МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ КАМЧАТСКОГО КРАЯ
КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КАМЧАТСКИЙ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСТВА
ДЕТЕЙ И ЮНОШЕСТВА «РАССВЕТЫ КАМЧАТКИ»

ПРИНЯТА на заседании
Педагогического Совета
от « 04 » сентября 2023 г.
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора КГБУДО «Камчатский центр развития творчества детей и юношества «Рассветы Камчатки»
_____М.С. Савинская
« 04 » сентября 2023 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 68A727BF8D1070EF5F1700AAFA1D3E4D
Владелец: Савинская Марьяна Сергеевна
Действителен: с 15.12.2022 до 09.03.2024

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

художественной направленности
«Студия танца «Альфа»

Возраст учащихся: 11-23 года
Срок реализации: 6 лет

Автор-составитель:
Толочко Валентина Алексеевна,
педагог дополнительного образования

г. Петропавловск-Камчатский,
2023 г.

Содержание

Раздел № 1. Комплекс основных характеристик программы 3
1.1. Пояснительная записка 3
1.2. Цель и задачи 8
1.3. Содержание программы 9
1.4. Планируемые результаты 35
Раздел № 2. Комплекс организационно-педагогических условий 36
2.1. Календарный учебный график 36
2.2. Условия реализации программы 36
2.3. Формы аттестации 37
2.4. Оценочные материалы 37
2.5. Методические материалы 49
2.6. Список литературы 64

Раздел № 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Танец — это особый мир, в котором язык тела и музыки объединены и могут выразить любое чувство. Танец способствует улучшению эмоционального и физического здоровья человека, тем самым создавая гармоничное единство тела, разума и души. Занятия помогают раскрыть внутренний мир человека, сформировать уверенность в себе, упорство и трудолюбие. Через изучение основ хореографии учащиеся приобщаются к танцевальной и музыкальной культуре, формируется эстетический вкус.

На занятиях у детей вырабатывается выносливость, целеустремленность, чувство темпа, ритма, развивается воображение, способность двигаться в соответствии с музыкальными образами, здоровая и прямая осанка, гибкость, пластичность, постановка корпуса и координация.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности по современной хореографии «Искусство современного танца» разработана на основе следующих документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 2713-ФЗ (редакция от 31.07.2020 г.) «Об образовании в Российской Федерации»;
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О методических рекомендациях по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. №28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 N 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».

Направленность программы – художественная.

Новизна: данная программа даёт возможность беспрерывного обучения, благодаря разработанным в ней занятиям дистанционного формата. В них

входят как теоретические материалы (знакомство с танцевальными направлениями в видео формате, описание и история зарождения стилей, знакомство с основателями и прародителями направлений и др.), так и практические занятия с доступным разбором базовых элементов.

Актуальность данной программы определяется запросом и устойчивым интересом к современной хореографии со стороны учащихся и заключается в сохранении и укреплении здоровья подростков и молодежи через занятия хореографией. А также, программа рассчитана на дистанционное обучение и включает в себя материалы для самостоятельного обучения.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что в настоящий момент современная хореография сделала огромный шаг вперед и стала очень популярным инструментом для пропаганды здорового образа жизни. Об этом говорит наличие множества разных направлений, охвативших аудиторию от мала до велика, таких как hip-hop, house, jazz-fank, dance-hall, vogue, popping, locking, contemporary и другие. Эти направления очень энергичные, экспрессивные, зрелищные, они завораживают и не оставляют равнодушными зрителей.

Отличительной особенностью является: совмещение нескольких танцевальных направлений, позволяющих осуществить комплексную хореографическую подготовку учащихся в течение всего курса обучения.

Адресат программы: данная программа ориентирована на подростков и молодежь в возрасте от 11 до 23 лет, не имеющих противопоказаний для занятий хореографией.

Именно в этом возрасте дети способны самостоятельно определиться с выбором творческого направления своей реализации. Это способствует развитию мотивации и внутренней дисциплины.

Так же ребёнок уже хорошо чувствует и распознаёт своё тело, это помогает ему воспринимать новую информацию как визуально, так и на слух, открыт к самовыражению через импровизацию и самостоятельную работу.

Объем и срок реализации программы: программа рассчитана 1296 часов, 6 лет обучения. Уровень освоения – углубленный.

Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса

Программа ориентирована на подростков и молодежь в возрасте от 11 до 23 лет, не имеющих противопоказаний для занятий хореографией. Группы комплектуются до 15, а в случае необходимости до 20. Для зачисления необходимо предоставить медицинскую справку о состоянии здоровья и отсутствии заболеваний, препятствующих обучению по программе.

Первый год обучения – период начальной подготовки учащихся 11-12 лет). Цель: заложить хорошую «школу» двигательных навыков у учащихся. Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 академических часа, в том числе и дистанционного обучения. Длительность занятия – 45 минут.

Обучение на первом году реализации программы направлено на:

- физическое развитие учащихся (формирование осанки, укрепление мышечного аппарата, выработку гибкости, пластичности, развитие шага, выворотности, совершенствование дыхательной системы);
- музыкально-эстетическое развитие учащихся (умение слушать и слышать музыку, приобретение координации, слуховых и двигательных навыков, постепенное их осознание);
- формирование личностных качеств (организованность, собранность, ответственность, трудолюбие);
- знакомство с танцевальными стилями и направлениями, их отличительными особенностями, историей и именитыми танцорами, внесшими большой вклад в развитие стилей.

Второй год обучения – период совершенствования полученных знаний и изучения новых танцевальных дисциплин (13-14 лет). Цель: повысить исполнительское мастерство учащихся. Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 академических часа. Длительность занятия – 45 минут, в том числе дистанционно.

Обучение на данном этапе реализации программы направлено на продолжение совершенствования физического, музыкально-эстетического и личностного развития ребенка, начатые на первом году обучения, а также на продолжение знакомства с историей танцевальных стилей и известными танцорами, продвигающих культуру.

Третий год обучения – период углубленного изучения танцевальных дисциплин первых двух годов обучения (15-16 лет). Цель: раскрытие индивидуальных способностей, достижение высокого уровня исполнительского мастерства каждым ребенком. На этом этапе занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 академических часа, в том числе дистанционного обучения. Длительность занятия – 45 минут.

Поставленная цель достигается путем увеличения физической нагрузки, выработки автоматических навыков в исполнении экзерсиса у станка и на середине зала, развития творческой активности, способности к импровизации и сочинительству танцевальных композиций.

Далее производится переход учащимися на новую образовательную ступень «Повышение», который будет реализовываться с 4 по 6 год обучения.

Четвертый год обучение – период внедрения новых танцевальных дисциплин, направленных на развитие универсальности исполнительской деятельности учащегося, опираясь на уже полученные знания на первой ступени обучения по данной программе (17-18 лет). Цель: расширение области знаний в мировой танцевальной культуре и развитие универсальности исполнения в каждом ребенке. На этом этапе занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 академических часа, в том числе дистанционного обучения. Длительность занятия – 45 минут.

Для достижения поставленных целей в программу вводятся изучение новых танцевальных направлений, увеличивается количество часов для физической подготовки ребенка и вводится новый формат занятий, в виде мастер-класса от приглашенных экспертов разных отраслей танцевального искусства.

Пятый год обучения – период углубленного изучения новых дисциплин и повышенного внимания к раскрытию и самореализации учащихся (19-20 лет). Цель: развитие более сложной музыкальности, резкости и четкости исполнительского мастерства; организация самостоятельной работы для развития танцевального скилла без участия педагога; привлечение внимания к детальному изучению танцевальной культуры. Знакомство с танцевальными командами мирового уровня. На этом этапе занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 академических часа, в том числе дистанционного обучения. Длительность занятия – 45 минут.

Обучение на данном этапе реализации программы направлено на продолжение совершенствования физического, эстетического, музыкального и артистического уровня развития учащегося, а также на внедрение самостоятельной практической работы.

Шестой год обучения – период оттачивания мастерства и внедрения такой практики как «сотворчество» через импровизацию (21-23 года). Цель: добиться высокого уровня исполнительского мастерства каждого учащегося. На этом этапе занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 академических часа, в том числе дистанционного обучения. Длительность занятия 45 минут.

Обучение на этом этапе завершает работу по данной программе, закрепляя все полученные ранее знания путем повышения требований к знанию и исполнению элементов всех ранее изученных танцевальных стилей.

Главная задача - сохранение достигнутых результатов и расширение пространства для самостоятельного творчества и реализации собственных идей. На ряду с изучением новых танцевальных направлений и работой над более сложной лексикой уже знакомых стилей, импровизация выходит на новый уровень – работа по группам. На этом этапе молодые танцоры учатся

самостоятельно наполнять содержимым танец, создавать образы и работать над их воплощением.

В программе предусмотрена работа с одаренными детьми и детьми с ОВЗ по индивидуальному образовательному маршруту.

В программе широко используются здоровьесберегающие технологии:

- партерная гимнастика (позволяет с наименьшими затратами энергии повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц, выработать правильную осанку);
- дыхательная гимнастика (учит согласовывать дыхание с движением);
- пальчиковая гимнастика (является мощным средством повышения работоспособности головного мозга);
- самомассаж (является основой закаливания и оздоровления детского организма);
- психогимнастика (для снятия эмоционального напряжения);
- игры-релаксации (для снятия нервного напряжения).

Программой предусмотрена возможность проведения занятий в дистанционном формате по определенным разделам в случае необходимости.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Дополнительная общеобразовательная программа рассчитана на 6 лет обучения по 216 часов в год. Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 академических часа. Длительность занятия - 45 минут.

Формы проведения занятия:

- учебно-тренировочное занятие;
- видео-лекции;
- открытое занятие (для родителей, для коллег);
- мастер-классы;
- участие в концертах, в программах, мероприятиях;
- участие в фестивалях и конкурсах;
- праздники хореографического коллектива.

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

- *индивидуальная* - рассчитана на одаренных детей. Проводятся с целью углубленного изучения программного материала, а также технически сложного материала (трюковые элементы) для солистов студии эстрадно-спортивного танца;
- *групповая* - рассчитана на основную массу учащихся. Проводятся с целью изучения программного материала;

- *фронтальная (сводные репетиции)* - рассчитана на учащихся, освоивших программный материал. Проводятся с целью постановки танцевальных номеров и их отработки;
- *дистанционная* - рассчитана на учащихся, не имеющих возможности присутствовать на занятиях лично.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: формирование и развитие творческих и физических способностей учащихся посредством овладения техниками современного танца.

Задачи программы

Предметные:

Программа направлена на изучение:

- танцевальной базы стилей современной хореографии;
- специальной терминологии;
- основ техники безопасности на учебных занятиях и концертной площадке;
- принципов взаимодействия музыкальных и хореографических средств выразительности.

Метапредметные:

- повышение уровня культурного развития личности;
- развитие учебно-интеллектуальных умений и навыков (использование специальной литературы и компьютерных источников информации);
- развитие коммуникативности и эмпатии; владением технической и эмоциональной уверенностью в танце, в т.ч. в ситуации сценического выступления; развитием учебно-организационных умений и навыков (организация рабочего пространства, соблюдение техники безопасности, аккуратность в выполнении работы).

Личностные:

- умение проявлять трудолюбие и самодисциплину, волю и выносливость; навыками самооценки;
- проявление ответственности за собственный и коллективный результат;
- способность справиться с конфликтной ситуацией; установлением и укреплением дружеских взаимоотношений в коллективе.

1.3. Содержание программы

Учебный план первого года обучения

№ п/п	Темы раздела	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1.	Введение в дополнительную общеобразовательную программу. Правила ТБ. Инструктаж.	2	1	1	Опрос
2.	Общая физическая подготовка.	32	2	30	Игра, соревнование
3.	Гимнастика. Акробатика. Растяжка.	32	3	29	
4.	Классический танцевальный стиль, базовые элементы	20	1	19	
5.	Работа над техникой «по диагонали»	14	1	13	
6.	Базовые элементы современной хореографии. Знакомство с танцевальными стилями.	46	0	46	
7.	Танцевальная импровизация.	10	0	10	
8.	Постановка и отработка танцевальных номеров.	40	-	40	
9.	Посещение мероприятий и концертная деятельность.	8	-	8	
10.	Теория. История танца и танцевальных стилей.	10	10	-	Опрос, тестирование
11.	Итоговое занятие	2	-	2	
	Итого часов:	**216**	**18**		

Учебный план второго года обучения

№ п/п	Темы раздела	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1.	Введение. Правила ТБ. Инструктаж.	2	1	1	Опрос
2.	Общая физическая подготовка.	34	1	33	Игра, соревнование
3.	Гимнастика. Акробатика. Растяжка.	34	3	31	
4.	Работа над техникой «по диагонали»	16	1	15	Опрос
5.	Углубленное изучение современных танцевальных направлений (чир-данс, хип-хоп, хаус, дэнс-холл, джаз-фанк)	50	5	45	
6.	Танцевальная импровизация.	12	1	11	
7.	Постановка и отработка танцевальных номеров.	46	-	46	
8.	Посещение мероприятий и концертная деятельность.	10	-	10	Концерт
9.	Итоговое занятие	2	-	2	Открытое занятие
10.	Теория. История танца и танцевальных стилей.	10	10	-	Опрос, тестирование
	Итого часов:	**216**	**22**	**194**	

Учебный план третьего года обучения

№ п/п	Темы раздела	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1.	Введение. Правила ТБ.	2	1	1	Опрос

	Инструктаж.				
2.	Общая физическая подготовка.	40	1	39	Игра, соревнование
3.	Гимнастика. Растяжка.	27	2	25	
4.	Работа над техникой «по диагонали»	16	1	15	Опрос
5.	Углубленное изучение современных танцевальных направлений (поппинг, хип-хоп, хаус)	33	3	30	Концерт
6	Танцы народов мира.	10	2	8	
7.	Танцевальная импровизация.	14	1	13	
8.	Постановка и отработка танцевальных номеров.	49	-	49	
9.	Посещение мероприятий и концертная деятельность.	13	-	13	Концерт
10.	Теория. История танца и танцевальных стилей.	10	10	-	Опрос, тестирование
11.	Итоговое занятие	2	-	2	Открытое занятие
	Итого часов:	**216**	**21**	**195**	

Учебный план четвертого года обучения

№ п/п	Темы раздела	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1.	Правила и инструктаж по ТБ.	2	1	1	Опрос
2.	Общая физическая подготовка.	36	1	35	Игра, соревнование
3.	Гимнастика. Акробатика. Растяжка.	34	3	31	
4.	Изучение современный	36	3	33	

	танцевальных направлений (hip-hop, house, waacking).				
5.	Постановка танцевальных номеров и отработка хореографии.	72	1	71	
6.	Развитие особых танцевальных навыков (импровизация, актерское мастерство, работа в пространстве и т.д.).	18	-	18	
7.	Мастер-классы от экспертов (повышение уровня исполнительской деятельности на занятиях приглашенных хореографов).	8	-	8	
8.	Посещение и участие в мероприятиях, концертная деятельность.	8	-	8	
9.	Итоговое занятие	2	-	2	
	Итого часов:	**216**	**9**	**207**	

Учебный план пятого года обучения

№ п/п	**Темы раздела**	**Количество часов**			**Форма аттестации/ контроля**
		всего	**теория**	**практика**	
1.	Правила и инструктаж по ТБ.	2	1	1	Опрос
2.	Общая физическая подготовка.	36	1	35	
3.	Гимнастика. Акробатика. Растяжка.	36	3	33	

4.	Изучение современный танцевальных направлений (hip-hop, waacking, vogue (hands performance, femme, posing).	36	3	33	
5.	Постановка танцевальных номеров и отработка хореографии.	62	1	61	
6.	Развитие особых танцевальных навыков (импровизация, актерское мастерство, работа в пространстве и т.д.)	18	-	18	
7.	Мастер-классы от экспертов (повышение уровня исполнительской деятельности на занятиях приглашенных хореографов).	8	-	8	
8.	Посещение и участие в мероприятиях, концертная деятельность.	8	-	8	
9.	Теория. История танца и танцевальных стилей.	8	8	-	Опрос, тестирование
10.	Итоговое занятие	2	-	2	
	Итого часов:	**216**	**17**	**199**	

Учебный план шестого года обучения

№ п/п	Темы раздела	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	

1.	Правила и инструктаж по ТБ.	2	1	1	Опрос
2.	Общая физическая подготовка.	36	1	35	
3.	Гимнастика. Акробатика. Растяжка.	36	3	33	
4.	Изучение современный танцевальных направлений (hip-hop, house, waacking, vogue, dancehall, popping).	36	6	30	
5.	Постановка танцевальных номеров и отработка хореографии.	70	1	69	
6.	Развитие особых танцевальных навыков (импровизация, актерское мастерство, работа в пространстве и т.д.)	18	-	18	
7.	Мастер-классы от экспертов (повышение уровня исполнительской деятельности на занятиях приглашенных хореографов).	8	-	8	
8.	Посещение и участие в мероприятиях, концертная деятельность.	8	-	8	
9.	Итоговое занятие	2	-	2	
	Итого часов:	**216**	**12**	**204**	

Содержание учебного плана

Содержание занятий первого года обучения

Первый год обучения – период начальной подготовки учащихся (11 – 12 лет). Цель: заложить хорошую «школу» двигательных навыков у учащихся.

Обучение на первом году реализации программы направлено на:

- физическое развитие учащихся (формирование осанки, укрепление мышечного аппарата, выработку гибкости, пластичности, развитие шага, выворотности, совершенствование дыхательной системы);
- музыкально-эстетическое развитие учащихся (умение слушать и слышать музыку, приобретение координации, слуховых и двигательных навыков, постепенное их осознание);
- формирование личностных качеств (организованность, собранность, ответственность, трудолюбие).

На первом году обучения учащиеся тяготеют к спортивным и акробатическим элементам и движениям, и следует учитывать их интересы.

Повышенное внимание уделяется общей физической подготовке, тренировочным гимнастическим и акробатическим упражнениям на полу, у стены и на середине зала. Здесь важна правильная постановка корпуса в зависимости от направления изучаемой хореографии (классическая или современная, например, «хип-хоп»). Комплекс хореографических упражнений в разминке, у станка и диагонали способствуют закреплению этих навыков.

Работа в разных танцевальных направлениях позволяет расширить образное мышление, давать нагрузку на разные группы мышц, развивать чувство такта, сильной музыкальной доли и темпоритма. Импровизация – это одна из главных особенностей данного этапа. Овладев базовыми элементами разных танцев, формируется лексика, которую учащийся может использовать для выражения внутреннего эмоционального состояния исполнителя, а также развития сценического образа.

В музыкальном материале должны присутствовать контрастность темпа и динамики, четкие ритмические рисунки. Если учащиеся будут чувствовать разнообразие музыки, то они смогут точно передать движением свое отношение к ней, то есть у них будет развиваться творческое воображение.

Концертная же деятельность планируется лишь эпизодически, в основном для накопления сценического опыта, преодоления страха и робости перед зрителем, а также для повышения мотивации занятий хореографией.

1. **Инструктаж по технике безопасности (2 часа).**

Введение в дополнительную общеобразовательную программу. Краткая беседа о хореографии. Особенности сценической одежды, обуви, прически. Постановка целей и задач на ближайший учебный год.

Правила поведения и техника безопасности на занятиях в танцевальном классе. Правила безопасности при работе с атрибутикой, в парах, при исполнении акробатических элементов.

2. **Общая физическая подготовка (32 часа).**

Разминка на середине зала. Постановка рук, ног, корпуса, головы. Повороты головы. Наклоны головы. Подъем и опускание плеч (поочередно и одновременно). Наклоны корпуса. Приседания и выпрямления ног. Упражнение на устойчивость «Цапля». Подъем и опускание согнутой в колене ноги. Сгибание ноги с отведением голени назад. Прыжки, мелкий бег, упражнение «Лесенка».

Силовые упражнения на все группы мышц (прыжки «в захлест», «складка», «в разножку», прыжки из положения «сидя» приседания, отжимания, стойка на ладонях и локтях, бег с носка на пятку, бег «гуськом»; упражнения на ковриках: подъем пресса в разных положениях ног, подъем корпуса из положения лежа на животе, упражнение «лодочка» и т.д.) Упражнения, направленные на достижение максимально высоких результатов в соревновательной деятельности. Развитие силы и силовой выносливости. Кардио - упражнения. Степ-аэробика. Дыхательная гимнастика. Упражнения на ловкость и координацию.

Партерная гимнастика. Лежа на спине: упражнения для стоп (вытягивание и сокращения). Подъем прямой ноги на 90^0 (поочередно и одновременно). Упражнение «Ножницы». Упражнение «Достать пол за головой прямыми ногами». Лежа на животе: Упражнения «Сфинкс», «Лодочка», «Рыбка», «Шторм», «Корзиночка», «Кошечка». Сидя на полу, ноги вытянуты вперед: упражнение «Книжечка», раскрыв ноги в стороны: боковые наклоны. Упражнение «Бабочка».

3. **Гимнастика. Акробатика. Растяжка (32 часа)**.

Теория: информирование о технике исполнения гимнастических упражнений на полу, у стены и станка.

Практика: выполнение упражнений на полу, направленных на выработку правильной осанки, развитие и укрепление мышц, силы и выворотности ног, гибкости, подвижности суставов и натянутости ног в колене, подъеме и пальцах, а также выработки хорошего танцевального шага.

Теория: информирование о технике исполнения акробатических элементов. Страховка при работе в парах.

Практика: выполнение базовых акробатических упражнений (мостик из положений «лежа» и «стоя», «березка», «складка», кувырки в различных направлениях. Комплекс специальных упражнений на сохранение равновесия и вращением тела с опорой и без опоры (прыжки, падения, перекаты). Стойки на руках и на голове. Изучение парных упражнений и поддержек.

Теория: информирование о технике выполнения упражнений на растяжку.

Практика: выполнение комплекса упражнений на растяжку стоя, сидя на полу и возле станка. Работа в парах.

4. Классический танцевальный стиль, базовые элементы (20 часов).

Теория: информирование об истории классического танца. Знакомство с понятиями: пасе, релеве, деми плие, гранд плие, батман тандю.

Практика. Экзерсис у станка: работа над постановкой корпуса по всем позициям ног, релеве на полупальцах, деми плие, батман тандю вперед, в сторону, назад, деми плие, гранд плие. Упражнения на середине: постановка корпуса, рук, головы; выполнение деми плие, гранд плие, батман тандю вперед, в стороны и назад на правую и левую ногу.

5. Работа над техникой «по диагонали» (14 часов).

Теория: информирование о техники выполнения упражнений по диагонали.

Практика: простой танцевальный шаг, шаги на полупальцах, припадания вперед и в сторону, галоп, па польки, бег с вытянутыми ногами; выполнение махов вперед через шаг, попеременный мах правой и левой ногой «вперед - в сторону - назад»; разучивание поворотов шане через правое и левое плечо, комбинация «шаг- поворот».

6. Базовые элементы современной хореографии. Знакомство с танцевальными стилями (46 часов).

Танцевальное направление «Хип-хоп».

Теория: информирование о танцевальном стиле. История зарождения танцевального стиля. Его создатели, именитые танцоры. Наглядное представление выступлений танцевальных команд. Техника исполнения базовых элементов и шагов стиля.

Практика: постановка корпуса, танцевальный шаг, шаговые дорожки, кач корпусом с акцентом вперед и назад. Работа над пластикой: выполнение волн различными частями тела, техника слоу. Составление танцевальных схем. Работа над манерой исполнения нью стайл. Разбор музыкальных размеров 2/4,3/4, 4/4, выделение сильной доли, понятие паузы. Выполнения кача в заданных размерах.

Танцевальное направление «Чир-дэнс».

Теория: информирование о технике безопасности при выполнении упражнений, поддержек, стантов, страховка при построении пирамид. Знакомство базовыми движениями рук: руки на бедрах, хай ви, лоу ви, Т, ломанное Т, верхний панч, кинжалы, рамка, правая и левая диагональ, правое и левое К, верхний и нижний тачдаун, левое и правое Л. Базовые прыжки: Стредл (прыжок ноги врозь), абстракт (одна нога поднята перед корпусов, согнула, колено направлено во внешнюю сторону; другая отведена назад, колено максимально согнуто и направлено во внешнюю сторону), прыжок в группировку (колени прижаты к груди), точ тач (прямые ноги подняты в стороны, колени направлены вверх. Стант-подъем одного или более флаера (человека). Разучивание простых стантов: стойка на бедре одиночно и двойной базы, угол, стредл на плечах, флажок на бедре одиночной базы. Построение пирамид из 2х уровней (высота до роста двух человек).

Практика: разучивание всех базовых элементов рук, комбинирование базовых движений и соединение с танцевальными элементами, составление танцевальных связок. Разучивание простых стантов и построение пирамид из 2х уровней.

Танцевальное направление «Денсхолл».

Теория: информирование о танцевальном стиле «дэнс-холл»; история зарождения; отличительные характеристики танцевального направления и именитые танцоры стиля «денсхолл». Дэнсхолл — это целая культура ямайки, в которую входят танцы, манера одеваться и музыка. Информирование о технике выполнения базовых движений корпуса, бедер, шагов, элементов «баунс», «вили баунс» и «тверк».

Практика: исполнение элементов «баунс», «вили баунс» и «тверк», разучивание комбинаций степов и стэповых дорожек. Выполнение волн корпусом в разные стороны. Эффект бесконечного движения. Работа над манерой исполнения

7. Танцевальная импровизация (10 часов).

Теория: информирование о выполнении упражнений на импровизацию. Эти занятия позволяют каждому обучающемуся раскрыться как индивидуальности и наработать умение двигаться под любую танцевальную композицию, используя изученные элементы и связки.

Практика: используя танцевальные навыки, учащийся самовыражается, создает свой индивидуальный образ и показывает, как его тело чувствует музыку и какие эмоции испытывает.

8. **Постановка и отработка танцевальных номеров (40 часов).**

Практика: разучивание танцевальных связок, отработка синхронности и чистоты исполнения движений, разработка рисунков и передвижение по ним. Составление танцевальных номеров.

9. **Посещение мероприятий и концертная деятельность (8 часов).**

Практика: знакомство с творчеством других танцевальных коллективов. Участие учащихся в концертах различного уровня. Культура исполнителя. Поведение на сцене.

10. **Теория. История танца и танцевальных стилей (10 часов).**

Теория: изучение материалов, исторических фактов, географических особенностей, именитых людей известных как создатели стиля и внесших большой вклад в развитие танцевальной индустрии. Освоение терминологии, используемой в хореографии.

11. **Итоговое занятие (2 часа).** Открытое занятие для родителей (2 раза в год). Диагностика. Обсуждение плана занятий на следующий учебный год. Повторение выученных связок танцевальных направлений. Презентация танцевальных номеров.

Содержание занятий второго года обучения.

Второй год обучения – период совершенствования полученных знаний (13 – 14 лет). Цель: повысить исполнительское мастерство учащихся.

Обучение на данном этапе реализации программы направлено на продолжение совершенствования физического, музыкально-эстетического и личностного развития ребенка, начатые на первом году обучения.

Для второго года обучения характерно максимальное развитие природных и уже сформировавшихся физических данных. Это основной этап накопления знаний, умений и навыков. Освоение новых танцевальных стилей с более сложной техникой, работа с танцевальным пространством и его заполнением. Большое внимание уделяется работе над сценическим образом и овладению навыками актерского мастерства.

Основной особенностью второго этапа является формирование репертуара и регулярная концертная деятельность коллектива. Данный этап работы с детьми подобен переходу от изучения отдельных слов к построению фразы. Наступает новая фаза, в которой логичность связей отдельных движений, и постоянная тренировка их в сочетании с другими воспитывают танцевальную координацию движений рук, ног, корпуса, головы, это помогает почувствовать, что танец не есть отдельные движения отдельных частей тела, или случайный их набор.

Учащиеся проявляют максимальную подвижность, владеют определенным запасом танцевальной техники, у них развито внимание, высок уровень

восприимчивости нового материала, значительно повышается роль вестибулярного аппарата, усиливается работа мышц, суставов и сухожилий за счет тренировок, развивается чувство равновесия, улучшается ориентировка в пространстве.

В связи с тем, что мальчики все более увлекаются различными видами спорта, считая спорт более достойным для мужчин занятием, для поддержания интереса в работе с мальчиками, важно использовать различные приемы: изучение танцевальных новинок, включая разучивание новой танцевальной техники – джазового танца, современной пластики, разучивание трюков и т. д.

1. Инструктаж по технике безопасности (2 часа).

Правила поведения в зале, на улице, в общественных местах, при пожаре и землетрясении. Правила безопасности при работе с атрибутикой, в парах, при исполнении акробатических элементов.

2. Общая физическая подготовка (34 часа).

Теория: повторение правильного выполнения упражнений, техника безопасности.

Практика: повторение комплекса упражнений первого года обучения (силовые упражнения на все группы мышц, упражнения на ковриках). Развитие силы и силовой выносливости. Кардио - упражнения. Степ-аэробика. Дыхательная гимнастика. Упражнения на ловкость и координацию.

3. Гимнастика. Акробатика. Растяжка (34 часа).

Теория: информирование о технике исполнения гимнастических упражнений на полу, у стены и станка.

Практика: повторение программы первого года обучения. Упражнения на полу, направленные на выработку правильной осанки, развитие и укрепление мышц, силы и выворотности ног, гибкости, подвижности суставов и натянутости ног в колене, подъеме и пальцах, а также выработки хорошего танцевального шага.

Теория: информирование о технике исполнения акробатических элементов. Страховка при работе в парах.

Практика: повтор программы первого года обучения (выполнение базовых акробатических упражнений; комплекс специальных упражнений на сохранение равновесия и вращением тела с опорой и без опоры; стойки на руках и на голове). Выполнение упражнения «колесо» на правую и левую руку. Изучение парных упражнений и поддержек.

Теория: информирование о технике выполнения упражнений на растяжку.

Практика: повторение программы первого года обучения (выполнение комплекса упражнений на растяжку стоя, сидя на полу и возле станка). Работа в парах.

4. Работа над техникой «по диагонали» (16 часов).

Теория: информирование о техники выполнения упражнений по диагонали.

Практика: повтор программы первого года обучения (простой танцевальный шаг, шаги на полупальцах, припадания вперед и в сторону, галоп, па польки, бег с вытянутыми ногами; выполнение махов вперед через шаг, попеременный мах правой и левой ногой «вперед-в сторону-назад»; шане через правое и левое плечо, «шаг- поворот»). Разучивание гранд батманов черед прыжок. Выполнение упражнение «колесо» на правую и левую сторону.

5. Углубленное изучение современных танцевальных направлений (50 часов).

Танцевальный стиль «Хип-хоп».

Теория: повторное информирование о танцевальном стиле. Наглядное представление выступлений танцевальных команд. Повторение техники исполнения базовых элементов и шагов стиля.

Практика: повторение программы первого года обучения (танцевальный шаг, шаговые дорожки, кач корпусом с акцентом вперед и назад, выполнение волн различными частями тела, техника слоу). Составление более сложных танцевальных схем. Работа над манерой исполнения нью стайл. Повторение музыкальных размеров, выделение сильной доли, понятие паузы.

Танцевальное направление «Чир-данс».

Теория: информирование о технике безопасности при выполнении упражнений, поддержек, стантов, страховка при построении пирамид. Повторение значений базовых движений рук, прыжков, простых стантов.

Практика: повторение всех базовых элементов рук, комбинирование базовых движений и соединение с танцевальными связками; разучивание более сложных танцевальных схем с использованием акробатических элементов. Повторение стантов и пирамид из 2х уровней.

Танцевальное направление «Дэнсхолл».

Теория: повторное информирование о танцевальном стиле «дэнс-холл» (отличительные характеристики танцевального направления и именитые танцоры стиля «дэнсхолл»). Информирование о технике выполнения базовых движений корпуса, бедер, шагов, элементов «баунс», «вили баунс» и «тверк».

Практика: повторение программы первого года обучения («баунс», «вили баунс» и «тверк»). Разучивание более сложных комбинаций степов и стэповых дорожек. Беспрерывное выполнение волн корпусом и степов. Составление и отработка танцевальных схем. Работа над манерой исполнения.

Танцевальное направление «Хаус».

Теория: информирование о танцевальном стиле (история зарождения, его создатели, именитые танцоры, наглядное представление выступлений танцевальных команд и соло исполнителей). У танцевального направления «Хаус» уникальная манера исполнения, в основном направленная на плавные движения корпусом и динамичную работу ног. Хаус – работа ног, построенная на базе прыжковых элементов, дорожек и шагов, и сложной координации. Информирование о выполнении базовых шагов, кач, элемента «падеборе» в разных вариациях, прыжки и шаговые дорожки.

Практика: выполнение элементов «кач», «падеборе», разучивание прыжков и шаговых дорожек. Составление танцевальных связок. Работа над скоростью и манерой исполнения.

Танцевальное направление «Джаз-фанк».

Теория: информирование о танцевальном стиле (история зарождения, его создатели, именитые танцоры, наглядное представление выступлений танцевальных команд и соло исполнителей). Данный стиль объединяет в себе несколько направлений. Ключевые движения джаз-фанка – волны, скольжения по полу, простые перешагивания и импульсы, идущие от плеч, бедер или локтей. В этом танце доминируют мелкие плавные движения, переходящие друг в друга. Данный стиль не имеет строгих технических правил. Яркая отличительная черта- экспрессия и наличие авторских «фишек».

Практика: разучивание и отработка танцевальных связок. Работа над манерой исполнения.

6. Танцевальная импровизация (12 часов).

Теория: информирование о выполнении упражнений на импровизацию. Эти занятия позволяют каждому обучающемуся раскрыться как индивидуальности и наработать умение двигаться под любую танцевальную композицию, используя изученные элементы и связки.

Практика: используя танцевальные навыки ребенок самовыражается, создает свой индивидуальный образ и показывает, как его тело чувствует музыку и какие эмоции испытывает.

7. Постановка и отработка танцевальных номеров (46 часов).

Практика: разучивание танцевальных связок, отработка синхронности и чистоты исполнения движений, разработка рисунков и передвижение по ним. Составление танцевальных номеров. Повторение и отработка номеров.

8. Посещение мероприятий и концертная деятельность (10 часов)

Практика: знакомство с творчеством других танцевальных коллективов. Участие в концертах различного уровня. Культура исполнителя. Поведение на сцене.

9. Теория. История танца и танцевальных стилей (10 часов).

Изучение материалов, исторических фактов, географических особенностей, именитых людей известных как создатели стиля и внесших большой вклад в развитие танцевальной индустрии. Освоение терминологии, используемой в хореографии.

10. Итоговое занятие (2 часа).

Открытое занятие для родителей (2 раза в год). Диагностика. Обсуждение плана занятий на следующий учебный год. Повторение выученных связок танцевальных направлений. Презентация танцевальных номеров.

Содержание занятий третьего года обучения.

Третий год обучения – период углубленной подготовки молодежи (15-16 лет). Цель: раскрытие индивидуальных способностей, достижение высокого уровня исполнительского мастерства каждым ребенком.

Поставленная цель на третьем году обучения достигается путем увеличения физической нагрузки, выработки автоматических навыков в исполнении экзерсиса у станка и на середине зала, развития творческой активности, способности к импровизации и сочинительству танцевальных композиций.

Главная задача - сохранение достигнутых результатов и расширение пространства для самостоятельного творчества и реализации собственных идей. На ряду с изучением новых танцевальных направлений и работой над более сложной лексикой уже знакомых стилей, импровизация выходит на новый уровень – работа по группам. На этом этапе молодые танцоры учатся самостоятельно наполнять содержимым танец, создавать образы и работать над их воплощением.

В связи с тем, что у молодежи постоянно расширяется эмоциональная сфера, растет круг интересов, что позволяет, в свою очередь, углубить знания учащихся в различных жанрах хореографии и значительно расширить репертуар.

Помимо активной концертной деятельности, в этот период учащиеся пробуют себя еще и в новом качестве: некоторые из них составляют танцевальные композиции и с удовольствием демонстрируют свое творчество на других мероприятиях. Другие пробуют себя в качестве педагога, помогая в работе с учащимися первого года обучения, передавая свой опыт.

1. Инструктаж по технике безопасности (2 часа).

Правила поведения в зале, на улице, в общественных местах, при пожаре и землетрясении. Правила безопасности при работе с атрибутикой, в парах, при исполнении акробатических элементов.

2. Общая физическая подготовка (40 часов).

Теория: повторение правильного выполнения упражнений, техника безопасности.

Практика: повторение комплекса упражнений первого и второго года обучения (силовые упражнения на все группы мышц, упражнения на ковриках). Развитие силы и силовой выносливости. Кардио-упражнения. Степ-аэробика. Дыхательная гимнастика. Упражнения на ловкость и координацию.

3. Гимнастика. Растяжка (27 часов).

Теория: Информирование о технике исполнения гимнастических упражнений на полу, у стены и станка.

Практика: повторение программы первого и второго года обучения. Упражнения на полу, направленные на выработку правильной осанки, развитие и укрепление мышц, силы и выворотности ног, гибкости, подвижности суставов и натянутости ног в колене, подъеме и пальцах, а также выработки хорошего танцевального шага.

Теория: информирование о технике выполнения упражнений на растяжку.

Практика: повторение программы первого и второго года обучения (выполнение комплекса упражнений на растяжку стоя, сидя на полу и возле станка). Работа в парах.

4. Работа над техникой «Диагональ» (16 часов).

Теория: Информирование о техники выполнения упражнений по диагонали.

Практика: повтор программы первого и второго года обучения (простой танцевальный шаг, шаги на полупальцах, припадания вперед и в сторону, галоп, па польки, бег с вытянутыми ногами; выполнение махов вперед через шаг, попеременный мах правой и левой ногой «вперед -в сторону -назад»; шане через правое и левое плечо, «шаг- поворот», гранд батман черед прыжок на правую и левую ногу, «колесо» на правую и левую сторону).

5. Углубленное изучение современных танцевальных направлений (33 часа).

Танцевальный стиль «Хип-хоп».

Теория: повторное информирование о танцевальном стиле. Наглядное представление выступлений танцевальных команд. Повторение техники исполнения базовых элементов и шагов стиля.

Практика: повторение программы первого и второго года обучения. Составление более сложных танцевальных схем. Техника исполнения направления «крамп». Работа над манерой исполнения. Повторение музыкальных размеров, выделение сильной доли, понятие паузы.

Танцевальное направление «Поппинг».

Теория: информирование о танцевальном стиле (история зарождения, его создатели, именитые танцоры, наглядное представление выступлений танцевальных команд и соло исполнителей). Поппинг - сочетание различного рода неестественных положений тела, поз с «фанки» углами и фиксации этих поз, с использованием техники «пап». Пап - техника фиксации за счёт резкого сокращения и расслабления определённых мышц, визуально характеризующаяся, как дергание или толчок. Изоляция. Принцип бесконечного движения. Трансформация.

Практика: разучивание движения «пап» разными частями тела. Составление танцевальных схем с использованием принципа изоляции, бесконечного движения и трансформации (смена одного типа движения другим).

Танцевальное направление «Хаус».

Теория: повторное информирование о танцевальном стиле (история зарождения, его создатели, именитые танцоры, наглядное представление выступлений танцевальных команд и соло исполнителей). Повторение программы второго года обучения (базовые шаги, кач, элемент «падеборе» в разных вариациях, прыжки и шаговые дорожки).

Практика: выполнение элементов «кач», «падеборе», разучивание прыжков и шаговых дорожек. Составление более сложных танцевальных связок. Работа над скоростью и манерой исполнения.

6. Танцы народов мира (10 часов).

Теория: информирование о народных и спортивно-бальных танцах, наглядное представление выступлений танцевальных команд и соло исполнителей. Данные занятия помогают детям раскрепоститься и зарядиться положительными эмоциями. Информирование о технике выполнения шагов направления спортивно-бального танца «ча-ча-ча» и «джайв». Информирование о технике выполнения движений народного танцы «ковырялочка», «гармошка», «молоточки» и т.д. По данным направлениям проводятся мастер-классы от профилирующих педагогов.

Практика: выполнение танцевальных элементов. Составление танцевальных схем. Работа над манерой исполнения.

7. Танцевальная импровизация (14 часов).

Теория: информирование о выполнении упражнений на импровизацию. Эти занятия позволяют каждому учащемуся раскрыться как индивидуальности и наработать умение двигаться под любую танцевальную композицию, используя изученные элементы и связки.

Практика: используя танцевальные навыки, учащийся самовыражается, создает свой индивидуальный образ и показывает, как его тело чувствует музыку и какие эмоции испытывает.

8. Постановка и отработка танцевальных номеров (49 часов).

Практика: разучивание танцевальных связок, отработка синхронности и чистоты исполнения движений, разработка рисунков и передвижение по ним. Составление танцевальных номеров. Повторение и отработка номеров.

9. Посещение мероприятий и концертная деятельность (13 часов).

Практика: знакомство с творчеством других танцевальных коллективов. Участие в концертах различного уровня. Культура исполнителя. Поведение на сцене.

10. Теория. История танца и танцевальных стилей (10 часов).

Теория: изучение материалов, исторических фактов, географических особенностей, именитых людей известных как создатели стиля и внесших большой вклад в развитие танцевальной индустрии. Освоение терминологии, используемой в хореографии.

11. Итоговое занятие (2 часа).

Подведение итогов за год. Обсуждение плана занятий на следующий учебный год.

Практика: открытое занятие. Повторение выученных связок танцевальных направлений. Презентация танцевальных номеров.

Содержание занятий четвертого года обучения.

Четвертый год обучения - период внедрения новых танцевальных дисциплин, направленных на развитие универсальности исполнительской деятельности учащегося, опираясь на уже полученные знания на первой ступени обучения по данной программе (17-18 лет). Цель: расширение области знаний в мировой танцевальной культуре и развитие универсальности исполнения в каждом ребенке.

Для достижения поставленных целей в программу вводятся изучение новых танцевальных направлений, увеличивается количество часов для физической подготовки ребенка и вводится новый формат занятий, в виде мастер-класса от приглашенных экспертов разных отраслей танцевального искусства.

На четвертом году обучения ребенок вступает на новый образовательный уровень. Современные тенденции в хореографии заточены на исключительную музыкальность, техничность, скорость, силу и амплитуду исполнения, а также яркую индивидуальность и артистизм танцора.

Для того чтобы соответствовать данным критериям исполнителю необходима хорошая физическая форма, в связи с этим, начиная с четвертого

года обучения в программе увеличено количество часов по ОФП (общая физическая подготовка) и таким дисциплинам как: акробатика, растяжка и гимнастика. Так же в программу введены дополнительные часы для развития особых танцевальных навыков (например, импровизация и актерское мастерство) и введены в практику занятия в формате мастер-классов, где необходима повышенная концентрация внимания, усиленная работа зрительной и мышечной памяти и т.д.

1. Инструктаж по технике безопасности (2 часа).

Правила поведения в зале, на улице, в общественных местах, при пожаре и землетрясении. Правила безопасности при работе с атрибутикой, в парах, при исполнении акробатических элементов.

2. Общая физическая подготовка (36 часов).

Теория: повторение правильного выполнения упражнений, техника безопасности.

Практика: повторение комплекса упражнений первого года обучения (силовые упражнения на все группы мышц, упражнения на ковриках). Развитие силы и силовой выносливости. Кардио - упражнения. Степ-аэробика. Дыхательная гимнастика. Упражнения на ловкость и координацию.

3. Гимнастика. Акробатика. Растяжка (34 часа).

Теория: информирование о технике исполнения гимнастических упражнений на полу, у стены и станка.

Практика: повторение программы первого года обучения. Упражнения на полу, направленные на выработку правильной осанки, развитие и укрепление мышц, силы и выворотности ног, гибкости, подвижности суставов и натянутости ног в колене, подъеме и пальцах, а также выработки хорошего танцевального шага.

Теория: информирование о технике исполнения акробатических элементов. Страховка при работе в парах.

Практика: повтор программы первого года обучения (выполнение базовых акробатических упражнений; комплекс специальных упражнений на сохранение равновесия и вращением тела с опорой и без опоры; стойки на руках и на голове). Выполнение упражнения «колесо» на правую и левую руку. Изучение парных упражнений и поддержек.

Теория: информирование о технике выполнения упражнений на растяжку.

Практика: повторение программы первого года обучения (выполнение комплекса упражнений на растяжку стоя, сидя на полу и возле станка). Работа в парах.

4. Изучение современных танцевальных направлений (36 часов).

Танцевальный стиль «хип-хоп».

Теория: проверка знаний, полученных на первой ступени данной образовательной программы путем повторения базовых элементов стиля (степы, кач, грув, волны, изоляция и т.д.). Презентация видео и аудио материала для сравнения старой и новой школы хип-хопа; разбор новых элементов и степов.

Практика: на данном этапе особое внимание уделяется музыкальности - разбор композиции на инструментальные и вокальные партии, ритм секций, выделение акцентов и сильных долей в музыке. Составление и отработка танцевальных схем.

Танцевальный стиль «хаус».

Теория: повторение ранее изученного материала. Детальная проработка степов, движений корпуса и «мягкого» кача. Данный стиль визуально воспринимается «легким» в исполнении за счет расслабленного корпуса, быстрого перемещения ног в пространстве и непрекращающегося баунса. Поэтому на этапе четвертого года обучения особое внимание будет уделено скорости и качеству исполнения данного стиля, а также работе в пространстве.

Практика: составление и отработка танцевальных схем.

Танцевальный стиль «ваакинг».

Теория: знакомство с танцевальным стилем, его историей, характерными отличиями, прародителями и именитыми танцорами, подвигающими его культуру. Демонстрация фото и видео материалов.

Практика: разбор основных элементов стиля: крутки, линии, точки, степы.

В своем названии уже озвучено основное направление работы в данном стиле («waacking» от англ. «waack» - махать руками). Данный стиль требует большой концентрации внимания и координации. Для развития данных навыков выполняются задания поочередного выполнения элементов: крутка-корпус – линия – ноги - крутка – голова – линия -корпус и тд. Упражнения для работы в пространстве. Составление и отработка танцевальных схем.

В данном стиле важна правильная подача и артистизм, поэтому в программе так же предусмотрены задания и упражнения на само презентацию, актерское мастерство и пластику жестов и тела.

5. Постановка номеров и отработка хореографии (72 часа).

Разучивание танцевальных связок, отработка синхронности и чистоты исполнения движений, разработка рисунков и передвижение по ним. Составление танцевальных номеров. Повторение и отработка номеров.

6. Развитие особых танцевальных навыков (18 часов).

Выполнение упражнений на работу в команде, в паре, соло. Занятия по актерскому мастерству и на расширение эмоционального диапазона ребенка. Развитие навыков импровизации. Упражнения на работу в пространстве.

7. **Мастер-классы (8 часов).**

Новый формат обучения, включающий в себя практические занятия с повышенным уровнем сложности материала. Приглашение на занятия экспертов в разных областях танцевального искусства. В ходе мастер-класса обучающийся получает большой объём новой информации за короткий промежуток времени, что благоприятно сказывается на развитии концентрации и внимания ребенка, а также способствует выходу из «зоны комфорта» обычных занятий. На отдельных занятиях присутствует система прохода «в селект» - хореограф выбирает лучших исполнителей по итогу занятия, что так же стимулирует активную работу каждого танцора проявить лидерские качества на протяжении всего занятия.

8. **Посещение мероприятий и концертная деятельность (8 часов)** Знакомство с творчеством других танцевальных коллективов. Участие в концертах различного уровня. Культура исполнителя. Поведение на сцене.

9. **Итоговое занятие (2 часа).**

Открытое занятие для родителей (2 раза в год). Диагностика. Обсуждение плана занятий на следующий учебный год. Повторение выученных связок танцевальных направлений. Презентация танцевальных номеров.

Содержание занятий пятого года обучения

Пятый год обучения – период углубленного изучения новых дисциплин и повышенного внимания к раскрытию и самореализации учащихся (19-20 лет). Цель: развитие более сложной музыкальности, резкости и четкости исполнительского мастерства; организация самостоятельной работы для развития танцевального скилла без участия педагога; привлечение внимания к детальному изучению танцевальной культуры.

Поставленные цели на данном этапе обучения достигается путем увеличения физической нагрузки, более детальному разбору элементов, жесткого контроля исполнения, выполнения на каждом занятии упражнений на музыкальность. Для того чтобы лучше понимать стиль, в котором исполняешь хореографию или фристай, необходимо понимание культуры и истории его возникновения, а также пространства, в котором он зародился и развивается. В связи с этим на практических занятиях производятся теоретические отступления с наглядными примерами, что позволяет комплексно усваивать материал.

Этот период так же знаменателен тем, что дает возможность старшему поколению принять участие в развитии младшего: проявить себя в качестве преподавателя для учеников первой ступени обучения и проработать недостающих танцевальных навыков по тем или иным дисциплинам. Эта практика символизирует как проявление лидерских качеств, обмен опытом

старшего и младшего поколения, так и проявление себя учениками в новой роли, что в будущем благотворно будет сказываться при выборе будущей профессии и (или) желании продолжить свой творческий путь в хореографии.

1. **Инструктаж по технике безопасности (2 часа).**

Правила поведения в зале, на улице, в общественных местах, при пожаре и землетрясении. Правила безопасности при работе с атрибутикой, в парах, при исполнении акробатических элементов.

2. **Общая физическая подготовка (36 часов).**

Теория: повторение правильного выполнения упражнений, техника безопасности.

Практика: повторение комплекса упражнений первого года обучения (силовые упражнения на все группы мышц, упражнения на ковриках). Развитие силы и силовой выносливости. Кардио - упражнения. Степ-аэробика. Дыхательная гимнастика. Упражнения на ловкость и координацию.

3. **Гимнастика. Акробатика. Растяжка (36 часа).**

Теория: информирование о технике исполнения гимнастических упражнений на полу, у стены и станка.

Практика: повторение программы первого года обучения. Упражнения на полу, направленные на выработку правильной осанки, развитие и укрепление мышц, силы и выворотности ног, гибкости, подвижности суставов и натянутости ног в колене, подъеме и пальцах, а также выработки хорошего танцевального шага.

Информирование о технике исполнения акробатических элементов. Страховка при работе в парах. Практика: повтор программы первого года обучения (выполнение базовых акробатических упражнений; комплекс специальных упражнений на сохранение равновесия и вращением тела с опорой и без опоры; стойки на руках и на голове). Выполнение упражнения «колесо» на правую и левую руку. Изучение парных упражнений и поддержек.

Информирование о технике выполнения упражнений на растяжку. Практика: повторение программы первого года обучения (выполнение комплекса упражнений на растяжку стоя, сидя на полу и возле станка). Работа в парах.

4. **Изучение современных танцевальных направлений (36 часов).**

Танцевальный стиль «хип-хоп».

Теория: повторение ранее изученного материала.

Практика: разбор новых элементов и степов. Составление схем и проработка их исполнения с разной скоростью. Упражнения на музыкальность: разбор композиции на инструментальные и вокальные партии, ритм секций, выделение акцентов и сильных долей в музыке.

Танцевальный стиль «ваакинг».

Теория: повторение ранее изученного материала: крутки, линии, точки, степы.

Практика: дополнительные упражнения для работы в пространстве, пластики движений рук и тела (волны «вверх-вниз, справа на лево и наоборот, переборы пальца от большого к мизинцу и т.д.). Составление и отработка танцевальных схем с изменением скорости (от медленного к быстрому).

Танцевальный стиль «вог».

Знакомство с танцевальным стилем, его историей, характерными отличиями, прародителями и именитыми танцорами, подвигающими его культуру.

Vogue, voguing или вог — стиль танца, базирующийся на модельных позах и подиумной походке. Отличительные особенности: быстрая техника движения руками, вычурная манерная походка, падения, вращения, обильное количество позировок, эмоциональная игра. Исполняется вог под музыку в стиле хаус (House).

Танцевальный стиль имеет три основных направления, каждый из которых имеет свои ярко выраженные особенности (Old Way — позировки, New Way — акробатика, Vogue Femme — женственность).

Old Way включает в себя элементы самого раннего вога, каким он был до 90-х годов. Old Way основан на ярко выраженном позировании и подчиняется трем основным принципам: Style, Precision и Grace (стиль, точность, грация).

New Way — новое течение стиля вог, возникшее после 90-х. Включает в себя элементы, требующие полной концентрации, балансировки и контроля над телом. New Way базируется на различных танцевальных техниках, акробатических элементах, флексинге и растяжке.

Vogue Femme — самое женственное направление танца, подчиняющееся пятиосновным элементам: Catwalk (кошачья походка), Duckwalk (утиная походка), Hands performance (выступление рук), Spins&Dips (повороты и падения) и Floor performance (выступление на полу). Vogue Femme базируется на женственности, подчёркивании линий фигуры.

Практика: на данном этапе происходит знакомство с данными подстилями, умением их различать, обучение основным элементам и манере исполнения данного стиля.

5. Постановка номеров и отработка хореографии (62 часа).

Разучивание танцевальных связок, отработка синхронности и чистоты исполнения движений, разработка рисунков и передвижение по ним. Составление танцевальных номеров. Повторение и отработка номеров.

6. **Развитие особых танцевальных навыков (18 часов).**

Практика: выполнение упражнений на работу в команде, в паре, соло. Занятия по актерскому мастерству и на расширение эмоционального диапазона ребенка. Развитие навыков импровизации. Упражнения на работу в пространстве.

7. **Мастер-классы (8 часов).**

Новый формат обучения, включающий в себя практические занятия с повышенным уровнем сложности материала. Приглашение на занятия экспертов в разных областях танцевального искусства. В ходе мастер-класса обучающийся получает большой объём новой информации за короткий промежуток времени, что благоприятно сказывается на развитии концентрации и внимания ребенка, а также способствует выходу из «зоны комфорта» обычных занятий. На отдельных занятиях присутствует система прохода «в селект» - хореограф выбирает лучших исполнителей по итогу занятия, что так же стимулирует активную работу каждого танцора проявить лидерские качеств на протяжении всего занятия.

8. **Посещение мероприятий и концертная деятельность (8 часов)**

Практика: Знакомство с творчеством других танцевальных коллективов. Участие в концертах различного уровня. Культура исполнителя. Поведение на сцене.

9. **Теория. История танца и танцевальных стилей (10 часов).**

Изучение материалов, исторических фактов, географических особенностей, именитых людей известных как создатели стиля и внесших большой вклад в развитие танцевальной индустрии. Освоение терминологии, используемой в хореографии.

10. **Итоговое занятие (2 часа).**

Открытое занятие для родителей (2 раза в год). Диагностика. Подведение итогов за год. Обсуждение плана занятий на следующий учебный год.

Практика: открытое занятие. Повторение выученных связок танцевальных направлений. Презентация танцевальных номеров.

Содержание занятий шестого года обучения

Шестой год обучения – период оттачивания мастерства и внедрения такой практики как «сотворчество» через импровизацию (21-23 года). Цель: добиться высокого уровня исполнительского мастерства каждого учащегося. Обучение на данном этапе завершает работу по данной программе, закрепляя все полученные ранее знания путем повышения требований к знанию и исполнению элементов всех ранее изученных танцевальных стилей.

Главная задача - сохранение достигнутых результатов и расширение пространства для самостоятельного творчества и реализации собственных идей.

На ряду с изучением новых танцевальных направлений и работой над более сложной лексикой уже знакомых стилей, импровизация выходит на новый уровень – работа по группам. На этом этапе молодые танцоры учатся самостоятельно наполнять содержимым танец, создавать образы и работать над их воплощением.

1. Инструктаж по технике безопасности (2 часа).

Правила поведения в зале, на улице, в общественных местах, при пожаре и землетрясении. Правила безопасности при работе с атрибутикой, в парах, при исполнении акробатических элементов.

2. Общая физическая подготовка (36 часов).

Теория: повторение правильного выполнения упражнений, техника безопасности.

Практика: повторение комплекса упражнений первого года обучения (силовые упражнения на все группы мышц, упражнения на ковриках). Развитие силы и силовой выносливости. Кардио - упражнения. Степ-аэробика. Дыхательная гимнастика. Упражнения на ловкость и координацию.

3. Гимнастика. Акробатика. Растяжка (34 часа).

Теория: информирование о технике исполнения гимнастических упражнений на полу, у стены и станка.

Практика: повторение программы первого года обучения. Упражнения на полу, направленные на выработку правильной осанки, развитие и укрепление мышц, силы и выворотности ног, гибкости, подвижности суставов и натянутости ног в колене, подъеме и пальцах, а также выработки хорошего танцевального шага.

Теория: информирование о технике исполнения акробатических элементов. Страховка при работе в парах.

Практика: повтор программы первого года обучения (выполнение базовых акробатических упражнений; комплекс специальных упражнений на сохранение равновесия и вращением тела с опорой и без опоры; стойки на руках и на голове). Выполнение упражнения «колесо» на правую и левую руку. Изучение парных упражнений и поддержек.

Теория: информирование о технике выполнения упражнений на растяжку.

Практика: повторение программы первого года обучения (выполнение комплекса упражнений на растяжку стоя, сидя на полу и возле станка). Работа в парах.

4. Изучение современных танцевальных направлений (36 часов).

Повторение ранее изученного материала по современным направлениям (hip-hop, house, waacking, vogue, dancehall, popping). Коллаборация стилей путем объединения схожих по технике, подаче или музыкальному

сопровождению (хип-хоп и хаус, ваакинг и вог и т.д.). развитие музыкальности. Составление и отработка танцевальных схем, импровизация.

5. Постановка номеров и отработка хореографии (70 часа).

Разучивание танцевальных связок, отработка синхронности и чистоты исполнения движений, разработка рисунков и передвижение по ним. Составление танцевальных номеров. Повторение и отработка номеров.

6. Развитие особых танцевальных навыков (18 часов).

Выполнение упражнений на работу в команде, в паре, соло. Занятия по актерскому мастерству и на расширение эмоционального диапазона ученика. Развитие навыков импровизации. Упражнения на работу в пространстве.

7. Мастер-классы (8 часов).

Новый формат обучения, включающий в себя практические занятия с повышенным уровнем сложности материала. Приглашение на занятия экспертов в разных областях танцевального искусства. В ходе мастер-класса обучающийся получает большой объём новой информации за короткий промежуток времени, что благоприятно сказывается на развитии концентрации и внимания ребенка, а также способствует выходу из «зоны комфорта» обычных занятий. На отдельных занятиях присутствует система прохода «в селект» - хореограф выбирает лучших исполнителей по итогу занятия, что так же стимулирует активную работу каждого танцора проявить лидерские качеств на протяжении всего занятия.

8. Посещение мероприятий и концертная деятельность (8 часов) Знакомство с творчеством других танцевальных коллективов. Участие в концертах различного уровня. Культура исполнителя. Поведение на сцене.

9. Итоговое занятие (2 часа).

Открытое занятие (2 раза в год). Диагностика. Подведение итогов за год. Обсуждение плана занятий на следующий учебный год. Повторение выученных связок танцевальных направлений. Презентация танцевальных номеров.

Методика преподавания на всех годах обучения сочетает в себе упражнения на общую физическую подготовку, гимнастические и акробатические элементы, танцевальная база, но главный акцент делается на освоение направлений современной и спортивной хореографии. Большую роль играет индивидуальный подход к каждому учащемуся, учитываются его природные хореографические данные, контактность, особенности характера и поведения в студии.

Критериями оценки результатов обучения служит освоение комплексной программы обучения, успешное участие в фестивалях и конкурсах, а также создание стабильного коллектива, заинтересованность учащихся в выбранном

виде деятельности. Возможен досрочный перевод учащихся на следующий год обучения по результатам диагностики и аттестации.

1.4. Планируемые результаты освоения программы

Предметные результаты:

В результате обучения по программе обучающиеся будут знать:

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

Обучающиеся будут уметь:

- исполнять основные танцевальные движения в манере современных молодежных направлений танца;
- владеть мелкой техникой, уметь справляться с быстрыми темпами; выполнять упражнения на развитие физических данных, владеть навыками сохранения и поддержки собственной физической формы;

- определять средства музыкальной выразительности в контексте хореографического образа и самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ;

- создавать комбинации различной степени сложности, используя знания современного лексического материала;

- отражать в танце особенности исполнительской манеры разных стилей современной хореографии;

- творчески реализовать поставленную задачу;

- владеть навыками музыкально-пластического интонирования, исполняя движения и комбинации артистично и музыкально;

- владеть навыками ансамблевого исполнения танцевальных номеров;

- владеть навыками сценической практики.

Метапредметные результаты:

- повышение уровня культурного развития личности;

- развитие учебно-интеллектуальных умений и навыков (использование специальной литературы и компьютерных источников информации);

- развитие коммуникативности и эмпатии; владением технической и эмоциональной уверенностью в танце, в т.ч. в ситуации сценического выступления; развитием учебно-организационных умений и навыков

(организация рабочего пространства, соблюдение техники безопасности, аккуратность в выполнении работы).

Личностные результаты:

- проявление трудолюбия и самодисциплины, воли и выносливости; навыками самооценки;
- ответственность за собственный и коллективный результат;
- способность справиться с конфликтной ситуацией; установлением и укреплением дружеских взаимоотношений в коллективе.

Раздел № 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Год обучения, номер группы	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Продолжительность каникул
2-й год 1-я группа	07.09.2023	31.05.2024	36	110	216	29.12.2023 – 07.01.2024 01.06.2024 – 06.09.2024
2-й год 2-я группа	07.09.2023	31.05.2024	36	110	216	29.12.2023 – 07.01.2024 01.06.2024 – 06.09.2024

2.2. Условия реализации программы

Материально – техническое обеспечение

Качественное обучение учащихся зависит не только от высокопрофессионального преподавательского состава, правильно выстроенного учебного процесса, но и от необходимых условий для проведения учебных и репетиционных занятий.

Организация рабочего места:

- просторный специализированный класс (зеркальная стена, деревянный пол) с раздевалками, соответствующий санитарным и противопожарным нормам, технике безопасности;

Оборудование:

– музыкальный центр;
– видеокамера;

– демонстрационный комплекс (интерактивная доска или экран, мультимедиа-проектор, персональный компьютер или ноутбук с установленным лицензионным программным обеспечением).

Информационное обеспечение

Доступ к сети интернет, аудио/видео оборудование.

Кадровое обеспечение

Педагог дополнительного образования художественной направленности, специализация – хореография.

2.3. Формы аттестации

Основные формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

– тестирование;
– анкетирование;
– гимнастический тест;
– журнал посещаемости;
– грамоты и дипломы;
– фото и видеоматериалы;
– свидетельство (сертификат);
– портфолио;
– отзывы.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:

– аналитические справки;
– диагностические карты;
– открытые уроки;
– концерты;
– конкурсах;
– творческие задания, и т.д.

2.4. Оценочные материалы

Входной, промежуточный, итоговый контроль и концертное выступление оцениваются по 5-ти бальной системе. С учетом целесообразности оценка качества исполнения может быть дополнена системой «+» и «-», что даст возможность более конкретно отметить уровень восприятия материала учащимися.

Оценка	Критерии оценивания
5	Технически качественное и художественно

(высокий уровень)	осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения
4 (выше среднего)	Отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном смысле)
3 (средний)	Исполнение с большим количеством недочетов, а именно: недоученные движения, слабая техническая подготовка, малохудожественное исполнение, отсутствие свободы исполнения и т. д.
2 (ниже среднего) («неудовлетворительно»)	Комплекс недостатков, являющийся следствием отсутствия самостоятельной работы над ошибками, а также плохая посещаемость занятий.
«зачет» (без отметки)	Отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.

Входной контроль. Первый год обучения

Цель: определить уровень специальных данных у учащихся для занятий в хореографическом коллективе.

Разделы программы	Программный материал	форма контроля
Хореографические данные	- шаг; -гибкость; -выворотность; -подъем стопы; - прыжок; -координация.	тестирование
Музыкальные данные	- слух; - ритм;	тестирование
Коммуникативные данные	- игровая активность; - дружелюбие; - воспитанность; - навык работы в коллективе.	тестирование
Общеразвивающие упражнения	-элементы разминки на середине зала	Тестирование
Ритмика	-начинает движение после	Зачет

	вступления и заканчивает в соответствии с музыкальной фразой; -различает характер музыки и отображает в движении.	
Классический танец	- постановка корпуса у станка и на середине зала	Контрольное занятие
Акробатика	- кувырок вперед; - «мост»; - «шпагат»	Контрольное занятие
Владение репертуаром	- участвует в танцевальной композиции	Зачет
Коммуникативность	- дисциплина; -ответственность; -честность; -активность; -контроль поведения; -самостоятельность; - навык коллективной деятельности (игра)	тестирование
Общеразвивающие упражнения	-элементы разминки на середине зала; -элементы партерной гимнастики	Контрольное занятие
Ритмика	- азбука музыкального движения	Контрольное занятие
Классический танец	- схема класса; - позиции ног и рук; - элементы экзерсиса у станка	Контрольное занятие
Акробатика	- «колесо»	Контрольное занятие

Входной контроль. Второй год обучения

Цель: определить уровень специальных знаний, умений, навыков детей в области хореографического образования после длительных летних каникул.

Разделы программы	Программный материал	Форма контроля
Общеразвивающие упражнения	-комплекс разминки на середине зала;	Контрольное занятие

	-комплекс партерной гимнастики	
Классический танец	- элементы экзерсиса у станка; -элементы экзерсиса на середине; - специальная терминология	Контрольное занятие
Акробатика	- стойка на руках	Контрольное занятие
Владение репертуаром	- исполнения танцевальных композиций ансамбля: - массовый танец; - групповой танец; - соло в танцевальной композиции; - сольный номер	зачет
Коммуникативность	-навыки социального поведения; -взаимодействие с участниками разных возрастных групп	тестирование

Входной контроль. Третий год обучения

Цель: определить уровень специальных знаний, умений, навыков учащихся в области хореографического образования после длительных летних каникул.

Разделы программы	Программный материал	Форма контроля
Классический танец	- экзерсис у станка; - экзерсис на середине; - специальная терминология; - allegro	Контрольное занятие
Современный танец	-элементы джазовой разминки	Контрольное занятие
Владение репертуаром	- участие в танцевальной композиции; - исполнение танцевальных композиций ансамбля: - массовый танец;	зачет

	- групповой танец; - соло в танцевальной композиции; - сольный номер	

Входной контроль. Четвертый год обучения.

Цель: определить уровень специальных знаний, умений, навыков учащихся в области хореографического образования после длительных летних каникул и готовность к восприятию нового материала повышенного уровня сложности.

Разделы программы	Программный материал	Форма контроля
Классический танец	- экзерсис у станка; - экзерсис на середине; - специальная терминология; - allegro	Контрольное занятие
Современный танец	- отличительные характеристики стиля и элементы танцевальных направлений, (хип-хоп, дэнсхолл, поппинг и т.д.)	Контрольное занятие, тетирование.
Владение репертуаром	- участвует в танцевальной композиции; - исполнение танцевальных композиций ансамбля: - массовый танец; - групповой танец; - соло в танцевальной композиции; - сольный номер	зачет
Акробатика, гимнастика, растяжка.	- шпагат (продольный, поперечный); -кувырки, прыжки, колеса; - гимнастические элементы (коробочка, мост, березка и т.д.).	зачет
Общая физическая подготовка.	- Общие силовые упражнения (подъем корпуса, подъем таза, отжимания и т.д.);	зачет

	- бег; - берпи; -групповые упражнения.	

Входной контроль. Пятый год обучения.

Цель: определить уровень специальных знаний, умений, навыков учащихся в области хореографического образования после длительных летних каникул и готовность к восприятию нового материала повышенного уровня сложности.

Разделы программы	Программный материал	Форма контроля
Современный танец	-отличительные характеристики стиля и элементы танцевальных направлений (хип-хоп, хаус, ваакинг и т.д.)	Контрольное занятие; тестирование.
Владение репертуаром	- участвует в танцевальной композиции; - исполнение танцевальных композиций ансамбля: - массовый танец; - групповой танец; - соло в танцевальной композиции; - сольный номер	зачет
Акробатика, гимнастика, растяжка.	- шпагат (продольный, поперечный); -кувырки, прыжки, колеса; - гимнастические элементы (коробочка, мост, березка и т.д.).	зачет
Общая физическая подготовка.	- Общие силовые упражнения (подъем корпуса, подъем таза, отжимания и т.д.); - бег; - берпи; -групповые упражнения.	зачет
Импровизация	- занятие в свободной форме: пати-дэнс, джем.	зачет

Входной контроль. Шестой год обучения.

Цель: определить уровень специальных знаний, умений, навыков учащихся в области хореографического образования после длительных летних каникул и готовность к восприятию нового материала повышенного уровня сложности.

Разделы программы	Программный материал	Форма контроля
Современный танец	- отличительные характеристики стиля и элементы танцевальных направлений (хип-хоп, хаус, ваакинг, вог, дэнсхолл, поппинг и т.д.)	Контрольное занятие, тестирование.
Владение репертуаром	- участвует в танцевальной композиции; - исполнение танцевальных композиций ансамбля: - массовый танец; - групповой танец; - соло в танцевальной композиции; - сольный номер	зачет
Акробатика, гимнастика, растяжка.	- шпагат (продольный на правую и левую ногу, поперечный); - кувырки, прыжки, колеса, рондад, переворот, прыжок через партнера; - гимнастические элементы (коробочка, мост, березка и т.д.).	зачет
Общая физическая подготовка.	- Общие силовые упражнения (подъем корпуса, подъем таза, отжимания и т.д.); - бег; - берпи; -групповые упражнения.	зачет
Импровизация	- занятие в свободной форме: пати-дэнс, джем.	зачет

Промежуточный контроль. Первый год обучения

Цель: определить уровень развития специальных хореографических данных и коммуникативных возможностей.

Разделы программы	Программный материал	Форма контроля
Общеразвивающие упражнения	-поклон -разминка -партерная гимнастика	Открытое занятие
Ритмика	- прыжки с хлопками -марш на месте, в повороте по точкам	Открытое занятие
Танцевальные элементы	- «лягушата»	Открытое занятие
Коммуникативные данные	- дисциплина; -правдивость; - конфликтность; -отзывчивость.	Тестирование

Промежуточный контроль. Второй год обучения

Цель: определить уровень специальных знаний у учащихся в области хореографического образования.

Разделы программы	Программный материал	Форма контроля
Классический танец	Теоретические вопросы по классическому танцу.	тестирование
Современная хореография.	Общие теоретические вопросы о современных танцевальных направлениях.	беседа

Промежуточный контроль. Третий год обучения

Цель: определить уровень специальных знаний у учащихся в области хореографического образования.

Разделы программы	Программный материал	Форма контроля
Классический танец.	Теоретические вопросы по классическому танцу.	тестирование
Современные танцевальные стили.	Общие теоретические вопросы по направлениям хип-хоп, хаус и др.	беседа

Промежуточный контроль. Четвертый год обучения.

Цель: определить уровень специальных знаний у учащихся в области хореографического образования.

Разделы программы	Программный материал	Форма контроля
Современные танцевальные стили.	Теоретические вопросы по современным танцевальным стилям, как хип-хоп, вакинг, дэнсхолл и другие.	тестирование
Современные танцевальные стили.	Общие теоретические вопросы по современным танцевальным направлениям.	беседа
Импровизация	Пати-дэнс, джем.	Практическое занятие.

Промежуточный контроль. Пятый год обучения.

Цель: определить уровень специальных знаний у учащихся в области хореографического образования.

Разделы программы	Программный материал	Форма контроля
Современные танцевальные стили.	Теоретические вопросы по современным танцевальным стилям, как, вакинг, вог и другие.	тестирование
Современные танцевальные стили.	Общие теоретические вопросы по современным танцевальным направлениям.	беседа
Импровизация	Пати-дэнс, джем.	Практическое занятие.

Промежуточный контроль. Шестой год обучения.

Цель: определить уровень специальных знаний у учащихся в области хореографического образования.

Разделы программы	Программный материал	Форма контроля
Современные танцевальные стили.	Теоретические вопросы по ранее изученным современным танцевальным направлениям.	тестирование
Современные	Общие теоретические	беседа

танцевальные стили.	вопросы по всем ранее изученным танцевальным направлениям.	
Импровизация	Пати-дэнс, джем.	Практическое занятие.

Итоговый контроль. Первый год обучения.

Цель: определить уровень специальных знаний, умений, навыков у учащихся в области хореографического образования

Разделы программы	Программный материал	Форма контроля
1.Общеразвивающие упражнения	Выявление развития природных психофизических способностей	Тестирование
2.Ритмика	Выполнение простых ритмических движений	Открытое занятие
3.Танцевальные элементы	Простейшие танцевальные комбинации	Открытое занятие
4.Постановка танцев и формирование репертуара	Участвует в танцевальной композиции	экзамен

Итоговый контроль. Второй год обучения

Цель: определить уровень специальных знаний, умений, навыков у учащихся в области хореографического образования**.**

Разделы программы	Программный материал	Форма контроля
1.Общеразвивающие упражнения	-комплекс разминки на середине зала, по кругу	Контрольное занятие
2.Классический танец	- элементы экзерсиса у станка, держась одной рукой.	Контрольное занятие
3.Владение репертуаром	- исполнение танцевальных композиций ансамбля: - массовый танец; - групповой танец; - соло в танцевальной	экзамен

	композиции; - сольный номер	

Итоговый контроль. Третий год обучения

Цель: определить уровень специальных знаний, умений, навыков у учащихся в области хореографического образования.

Разделы программы	Программный материал	Форма контроля
1.Общеразвивающие упражнения	- разогрев мышц и суставно-связочного аппарата для эффективной растяжки	Контрольное занятие
2.Классический танец	- экзерсис у станка; -экзерсис на середине; - allegro	Контрольное занятие
3.Современный танец	- джазовые элементы	Контрольное занятие
4.Владение репертуаром	- исполнение танцевальных композиций ансамбля: - массовый танец; - групповой танец; - соло в танцевальной композиции; - сольный номер	экзамен

Итоговый контроль. Четвертый год обучения

Цель: определить уровень специальных знаний, умений, навыков у учащихся в области хореографического образования.

Разделы программы	Программный материал	Форма контроля
1.Общеразвивающие упражнения	- разогрев мышц и суставно-связочного аппарата для эффективной растяжки	Контрольное занятие
2. Акробатика, растяжка, гимнастика.	- шпагат (продольный на правую и левую ногу, поперечный); - кувырки, прыжки, колеса, рондад, переворот, прыжок через партнера; - гимнастические элементы (коробочка, мост, березка и	Контрольное занятие

	т.д.).	
3.Современный танцевальные направления.	Элементы и танцевальные связки в стиле хаус, вакинг, хип-хоп и т.д.	Контрольное занятие
4.Владение репертуаром	- исполнение танцевальных композиций ансамбля: - массовый танец; - групповой танец; - соло в танцевальной композиции; - сольный номер	экзамен

Итоговый контроль. Пятый год обучения

Цель: определить уровень специальных знаний, умений, навыков у учащихся в области хореографического образования.

Разделы программы	Программный материал	Форма контроля
1.Общеразвивающие упражнения	- разогрев мышц и суставно-связочного аппарата для эффективной растяжки	Контрольное занятие
2. Акробатика, растяжка, гимнастика.	- шпагат (продольный на правую и левую ногу, поперечный); - кувырки, прыжки, колеса, рондад, переворот, прыжок через партнера; - гимнастические элементы (коробочка, мост, березка и т.д.).	Контрольное занятие
3.Современный танцевальные направления.	Элементы и танцевальные связки в стиле, хаус, вакинг, вог, хип-хоп, поппинг и т.д.	Контрольное занятие
4.Владение репертуаром	- исполнение танцевальных композиций ансамбля: - массовый танец; - групповой танец; - соло в танцевальной композиции; - сольный номер	экзамен

Итоговый контроль. Шестой год обучения

Цель: определить уровень специальных знаний, умений, навыков у учащихся в области хореографического образования.

Разделы программы	Программный материал	Форма контроля
1.Общеразвивающие упражнения	- разогрев мышц и суставно-связочного аппарата для эффективной растяжки	Контрольное занятие
2. Акробатика, растяжка, гимнастика	- шпагат (продольный на правую и левую ногу, поперечный); - кувырки, прыжки, колеса, рондад, переворот, прыжок через партнера; - гимнастические элементы (коробочка, мост, березка и т.д.).	Контрольное занятие
3.Современный танцевальные направления	Элементы и танцевальные связки в стиле дэнсхолл, хаус, вакинг, вог, хип-хоп поппинг, джаз-фанк т.д.	Контрольное занятие
4.Владение репертуаром	- исполнение танцевальных композиций ансамбля: - массовый танец; - групповой танец; - соло в танцевальной композиции; - сольный номер	экзамен

2.5. Методические материалы

Особенности организации образовательного процесса

Занятия в студии проходят в очном формате. Но программой предусмотрена возможность проведения занятий и в дистанционном формате по определенным разделам в случае необходимости.

Методы обучения:

- словесный (рассказ, объяснение, беседа);
- наглядный (метод иллюстраций, демонстраций);
- практический (упражнения, практические занятия, творческие работы).

Методы воспитания:

- поощрение;
- стимулирование;
- мотивация.

Формы организации образовательного процесса

- групповая: организация творческого взаимодействия между всеми детьми одновременно (репетиция, постановочная работа, концерт);
- индивидуальная*:* организуется для работы с одаренными детьми, солистами, для коррекции пробелов в знаниях и отработки отдельных навыков.

Формы организации учебного занятия:

- репетиции;
- открытые занятия;
- отчетные концерты.

Педагогические технологии – технология группового обучения.

Дидактические материалы: учебные пособия, аудио- и видеозаписи, литература по описанию специфики танцев разных направлений, схемы рисунков танцев.

Методическое обеспечение дополнительной общеобразовательной программы					
№	**Тема**	**Формы занятий**	**Методы организации учебного процесса**	**Оборудование, дидактический и наглядный материал**	**Форма подведения итогов**
1 год обучения					
1	Вводное занятие	Беседа, экскурсия.	Словесные: рассказ; наглядные: наблюдение, демонстрация	Документы, фото, грамоты, свидетельствующие о достижениях ансамбля. ученическая доска. Аудио и видео материалы	Анкетирование, тесты.
2.	Общая физическая подготовка	Практическое занятие, беседа, репетиция	Словесные: объяснение, рассказ; наглядные:	Таблицы, плакаты, ученическая доска,	Опрос, контрольные упражнения,

			демонстрация педагогом; практические: упражнения, занятия	гимнастические коврики, Музыкальная аппаратура	
3.	Гимнастика, акробатика, растяжка	Практическое занятие, беседа, репетиция	Словесные: объяснение, наглядные: демонстрация педагогом; практические: упражнения, занятия; репродуктивный метод	Реквизит: магнитофон диски, флешкарты, музыкальная аппаратура	Опрос, контрольные упражнения,
4.	Классический танец, базовые элементы	Практическое занятие, беседа, репетиция	Словесные: объяснение, наглядные: демонстрация педагогом; практические: упражнения, занятия; репродуктивный метод	Видеозапись элементов экзерсиса, танцевальных этюдов, фотоальбомы о творчестве известных танцоров. Аудио и видео техника. Станок, фото и видео материал, специальная литература, музыкальная аппаратура.	Опрос, контрольные упражнения
5.	Работа над техникой «по диагонали»	Практическое занятие, беседа, репетиция	Словесные: объяснение, рассказ; наглядные: демонстрация педагогом, практические: упражнения, занятия; репродуктивный метод	Иллюстративный материал, аудио и видео техника.	Контрольные упражнения,

6.	Базовые элементы современной хореографии. Знакомство с танцевальными стилями. Современные танцевальные направления (хип-хоп, хаус, денс-холл, джаз-фанк, поппинг). Направление спортивной хореографии «Чир-данс».	Практическое занятие, беседа, репетиция	Словесные: объяснение, рассказ; наглядные: практические: упражнения, занятия, исполнение выученных элементов самостоятельно, импровизация.	Аудио и видео техника	Контрольные упражнения
7	Танцевальная импровизация	Практическое занятие, беседа, репетиция	Наглядные: практические: упражнения, занятия, исполнение выученных элементов.	Аудио и видео техника	Контрольные упражнения
8.	Постановка и отработка танцевальных номеров	Практическое занятие, концерт, экскурсия	Словесные: беседа; наглядные: экскурсия; практические методы	Костюмы, реквизит, фонограммы, аудио и видео техника	Контрольные упражнения
9.	Посещение мероприятий и концертная деятельность	концерт	Словесные: беседа; наглядные, практические методы	Музыкальная аппаратура	Контрольные упражнения, концерт
10.	Теория. История танца и танцевальных стилей.	лекция	Словесные: Беседа. Наглядные: лекции, пособия, видео	Компьютер, веб-камера, выход в интернет.	Опрос, контрольные упражнения, тестирование.

			материалы. Практические: Конспектирование.		
11.	Итоговое занятие	контрольные упражнения, занятие	Практический метод	реквизит, фонограммы, аудио и видео техника	Контрольные упражнения, открытое занятие
2 год обучения					
1	Вводное занятие	Беседа, экскурсия.	Словесные: рассказ; наглядные: наблюдение, демонстрация	Тесты	Анкетирование
2.	Общая физическая подготовка	Практическое занятие, беседа, репетиция	Словесные: объяснение, рассказ; наглядные: демонстрация педагогом; практические: упражнения, занятия	Таблицы, плакаты, ученическая доска, коврики, карематы, Музыкальная аппаратура	Опрос, контрольные упражнения,
3.	Гимнастика, акробатика, растяжка	Практическое занятие, беседа, репетиция	Словесные: объяснение, наглядные: демонстрация педагогом; практические: упражнения, занятия; репродуктивный метод	Реквизит: магнитофондиски, флешкарты, музыкальная аппаратура	Опрос, контрольные упражнения,
4.	Работа над техникой «по диагонали»	Практическое занятие, беседа, репетиция	Словесные: объяснение, рассказ; наглядные: демонстрация педагогом, практические:	Иллюстративный материал, аудио и видео техника.	Контрольные упражнения

			упражнения, занятия; репродуктивный метод		
5.	Углубленное изучение современных танцевальных направлений (хип-хоп, хаус, денс-холл, джаз-фанк, поппинг). Направление спортивной хореографии «Чир-данс».	Практическое занятие, беседа, репетиция	Словесные: объяснение, рассказ; наглядные: практические: упражнения, занятия, исполнение выученных элементов самостоятельно, импровизация.	Аудио и видео техника	Контрольные упражнения
6	Танцевальная импровизация	Практическое занятие, беседа, репетиция	Наглядные: практические: упражнения, занятия, исполнение выученных элементов.	Аудио и видео техника	Контрольные упражнения
7.	Постановка и отработка танцевальных номеров	Практическое занятие, концерт, экскурсия	Словесные: беседа; наглядные: экскурсия; практические методы	Костюмы, реквизит, фонограммыаудио и видео техника	Контрольные упражнения
8.	Посещение мероприятий и концертная деятельность	концерт	Словесные: беседа; наглядные, практические методы	Музыкаль-ная аппаратура	Контрольные упражнения, концерт
9.	Теория. История танца и	лекция	Словесные: Беседа. Наглядные:	Компьютер, веб-камера, выход в интернет.	Опрос, контрольные упражнения, тестирование.

	танцевальных стилей.		лекции, пособия, видео материалы. Практические: Конспектирование.		
10.	Итоговое занятие	контрольные упражнения, занятие	Практический метод	реквизит, фонограммы аудио и видео техника	Контрольные упражнения, открытое занятие
3 год обучения					
1.	Введение. Правила ТБ. Инструктаж.	Беседа, экскурсия.	Словесные: рассказ; наглядные: наблюдение, демонстрация	Тесты. Аудио и видео материалы	Анкетирование
2.	Общая физическая подготовка.	Практическое занятие, игра, репетиция	Словесные: объяснение, наглядные: демонстрация педагогом; практические: упражнения	Таблицы, плакаты, Музыкальная аппаратура	Опрос, контрольные упражнения
3.	Гимнастика. Растяжка.	Практическое занятие, репетиция	Словесные: объяснение, наглядные: демонстрация педагогом; практические: упражнения, занятия; репродуктивный метод	Реквизит: Музыкальная аппаратура .	Опрос, контрольные упражнения
4.	Работа над техникой «по диагонали»	Практическое занятие, беседа, репетиция	Словесные: объяснение, наглядные: демонстрация педагогом; практические: упражнения,	Аудио и видео техника.	Опрос, контрольные упражнения

			занятия; репродуктивный метод		
5.	Углубленное изучение современных танцевальных направлений (поппинг, хип-хоп, хаус)	Практическое занятие, беседа, репетиция	Словесные: объяснение, наглядные: демонстрация педагогом, практические: упражнения, занятия; репродуктивный метод	Аудио и видео техника	Опрос, контрольные упражнения
6	Танцы народов мира.	Практическое занятие, игра, беседа, репетиция	Словесные: объяснение, наглядные: демонстрация педагогом, практические: упражнения, занятия; репродуктивный метод	Гимнастические маты, иллюстративный материал, аудио и видео техника	Контрольные упражнения
7.	Танцевальная импровизация.	Практическое занятие, игра, беседа, репетиция	Словесные: объяснение, рассказ; наглядные: демонстрация педагогом, практические: упражнения	Реквизит: зеркало, коробки, игрушки, аудио и видео техника	Контрольные упражнения
8.	Постановка и отработка танцевальных номеров.	Практическое занятие, беседа, репетиция, концерт	Словесные: объяснение, рассказ; наглядные: демонстрация педагогом, практические: упражнения, занятия	Костюмы, реквизит, фонограммы аудио и видео техника	Открытое занятие, концерт

9.	Посещение мероприятий и концертная деятельность.	Открытое занятие, концерт, экскурсия	Словесные: беседа; наглядные: экскурсия; практические методы	Костюмы, реквизит, фонограммы, аудио и видео техника	Контрольные упражнения
10	Теория. История танца и танцевальных стилей.	лекция	Словесные: Беседа. Наглядные: лекции, пособия, видео материалы. Практические: Конспектирование.	Компьютер, веб-камера, выход в интернет.	Опрос, контрольные упражнения, тестирование.
11	Итоговое занятие	Концерт, контрольные упражнения, открытое занятие	Практический метод	Костюмы, реквизит, фонограммы аудио и видео техника	Контрольные упражнения, концерт

4 год обучения					
1	Вводное занятие	Беседа, экскурсия.	Словесные: рассказ; наглядные: наблюдение, демонстрация	Документы, фото, грамоты, свидетельствующие о достижениях ансамбля. ученическая доска. Аудио и видео материалы	Анкетирование, тесты.
2	Общая физическая подготовка	Практическое занятие, беседа, репетиция	Словесные: объяснение, рассказ; наглядные: демонстрация педагогом; практические: упражнения, занятия	Таблицы, плакаты, ученическая доска, гимнастические коврики, Музыкальная аппаратура	Опрос, контрольные упражнения.

3	Гимнастика, акробатика, растяжка.	Практическое занятие, беседа, репетиция	Словесные: объяснение, наглядные: демонстрация педагогом; практические: упражнения, занятия; репродуктивный метод	Реквизит: магнитофон диски, флешкарты, музыкальная аппаратура	Опрос, контрольные упражнения.
4	Изучение современных танцевальных направлений (hip-hop, house, waacking).	Практическое занятие, беседа, репетиция	Словесные: объяснение, наглядные: демонстрация педагогом; практические: упражнения, занятия; репродуктивный метод.	Видеозапись исполнения элементов, танцевальных этюдов, фотоальбомы о творчестве известных танцоров. Аудио и видео техника. Фото и видео материал, специальная литература, музыкальная аппаратура.	Опрос, контрольные упражнения.
5	Постановка танцевальных номеров и отработка хореографии.	Практическое занятие, беседа, репетиция.	Словесные: объяснение, рассказ; наглядные: демонстрация педагогом, практические: упражнения, занятия; репродуктивный метод.	Аудио и видео техника.	Контрольные упражнения.
6	Развитие особых танцевальных навыков (импровизация, актерское мастерство, работа в пространстве	Практическое занятие, беседа, репетиция	Словесные: объяснение, рассказ; наглядные: практические: упражнения, занятия, исполнение выученных	Аудио и видео техника	Контрольные упражнения

	и т.д.)		элементов самостоятельно, импровизация.		
7	Мастер-классы от экспертов (повышение уровня исполнительской деятельности на занятиях приглашенных хореографов).	Практическое занятие, беседа, репетиция.	Наглядные: практические: упражнения, занятия, исполнение выученных элементов.	Аудио и видео техника	Контрольные упражнения
8	Посещение и участие в мероприятиях, концертная деятельность.	концерт	Словесные: беседа; наглядные, практические методы	Музыкальная аппаратура	Контрольные упражнения, концерт
9	Итоговое занятие	контрольные упражнения, занятие	Практический метод	реквизит, фонограммы, аудио и видео техника	Контрольные упражнения, открытое занятие
10	Теория. История танца и танцевальных стилей.	лекция	Словесные: Беседа. Наглядные: лекции, пособия, видео материалы. Практические: Конспектирование.	Компьютер, веб-камера, выход в интернет.	Опрос, контрольные упражнения, тестирование.
5 год обучения					
1	Вводное занятие	Беседа, экскурсия.	Словесные: рассказ; наглядные: наблюдение, демонстрация.	Тесты	Анкетирование

2	Общая физическая подготовка	Практическое занятие, беседа, репетиция	Словесные: объяснение, рассказ; наглядные: демонстрация педагогом; практические: упражнения, занятия.	Таблицы, плакаты, ученическая доска, коврики, музыкальная аппаратура	Опрос, контрольные упражнения.
3	Гимнастика, акробатика, растяжка	Практическое занятие, беседа, репетиция	Словесные: объяснение, наглядные: демонстрация педагогом; практические: упражнения, занятия; репродуктивный метод.	Реквизит: магнитофон, флешкарты, музыкальная аппаратура	Опрос, контрольные упражнения.
4	Изучение современный танцевальных направлений (hip-hop, waacking, vogue).	Практическое занятие, беседа, репетиция.	Словесные: объяснение, рассказ; наглядные: практические: упражнения, занятия, исполнение выученных элементов самостоятельно, импровизация.	Аудио и видео техника.	Контрольные упражнения.
5	Постановка танцевальных номеров и отработка хореографии.	Практическое занятие, беседа, репетиция.	Словесные: объяснение, рассказ; наглядные: демонстрация педагогом, практические: упражнения, занятия; репродуктивный метод.	Аудио и видео техника.	Контрольные упражнения.
6	Развитие особых танцевальны	Практическое занятие, беседа,	Наглядные: практические: упражнения,	Аудио и видео техника.	Контрольные упражнения.

	х навыков (импровизация, актерское мастерство, работа в пространстве и т.д.)	репетиция.	занятия, исполнение выученных элементов.		
7	Мастер-классы от экспертов (повышение уровня исполнительской деятельности на занятиях приглашенных хореографов).	Практическое занятие, концерт, экскурсия.	Словесные: беседа; наглядные: экскурсия; практические методы.	Костюмы, реквизит, фонограммы аудио и видео техника	Контрольные упражнения.
8	Посещение мероприятий и концертная деятельность	концерт	Словесные: беседа; наглядные, практические методы	Музыкальная аппаратура	Контрольные упражнения, концерт
9	Итоговое занятие	контрольные упражнения, занятие	Практический метод	реквизит, фонограммы аудио и видео техника	Контрольные упражнения, открытое занятие
10	Теория. История танца и танцевальных стилей.	лекция	Словесные: Беседа. Наглядные: лекции, пособия, видео материалы. Практические: Конспектирование.	Компьютер, веб-камера, выход в интернет.	Опрос, контрольные упражнения, тестирование.
6 год обучения					
1	Введение. Правила ТБ. Инструктаж.	Беседа, экскурсия.	Словесные: рассказ; наглядные:	Тесты. Аудио и видео материалы	Анкетирование

			наблюдение, демонстрация		
2	Общая физическая подготовка.	Практическое занятие, игра, репетиция	Словесные: объяснение, наглядные: демонстрация педагогом; практические: упражнения	Таблицы, плакаты, Музыкальная аппаратура	Опрос, контрольные упражнения
3	Гимнастика. Акробатика. Растяжка.	Практическое занятие, репетиция	Словесные: объяснение, наглядные: демонстрация педагогом; практические: упражнения, занятия; репродуктивный метод	Реквизит: Музыкальная аппаратура.	Опрос, контрольные упражнения
4	Изучение современных танцевальных направлений (hip-hop, house, waacking, vogue, dancehall, popping).	Практическое занятие, беседа, репетиция	Словесные: объяснение, наглядные: демонстрация педагогом, практические: упражнения, занятия; репродуктивный метод	Аудио и видео техника	Опрос, контрольные упражнения
5	Постановка танцевальных номеров и отработка хореографии.	Практическое занятие, игра, беседа, репетиция	Словесные: объяснение, наглядные: демонстрация педагогом, практические: упражнения, занятия; репродуктивный метод	Гимнастические маты, иллюстративный материал, аудио и видео техника	Контрольные упражнения
6	Развитие особых танцевальных навыков	Практическое занятие, игра, беседа,	Словесные: объяснение, рассказ; наглядные:	Реквизит: зеркало, коробки, игрушки, аудио и видео техника	Контрольные Упражнения.

	(импровизация, актерское мастерство, работа в пространстве и т.д.)	репетиция	демонстрация педагогом, практические: упражнения		
7	Мастер-классы от экспертов (повышение уровня исполнительской деятельности на занятиях приглашенных хореографов).	Практическое занятие, беседа, репетиция, концерт	Словесные: объяснение, рассказ; наглядные: демонстрация педагогом, практические: упражнения, занятия	Костюмы, реквизит, фонограммы аудио и видео техника.	Открытое занятие, концерт.
8	Посещение и участие в мероприятиях, концертная деятельность.	Открытое занятие, концерт, экскурсия.	Словесные: беседа; наглядные: экскурсия; практические методы.	Костюмы, реквизит, фонограммы, аудио и видео техника.	Контрольные упражнения.
9	Итоговое занятие.	Концерт, контрольные упражнения, открытое занятие.	Практический метод.	Костюмы, реквизит, фонограммы аудио и видео техника.	Контрольные упражнения, концерт
10	Теория. История танца и танцевальных стилей.	лекция	Словесные: Беседа. Наглядные: лекции, пособия, видео материалы. Практические: Конспектирование.	Компьютер, веб-камера, выход в интернет.	Опрос, контрольные упражнения, тестирование.

2.6. Список литературы

1. Боголюбская М. Музыкально-хореографическое искусство в системе эстетического и нравственного воспитания. – М., 1986.
2. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – Л: Искусство, 1963Заболотская М.А. Хореография. – СПб: Искусство, 1998.
3. Громов Ю. Тематика постановочной работы для детей разного возраста и вопросы создания репертуара. – СПб., 2000.
4. Захаров Р.В., Сочинение танца. М., 1989.
5. Королева М. Слушай музыку, делай кач, будь собой! Как танцевать хип-хоп. Студия «Диваданс», СПб., 2005.
6. Пряхина О. Программа «Пластика движений». - В сб.: Программы для учреждений дополнительного образования детей. Вып. 2.- 2-е изд.- М.: ГОУ ЦРСДОД, 2003, с. 71-73
7. Хаас Жаки Грин. Анатомия танца. – Минск: Попурри, 2019.

Для детей

1. Рутберг И. Пантомима. Движение и образ. - М., 1981.
2. Станиславский КС. Этика. - М., 1981.
3. Уральская В. Природа танца. – М.:Сов. Россия,1981.
4. Халфина С. Воспоминания мастеров московского балета. - М.: Искусство. - 1990.

Интернет-ресурсы

http://www.divadance.ru/reports/r4clubdance_hiphop_i_rnbdance.htm
http://dancedb.ru