

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЕКАТЕРИНБУРГА
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
Дворец детского (юношеского) творчества «Химмашевец»
(ДДТ «Химмашевец»)

СОГЛАСОВАНО
Методическим советом
(протокол № 1 от 15.08.2026 г.)



УТВЕРЖДАЮ
Директор ДДТ «Химмашевец»
М.М. Симонова
М.М. Симонова
15.08.2026 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Хореографический коллектив современного танца «Аннона»

Художественная направленность
Возраст учащихся 8-16 лет
Срок реализации 4 года

Автор-составитель:
Третьякова Анна Арменовна
старший педагог дополнительного
образования

Екатеринбург
2026

Содержание

1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи программы.....	6
1.3. Содержание программы	7
1.4. Планируемые результаты	8
2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ.....	24
2.1. Календарный учебный график.....	24
2.2. Условия реализации программы.....	24
2.3. Форма аттестации/контроля и оценочные материалы	25
3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	28
Приложение 1	30
Приложение 2	31

1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа хореографический коллектив современного танца «Аннона» имеет художественную направленность и разработана в соответствии с новыми требованиями в образовании, отражённых в следующих документах:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в редакции от 08.03.2026 года).

2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 года № 678-р.

3. Распоряжение Правительства РФ от 01.07.2025 г. № 1745-р «О внесении изменений в Концепцию развития дополнительного образования детей до 2030 года, утв. распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р, и утверждении плана мероприятий по реализации Концепции».

4. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 года № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

5. Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

6. Письмо Министерства образования и науки России от 18.11.2015 года № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы).

7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 2 июня 2026 года № 18 Санитарно-эпидемиологические правила и нормы СанПиН 2.3/2.4.4282-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 года № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм».

9. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 года № 162-Д «Об утверждении

Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».

10. Устав Муниципального автономного учреждения дополнительного образования Дворец детского (юношеского) творчества «Химмашевец» от 21.08.2015 года № 1497/46/36.

11. Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе от 30.08.2024 года Муниципального автономного учреждения дополнительного образования Дворец детского (юношеского) творчества «Химмашевец».

Танец является многофункциональным инструментом для разностороннего развития личности ребенка. Как один из способов художественно-эстетического и физического развития человека, танец оказывает значительное влияние на творческую, эмоциональную составляющую личности, кроме того развивает телесный аппарат - укрепляет мышечный корсет, формирует осанку и красивую фигуру.

Творческие занятия хореографией в группах настраивают ребенка на созидание, раскрывают природный потенциал, формируют понимание прекрасного, активизируют внимание и ассоциативное восприятие, воспитывают художественный вкус, раскрепощают и в то же время дисциплинируют, приучают к трудолюбию, вырабатывают волю, чувство ответственности, помогают социализироваться.

Актуальность программы обусловлена тем, что хореографическое образование, опирающееся на новое содержание и методику, комплексный и многожанровый характер воспитания пластической культуры подрастающего поколения – это огромный творческий потенциал в развитии художественно-эстетической культуры общества в целом. Танец является многогранным инструментом комплексного воздействия на личность ребенка. Рассматривая современную хореографию, которая обретает все большую популярность – contemporary, modern, experimental dance, получили широкое распространение в культурной среде, сформировав современный стиль.

Современный танец рассчитан на детей с разными хореографическими данными, имеет свои уникальные особенности: развивает физически, эстетически, музыкально, учит координировать и воплощать образ. В процессе появляются новые стили, новое будущее, так, например, экспериментальный танец (Experimental) – это смешение танцевальных связок из джаза и балета, гимнастических упражнений, бытовых и даже несколько неестественных телодвижений. В экспериментальном танце нет правил, он создается сердцем. Движения подбираются не по схожести и гармонии, а исходя из тех личных ощущений, которые рождает музыка.

Отличительная особенность и новизна заключается в том, что программа включает в себя обучение детей импровизации и самостоятельному сочинению танцевальных фрагментов, комбинаций. Дети получают большую свободу самовыражения, возможность показать свою индивидуальность, воплотить собственные идеи, самостоятельно придумывая и комбинируя движения. Это оказывает положительный эффект на развитие их фантазии, воображения, творческих способностей. Тренирует ассоциативное, образное восприятие, способность пластически мыслить.

Психофизиологические особенности учащихся, определяющие выбор программы: учащиеся 8-11 лет – ядро детских хореографических коллективов. Для данного возрастного периода большое значение имеет общение со своими сверстниками и интересной совместной работой, что характеризует ведущий вид деятельности младшего школьного возраста. Хореографические занятия с данной возрастной группой проводятся на более сложном материале и в более быстром темпе. Учащиеся способны быстро усваивать танцевальные движения, они более координированы. Приобретая танцевальные навыки и умения, подростки проявляют большую заинтересованность искусством танца, они могут дать самостоятельную самооценку предложенному им танцевальному репертуару, обладают способностью рефлексировать и анализировать пройденный материал. Таким образом, занятия танцами удовлетворяют их потребность в движении и активной деятельности, активизируют жизнерадостность, свойственную детям, непосредственное общение со сверстниками в танцевальной, хореографической деятельности.

Старший подростковый возраст можно рассматривать как хореографический коллектив который становится сплоченным. Подростковый период, характеризующий основную массу учащихся данной возрастной группы – это подчеркнутая самостоятельность, острый интерес ко всему, что их окружает, стремление к самовыражению и непосредственной концертной, конкурсной деятельности.

Психофизиологические особенности юношеского возраста характеризуются началом взрослости, становлением жизненной позиции, прогнозированием своего места в мире и выбором профессионального пути. Физиологически тело достигает своей мышечной крепости и силы, сохраняется гибкость, регуляция поведения. Занятия по своему общему и физическому развитию приближается к взрослым, существует потребность в особом подборе танцевального репертуара, а также продолжается работа над правильным физическим развитием: осанкой, утонченностью, активностью, ловкостью

движений, предъявляются требования к точности и четкости в усвоении танцевальных навыков и знаний.

Адресат программы: учащиеся 8-16 лет. Количество учащихся в группе 14 – 16 человек. На первый год обучения возможен прием учащихся разных возрастов в зависимости от их желаний и хореографических способностей. Комплектование творческого объединения проводится с учетом уровня подготовки по хореографии. В процессе обучения предусмотрено проведение добора учащихся в группы 1-го и 2-го годов обучения. Вновь поступившие учащиеся распределяются по группам соответствующему их возрасту и уровню подготовки.

Объем и срок освоения программы 864 часов, 4 года обучения, 216 часов в год.

Форма обучения – очная.

Уровень освоения программы – программа разноуровневая, предполагает стартовый, базовый и продвинутый уровень освоения.

Стартовый (1 обучения) - используются и реализуются общедоступные и универсальные формы организации материала, минимальная сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

Базовый (2-3 года обучения) - используются и реализуются такие формы организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний и языка, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно тематического направления программы.

Продвинутый (4 год обучения) – используются и реализуются такие формы организации материала, которые допускают доступ к сложным и нетривиальным разделам содержательно-тематического направления программы. Также предполагает углубленное изучение содержание программы и доступ к околопрофессиональным знаниям в рамках содержательно-тематического направления программы.

Особенности реализации образовательного процесса Образовательный процесс организуется в традиционной форме. В период приостановки образовательной деятельности в связи с ростом заболеваемости населения вирусными инфекциями образовательный процесс организуется с применением дистанционных технологий.

Режим занятий: занятия проводятся: 3 раза в неделю по 2 учебных часа.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы – художественное, эстетическое развитие учащихся средствами хореографии; пропаганда и популяризация здорового образа жизни.

Задачи программы.

Обучающие:

1. Обучить основам современного танца, техники исполнения, истории возникновения.
2. Обучить основам классического танца, техники исполнения.
3. Обучить навыкам телесной импровизации.
4. Обучить навыкам устранения телесных и психических зажимов.
5. Обучить терминам базовых танцевальных движений.

Развивающие:

1. Развить координацию движений.
2. Развить способности пластически мыслить, сочинять.
3. Развить механизм физической памяти.
4. Развить ритмичность и музыкальность.
5. Развить театральные способности посредством танца.

Воспитательные:

1. Сформировать устойчивый интерес к танцу.
2. Воспитать художественное восприятие и вкус.
3. Воспитать правила поведения, общения среди учащихся и с педагогом.
4. Воспитать самостоятельность при работе над основными упражнениями.
5. Сформировать качества личности: любознательность, трудолюбие, инициативность, доброжелательное отношение друг к другу, сотрудничество.

1.3. Содержание программы

Учебный план

№	Наименование разделов	Количество часов по годам обучения				Форма аттестации
		1	2	3	4	
1	Современный танец (модерн, contemporary dance)	124	94	6	6	Наблюдение
2	Техники Release и Body awareness			24	48	Наблюдение
3	Классический танец		20	54	44	Наблюдение
4	Экспериментальный танец		18			
5	Импровизация			10	16	Наблюдение
6	Закрепление и применение пройденного материала. Сценическая деятельность. Конкурсная деятельность.	90	82	120	100	Наблюдение
7	Промежуточная (итоговая) аттестация	2	2	2	2	Открытый урок, отчетный концерт
	Итого	216	216	216	216	

Содержание программы состоит из отдельных разделов, распределенных по годам обучения. Основные разделы 1, 2 годов обучения «Современный танец (модерн, contemporary dance)», «Закрепление и применение пройденного материала. Сценическая деятельность». Начиная с 3 и 4 года обучения добавляется раздел «Классический танец», «Техники Release и Body awareness», «Импровизация».

1.4. Планируемые результаты

Предметные результаты:

- будут владеть основами современного танца, техники исполнения;
- будут владеть основами классического танца, техники исполнения;
- будут освоены навыки телесной импровизации;
- будут уметь устранять телесные и психические зажимы;
- будут знать термины базовых танцевальных движений.

Метапредметные результаты:

- будет развита координации движений;
- будет развита способность пластически мыслить и сочинять;
- будет развит механизм физической памяти;
- будет развита ритмичность и музыкальность;
- будет развита способность, передавать мысли по средствам танца;
- будет развит устойчивый интерес к хореографическому творчеству.

Личностные результаты:

- будет развит учебно-познавательный интерес к хореографическому творчеству;
- будет сформирован интерес и уважительное отношение к культуре разных народов;
- будет сформирован интерес к коллективной и самостоятельной творческой деятельности в хореографическом творчестве;
- будет развит творческий потенциал учащегося, активизировано воображение и фантазия.

Основные характеристики по годам обучения СТАРТОВЫЙ УРОВЕНЬ (1 год обучения)

Цель – изучение основ современного танца, развитие физических данных.

Задачи:

Обучающие:

1. Познакомить с основами современного танца, техникой исполнения, историей возникновения танца.
2. Познакомить с понятием «синхронное исполнение».

3. Научить основным, базовым движениям современного танца.
4. Научить синхронному исполнению танца.

Развивающие:

1. Развить музыкальность, умение соотносить движение с музыкой.
2. Развить физические данные.
3. Развить творческую активность учащихся.

Воспитательные:

1. Сформировать устойчивый интерес к танцу.
2. Воспитать художественное восприятие и вкус.
3. Воспитать правила поведения, общения среди учащихся и с педагогом.

**Учебно-тематический план
1 год обучения (стартовый)**

№	Наименование разделов, тем	Количество часов			Формы контроля. аттестации
		Всего	Теория	Практика	
	1. Современный танец (модерн, contemporary dance)				
1.1.	Организационное занятие	2	1	1	Наблюдение
1.2.	Основы музыкальной грамотности	4	2	2	Наблюдение
1.3.	Введение в основы техники современного танца	14	2	12	Наблюдение
1.4.	Движения на полу	20	2	18	Наблюдение
1.5.	Изучение положений и движений корпуса.	16	2	14	Наблюдение
1.6.	Понятия «fall and recovery», «gravity–momentum–suspension»	14	2	12	Наблюдение
1.7.	Позы	4	1	3	Наблюдение
1.8.	Движение через пространство по параллельным и выворотным позициям. Диагонали.	14	-	14	Наблюдение
1.9.	Exersis. Структура и особенности exersis в технике современного танца. Движения exersis по параллельным и выворотным позициям. Комбинации.	10	1	9	Наблюдение
1.10	Stretching комплекс растяжек для спины и торса	26	1	25	Наблюдение
	Итого	124	14	110	
	2. Закрепление и применение пройденного материала. Сценическая деятельность.				
2.1.	Повторение пройденного материала	36	-	36	Наблюдение Опрос
2.2.	Постановочная деятельность Соединение выученных движений в единую	36	-	36	Наблюдение Опрос

	композицию				
2.3.	Сценическая практика, конкурсная деятельность	18	-	18	Наблюдение
	Итого	90	-	90	
	3. Промежуточная аттестация	2	-	2	Открытый урок
	Всего:	216	14	202	

СОДЕРЖАНИЕ

1 год обучения

Раздел 1. Современный танец (модерн, contemporary dance)

Тема 1.1. Организационное занятие

Теория: цели и задачи 1-го года обучения. Содержание и форма занятий. Внешний вид. Танцевальная форма одежды и обуви для занятий. Роль подготовки к занятиям. Дисциплина на уроке. Правила поведения в танцевальном классе и в раздевалках. Расписание занятий.

Практика: организация групп. Знакомство с учащимися в игровой форме.

Тема 1.2. Основы музыкальной грамотности

Теория: взаимосвязь музыки и движения. Понятия «музыкальный счёт», «мелодия», «ритм», «вступление». Музыкальный размер 2/4, 3/4, 4/4. Понятие сильной доли. Понятие музыкальной фразы.

Практика: слушание музыки. Определение характера музыки. Ускорение и замедление движений. Ритмические комбинации.

Тема 1.3. Введение в основы техники современного танца

Теория: методика исполнения основных положений, позиций, движений в современном танце. Понятие параллельных позиций ног. Понятие выворотности в современном танце.

Практика: изучение основных положений и позиций рук. Координация рук в современном танце - вытяжение, сброс. Ощущение веса (тяжести) при движении. Изучение параллельных позиций (параллельная, II параллельная позиция, IV параллельная позиция). Изучение выворотных позиций (I, II, III, IV). Органичное движение во взаимодействии с полом.

Тема 1.4. Движения на полу

Теория: методика исполнения движений на полу, перекатов и контакта с полом.

Практика: изучение перекатов в сочетании с движениями рук. Изучение прыжков и других вариантов продвижения в пространстве с опорой одну руку и две руки. Изучение падений (варианты падений в сторону, вперед, назад).

Изучение перекатов в положении лежа и сидя на полу. Изучение кувырков и перекатов назад и вперед. Падение. Импульс.

Тема 1.5. Изучение положений и движений корпуса

Теория: методика исполнения основных движений корпуса в положении стоя. Изучение основных движений корпуса в положении сидя без движений рук:

Практика: Изучение основных движений корпуса в положении стоя: Curve – наклон верха корпуса вперед. Side – наклон верха корпуса в сторону. Arch – наклон верха корпуса назад. Roll down – наклон с расслабленной спиной, задействует все тело. Roll up – возвращение в вертикальное положение.

Тема 1.6. Понятия «fall and recovery», «gravity–momentum–suspension»

Теория: основные виды движения swing в разработке.

Практика: проучивание основных видов движения swing в чистом виде. Изучение основных видов движений с опорой на руки: вертикальная стойка на двух руках с поддержкой (с помощью партнера), вертикальная стойка на двух руках у стены.

Тема 1.7. Позы

Теория: изучение основных поз современного танца.

Практика: diagonal level, level T – поза с ногой, открытой в сторону, и наклоном корпуса. Tilt – поза с ногой, открытой в сторону, и наклоном корпуса. Parallel arabesque – поза, в которой корпус и рабочая нога образуют горизонтальную линию.

Тема 1.8. Движение через пространство по параллельным и выворотным позициям. Диагонали

Практика: перенос веса (центра тяжести) с одной ноги на другую.

Тема 1.9. Exersis

Теория: структура и особенности exersis в технике современного танца. Движения exersis по параллельным и выворотным позициям. Комбинации.

Практика: Plié. Foot Isolations. Battement tendu / brush. Battement jeté / brush. Ronde de jambe. Swings. Adagio. Grand battement jeté / swings. Специфика исполнения прыжков в технике современного танца, взаимодействие с гравитацией, использование силы инерции. Раздел Allegro. Бег по параллельным и выворотным позициям. Прыжки по параллельным позициям. Прыжки по выворотным позициям. Специфика исполнения вращений в технике современного танца Вращения и повороты.

Тема 1.10. Stretching

Теория: основы анатомии, понятия о суставах, связках и мышцах.

Практика: комплекс пассивных, парных и динамических растяжек.

Раздел 2. Закрепление и применение пройденного материала.

Сценическая деятельность. Конкурсная деятельность.

Тема 2.1. Повторение пройденного материала

Практика: Повторяются и отрабатываются ранее проученные танцевальные движения, связки, танцевальные номера.

Тема 2.2. Танцевальные комбинации, этюды, постановочная работа

Практика: Танцевальные комбинации и номера создаются на основе пройденного материала с добавлением эмоциональной окраски, характерных движений и других выразительных средств. Темы интересные и понятные детям, соответствующие их возрасту. Возможно использование различных предметов в качестве реквизита для постановок.

Тема 2.3. Сценическая практика, конкурсная деятельность

Практика: Проводится организация выступлений на праздничных мероприятиях и конкурсах самодеятельных коллективов.

Раздел 3. Промежуточная аттестация

Практика: открытый урок.

Планируемые результаты

Стартового уровня (1 года обучения)

Предметные результаты:

- знает основы современного танца, технику исполнения, историю возникновения танца;
- знает понятие «синхронное исполнение»;
- умеет выполнять основные, базовые движения современного танца;
- умеет синхронно исполнять танец.

Метапредметные результаты:

- развита музыкальность, умение соотносить движение с музыкой;
- развиты физические данные;
- развита творческая активность учащихся.

Личностные результаты:

- сформирован устойчивый интерес к танцу;
- сформировано художественное восприятие и вкус;
- воспитаны правила поведения, общения среди учащихся и с педагогом.

БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ (2 год обучения)

Цель: развитие творческой, эмоциональной составляющей личности через введение новых техник: классический танец, техники Release и Body awareness, усложнение приемов импровизации.

Задачи:**Обучающие:**

1. Изучить строения тела, методы организации тела в движении.
2. Научить усложненному ритмическому рисунку танцевальных комбинаций и увеличению темпа исполнения.
3. Изучить упражнений классического танца у станка, маленьких прыжков и вращений на середине зала.
4. Изучить технику выполнения средних и больших прыжков классического танца.

Развивающие:

1. Освоить понятие художественного образа.
2. Развить интерес к коллективной и самостоятельной творческой деятельности в хореографическом творчестве.

Воспитательные:

1. Воспитать интерес и уважительное отношение к культуре разных народов.
2. Воспитать интерес к коллективной и самостоятельной творческой деятельности в хореографическом творчестве.

**Учебно-тематический план
2 год обучения (базовый)**

№	Наименование разделов, тем	Количество часов			Формы контроля. аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1. Современный танец (модерн, contemporary dance)		94	5	89	
1.1.	Организационное занятие	2	2	-	Наблюдение
1.2	Основы музыкальной грамоты	2	1	1	Наблюдение
1.3	Движения на полу	16	1	16	Наблюдение
1.4	Изучение положений и движений корпуса.	12	-	12	Наблюдение
1.5	Баланс на руках	8	-	8	Наблюдение
1.6	Позы	8	-	8	Наблюдение
1.7	Понятия «fall and recovery», «gravity–momentum–suspension»	4	-	4	Наблюдение
1.8	Движение через пространство по параллельным и выворотным позициям. Диагонали.	12	-	12	Наблюдение
1.9	Exersis. Структура и особенности exersis в технике современного танца. Движения exersis по параллельным и выворотным позициям. Комбинации.	14	-	14	Наблюдение
1.10	Stretching комплекс растяжек для мышц торса и спины.	16	1	15	Наблюдение
2. Классический танец		20	2	17	

2.1	Exersis у станка в классическом танце.	12	1	10	Наблюдение
2.2	Часть Allegro и вращения на середине зала в классическом танце.	8	1	6	Опрос Наблюдение
3	Экспериментальный танец Техника танца	18	1	17	Наблюдение
4. Закрепление и применение пройденного материала. Сценическая деятельность. Конкурсная деятельность.		82	-	82	
4.1	Повторение пройденного материала	32	-	32	Наблюдение
4.2	Постановочная деятельность Соединение выученных движений в единую композицию	28	-	28	Наблюдение
4.3	Сценическая практика, конкурсная деятельность.	22	-	22	Наблюдение
5. Промежуточная аттестация		2	-	2	Открытый урок
Итого:		216	8	208	

СОДЕРЖАНИЕ

2 год обучения

Раздел 1. Современный танец (модерн, contemporary dance)

Тема 1.1. Организационное занятие

Теория: организационное собрание. Объявляются цели и задачи третьего года обучения, расписание, план концертной деятельности и массовых мероприятий с обучающимися.

Тема 1.2. Содержание музыкальной темы

Теория: понятие музыкальной темы. Музыкальные инструменты.

Практика: определение музыкальных тем и инструментов на слух. Движение на разные музыкальные темы. Движения, характеризующие разные музыкальные инструменты.

Тема 1.3. Движения на полу.

Практика: повторяется материал первого и второго года обучения. Добавляются сложные, комбинированные кувирки и перекаты.

Тема 1.4. Изучение положений и движений корпуса

Практика: повторяется материал первых двух лет обучения с усложненным ритмическим рисунком и координацией движений. Добавляются новые элементы. Contraction – сжатие, сокращение, движение центра корпуса. Повороты корпуса в сторону – изолированные и последовательные. Круговые движения для корпуса.

Тема 1.5. Баланс на руках

Практика: динамический баланс на двух руках. Динамический баланс на одной руке.

Тема 1.6. Позы

Практика: Arabesque, attitude – особенности исполнения в технике танца модерн. Другие позы.

Тема 1.7. Понятия «fall and recovery», «gravity–momentum–suspension»

Практика: Движения Swing в сложных танцевальных комбинация в сочетании с другими движениями на полу и стоя.

Тема 1.8. Движение через пространство по параллельным и выворотным позициям. Диагонали

Практика: Pas de bourrée; Pas de bourrée в повороте и с уходом в пол.

Тема 1.9. Exercis. Структура и особенности exercis в технике современного танца. Движения exercis по параллельным и выворотным позициям. Комбинации.

Практика: Повторение пройденного материала с добавлением новых элементов. Вращения и повороты в сочетании с движениями корпуса. Tours: с IV параллельной и IV выворотной позиций; со II параллельной и II выворотной. Tours в больших позах – attitude, arabesque, parallel arabesque, Tilt, level T, diagonal level и другие позы. Tour chaîné. Другие виды поворотов: renversé, fouetté, pencil turn, шаги в повороте и др.

Тема 1.10. Stretching (растяжка)

Практика: комплекс пассивных, парных и динамических растяжек.

Раздел 2. Классический танец

Тема 2.1. Exercis у станка в классическом танце

Теория: изучение движений классического танца лицом к станку в первом полугодии и с одной рукой на станке во втором.

Практика: учебные комбинации с движениями в чистом виде крестом и в медленном темпе. Demi, grand plie. Battement tendu. Battement tendu jete. Rond de jamde. Sur le cou de pied. Fondue. Relevelent. Passe. Allongée. Pordebras. Grand Battement.

Тема 2.2. Часть Allegro и вращения на середине зала в классическом танце

Теория: правила вращения на середине зала в классическом танце.

Практика: Saute. Echappe. Glissade

Раздел 3. Закрепление и применение пройденного материала.

Сценическая деятельность. Конкурсная деятельность.

Тема 3.1. Повторение пройденного материала

Практика: повторяются и отрабатываются ранее проученные танцевальные движения, связки, танцы.

Тема 3.2. Постановочная работа

Практика: танцевальные комбинации и номера создаются на основе пройденного материала с добавлением эмоциональной окраски, характерных движений и других выразительных средств.

Тема 3.3. Сценическая практика. Конкурсная деятельность.

Практика: открытые уроки, выступления на традиционных, праздничных мероприятиях, участие в конкурсах.

Раздел 4. Промежуточная аттестация

Практика: открытый урок.

Планируемые результаты Базового уровня (2 года обучения)

Предметные результаты:

- знает строение тела, методы организации тела в движении;
- умеет выполнять усложненный ритмический рисунок танцевальных комбинаций и с увеличением темпа исполнения;
- знает содержание упражнений классического танца у станка, маленьких прыжков и вращений на середине зала;
- знает технику выполнения средних и больших прыжков классического танца.

Метапредметные результаты:

- освоено понятие художественный образ;
- развит интерес к коллективной и самостоятельной творческой деятельности в хореографическом творчестве.

Личностные результаты:

- воспитан интерес и уважительное отношение к культуре разных народов;
- воспитан интерес к коллективной и самостоятельной творческой деятельности в хореографическом творчестве.

БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ (3 год обучения)

Цель: обучение учащихся самостоятельному сочинению танцевальных фрагментов, комбинаций через изучение новых приемов импровизации, новые движения в технике современного танца.

Задачи:

Обучающие:

1. Обучить выполнять сольную партию в импровизации танца.
2. Совершенствовать технику современного танца.

Развивающие:

1. Научить применять полученные знания в самостоятельной исполнительской деятельности, создавать танцевальные комбинации на основе современного танца.

2. Развить умение импровизировать.

Воспитательные:

1. Воспитать интерес и уважительное отношение к культуре разных народов.

2. Воспитать интерес к коллективной и самостоятельной творческой деятельности в хореографическом творчестве.

**Учебно-тематический план
3 год обучения (базовый)**

№	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1. Современный танец (модерн, contemporary dance)		6	6	-	
1.1	Организационное занятие	2	2	-	Опрос
1.2	Краткий обзор истории современного танца	4	4	-	Опрос
2. Техники Release и Body awareness		24	2	22	
2.2	Введение в техники Release и Body awareness	8	1	7	Наблюдение Опрос
2.3.	Методы организации оптимальной работы отдельных частей тела и всего тела в движении	6	1	5	Наблюдение Опрос
2.4.	Техника Body awareness и развитие восприятия и выразительности движения	2		2	Наблюдение Опрос
2.5.	Stretching (растяжка)	8	-	8	Наблюдение
3. Классический танец		54	6	48	
3.1.	Exersis у станка в классическом танце.	26	2	24	Наблюдение Опрос
3.2.	Exersis на середине зала в классическом танце.	18	2	16	Наблюдение Опрос
3.3	Часть Allegro и вращения на середине зала в классическом танце.	10	2	8	Наблюдение Опрос
	4. Импровизация	10	1	9	Наблюдение Опрос
	Итог	94	15	79	
5. Закрепление и применение пройденного материала. Сценическая деятельность. Конкурсная деятельность.		120	-	120	
5.1.	Повторение пройденного материала	38	-	38	Наблюдение
5.2.	Постановочная деятельность Соединение выученных движений в единую композицию	40	-	40	Наблюдение
5.3.	Сценическая практика. Конкурсная	42	-	42	Наблюдение

	деятельность.				
6. Промежуточная аттестация		2	-	2	Отчетный концерт
Итого:		216	15	201	

СОДЕРЖАНИЕ

3 год обучения

Раздел 1. Современный танец (модерн, contemporary dance)

Тема 1.1. Организационное занятие

Теория: организационное собрание. Объявляются цели и задачи второго года обучения, расписание, план концертной деятельности и массовых мероприятий с обучающимися.

Тема 1.2. Краткий обзор истории современного танца

Теория: просмотр фильмов по теории и истории классического, современного танца и других направлений. Обсуждение с учениками.

Раздел 2. Техники Release и Body awareness

Тема 2.1. Введение в техники Release и Body awareness

Теория: значение техники Release и Body awareness в подготовке танцоров современного танца; Структура человеческого тела. Различные системы тела, их функции и роль в движении.

Практика: применение теоретических знаний в учебных и танцевальных комбинациях.

Тема 2.2. Методы организации оптимальной работы отдельных частей тела и всего тела в движении.

Теория: понятие центральной оси тела. Динамическое выравнивание центральной оси тела. Понятие трех центров тела, их взаимосвязь и взаимодействие во время движения. Свободное движение головы, шеи, рук. Строение плечевого пояса, естественное взаимодействие всех составляющих в движении. Снижение мышечного напряжения.

Практика: применение теоретических знаний в учебных и танцевальных комбинациях.

Тема 2.3. Техника Body awareness и развитие восприятия и выразительности движения

Теория: восприятие. Пять чувств и их влияние на движение.

Практика: работа с отдельными частями тела и всего тела в движении

Тема 2.4. Stretching (растяжка)

Практика: комплекс пассивных, парных и динамических растяжек.

Раздел 3. Классический танец

Тема 3.1. Exercis у станка в классическом танце

Теория: повторение материала 2 года обучения с введением новых элементов. Учебные комбинации координационно и ритмически более сложные, включают в себя сочетание различных элементов.

Практика: вводится понятие «разбитый крест». Подготовка к турам. Туры: battement soutenu, battement frappe, rond de jamb en l'air, developpe, arabesque, balancoire.

Тема 3.2. Exercis на середине зала в классическом танце

Теория: все движения, проученные у станка на 3 году обучения, исполняются на середине зала. Изучаются позы классического танца.

Практика: практическое изучение поз: tombée, coupe, pas de bourree, arabesque, croisee, ecartee, efface, pirouette.

Тема 3.3. Часть Allegro и вращения на середине зала в классическом танце

Теория: понятие Allegro assemble. Pas chasse. Pas emboite. Grand jete.

Практика: assemble. Pas chasse. Pas emboite. Grand jete.

Раздел 4. Импровизация

Тема 4.1. Соло-импровизация

Теория: введение понятия импровизации. Импровизация как вид танцевального искусства.

Практика: упражнения: «Стая рыбок», «Зеркало».

Раздел 5. Закрепление и применение пройденного материала.

Сценическая деятельность. Конкурсная деятельность.

Тема 5.1. Повторение пройденного материала

Практика: повторяются и отрабатываются ранее проученные танцевальные движения, связки, танцы.

Тема 5.2. Постановочная работа

Практика: танцевальные комбинации и номера создаются на основе пройденного материала с добавлением эмоциональной окраски, характерных движений и других выразительных средств. Темы интересные, понятные, соответствующему возрасту.

Тема 5.3. Сценическая практика. Конкурсная деятельность.

Практика: открытые уроки, выступления на традиционных, праздничных мероприятиях, участие в конкурсах самодеятельных коллективов.

Раздел 6. Промежуточная аттестация

Практика: отчетный концерт в конце учебного года.

Планируемые результаты

Базового уровня (3 года обучения)

Предметные результаты:

- умеет выполнять сольную партию в импровизации танца;
- владеет в совершенстве техникой современного танца.

Метапредметные результаты:

• умеет применять полученные знания в самостоятельной исполнительской деятельности, создавать танцевальные комбинации на основе современного танца;

- умеет импровизировать.

Личностные результаты:

- воспитан интерес и уважительное отношение к культуре разных народов;
- воспитан интерес к коллективной и самостоятельной творческой деятельности в хореографическом творчестве.

ПРОДВИНУТЫЙ УРОВЕНЬ (4 год обучения)

Цель: развить специальные физические и танцевальные качества через освоение усложненных танцевальных фигур и соединение их в композицию, стремление к самовыражению и непосредственной концертной, конкурсной деятельности

Задачи:

Обучающие:

1. Освоить интеграционные аспекты баланса.
2. Научить исполнять учебно-танцевальные и танцевальные комбинации, этюды, номера в технике классического и современного танца.
3. Научить понимать разницу в особенностях исполнения движения в разных направлениях, исполнять движения современного танца с различной манерой, придавать движениям разную окраску и характер.
4. Научить самостоятельно создавать хореографический текст, танцевальные фигуры и составлять из них композицию.
5. Овладеть методами предупреждения травматизма.

Развивающие:

1. Развить способностью пластически мыслить и сочинять.
2. Развить ритмичность и музыкальность.
3. Сформировать способностью создавать танцевальный художественный образ;
4. Сформировать устойчивый интерес к хореографическому творчеству.

Воспитательные:

1. Сформировать дисциплину и трудолюбие.
2. Выработать волю, чувство ответственности.

3. Сформировать активную жизненную позицию.

Учебно-тематический план
Четвертый год обучения (продвинутый)

№	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля. аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1. Современный танец (модерн, contemporary dance)		6	5	1	
1.1	Организационное занятие	2	1	1	Опрос
1.2	Выдающиеся исполнители современного танца	4	4	-	Опрос
2. Техники Release и Body awareness		48	3	45	
2.1	Введение в техники Release и Body awareness	8	1	7	Наблюдение Опрос
2.2	Методы организации оптимальной работы отдельных частей тела и всего тела в движении	8	1	7	Наблюдение Опрос
2.3	Stretching (растяжка)	32	1	31	Наблюдение Опрос
3. Классический танец комплекс пассивных, парных и динамических растяжек		44	7	37	
3.1	Exersis у станка в классическом танце.	18	2	16	Наблюдение Опрос
3.2	Exersis на серединезалав классическом танце.	2		2	Наблюдение Опрос
3.3	Часть Allegro и вращения на середине зала в классическом танце.	24	2	22	Наблюдение Опрос
4. Импровизация		16	1	15	
4.1	Соло-импровизация	6	-	6	Наблюдение
4.2	Контактная импровизация	10	1	9	Наблюдение Опрос
5. Закрепление и применение пройденного материала. Сценическая деятельность. Конкурсная деятельность.		100	-	100	
5.1	Повторение пройденного материала	32	-	32	Наблюдение
5.2	Постановочная деятельность Соединение выученных движений в единую композицию	34	-	34	Наблюдение
5.3	Сценическая практика. Конкурсная деятельность.	34	-	34	Наблюдение
6. Итоговая аттестация		2	-	2	Отчетный концерт
	Итого:	216	16	200	

СОДЕРЖАНИЕ

4 год обучения

Раздел 1. Современный танец (модерн, contemporary dance)

Тема 1.1 Организационное занятие

Теория: организационное собрание. Объявляются цели и задачи третьего года обучения, расписание, план концертной деятельности и массовых мероприятий с учащимися.

Тема 1.2. Выдающиеся исполнители современного танца

Теория: просмотр фильмов по теории и истории классического, современного танца и других направлений с участием выдающихся исполнителей, биография и характер исполнения танцев.

Раздел 2. Техники Release и Body awareness

Тема 2.1. Введение в техники Release и Body awareness

Теория: органичное дыхание. Дыхание как физиологический процесс. Естественное дыхание в движении.

Практика: техника Release и Body awareness

Тема 2.2. Методы организации оптимальной работы отдельных частей тела и всего тела в движении

Теория: методы предупреждения травматизма. Свободное движение грудной клетки и всего торса. Снижение излишнего напряжения в области грудной клетки и легких. Естественная подвижность диафрагмы и естественная реакция других групп мышц и структур тела на движение диафрагмы.

Практика: применение теоретических знаний в учебных и танцевальных комбинациях.

Тема 2.3. Stretching (растяжка)

Теория: понятие и приемы Stretching (растяжка).

Практика: Stretching (растяжка).

Раздел 3. Классический танец комплекс пассивных, парных и динамических растяжек

Тема 3.1. Exercis у станка в классическом танце

Теория: повторение материала прошлых лет обучения. Комбинации у станка становятся учебно-танцевальными.

Практика: изучаются новые движения классического танца: pîsse, pounte, petit battement, attitude, terboushon, battement double frappe.

Тема 3.2. Exercis на середине зала в классическом танце

Теория: Exercis на середине зала в классическом танце

Практика: учебно-танцевальные комбинации на середине зала. Вводятся новые элементы: temps lie.

Тема 3.3. Часть Allegro и вращения на середине зала в классическом танце

Теория: понятия Changement de pieds. Pas failli. Pas de chat. Saut de basque. Sissonne tombee. Entrechat. Brize. Fouette. Jete ferme. Sissonne ouverte. Sissonne fermee

Практика: Changement de pieds. Pas failli. Pas de chat. Saut de basque. Sissonne tombee. Entrechat. Brize. Fouette. Jete ferme. Sissonne ouverte. Sissonne fermee

Раздел 4. Импровизация

Тема 4.1. Соло-импровизация

Практика: упражнения на внимание, части тела, структура тела, пространство. Упражнения на время и ритм, энергию, импульс, динамику, образ.

Тема 4.2. Контактная импровизация

Теория: понятие контакта, пространства, веса. Структура человеческого тела.

Практика: упражнения на внимание и контакт, деление пространства, вес и центр тяжести, деление веса, партнеринг, дезориентация, спиральное движение, трио, структуры, открытая импровизация.

Раздел 5. Закрепление и применение пройденного материала.

Сценическая деятельность. Конкурсная деятельность.

Тема 5.1. Повторение пройденного материала

Практика: повторяются и отрабатываются ранее проученные танцевальные движения, связи, танцы.

Тема 5.2. Постановочная работа

Практика: танцевальные комбинации и номера создаются на основе пройденного материала с добавлением эмоциональной окраски, характерных движений и других выразительных средств.

Тема 5.3. Сценическая практика. Конкурсная деятельность.

Практика: открытые уроки, выступления на традиционных, праздничных мероприятиях, участие в конкурсах самодеятельных коллективов.

Раздел 6. Итоговая аттестация *Практика:*

отчетный концерт.

Планируемые результаты

Продвинутого уровня (4 года обучения)

Предметные результаты:

- понимает интеграционные аспекты баланса;

- умеет исполнять учебно-танцевальные и танцевальные комбинации, этюды, номера в технике классического и современного танца;
- понимает разницу в особенностях исполнения движения в разных направлениях, исполняет движения современного танца с различной манерой, придает движениям разную окраску и характер;
- самостоятельно создает хореографический текст, танцевальные фигуры и составляет из них композицию;
- владеет методами предупреждения травматизма.

Метапредметные результаты:

- владеет способностью пластически мыслить и сочинять;
- развита ритмичность и музыкальность;
- владеет способностью создавать танцевальный художественный образ;
- сформирован устойчивый интерес к хореографическому творчеству.

Личностные результаты:

- воспитана дисциплина, трудолюбие;
- выработана воля, чувство ответственности;
- сформирована активная жизненная позиция.

2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

2.1. Календарный учебный график

Период обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 полугодие	07 сентября	20 декабря	15	90	3 раза в неделю по 2 часа
2 полугодие	11 января	06 июня	21	126	

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

Просторный класс, оборудованный станками и зеркалами; музыка на цифровых носителях; видеофильмы по хореографии; сценическая площадка.

Кадровое обеспечение: кадровое обеспечение разработки и реализации дополнительная общеразвивающая программа осуществляется педагогами дополнительного образования, что закрепляется Приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

Информационное обеспечение:

Аудиотека (диски и флэш карты) для музыкального сопровождения, фото- и видеоматериалы.

2.3. Форма аттестации/контроля и оценочные материалы

Время проведения	Виды контроля	Формы контроля/аттестации
В начале учебного года	Входной контроль Цель проведения: определение уровня развития учащихся, их творческих способностей	Беседа, опрос, анкетирование.
По окончании изучения темы или тем, раздела	Тематический контроль Цель проведения: •определение степени усвоения учащимися учебного материала по определенной теме; •определение результатов обучения.	Опрос, самостоятельная работа
В конце учебного года	Промежуточная аттестация Цель проведения: •определение результатов обучения, изменения уровня развития учащихся, их творческих способностей по окончании учебного года; •ориентирование учащихся на дальнейшее обучение; •анализ дополнительной общеобразовательной программы для коррекции и совершенствования содержания.	Открытый урок
В конце курса обучения по программе	Итоговая аттестация. Цель проведения: •определение результатов обучения; •определение изменения уровня развития учащихся, их творческих способностей; •анализ дополнительной общеобразовательной программы для коррекции и совершенствования содержания.	Отчетный концерт

Формы контроля и промежуточной (итоговой) аттестации являются:

- педагогическое наблюдение;
- опрос;
- открытые уроки, отчетные концерты;
- участие в концертах, фестивалях, конкурсах.

Подведение итогов проводится в соответствии с разработанными критериями оценки результатов реализации программы.

Оценочные материалы:

1. Лист самоконтроля в хореографическом коллективе «Аннона» (Приложение № 1).
2. Карта входного контроля (Приложение № 2).

Методические материалы:

Формы организации образовательного процесса: командная работа (работа в малых группах), индивидуальная работа (сольные партии).

Ведущими методами обучения учащихся танцевальному искусству являются: показ движений; объяснение методики исполнения движений современного танца; задания на импровизацию; танцевальная игра; постановка танцевальных композиций; просмотр видео материалов.

Такая организация учебного процесса дает учащемуся комплекс знаний и умений по хореографии, культурно обогащает, прививает любовь к искусству, к творчеству, прививает способность понимать сущность хореографической деятельности, самостоятельно решать разнообразные задачи, готовит к выбору профессионального образования в средне-специальных и высших учебных заведениях.

Типы занятий: изучение нового материала, закрепление и совершенствование пройденного материала, применение полученных навыков.

Формы занятия: беседа, практические, комбинированные, итоговые.

К концу обучения по программе учащиеся готовы к продолжению обучения профессии хореографа в средне-специальных и высших учебных заведениях.

Методика преподавания по данной программе опирается на школу профессионально-хореографического обучения. Занятия логически выстроены с учетом специфики хореографического направления - от простого к сложному. Прохождение каждой новой темы предполагает постоянное повторение пройденных тем.

Классический танец является фундаментом всей танцевальной подготовки и основой высокой исполнительской культуры. Современный танец дает представление о свободном, раскрепощенном, импульсном движении. В своем сочетании эти направления дают разностороннее развитие личности танцовщика, его творческих способностей, так как демонстрируют разные подходы к движению и приемы исполнения.

Практические занятия импровизацией открывают большие возможности для развития индивидуальности танцора, поиска собственного неповторимого и естественного стиля движения в танце, приобретения и развития чувства партнерства.

Музыкальный материал для занятий и постановок выбирается с учетом возраста учащихся по критериям – тематика и сложность восприятия. От простых музыкальных размеров и ровных музыкальных фраз на первых годах обучения к более сложным музыкальным формам на последних этапах.

Обучение хореографии включает в себя занятия по теории и истории танца - просмотр обучающих документальных и художественных фильмов, спектаклей, разъяснения педагогом терминологии, исторические экскурсии.

Репертуару и концертной деятельности коллектива уделяется большое внимание, так как они являются основными показателями его активности.

Темы выбираются с учетом возраста и интересов учащихся. Материал подается с разъяснением не только техники исполнения движений, но также идеи и образа.

Педагогические технологии:

1. Игровые технологии. Игровые технологии обладают средствами, активизирующими и интенсифицирующими деятельность учащихся. В их основу положена педагогическая игра как основной вид деятельности, направленный на усвоение общественного опыта.

2. Технология здоровьесберегающего обучения. Для занятий хореографией мною принимаются учащиеся с различными физическими данными, поэтому возникает необходимость на уроках заниматься как общим физическим развитием, так и исправлением (коррекцией) физических недостатков. Формирование правильной техники исполнения движений создает и совершенную, в смысле «скульптурности», форму тела. В процессе обучения в коллективе формируются необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни.

3. Технология обучения в сотрудничестве и развивающее обучение. Данная технология позволяет организовать обучение учащихся в тех формах, которые традиционно применяются на занятиях хореографией. Технология обучения в сотрудничестве на занятиях по хореографии включает индивидуально-групповую работу и командно-игровую работу.

2.4. Воспитательная работа

Воспитательный потенциал.

Воспитательный потенциал в хореографии заключается в формировании определённых качеств личности, таких как дисциплинированность, трудолюбие, терпение, аккуратность и чувство ответственности. Занятия хореографией помогают развивать творческое мышление и учат детей относиться к любому делу творчески. Кроме того, хореография расширяет общий культурный и художественный кругозор, развивает эстетический вкус.

Основной формой воспитания и обучения детей в системе дополнительного образования является *учебное занятие*. В ходе учебных занятий в соответствии с предметным и метапредметным содержанием программ обучающиеся: усваивают информацию, имеющую воспитательное значение; получают опыт деятельности, в которой формируются, проявляются и утверждаются ценностные, нравственные ориентации; осознают себя способными к нравственному выбору; участвуют в освоении и формировании среды своего личностного развития, творческой самореализации.

Методы воспитания в хореографии:

– метод убеждения: педагог использует разные способы воздействия на учащихся, чтобы сформировать у них определённые убеждения и взгляды;

- метод побуждения: педагог стимулирует учащихся к эстетически прекрасному исполнению движений, сознательному применению идейно-эстетических требований и норм поведения;
- метод примера: педагог показывает учащимся образцы правильного поведения и исполнения движений, тем самым влияя на их эстетическое развитие;
- метод поощрения: педагог использует различные формы поощрения, такие как похвала, награды и признание успехов учащихся, чтобы стимулировать их к дальнейшему развитию и улучшению своих результатов;
- метод критики: педагог критикует ошибки учащихся, помогает им осознать и исправить свои недостатки, а также формирует критическое мышление и способность анализировать свои действия.

Профориентационная деятельность на занятиях по хореографии направлена на подготовку учащихся к выбору профессии в сфере хореографического искусства. Она включает:

- Создание условий для художественного образования, эстетического воспитания и духовно-нравственного развития учащихся.
- Приобретение знаний, умений и навыков в области хореографического исполнительства.
- Формирование эстетических взглядов, нравственных установок и потребности общения с духовными ценностями.
- Воспитание доброжелательности, эмоциональной отзывчивости и профессиональной требовательности.
- Формирование умений давать объективную оценку своему труду, навыков взаимодействия с преподавателями и другими учениками.

Профориентационная работа начинается с первых дней знакомства с хореографическим коллективом и продолжается на протяжении всего обучения.

3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Литература для педагога:

1. Бежар М. Мгновения из жизни другого. Мемуары. – М.: Редакция журнала «Балет», 2002 – 239 с.
2. Васенина Е. Российский современный танец. Диалоги. – М: Emergency Exit, 2005 – 268 с.
3. Ивлева Л. Руководство воспитательным процессом в самостоятельном хореографическом коллективе. – Челябинск: ЧГИК, 2009.
4. Жак – Далькроз Э. Ритм. – М.: Классика - XXI, 2006 - 248с.
5. Классический танец: Методическая разработка для преподавателей хореографических школ. – М., 2002.

6. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. – М.: ГИТТИС, 2000 – 440с.
7. Полятков С.С. Основы современного танца. – Ростов н/Д: Феникс, 2006 - 80 с.
8. Суриц Е. Балет и танец в Америке. Очерки истории. – Екатеринбург: Изд-во госуниверситета, 2004 – 392с.
9. Фельденкрайз М. Осознание через движение: двенадцать практических уроков. – М.: Ин - т Общегуманитарных исследований, 2009 - 224 с.

Литература для учащихся:

1. Васенина Е. Российский современный танец. Диалоги. – М: Emergency Exit, 2005 – 268 с.
2. Захаров Р. Сочинения танца. – М.: Искусство, 2012.
3. Суриц Е. Балет и танец в Америке. Очерки истории. – Екатеринбург: Изд-во госуниверситета, 2004 – 392с.

Интернет ресурсы:

1. Дэнсхелп.ру. – Режим доступа: <https://dancehelp.ru/catalog/>
2. Журнал балет. – Режим доступа: www.russianballet.ru
3. Маленькая балетная энциклопедия. – Режим доступа: ballet.classical.ru
4. Международный танцевальный журнал. – Режим доступа: www.danceinternational.org
5. Энциклопедия балет. – Режим доступа: ballet-enc.ru

Приложение 1

Лист самоконтроля в хореографическом коллективе «Аннона»
Ф.И. учащегося _____

№	Описание составляющих	Шкала оценки					
		Качество отсутствует	очень слаб ауровне первоначального знания	Качество выражено очень слаб ауровне зная	Качество выражено в средней степени на уровне первоначального навыка	ауровне адекватно (применяется) адекватно	овне реального применения на практике
		0 баллов	1 балл	2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
1	Развитие физических данных <i>гибкость выворотность прыжок растяжка выносливость равновесие шаг</i>						
	Средний балл:						
2	Знание основных хореографических навыков и умение их применять на практике <i>постановка корпуса понятие "втянутое колено" понятие "вытянутый подъем", "птичка" крест "два плеча, два бедра" основные позиции ног основные позиции рук термины различных техник танца, согласно году обучения</i>						
	Средний балл:						
3	Пространственная ориентация <i>понятия "ближний круг", "дальний круг" интервал ракурс</i>						
	<i>Умение держать рисунок точность перестроения чувство партнёра</i>						
	Средний балл:						
4	Психофизиологическое развитие <i>развитие чувства ритма</i>						

Приложение 2

Карта входного контроля

Фамилия имя		
Сколько полных лет, месяцев		
Рост		
Вес		
Строение тела		
Осанка		
Выворотность		
Стопа		
Балетный шаг		
Гибкость тела		
Прыжок		
Координация движений		
Музыкально-ритмическая координация		
Устойчивость		
Темперамент		
Особые отметки		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 535789110244658727404941810073550101074793265773

Владелец Симонова Мария Михайловна

Действителен с 23.12.2025 по 23.12.2026