка танцев

Практика. Ознакомление с элементами следующих танцев: русский, танцы народов Прибалтики (по выбору педагога), украинский, китайский. (Выбор танцевального материала зависит от подготовленности класса).

Передача репертуара: «Марья по двору гуляла», «Ах вы, сени»,

2. Тема: Отработка движений

Практика. Отработка ритмических рисунков, танцевальных комбинаций, направленных на развитие выразительности исполнения. Работа над танцами

3. Тема: Сценическая практика

Практика. Концертные выступления, участия в концертной деятельности

4. Досуговая программа

- Новогодний утренник;
- Принцессы и рыцари;
- Поход в театр;
- «Здравствуй, лето» - конкурсно-игровая программа.

Содержание четвертого года обучения (288 часов).

1. Вводное занятие

Теория. Права и обязанности воспитанников. Правила поведения в коллективе. Обновления и ремонт костюмной базы. Техника безопасности на занятиях и во время выездов на концерты.

2. Танцевальное искусство

2.1. Основы классического танца

Тема: Основы классического танца у станка

Теория. Обобщение полученных знаний и навыков. Типы прыжков (с двух ног на две ноги, с одной на другую, с двух на одну).

Практика. Battement frappe на 2/4 на 45 градусов. Battement fondu на 45 градусов на 2/4

Подъем на полу пальцы после demi plie grand plie. Petit battement на cou de pied (лицом к опоре) en l'air Battement Soutenu на всей стопе Rond de jambe par terre на plie Battement developpe.

Тема: Движения на середине зала

Теория. Методика исполнения движений на середине зала.

Практика. Battement frappe на 2/4 на 45 градусов. Battement fondu на 45 градусов на 2/4, подъем на полу пальцы после demi plie grand plie, Petit battement на cou de pied (лицом к опоре), en l'air Battement Soutenu на всей стопе, Rond de jambe par terre на plie, Battement developpe

2.2. Основы народно-сценического танца

Тема: Упражнения у станка

Теория. Народный костюм. Кадриль. Национальные особенности марийского танца

Практика. Полуприседания и глубокое приседание по 1-й, 2-й, 3-й, 6-й и 4-й параллельным позициям, с разворотом колен, поочередное вынесение работающей ноги в сторону то на каблук, то на носок, перевод ноги, согнутой в колене, вперед и назад; подготовка к «веревочке» с подъемом на полупальцы; дроби: дробные выстукивания с подъемом пятки опорной ноги.

Тема: Упражнения на середине зала

Практика. Веревочка, «моталочка» в сочетании «ковырялочкой»; дроби в их ритмическом разнообразии, «голубцы», вращения. «шене», вращение на месте в припадании, вращение на месте по 6 позиции.

Танцевальные композиции: «Хоровод», «Перепляс».
Присядки «ползунок», «мельница», «качалочка», «экскаватор».

2.3. Основы джаз-модерн танец

Тема: Упражнения на середине зала

Теория. Проработка на полу положений ног – flex, point.(4 свободных позиций, 2 параллельных позиций). Методика исполнения движений.

Практика. Упражнения stretch-характера (растяжка).

Введение элементарных акробатических элементов: выход на большой мостик из положения сидя и стоя; стойка на лопатках «березка»; кувырки вперед, назад; перекуты. Силовые упражнения. Использование разноритмических музыкальных произведений при исполнении движений. Demi и grand-plie по параллельным и выворотным позициям. Соединение с releve. Battement tendu: Ronde de jambe a terre, Battement fondu. Упражнения для развития подвижности позвоночника. Разучивание flat back вперед из положения стоя. Изучение curve, arch. Изучение side stretch.

Тема: Перемещения в пространстве

Теория. Методика исполнения шагов

Практика. Шаги: tap step; camel walk; sugar leg. Grand battement на полупальцах.

Прыжки: с одной ноги на другую с продвижением (leap). Вращения: повороты на одной ноге.

Тема: Комбинации

Практика. Комбинация адажио на изученном ранее материале. Разучивание комбинации в стиле современной хореографии (контемпорари, хип-хоп, бродвейский джаз).

3. Репетиционно-постановочная работа

Тема: Постановка танцев

Практика. В течение двухлетнего обучения предмету «Народно-сценический танец» на основе разученного материала ставятся номера в копилку репертуара коллектива в характере народного или стилизованного танца с сюжетной направленностью. Постановка танцев народов Поволжья, польский танец.

Тема: Отработка движений

Практика. Работа над координацией, выразительностью исполнения, развитием силы и выносливости. Отработка танцевальных номеров.

Тема: Сценическая практика

Практика. Участие в концертных программах, предусмотренных планами внеучебной деятельности. Выезды на конкурсы и фестивали.

4. Досуговая программа

- Калейдоскоп друзей (посвящение в танцоры)
- Новогодний карнавал.
- Весенняя капель.
- Посещение театров и концертов.

Содержание пятого года обучения (288 часов).

1. Вводное занятие

Теория. Задачи пятого года обучения. Форма и дисциплина на уроках. Планы на учебный год. Техника безопасности на занятиях, Правила безопасности жизни и безопасного поведения детей на дороге и в транспорте. Безопасность при выезде на фестивали и конкурсы.

2. Танцевальное искусство

2.1. Основы классического танца

Тема: Основы классического танца у станка

Теория. На основе изученного материала составляются более сложные комбинации и небольшие композиции. Движения, разученные ранее, усложняются по технике и темпу исполнения, изучаются новые виды упражнения. Романтический балет. Балетные спектакли для детей.

Практика. Battement frappe на 2/4 на 45 градусов. Battement fondu. На 45 градусов на 2/4 Подъем на полупальцы после *deme plie grand plie*. Petit battement на *cou de pied* (лицом к опоре) Battement Soutenu на полупальцах- *demi rond de jambe en dehors, en dedan* на 45 градусов.

Тема: Движения на середине зала

Теория. Методика исполнения движений на середине зала.

Практика. Исполняются упражнения, изученные у станка. Позы классического танца *croisee efacee ecartee arabesques 1,2,3, 4*. в пол Temps lie.

Прыжки: - pas assemble doubl assemble, sissonne simple, pas echappe.

Тема: Итоговое занятие

Практика. Контрольный урок за 1 полугодие по классическому танцу

2.2. Народный танец

Тема: Упражнения у станка.

Теория. Знакомство с основным видом народного танца-пляской. Мордовский танец.

Практика. Полуприседания и глубокое приседание по 1-й, 2-й, 3-й, 6-й и 4-й параллельной позициям. С разворотом колен. Поочередное вынесение работающей ноги в сторону то на каблук, то на носок Перевод ноги, согнутой в колене вперед и назад; подготовка к «веревочке» с подъемом на полупальцы, дробные выстукивания с подъемом пятки опорной ноги.

Тема: Элементы народного танца на середине зала.

Практика. Полуприседания и полные приседания, плавные и резкие с наклоном корпуса, каблучные движения с переступанием на полупальцах, круговое скольжение по полу (ребром каблука около опорной ноги) с полуприседанием на опорной низкие развороты ноги, медленные и быстрые, подготовка к «веревочке» с разворотом колена к станку. Дроби, дробные выстукивания в сочетании 2-х ритмов.

Присядки «Ползунок», «мельница», «Качалочка», «экскаватор».

Вращения: «Обертас», вращение ко каблукам, вращение из 5 позиции ног.

Тема. «Итоговое занятие.

Практика. Контрольный урок по народному танцу за 1 полугодие.

2.3. Основы джаз- модерн танца.

Тема: Упражнения на середине зала

Теория. Методика исполнения движений. Взаимосвязь движения и дыхания

Практика. Упражнения stretch-характера (растяжка).

Введение элементарных акробатических элементов: выход на большой мостик из положения сидя и стоя; стойка на лопатках «березка»; кувырки вперед, назад; перекаты. Силовые упражнения.

Использование разн ритмических музыкальных произведений при исполнении движений. Demi и grand-plié по параллельным и выворотным позициям.

Соединение releve. Battement tendu: Rond de jambe par terre, Battement fondu

Разучивание flat back вперед из положения стоя. Curve, arch. Изучение sidestretch..

Тема: Перемещения в пространстве

Теория. Правила исполнения шагов. Взаимосвязь шагов с движениями рук.

Практика. Шаги: tapstep; camelwalk; sugarleg. Grandbattement на полупальцах.

Прыжки с одной ноги на другую с продвижением (leap).

Вращения: повороты на одной ноге.

Тема: Комбинации

Практика. Комбинации с использованием различных уровней на 16 и 32 такта

Тема: Итоговый урок за 1 полугодие

Практика. Контрольный урок по современному танцу

3. Репетиционно-постановочная работа

Тема: Постановка танца.

Практика. Постановка разнохарактерных номеров, как современного, так и направления, требующих пластики корпуса, рук, растяжки.

Тема: Отработка движения

Практика. Дальнейшее развитие координации, более точное исполнение движений, дальнейшее освоение техники

Тема: Сценическая практика

Практика. Концертная деятельность согласно плану объединения. Участие в конкурсах разного уровня.

Тема: Итоговый урок

Практика. Контрольный урок в конце учебного года.

4. Досуговая программа

- Калейдоскоп друзей (посвящение в танцоры).
- Новогодний карнавал.
- Весенняя капель.
- Посещение театров и концертов.

Содержание шестого года обучения (288 часов)

1. Вводное занятие.

Теория. Задачи шестого года обучения. Форма на занятиях. Техника безопасности на

выездных концертах и во время урока.

2. Танцевальное искусство

2.1 Основы классического танца

Тема: Основы классического танца у станка

Теория. Методика исполнения движений у опоры.

Практика. Battement frappe на полупальцах, double battement frappe на полупальцах, battement fondu на полупальцах, Battement soutenu на 45 и 90 градусов, поворот в 5 позиции на полупальцах у палки (по направлению к палке и от палки), маленькие позы в сочетании с petit battement, pastombe на месте и с продвижением attitude, rond de jambe en l'air на 1 такт 2/4, grand battement picue; Grand battement gete balance, pas de bouree с подменной ног подготовительные упражнения для туров en dehors, en dedan, полуповорот en dehors, en dedan с ногой вытянутой вперед на 45 градусов, маленькие позы у палки.

Тема: Движения на середине зала

Теория. Исполнение движений на середине зала.

Практика. Комбинации на battement tendu arabesques 1,2,3,4. на 45 градусов Pas de basque подготовительные упражнения для туров en dehors, en dedan 2, 4 и 5 позиции

Прыжки: Pas jete в различных вариантах, Sissonne в 1 arabesque pas chassé, pas sissonne fermée; pas emboité pas sissonne ouverte; (носком в пол и на 45 градусов), Temps lié с перегибом корпуса.

Тема: Итоговый урок

Практика. Контрольный урок за 1 полугодие по классическому танцу

2.2. Основы народно-сценического танца

Тема: Упражнение у станка.

Теория. Областные особенности народной хореографии Омской области (Сибири), особенности хореографии Омского русского народного хора.

Практика. Полуприседание и полное приседание по всем позициям в различных характерах танца, упражнения на развитие подвижности стопы с одним и двумя ударами рабочей ноги, каблучные движения с добавлением мазки, с отрывом опорной пятки от пола, каблучные движения с перескоком и раскрытием в прыжке ноги на пятку, развороты ноги с наклоном и перегибом корпуса, battement developpe в венгерском характере, flic-flac с ударом полупальцами работающей ноги, с подскоком на опорной ноге, двойные мазки, большие броски с полуприседанием на опорной ноге, сквозные броски с переступанием и наклоном корпуса, большие броски в сочетании с ножницами, с перекидными бросками, в сочетании с «револьтадом».

Тема: Элементы народного танца на середине зала

Теория. Методика исполнения элементов народного танца

Практика. Различные комбинации на изученном материале: «двойная веревочка», «веревочка» с переступанием, «ковырялочка», низкий «голубец»; «голубцы» с одним ударом.

Разучивание танцевальных элементов к испанскому танцу: работа рук, ход, удлиненные шаги в полуприседании, поочередное выстукивание полупальцами и каблуками,

перегибание корпуса. дробные выстукивания в характере испанского танца.

Тема: Итоговый урок

Практика. Контрольный урок за 1 полугодие по народно-сценическому танцу.

3. Основы Модерн-джаз танца

Тема: Упражнения на середине зала

Теория. История развития танца модерн, творчество известных балетмейстеров и танцовщиков.

Практика. Введение комбинаций из спиралей, твистов, контракции в положении сидя и стоя, упражнения стрейч-характера во всех положениях: сидя, лежа, сочетание различных ритмов во время движения. Комплексы изоляций. Соединение с движением других центров (трицентрия в параллельном направлении). Исполнение падений и подъемов во время комбинации. Перемещение в пространстве шагами с координацией рук и изолированных центров. Повороты на 2-х ногах и повороты на одной ноге на 360 градусов, триплеты с продвижением вперед, назад, по кругу.

Тема: Перемещения в пространстве

Теория. Методика исполнения элементов современного танца

Практика. Комбинации шагов, соединенных с вращением и стабильными позами. Комбинации прыжков исполняемых по диагонали. Использование контракции и релакции во время движения. Комбинации шагов в различных направлениях, координация шага и движений изолированных центров. Вращения: вращение как способ передвижения в пространстве, вращения из релаксационного раскрытия по 2 позиции в контракцию по 6 позиции, туры шене.

Тема: Комбинации

Практика. Комбинации в стиле современного танца, основанные на ранее изученном материале с использованием разных уровней, шагов и вращений.

Тема: Итоговый урок

Практика. Контрольный урок за 1 полугодие по современному танцу.

4. Репетиционно-постановочная работа

Тема: Постановка танца

Теория. Изучение возможностей танцевальной лексики.

Практика. Стилизация народного танца. Изучение нового репертуара и совершенствование исполнительского мастерства.

Тема: Отработка движений

Практика. Отработка репертуара. Работа над координацией, выразительностью исполнения движений, дальнейшим развитием силы и выносливости

Тема: Сценическая практика

Участие в конкурсах и фестивалях разного уровня. Участие в концертной деятельности коллектива. Итоговый отчетный концерт в конце учебного года.

Тема: Итоговое занятие по освоению программы в конце года

Практика. Контрольный урок по освоению программы.

5. Досуговая программа

- «Калейдоскоп друзей».
- Новогодний карнавал.
- «Весенняя капель».
- Посещение театров, концертов.

4. Контрольно-оценочные средства

В целях выявления уровня знаний, умений, навыков, степени усвоения обучающимися программного материала проводится промежуточная и итоговая диагностика учащихся

Промежуточное диагностирование проводится ежегодно в конце первого полугодия, позволяет выявить достигнутый на данном этапе уровень освоения программы обучающимися, динамику физического, творческого и личностного развития, соответствие его прогнозируемому. Диагностика позволяет оценить эффективность выбранных форм и методов обучения, а также при необходимости скорректировать их.

Методы проведения промежуточной диагностики, показатели, критерии оценки разрабатываются педагогами.

Итоговая диагностика проводится ежегодно в конце учебного года, направлена на определение уровня освоения обучающимися программы и отслеживание динамики индивидуального развития.

Формы контроля: индивидуальный, групповой, практический показ, отчетный концерт.

Методы проведения: наблюдения, творческие задания, тестирования, концертные выступления.

В таблицах мониторинга фиксируются требования, которые предъявляются к ребенку в процессе освоения им образовательной программы.

Оценка результатов выставляется по трехбалльной шкале: 3 балла – высокий уровень; 2 балла – средний уровень; 1 балл – низкий уровень.

Диагностические таблицы фиксируют результаты детей, полученные по итоговым занятиям на протяжении всего учебного года. Общий уровень определяется путем суммирования бальной оценки и деления этой суммы на количество отслеживаемых параметров (табл.1 -3).

В ходе диагностики по дополнительной образовательной программе «Мир танца» отслеживаются показатели:

- **физического развития:** балетный шаг, гибкость тела, прыжок, музыкальность, (таблица 1);
- **уровня освоения содержания дополнительной образовательной программы:**
 - теоретические знания по основным разделам программы, владение специальной терминологией,

- практические умения и навыки, предусмотренные дополнительной образовательной программой **по темам** «Основы классического танца», «Основы народного танца», «Основы джаз-модерн танца» (**таблица 2**),
- **личностного развития:** ответственность, творческая активность, познавательный интерес (**таблица 3**).
- **метапредметные** результаты: коммуникабельность, инициативность, развитие мотивации к занятиям хореографией, потребности к самосовершенствованию путем регулярных занятий, формирование умения контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей (**таблица 3**).

Таблица 1

Диагностика уровня физического развития обучающегося

	Оптимальный уровень (3 балла)	Хороший уровень (2 балла)	Допустимый уровень (1 балл)
Балетный шаг	Ярко выражено развитие специальных физических данных максимально использует свои физические возможности, подъем ноги выше 120 градусов	развитие физических данных не значительно использует свои физические данные не в полной мере. Подъем ноги 90 градусов.	развитие физических данных отсутствует. Балетный шаг ниже 70 градусов
Гибкость тела	ярко выраженное развитие гибкости тела;	наблюдается развитие гибкости тела	отсутствует пластичность, гибкость
Прыжок	Легкий, высокий прыжок	Прыжок не высокий	прыжок тяжелый, не высокий
Эмоциональность	легко перевоплощается в образ, импровизационные движения выполняет оригинально	перевоплощается в образ, импровизационные движения выполняет музыкально верно, но нет оригинальности	мало эмоционален, стеснителен, с трудом перевоплощается в образ, движения повторяет за другими детьми
Музыкальность.			

Таблица 2

Диагностика уровня освоения содержания дополнительной образовательной программы

уровни параметры	Оптимальный уровень (3 балла)	Хороший уровень (2 балла)	Допустимый уровень (1 балл)
1.Классический танец	Хорошо знает и умеет исполнять классический экзерсис. Умеет применять знания на практике	Знает и умеет исполнять классический экзерсис. Старается применять знания на практике	Не уверено выполняет классический экзерсис. Не умеет применять движения на практике
Основы народного танца	Хорошо знает и исполняет экзерсис по народно – сценическому танцу. Хорошо составляет этюды на основе элементов народно – сценического танца. Передает характер, прекрасно владеет сюжетом.	Знает и исполняет экзерсис по народно – сценическому танцу. Составляет самостоятельно этюды. Передает характер.	Слабо знает и исполняет экзерсис по народно – сценическому танцу. Пытается составлять этюды. Слабо передает характер
Основы джаз-модерн танца	Обладает высоким техническим уровнем исполнения танцевальных композиций. Различает танцевальный стили и направления. Самостоятельно составляет этюды на основе изученного материала	Хорошо исполняет танцевальные композиции. Различает танцевальные стили и направления. Пытается самостоятельно составлять этюды, импровизировать.	Слабо исполняет танцевальные композиции. Не различает танцевальные стили и направления. Не может самостоятельно составлять этюды. Не обладает импровизацией

Таблица 3

Диагностика уровня личностного развития обучающегося и метапредметных навыков

Оцениваемые показатели	Степень выраженности качества	Возможное количество баллов
Ответственность	Выполняет поручения охотно, ответственно, часто по собственному желанию, может привлечь других. Всегда дисциплинирован,	3

	<p>везде соблюдает правила поведения, требует того же от других</p> <p>Выполняет поручения охотно, ответственно. Хорошо ведет себя независимо от наличия или отсутствия контроля, но не требует этого от других (хороший уровень).</p> <p>Неохотно выполняет поручения. Начинает работу, но часто не доводит ее до конца. Справляется с поручениями и соблюдает правила поведения только при наличии контроля и требовательности преподавателя или товарищей.</p>	<p>2</p> <p>1</p>
<p>Творческая активность, познавательный интерес</p>	<p>Активен, проявляет стойкий познавательный интерес, целеустремлен, трудолюбив и прилежен, добивается выдающихся результатов, инициативен, организует деятельность других (</p> <p>Активен, проявляет стойкий познавательный интерес, трудолюбив, добивается хороших результатов</p> <p>Мало активен, наблюдает за деятельностью других, забывает выполнить задание. Результативность невысокая</p>	<p>3</p> <p>2</p> <p>1</p>
<p>Коммуникабельность, инициативность</p>	<p>Легко взаимодействует в коллективе, поддерживает контакты, разрешает конфликты, дружелюбен со всеми, инициативен, по собственному желанию успешно выступает перед аудиторией</p> <p>Вступает и поддерживает контакты, не вступает в конфликты, дружелюбен со всеми, по инициативе руководителя или группы выступает перед аудиторией</p> <p>Поддерживает контакты избирательно, чаще работает индивидуально, публично не выступает</p>	<p>3</p> <p>2</p> <p>1</p>
<p>Мотивация. Умение контролировать и оценивать учебные действия</p>	<p>Имеет высокую мотивацию. Регулярно занимается, стремится к качественному исполнению учебных задач, умеет контролировать и оценивать свою учебную деятельность.</p> <p>Демонстрирует мотивацию. Учебные задачи</p>	<p>3</p> <p>2</p>

	<p>в основном выполняет, не всегда объективно оценивает свой результат.</p> <p>Низкая мотивация, учебные задачи выполняет неохотно, не проявляет стремления к качественному результату.</p>	1
--	---	----------

5. Условия реализации программы

Кадровое обеспечение программы	<p>Программа реализуется педагогом высшей категории Гнатышиной Е.М.</p> <p>Наличие педагога-репетитора по направлению классический и народный танец.</p>
Материально-техническое обеспечение	<p>Специально оборудованный зал для занятий площадью 48 м².</p> <p>Наличие оборудованной раздевалки.</p> <p>Наличие костюмерной (помещения для хранения костюмов).</p> <p>Наличие у детей специальной формы для занятий (у мальчиков шорты и футболка, у девочек купальник для занятий и юбочка, наличие специальной танцевальной обуви).</p> <p>Наличие сценических костюмов для концертных номеров.</p>
Информационно-образовательное обеспечение	<p>Музыкальное сопровождение (наличие аудиозаписей, диски, флеш-карты).</p> <p>База -аудио-, видео-, фото-, интернет-источников.</p> <p>Видеозаписи балетных спектаклей и выступлений профессиональных коллективов народного танца и современной хореографии.</p>

6. Список литературы

Нормативно-правовые акты:

1. Концепция развития дополнительного образования детей в РФ (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014г. № 1726-р).
2. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Письмо Министерство образования и науки России № 09-3242 от 18.11.2015 г.).
3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», М., 29.08.2013.
4. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы / (СанПиН 2.4.4.3172 – 14) М, 20.08.2014.
5. Федеральный закон от 29.12.2012 г № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Научно-методическая литература:

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. - М.: Рольф, 1999.- 272 с.
2. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей. - СПб.: ЛОИРО, 2000,-220 с.
3. Гусев Г.П.Методика преподавания народного танца: Упражнения у станка: Учебное пособие.-М.: Гуманит. Изд. ВЛАДОС, 2003.-208с.
4. Звездочкин В.А. Классический танец.- Ростов н.\Д: «Феникс». 2003-416с.
5. Климов А.. А Основы русского народного танца.- М.:Изд-во МГИК, 1994.
6. Мухина В.С. Возрастная психология. - М., 2000.
7. Нетрадиционные формы занятий. - Красноярск, 2001.
8. Никитин В.Ю. Модерн-Джаз танец. Этапы развития, Метод, Техника.- М.: ИД «Один из лучших»,2004 -389 с.
9. Никитин В.Ю. Стретчинг в профессиональном обучении современному танцу: Методическое пособие.- М.: Изд-во «ГИТИС», 2005.- 74.с
10. Пичуричкин С. Имидж танцевального коллектива. - М., 2002
11. Пруткова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать: Учебное пособие.- М.: Гуманит. Изд. ВЛАДОС, 2003.-256с.
12. Порошина Г.М. Пластика в работе актера над образом (по школе А.Б. Немировского) - М., 2004.-127с.
13. Пасютинская В. Волшебный мир танца.- М.: Просвещение, 1985.
14. Ухвалов В.А. Развитие учащихся в процессе творчества и сотрудничества. - М., 2000.
15. Шершнева В.Г. От ритмики к танцу. Развитие художественно-творческих способностей детей 4-7 лет средствами ритмики и хореографии. Программа для образовательных учреждений дополнительного образования детей Московской области. – М.: Издательский дом «Один из лучших», 2008.
16. Фришман И.И. Методика работы педагога дополнительного образования. - М., 2001.

