

МИНИСТЕРСТВО СТРОИТЕЛЬСТВА КУРСКОЙ ОБЛАСТИ
ОБЛАСТНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КУРСКИЙ МОНТАЖНЫЙ ТЕХНИКУМ»

ОДОБРЕНА
Педагогическим советом Протокол №1
от «30» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНА
Студенческим советом
Протокол № 1
от «02» сентября 2024 г.

УТВЕРЖДЕНА
Приказом № 264/1-оси
от «30» августа 2024 г.
А.В. Пархоменко



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
художественной направленности
«Эстрадный танец»
Базовый уровень

Возраст обучающихся – 15-18 лет.
Срок реализации — 1 год.
Составитель программы:
Пушная С. В.
педагог дополнительного
образования.

Курск – 2024 г.

Содержание

1. Комплекс основных характеристик программы	
1.1. Пояснительная записка	2
1.2. Объём Программы	4
1.3. Цель	5
1.4. Задачи	5
1.5. Содержание программы	6
1.6. Планируемые результаты	11
2. Комплекс организационно-педагогических условий	
2.1 Календарный учебный график	12
2.2. Оценочные материалы	12
2.3. Формы аттестации	13
2.4. Методическое обеспечение	13
2.5. Условия реализации	15
3. Рабочая программа воспитания	16
4. Календарный план воспитательной работы	17
5. Список литературы	18
6. Приложение 1. Календарно-тематическое планирование	20

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Перечень документов, в соответствии с которыми разработана программа

- Федеральным законом от 29.12.2012г. № 273-ФЗ (ред. От 25.12.2023 г.) «Об образовании в Российской Федерации»
- Стратегией развития воспитания в Российской Федерации до 2025 г. (утверждена распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р)
- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.12.2022 г. № 678-р)
- Постановление Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 г. № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»
- Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 г. №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»
- Приказ Министерства просвещения РФ от 05.08.2020 г. № 391 (ред. от 22.02.2023 г.) «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-

эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2023 г. № 04-423 «Об исполнении протокола» (вместе с Методическими рекомендациями для педагогических работников образовательных организаций среднего профессионального образования, образовательных организаций дополнительного образования по использованию российского программного обеспечения при взаимодействии с обучающимися и их родителями (законными представителями))
- Уставом ОБПОУ «КМТ»

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Эстрадный танец» имеет художественную направленность.

Актуальность программы

Актуальность программы обусловлена необходимостью решения важнейшей задачи российского образования по развитию творческого потенциала обучающихся. Данная программа способствует пробуждению скрытых резервов для развития и воспитания обучающихся.

Программа «Эстрадный танец» предназначена для движения под музыку, с помощью чего формирует эмоциональную сферу обучающегося, развивает координацию, музыкальность и артистичность, воздействуя на его двигательный аппарат, развивая слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память. Занятия эстрадными танцами воспитывают у обучающегося коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения, развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Педагогическая целесообразность

Педагогическая целесообразность дополнительной общеразвивающей программы «Эстрадный танец» определена тем, что ориентирует

обучающихся на приобщение к танцевальной культуре, применение полученных знаний, умений и навыков данного вида творчества в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата. Используемые формы, методы и средства значительно расширяют кругозор обучающихся.

Движение и музыка, одновременно влияя на обучающегося, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память, учат благородным манерам. Обучающийся познает многообразие танца: классического, народного, бального, современного и др. Эстрадный танец воспитывает коммуникабельность, трудолюбие, умение добиваться цели, формирует эмоциональную культуру общения. Кроме того, развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству.

Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает студентам понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни.

Отличительные особенности программы

Особенность программы «Эстрадный танец» в том, что она разработана для обучающихся техникума, которые сами стремятся научиться красиво и двигаться под музыку, имеют разные стартовые способности.

Занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус обучающегося. В танце находит выражение жизнерадостность и активность, развивается творческая фантазия, творческие способности: обучающиеся учатся сами создавать пластический образ.

1.2. Объём Программы

В группы зачисляются на внеконкурсной основе все желающие студенты «Курского монтажного техникума» от 15 до 18 лет, независимо от

способности, уровня развития и подготовленности.

Минимальная наполняемость группы – 15 человек, максимальная – 25 человек.

Срок реализации программы: 1 год.

Основной формой занятий являются групповые практические занятия. Обучение может проводиться офлайн и онлайн. Продолжительность занятий в день – 4 академических часа три дня в неделю и 1,5 академических часа один раз в неделю по расписанию. Максимальный объём учебно- тренировочной нагрузки

13,5 учебных часов в неделю.

1.3. Цель и задачи дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Цель программы – развивать природные задатки и творческий потенциал студентов в процессе обучения искусству эстрадного танца.

1.4. Задачи дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

Личностные: воспитывать чувства доброжелательности, уважения в отношениях с другими людьми, формировать такие нравственные ценности, как понятие красоты, добра, сочувствия, радости, заботы, активизировать творческие способности, развивать эмоциональную устойчивость к публичным выступлениям, художественный и музыкальный вкус.

Метапредметные: приобщать обучающихся к танцевальной, музыкальной, художественной культуре через активизацию творческих способностей в сфере эстрадного танцевально-сценического искусства; формировать правила поведения на занятиях, доброжелательное отношение друг к другу; развивать умения слушать и понимать педагога, умение работать в коллективе.

Предметные: формировать представление об основных вехах истории эстрадных стилей, овладевать основными движениями, осанкой, растяжкой, формировать танцевально-ансамблевые навыки, пластику, актёрские, импровизационные данные.

1.5. Содержание дополнительной общеобразовательной программы

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	4	2	2	наблюдение
2	Этюды	60	6	54	Наблюдение, контрольные упражнения
3	Музыкально-пластическая импровизация	64	6	58	Наблюдение, контрольные упражнения
4	Сценическое движение	60	5	55	Наблюдение за правильностью выполнений движений, текущий контроль
5	Современный эстрадный танец	350	12	338	Выступления на мероприятиях, наблюдение за правильностью выполнений движений
6	Итоговое занятие	2	-	2	Анализ работы
	Итого	540	32	508	

Содержание учебного плана

Содержание дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Эстрадный танец» структурировано по видам танцевальной подготовки: теоретической и практической.

1. Вводное занятие (3 часа)

Теория. Цель и задачи на предстоящий учебный год. Правила поведения в хореографическом классе. Инструктаж по технике безопасности. Расписание.

Практика. Повторение материала второго года обучения

2. Этюды (60 часов)

Теория. Знакомство с книгой «Этика». Повторение и расширение

специальной терминологии. Знакомство с отличительными особенностями характеров и стилей этюдов. Техника безопасности при выполнении упражнений.

Практика. Работа над созданием этюда. Работа над фантазией и пластикой в этюде. Обстоятельства времени в этюде. Действие, игра в этюде. Создание этюда на определенный сюжет «В первые в жизни», «Невероятное событие». Воображение, обстоятельства, работа над эмоциональностью и ее развитием в этюде. Тренинг с обращением к жизненному опыту учащихся, воплощение его в этюд. Выполнение упражнений на развитие пластики. Создание этюдов с воображаемыми предметами.

3. Музыкально-пластическая импровизация (64 часа)

Теория. Беседа по основам мизансценирования. Знакомство с техникой сценического падения. Техника безопасности при выполнении упражнений.

Практика. Изучение техники сценического падения. Работа над созданием музыкально-пластической импровизацией. Ходьба по уменьшенной опоре. Выполнение упражнений на развитие координации движений. Выполнение различных шаговых дорожек. Выполнение комплекса упражнений на закрепление. Работа над развитием навыков самостоятельной реакции. Работа над фантазией и воображением. Выполнение танцевальных импровизаций, под музыку, выбранную педагогом. Создание импровизации на тему «Первая потеря», «Подарок», «Утро», «Бабочки», «Осенние листья». Подражательные движения в этюдах. Работа над эмоциональной выразительностью в этюдах.

4. Сценическое движение (60 часов)

Теория. Беседа о знаковой системе тела. Знакомство со стилем контракшен. Знакомство со стилистикой движений, манерами и этикетом французского дворянства XVIII века. Техника безопасности при выполнении упражнений.

Практика. Проведение психологического тренинга (по снятию зажимов). Работа над совершенствованием невербальных средств выразительности. Выполнение дыхательных практик. Знакомство с особенностями движений в стиле контракшен. Выполнение упражнений на управление центром тяжести и смену уровней. Выполнение упражнений «Испуганный кот», «Сытый поросёнок», «Радостный зайчик».

Знакомство с осанкой, походкой, обращением со шляпой и веером, согласно манерам и этикету французского дворянства XVIII века.

Выполнение упражнений на развитие скорости, темпа. Тренинг по сценическому движению на артистизм и раскрепощение. Выполнение упражнений на развитие композиционного мышления.

5. Современный эстрадный танец (350 часов)

Теория. Знакомство с историей появления джаз-танца, его особенности. Беседа «Жизнь и творчество Айседоры Дункан», просмотр выступлений. Знакомство с особенностями джаз-модерн танца (энергичного и выразительного, образного танца, который взял все самое лучшее с джазовой хореографии и модерна. Улучшает координацию движений. Техника джаз-модерн танца используется практически во всех современных танцах. Подготовленное техникой джаз-модерн танца тело – сила, гибкость, пластичность, выносливость, отличная форма и прекрасная осанка. Занятия развивают музыкальность, чувство ритма, правильное дыхание, постановку корпуса, координацию движений, умение владеть своим телом). Техника безопасности при выполнении упражнений.

Практика. Эмоции, как основное средство выразительности. Изучение изолированных движений джаз-модерн танца. Особенности пластики, стиля и манеры танца джаз-модерн. Выполнение упражнений на гибкость, пластичность и выносливость. Выполнение упражнений на улучшение осанки. Выполнение упражнений на выносливость. Работа над созданием музыкально-хореографической миниатюры. Выполнение упражнений руками с шагами через *demi plies* по II позиции. Выполнение упражнений ногами (вперед, по

диагонали, в сторону). Пелвис. Выполнение упражнений для позвоночника. Выполнение упражнений на передвижение в пространстве. Выполнение прыжков. Выполнение вращения на двух ногах, на одной. Выполнение различных упражнений руками (Lokomotor). Выполнение упражнений на создание мышечного корсета позвоночника. Выполнение различных упражнений на релаксацию. Выполнение упражнений на улучшение координации движений. Кросс (шаговые перемещения в пространстве по прямой или диагонали). Передвижение в пространстве. «Бег» - пространственное передвижение по разным направлениям. Пространственное передвижение в среднем темпе. Темпо-ритм в танцевальных композициях. Повторение музыкально-хореографических миниатюр. Разучивание элементов эстрадного, современного, классического и уличного танцев. Разучивание танцевальных композиций для участия во внутренних мероприятиях и городских и областных конкурсах.

6. Итоговое занятие (2 часа)

Практика. Анализ работы с обучающимися.

1.5 Критерии и показатели оценки уровня образовательных результатов

Предметные результаты:

- развиты природные хореографические данные учащихся;
- освоена техника хореографического исполнительства, владение профессиональной терминологией;
- приобретены навыки художественной выразительности исполнения;
- освоены навыки сценического движения;
- знание различных направлений танца;
- привита культура, свобода выразительности движений;
- приобретены знания и умение выполнять требования к безопасности на занятиях хореографией;
- сформированы координация, чувство ритма, ориентации в сценическом пространстве;

- развиты артистизм и эмоциональность;
- развито умение согласовывать движения тела с музыкой;
- знают танцевальную терминологию;
- умеют слушать и слышать музыку;
- получены знания основ импровизации;

личностные результаты:

- приобретены танцевальные, музыкально-ритмические навыки;
- выработаны самостоятельность, культура общения, дисциплина, добросовестное отношение к труду, общественной собственности;
- развиты чувства товарищества и взаимопомощи, активной жизненной позиции;
- сформирована потребность в соблюдении правил гигиены и здорового образа жизни, укреплении здоровья, закаливании организма;
- сформировано творческое мышление через познание методик и техник ведущих направлений хореографии;
- развиты актерские способности учащихся;
- развиты эстетический вкус, творческое воображение, умение видеть красоту окружающего мира;
- сформированы навыки самообслуживания, самостоятельности, культуры общения, дисциплины, добросовестного отношения к труду, общественной собственности; чувства товарищества и взаимопомощи; выражения и отстаивания своей жизненной позиции;
- приобретены лидерские, морально-волевые качества, уважения к национальным традициям; умения отстаивать свое мнение;

метапредметные результаты:

- сформировано умение планировать и организовывать свою деятельность с учетом ее безопасности, распределять нагрузку;
- освоены универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные, коммуникативные), ключевые компетенции (ценностно-смысловые, общекультурные, учебно-познавательные информационные,

коммуникативные, социально-трудовые);

- приобретены навыки аналитического мышления, умения объективно оценивать явления, события, собственные действия в ходе образовательного процесса; давать им и собственным действиям, результатам своего труда объективную оценку на основе полученных знаний и опыта.

1.6. Планируемые результаты

Личностные результаты:

- проявлять доброжелательность, уважение к другим,
- проявлять эмоциональную устойчивость к публичным выступлениям,
- проявлять художественный и музыкальный вкус,
- замечать красоту, добро, сочувствовать, радоваться.

Метапредметные результаты:

- уметь самостоятельно определять цели и задачи в творческой деятельности,
- понимать танцевальную культуру,
- уметь слушать друг друга и работать в коллективе.

Предметные результаты:

- знать основные вехи истории эстрадных стилей,
- владеть основными танцевальными движениями, осанкой, растяжкой,
- применять на практике танцевально-ансамблевые навыки,
- владеть пластикой, актёрскими, импровизационными данными.

2. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы

2.1. Календарный учебный график

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	

1	Вводное занятие	4	2	2	наблюдение
2	Этюды	60	6	54	Наблюдение, контрольные упражнения
3	Музыкально-пластическая импровизация	64	6	58	Наблюдение, контрольные упражнения
4	Сценическое движение	60	5	55	Наблюдение за правильностью выполнений движений, текущий контроль
5	Современный эстрадный танец	350	12	338	Выступления на мероприятиях, наблюдение за правильностью выполнений движений
6	Итоговое занятие	2	-	2	Анализ работы
	Итого	540	32	508	

2.2. Оценочные материалы

Вводный контроль осуществляется в начале учебного года. Цель вводного контроля: просмотр и определение пластичности движений, оценивание умений, знаний танцевальных направлений и стилей.

Также на первом году обучения проводится тематический контроль, целью которого является проверка полученных на каждом занятии знаний.

Форма подведения итогов реализации программы: отзывы обучающихся, отчетный концерт, выступления и победа на мероприятиях образовательного учреждения и городских, областных конкурсах.

Условия набора в студию:

Важным условием является определение внешних сценических данных, музыкальных, ритмических способностей, физическое здоровье, а также наличие функциональных возможностей тела.

Основными требованиями, предъявляемыми к обучающимся, являются:

- регулярное посещение занятий;
- трудолюбие;

– добросовестность;

– доброжелательное отношение друг к другу.

В течение учебного года проводится поэтапная диагностика успешности усвоения программного материала:

Тематический контроль осуществляется на последнем занятии после изучения данной темы. Во время тематического контроля танцоры исполняют пластические движения под музыкальное сопровождение. Результаты (уровень) умений вносятся в специальную ведомость.

Итоговый контроль проводится согласно графику проведения отчётного концерта. Основной формой проведения итогового контроля является отчётный концерт.

2.3. Формы аттестации

Формы аттестации разрабатываются для отслеживания результативности освоения программы. Это фронтальный и индивидуальный опрос и контрольные упражнения, участие в конкурсах и концертах.

Высокий уровень - артистичное и выразительное исполнение всей концертной программы. Высокий технический уровень владения танцевальными навыками, приемами для воссоздания художественного образа и стиля исполнения, знание текущего материала, активное участие в концертах, посещение репетиционных занятий и концертных выступлений.

Средний уровень - недостаточно эмоциональное исполнение танцевальных движений, полное знание танцевальных стилей и направлений. Достаточный уровень усвоения программного материала.

Низкий уровень - невнимательное отношение к изученному материалу, недостаточный уровень усвоения программного материала.

2.4. Методическое обеспечение

Программа предусматривает различные формы и методы обучения:

- групповые практические занятия;
- индивидуальные занятия;

- самостоятельная подготовка;
- теоретические занятия;
- теоретическое обсуждение вопросов;
- использование мультимедийных средства обучения;
- репетиции;
- участие в концертах и танцевально-творческих мероприятиях;
- участие в конкурсах;
- тестирование.

Формы организации деятельности воспитанников на занятии: фронтальная, в парах, групповая, индивидуально–групповая, ансамблевая.

Хореографическая деятельность включает выполнение следующих заданий:

- музыкально-ритмические упражнения на освоение, закрепление музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения;
- пляски: парные, народно-тематические;
- хороводы;
- построения, перестроения;
- задания на танцевальное и игровое творчество.

Структура занятия состоит из трех частей:

- первая - задания на умеренную, моторную, двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе;
- вторая включает задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений;
- третья – репетиционная, включает в себя подготовку к какому-либо мероприятию.

Для достижения поставленной цели и реализации задач программы занятия строятся в форме практической деятельности. Во время проведения занятий постоянно поддерживается атмосфера творчества и психологическая безопасность, для создания ситуации успеха, эстетической радости от полученных результатов.

2.5. Условия реализации

Программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий профессиональное образование в области, соответствующей профилю программы.

Для обеспечения образовательного процесса необходимо привлечение педагога-организатора, звукорежиссера. В ходе реализации программы возможна консультативная помощь психолога для выявления скрытых способностей обучающихся.

Материально-техническое обеспечение:

- репетиционный (актовый) зал со сценой,
- зеркальный зал,
- компьютер,
- усилитель звука, колонки,
- микшерный пульт,
- аудио и видеоаппаратура с комплектом материалов,
- танцевальные костюмы: платья, рубашки, брюки; танцевальная обувь.

3. Рабочая программа воспитания.

Адресат программы

Рабочая программа воспитания предназначена для обучающихся от 15 до 23 лет. Программа воспитания рассчитана на 1 год. Формы работы: индивидуальная и групповая.

Цель, задачи и результат воспитательной работы

Цель воспитания – воспитать творчески развитую личность, способную на осознанный выбор, стремящуюся к саморазвитию.

Задачи воспитания:

- формировать систему базовых ценностей личности;
- приобщать обучающихся к общечеловеческим нормам морали;
- воспитывать в национальных традициях и в традициях образовательного учреждения;
- формировать умение самостоятельно оценивать происходящее и использовать накопленный творческий опыт.

Результат воспитания:

- планировать и реализовывать собственное творческое и личностное развитие;
- проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей;
- проявлять готовность соблюдать правила индивидуального и коллективного поведения.

Методы и формы воспитательной работы**Методы воспитательной работы:**

- метод убеждения,
- метод требования,
- метод положительного примера,
- метод поощрения,
- метод контроля,
- метод переключения.

Формы воспитательной работы:

- мероприятия,
- коллективные дела,
- игры.

4. Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Направление воспитательной работы	Наименование мероприятия	Срок проведения	Ответственный	Планируемый результат
1	Духовно-нравственное	День солидарности в борьбе с терроризмом	сентябрь	Пушная С.В.	Развитие личности
1.	Духовно-нравственное	Международный день пожилых людей	октябрь	Пушная С.В.	Развитие личности
3.	Духовно-нравственное	День матери	ноябрь	Пушная С.В.	Развитие личности
4.	Патриотическое	Мы – граждане России	ноябрь	Пушная С.В.	Развитие личности
5.	Эстетическое	Новогодняя шоу-программа	декабрь	Пушная С.В.	Развитие личности
6.	Патриотическое	День	февраль	Пушная С.В.	Развитие

		защитника Отечества			личности
7.	Краеведческое	Певцы Курского края	март	Пушная С.В.	Развитие личности
8.	ЗОЖ	Здоровье молодежи	апрель	Пушная С.В.	ЗОЖ
9.	Патриотическое	День Победы!	май	Пушная С.В.	Развитие личности

Список литературы

Для педагога:

1. Базарова Н. Классический танец.- Л.: Искусство 2022г. электр.книга
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. «Респект Люкс» СП.: 2016г
3. Васильева Е. Танец.- М.: Искусство, 2013г.
4. Волконский С.М. Выразительный человек. Сценическое воспитание жеста (по Дельсатру). – 2012г.
5. Горшкова Е. В. От жеста к танцу. М.: Издательство «Гном и Д», 2023.
6. Захаров Р. Искусство балетмейстера.- М.: Искусство, 2014г.
7. Захаров Р. Сочинение танца.- М.: Искусство, 2021г.
8. Калинина С.А. Духовная культура России. - М., 2015.
9. Костровицкая В. 100 уроков классического танца.- М.Л.: Просвещение,2015 г.
10. Лиёпа М. Вчера и сегодня в балете. – Российская энциклопедия, М.: Молодая гвардия, 2016г.
11. Мессерер А. Танец. Мысль. Время.- М.: Искусство, 2016г.
12. Никитин В.Ю. Модерн-танец: начало обучения / В.Ю. Никитин .- М., 2023г.
13. Петровский Е.Н. Культурное наследие. - М., 2017г.
14. Секрет танца. – СПб: ТОО «Диамант», ООО «Золотой век»,2015г.
15. Сломский Ю. Дидло. – Л.-м.: Искусство, 2016г.
16. Танец 20 века: Сборник страстей. – Волгоград, 2015.
19. Тарасов Н. Классический танец. – М.: Искусство,2013г.
20. Хочу танцевать: Метод. Пособие. – М.: Махаон, 2013г.

21.Шереметьевская Н. Танец на эстраде. – М.: Искусство, 2017г.

22.Эльшин Н. Образы Танца. – М.: Знание, 2017г.

Приложение №1

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Кол-во часов	Содержание материала	Дата проведения
1.	4	Введение в программу. Входной контроль, инструктаж по ТБ.	2.09.2024
2.	4	Знакомство с этикой танца. Повторение и расширение терминологии.	4.09.2024
3.	4	Партерная гимнастика, стрейчинг, упражнения на развитие силы мышц.	5.09.2024
4.	1,5	Знакомство с отличительными особенностями характеров и стилей этюдов.	6.09.2024
5.	4	Партерная гимнастика, стрейчинг, упражнения на развитие силы мышц.	9.09.2024
6.	4	Работа над созданием этюда. Работа над фантазией и пластикой этюда.	11.09.2024
7.	4	Обстоятельства времени в этюде. Действие, игра в этюде.	12.09.2024
8.	1,5	Обстоятельства времени в этюде. Действие, игра в этюде.	13.09.2024
9.	4	Создание этюда на определенный сюжет «В первые в жизни», «Невероятное событие». Воображение, обстоятельства, работа над эмоциональностью и ее развитием в этюде.	16.09.2024
10.	4	Тренинг с обращением к жизненному опыту учащихся, воплощение его в этюд. Выполнение упражнений на развитие пластики. Создание этюдов с воображаемыми предметами.	18.09.2024
11.	4	Беседа по основам мизансценирования. Знакомство с техникой сценического падения. Техника безопасности при выполнении упражнений.	19.09.2024
12.	1,5	Изучение техники сценического падения. Работа над созданием музыкально-пластической	20.09.2024

		импровизацией.	
13.	4	Ходьба по уменьшенной опоре. Выполнение упражнений на развитие координации движений.	23.09.2024
14.	4	Выполнение различных шаговых дорожек. Выполнение комплекса упражнений на закрепление.	25.09.2024
15.	4	Работа над развитием навыков самостоятельной реакции. Работа над фантазией и воображением.	26.09.2024
16.	1,5	Выполнение танцевальных импровизаций, под музыку, выбранную педагогом.	27.09.2024
17.	4	Работа над эмоциональной выразительностью в этюдах.	30.09.2024
18.	4	Создание импровизации на тему «Первая потеря». Подражательные движения в этюдах.	2.10.2024
19.	4	Создание импровизации на тему «Подарок», «Утро». Подражательные движения в этюдах.	3.10.2024
20.	1,5	Взаимодействие в паре.	4.10.2024
21.	4	Создание импровизации на тему «Бабочки», «Осенние листья». Подражательные движения в этюдах.	7.10.2024
22.	4	Выполнение упражнений на развитие пластики.	9.10.2024
23.	4	Элементы классического и народного танца.	10.10.2024
24.	1,5	Народный экзерсис: battement tendu	11.10.2024
25.	4	Упражнения на п/п и прыжки классического танца, элементы русского народного танца: вращения на месте и в продвижении.	14.10.2024
26.	4	Презентация танцевальных номеров.	16.10.2024
27.	4	Элементы классического и народного танца.	17.10.2024
28.	1,5	«Русский пляс», Матросский танец	18.10.2024
29.	4	«Русский пляс», Матросский танец	21.10.2024
30.	4	Презентация танцевальных номеров.	23.10.2024
31.	4	Элементы классического и народного танца. Повторение и отработка пройденного материала	24.10.2024
32.	1,5	Беседа о знаковой системе тела.	25.10.2024
33.	4	Знакомство со стилем контракшен.	28.10.2024

34.	4	Стилистика движений, манеры. Психологический тренинг по снятию зажимов	30.10.2024
35.	4	Работа над репертуаром.	31.10.2024
36.	1,5	Участие в массовых мероприятиях	1.11.2024
37.	4	Участие в массовых мероприятиях	6.11.2024
38.	4	Работа над совершенствованием невербальных средств выразительности.	7.11.2024
39.	1,5	Элементы классического и народного танца. Классический экзерсис, flic – flac, областные особенности исполнения русского народного танца, на примере танца «Волжские перескоки»	8.11.2024
40.	4	Выполнение дыхательных практик.	11.11.2024
41.	4	Элементы классического и народного танца. Классический экзерсис, flic – flac, основные шаги и ходы	13.11.2024
42.	4	Выполнение упражнений на управление центром тяжести и смену уровней	14.11.2024
43.	1,5	Элементы классического и народного танца. Классический экзерсис, основные шаги и ходы в танце	15.11.2024
44.	4	Ритмические рисунки. Положение в паре.	18.11.2024
45.	4	Элементы классического и народного танца. Классический экзерсис, основные шаги и ходы в русском танце.	20.11.2024
46.	4	«Танец с бубнами», «Кострома», матросский танец	21.11.2024
47.	1,5	Воспитательные мероприятия	22.11.2024
48.	4	«Танец с бубнами», «Кострома», матросский танец	25.11.2024
49.	4	Элементы классического и народного танца. Классический экзерсис. 1 мужское и 1 женское соло в танце	27.11.2024
50.	4	Подготовка, разбор материала для новогодней музыкальной постановки.	28.11.2024
51.	1,5	«Танец с бубнами», «Кострома», матросский танец	29.11.2024
52.	4	Презентация танцевальных номеров.	2.12.2024
53.	4	«Танец с бубнами», «Кострома», матросский танец	4.12.2024

54.	4	Элементы классического и народного танца. rond de jamb par terre en dehor и en dedans, pas tortje одинарное с поворотом стопы, вращения и прыжки в классическом танце, основные областные особенности исполнения Уральской кадрили.	5.12.2024
55.	1,5	Разучивание вокального материала для новогоднего музыкального спектакля.	6.12.2024
56.	4	Элементы классического и народного танца. Мягкое battement developpe, вращения и прыжки в классическом танце, пространственная работа в паре в танце «Волжские перескоки», ориентация по точкам.	9.12.2024
57.	4	Репетиция. Сценическая культура: работа с микрофонами, поведение на сцене, сценический костюм.	11.12.2024
58.	4	Репетиция. Сценическая культура: работа с микрофонами, поведение на сцене, сценический костюм.	12.12.2024
59.	1,5	Сценическая культура: работа с микрофонами, поведение на сцене, сценический костюм. Подготовка к новомуднему мероприятию.	13.12.2024
60.	4	Выступление. Итоги выступления: анализ ошибок, обсуждение успехов.	16.12.2024
61.	4	«Танец с бубнами», «Кострома», матросский танец	18.12.2024
62.	4	Элементы классического и народного танца. rond de jamb par	19.12.2024
63.	1,5	terre en dehor и en dedans, pas tortje одинарное с поворотом стопы, вращения и прыжки в классическом танце, основные положения рук и ног, положение в паре. 2 мужское и 2 женское соло в танце	20.12.2024
64.	4	«Танец с бубнами», «Кострома», матросский танец	23.12.2024
65.	4	Презентация танцевальных номеров.	25.12.2024
66.	4	Выполнение упражнений «Испуганный кот», «Радостный зайчик»	26.12.2024
67.	4	Элементы классического и народного танца. Каблучный battement от щиколотки, от голени, приемом battement developpe, вращения и прыжки в	27.12.2024

		классическом танце	
68.	4	Выполнение упражнений на развитие скорости, темпа.	09.01.2025
69.	1,5	Выполнение упражнений на развитие композиционного мышления	10.01.2025
70.	4	Элементы классического и народного танца. rond de jamb par	13.01.2025
71.	4	Элементы классического и народного танца. Перегибы корпуса, вращения и прыжки в классическом танце, пространственная работа в паре	15.01.2025
72.	4	Элементы классического и народного танца. Перегибы корпуса, вращения и прыжки в классическом танце	16.01.2025
73.	1,5	«Ярославская плясовая»	17.01.2025
74.	4	Элементы классического и народного танца. Народный экзерсис, закрепление пройденного материала. Отработка русского этюда.	20.01.2025
75.	4	Участие в массовых мероприятиях	22.01.2025
76.	4	Отработка репертуара.	23.01.2025
77.	1,5	Джаз танец. Работа над стопой. Координация. Движение по диагонали.	24.01.2025
78.	4	Актёрское мастерство. Повторение. Закрепление.	27.01.2025
79.	4	Классический танец Выполнение упражнений	29.01.2025
80.	4	Контемпорари. Разогрев по кругу.	30.01.2025
81.	1,5	Классический танец. Усложненные комбинации.	31.01.2025
82.	4	Джаз танец. Разогрев. Упражнения для стоп. Индивидуальные импровизации в общем танце.	3.02.2025
83.	4	Классический танец. Аллегро (прыжки).	5.02.2025
84.	4	Актёрское мастерство. «Игра-драматизации».	6.02.2025
85.	1,5	Классический танец. Адажио маленькое, большое	7.02.2025
86.	4	Техника джаз-модерн танца.	10.02.2025
87.	4	Элементы классического танца. Rond de jambe par terre en dehors.	12.02.2025
88.	4	Элементы классического танца. Rond de jambe par	13.02.2025

		terre en dehors	
89.	1,5	Джаз танец. Flat step в сочетании с «восьмеркой» тазом.	14.02.2025
90.	4	Джаз танец. Работа в парах. Растяжка.	17.02.2025
91.	4	Джаз танец. Работа в парах. Растяжка.	19.02.2025
92.	4	Актёрское мастерство. Основы сценического движения Тренинг.	20.02.2025
93.	1,5	Элементы классического танца. Повторение и закрепление	21.02.2025
94.	4	Подготовка и разучивание репертуара к концерту, посвященному Международному женскому дню.	24.02.2025
95.	4	РТК. Репетиция выступления на концерте, посвященном Международному женскому дню.	26.02.2025
96.	4	РТК. Репетиция выступления на концерте, посвященном Международному женскому дню.	27.02.2025
97.	1,5	РТК. Репетиция выступления на концерте, посвященном Международному женскому дню.	28.02.2025
98.	4	РТК. Репетиция выступления на концерте, посвященном Международному женскому дню. Сценические движения.	3.03.2025
99.	4	Выступление. Концерт к Международному женскому дню.	5.03.2025
100.	4	Элементы классического танца. Повторение.	6.03.2025
101.	1,5	Джаз танец. Проучивание комбинации.	7.03.2025
102.	4	Элементы классического танца. Прыжки. Повторение.	10.03.2025
103.	4	Элементы классического танца. Проучивание учебного материала	12.03.2025
104.	4	Элементы классического танца. Проучивание sou-de-pied	13.03.2025
105.	1,5	Джаз танец. Проучивание комбинации.	14.03.2025
106.	4	Элементы классического танца. Проучивание учебного материала	17.03.2025
107.	4	Контемпорари. Комбинация на прыжки	19.03.2025
108.	4	Элементы классического танца. Закрепление проученного.	20.03.2025
109.	1,5	Элементы классического танца. Закрепление	21.03.2025

		проученного.	
110.	4	Подготовка к выступлению на конкурсе «Студенческая весна».	24.03.2025
111.	4	Подготовка к выступлению на конкурсе «Студенческая весна». Сценическая культура.	26.03.2025
112.	4	Отработка номеров к конкурсу «Студенческая весна».	27.03.2025
113.	1,5	Отработка номеров к конкурсу «Студенческая весна».	28.03.2025
114.	4	Выступление на конкурсе «Студенческая весна». Сценическая культура.	31.03.2025
115.	4	Подготовка сольных и групповых номеров к фестивалю «Студенческая весна»	2.03.2025
116.	4	Итоги выступления на конкурсе «Студенческая весна». Работа над ошибками.	3.04.2025
117.	1,5	Элементы классического танца. Повторение Battement fondu	4.04.2025
118.	4	Джаз танец. Разогрев. Проучивание комбинации	7.04.2025
119.	4	Элементы классического танца. Закрепление Battement fondu.	9.04.2025
120.	4	Контемпорари.	10.04.2025
121.	1,5	Элементы классического танца. Проучивание Battement Developpe	11.04.2025
122.	4	Постановочная работа.	14.04.2025
123.	4	Контемпорари импровизация	16.04.2025
124.	4	Постановочная работа.	17.04.2025
125.	1,5	Изучение изолированных движений джаз-модерн танца. Выполнение упражнений на гибкость, пластичность и выносливость	18.04.2025
126.	4	Работа над созданием музыкально-хореографической миниатюры.	21.04.2025
127.	4	Подготовка репертуара к праздничному концерту ко Дню Победы.	23.04.2025
128.	4	Разучивание репертуара к праздничному концерту ко Дню Победы.	24.04.2025
129.	1,5	Разучивание репертуара к праздничному концерту ко Дню Победы.	25.04.2025

130.	4	Разучивание репертуара к праздничному концерту ко Дню Победы.	28.04.2025
131.	4	Участие в концерте ко Дню Победы.	30.04.2025
132.	4	Классический танец Проучивание комбинации Grand Battement	5.05.2025
133.	4	Джаз танец. Партер комбинация (танец)	7.05.2025
134.	4	Выполнение прыжков на двух ногах, на одной, различные упражнения руками	12.05.2025
135.	4	Выполнение упражнений на создание мышечного корсета позвоночника. Упражнения на релаксацию	14.05.2025
136.	4	Выполнение упражнений на улучшение координации движений. Кросс.	15.05.2025
137.	1,5	Классический танец. Проучивание комбинации Grand Battement	16.05.2025
138.	4	Темпо-ритм в танцевальных композициях.	19.05.2025
139.	4	Классический танец. Повторение экзерсиса	21.05.2025
140.	4	Актёрское мастерство. Тренинг.	22.05.2025
141.	1,5	Элементы классического танца. Закрепление Grand Battement	23.05.2025
142.	4	Элементы классического танца. Проучивание прыжков по всем позициям.	26.05.2025
143.	4	Джаз танец. Повторение.	28.05.2025
144.	4	Контемпорари поддержки.	29.05.2025
145.	1,5	Элементы классического танца. Повторение прыжков allegro	30.05.2025
146.	4	Джаз танец. Повторение вращения.	2.06.2025
147.	4	Элементы классического танца. Повторение прыжков	4.05.2025
148.	4	Повторение музыкально-хореографических миниатюр.	5.06.2025
149.	1,5	Элементы эстрадного танца.	6.06.2025
150.	4	Элементы эстрадного танца.	9.06.2025
151.	1,5	Элементы эстрадного танца.	11.06.2025
152.	4	Репетиция церемонии вручения дипломов.	16.06.2025
153.	4	Репетиция церемонии вручения дипломов.	18.06.2025

154.	4	Репетиция церемонии вручения дипломов.	19.05.2025
155.	1,5	Репетиция церемонии вручения дипломов.	20.06.2025
156.	4	Отчетный концерт танцевального коллектива на Церемонии вручения дипломов.	23.06.2025
157.	4	Индивидуальные импровизации в общем танце.	25.06.2025
158.	3	Индивидуальные импровизации в общем танце.	26.06.2025
159.	1,5	Анализ работы коллектива.	27.06.2025
	540		