

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ОМСКА
БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА ОМСКА
«ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА ОКТЯБРЬСКОГО АДМИНИСТРАТИВНОГО ОКРУГА»

Принята на заседании
методического Совета от
29.08.2025 года
Протокол № 4

УТВЕРЖДАЮ
Директор
БОУ ДО г. Омска «ДДТ ОАО»
_____ Ю. В. Плоцкая
29.08.2025 года

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
образцовой студии эстрадного танца «Артист»
Образовательный модуль художественной направленности
«Современный эстрадный танец»
(базовый уровень)

Возраст учащихся – 7 - 12 лет
Срок реализации – 4 года
Трудоёмкость модуля - 576 часов
Форма обучения - очная

Автор - составитель:
Гейст Игорь Валерьевич,
педагог дополнительного образования

Омск, 2025 г.

Аннотация

Образовательный модуль художественной направленности «Современный эстрадный танец» (базовый уровень) является частью дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы образцовой студии эстрадного танца «Артист». Содержание образовательного модуля представлено на базовом уровне сложности.

Целью образовательного модуля является формирование устойчивого интереса к современному хореографическому искусству, углублённое развитие танцевальных и музыкальных способностей учащихся.

После обучения по образовательному модулю учащиеся:

Будут знать:

- историю возникновения, отличительные особенности классического, акробатического, сюжетно-характерного танца, контемпорари, партнёринга;
- виды и жанры хореографических произведений;
- терминологию и техники контемпорари, партнёринга;
- элементы хореографической композиции, различные виды рисунков, хореографическую лексику, терминологию контемпорари, партнёринга;
- методику исполнения различных приёмов поддержки;
- требования к партнёрам при исполнении «партерных» поддержек;
- правила безопасного поведения в хореографическом классе, технику безопасности при исполнении акробатических элементов.

Учащиеся будут уметь:

- исполнять движения, хореографические комбинации в среднем и быстром темпе, анализировать, контролировать работу мышц;
- создавать и передавать художественный образ в танце, выразительно исполнять хореографические произведения, успешно импровизировать;
- подбирать музыкальный материал, сочинить простые этюды;
- фиксировать и исправлять ошибки.

Учащиеся овладеют:

- разными техниками контемпорари;
- техникой исполнения элементов партнёринга (поддержек).

Для обучения принимаются все желающие в возрасте от 7 до 12 лет, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий, прошедшие обучение по образовательному модулю «Современный эстрадный танец» (стартовый уровень). Срок реализации образовательного модуля 4 года. Общая трудоёмкость – 576 часов. Объём учебной нагрузки каждого года обучения по 144 часа.

Оглавление

1. Пояснительная записка	4
2. Учебно-тематический план 1 года обучения	9
3. Содержание 1 года обучения	10
4. Календарный учебный график 1 года обучения	16
5. Учебно-тематический план 2 года обучения	19
6. Содержание 2 года обучения	20
7. Календарный учебный график 2 года обучения	31
8. Учебно-тематический план 3 года обучения	36
9. Содержание 3 года обучения	37
10. Календарный учебный график 3 года обучения	48
11. Учебно-тематический план 4 года обучения	53
12. Содержание 4 года обучения	54
13. Календарный учебный график 4 года обучения	65
14. Контрольно-оценочные средства	70
15. Условия реализации образовательного модуля	73
16. Список литературы	74

Пояснительная записка

Образовательный модуль *художественной направленности* «Современный эстрадный танец» (базовый уровень) является частью дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы образцовой студии эстрадного танца «Артист». Содержание образовательного модуля представлено на *базовом уровне сложности*.

Образовательный модуль направлен на формирование устойчивого интереса к современному хореографическому искусству, углублённое развитие танцевальных и музыкальных способностей учащихся. Содействует самореализации и раскрытию творческого потенциала.

Образовательный модуль разработан в соответствии современными нормативными документами в сфере образования и локальными актами учреждения.

Актуальность образовательного модуля определяется:

- Государственной политикой РФ: Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ, Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года и др.
- Социальным заказом общества - потребностями и интересами учащихся, их родителей.

Эстрадный танец – яркое, эмоциональное, зрелищное направление в хореографии. Занятия современным эстрадным танцем позволяют реализовать потребность учащихся в движении, эмоциональном самовыражении, способствуют формированию установки на активный, здоровый образ жизни. Современный эстрадный танец включает в себя самые разнообразные направления хореографии, предоставляет широкие возможности для развития творческого потенциала каждого учащегося.

Педагогическая целесообразность образовательного модуля заключается в том, что занятия современным эстрадным танцем развивают положительные качества личности ребёнка - дети ставятся в такие условия, когда они должны проявить активность, инициативу, находчивость, решительность.

Образовательный модуль направлен на обучение детей умению красиво танцевать, двигаться в свободной непринуждённой манере и владеть ритмопластикой танца. Это позволяет удовлетворить стремление к самостоятельности и независимости, потребность в совместной со сверстниками деятельности.

Отличительная особенность образовательного модуля заключается в предназначении его для учащихся с разной степенью одарённости,

включение в программу элементов игры. Занятия современным эстрадным танцем удовлетворяют потребность учащихся в самовыражении и двигательной активности.

Особенности организации образовательного процесса.
Образовательный модуль осваивается учащимися одновременно с модулями «Классическая хореография», «Гимнастика» и «Творческая лаборатория современного танца» базового уровня сложности содержания дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы образцовой студии эстрадного танца «Артист».

Адресат образовательного модуля, особенности набора учащихся.
Образовательный модуль адресован учащимся, успешно освоившим образовательный модуль «Современный эстрадный танец» (стартовый уровень) дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы образцовой студии эстрадного танца «Артист», в возрасте 7-12 лет, не имеющим медицинских противопоказаний для занятий хореографией. Зачисление осуществляется по желанию учащегося и заявлению родителя (законного представителя). При наличии свободных мест учащиеся зачисляются по результатам собеседования на любом этапе обучения в указанном возрастном диапазоне.

Состав групп постоянный, наполняемость в группах составляет 12-20 человек.

Возрастные и психологические особенности учащихся. У детей с 7 лет появляется способность активного мышления. Они более самостоятельны и инициативны во время обучения. Интенсивно развивается их музыкальное восприятие, оно становится целенаправленным.

В этот период запоминание и процесс воспроизведения движения от механического характера логично переходит к осмысленному пониманию структуры задания через приёмы словесного объяснения, связанные с деятельностью воображения. Младший школьный возраст - время активного совершенствования мышечной системы и двигательных функций, благодаря этому учащимся становятся доступны сложнокоординированные танцевальные движения и комбинации.

Ведущими факторами развития в возрасте 11-12 лет становятся общение со сверстниками и проявление индивидуальных особенностей личности.

Дети в возрасте 11-12 лет произвольно владеют навыками выразительного и ритмического движения. Эмоции, вызванные музыкой, создают определенную двигательную активность, ребёнок хочет наилучшим образом двигаться, задача педагога заключается в том, чтобы направить это

желание в нужное русло, подобрав интересный и разнообразный музыкально-танцевальный материал.

Сроки реализации образовательного модуля. Образовательный модуль рассчитан на 4 года обучения.

Трудоёмкость образовательного модуля 576 часов. Объём учебной нагрузки каждого года обучения составляет по 144 часа.

Продолжительность и режим занятий. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность одного академического часа 40 минут, перерыв между часами – 10 минут.

Форма обучения – очная.

Форма организации деятельности объединения – учебная группа, студия.

Формы организации деятельности учащихся:

- индивидуальная,
- групповая,
- фронтальная.

Формы организации образовательного процесса: практическое учебное занятие, исполнительское учебное занятие, беседа, игровой практикум, репетиция, выступление.

Цель: формирование устойчивого интереса к современному хореографическому искусству, углублённое развитие танцевальных и музыкальных способностей учащихся.

Задачи:

- воспитывать художественный вкус, эмоционально-ценностное отношение к искусству, сценическую культуру, умение работать в коллективе;
- развивать основные физические качества, двигательные способности, координацию, музыкальность, пластичность, укреплять здоровье;
- формировать и развивать исполнительские навыки в современном эстрадном танце, способствовать творческой самореализации и самовыражению;
- обучать созданию художественного образа, выразительному исполнению хореографических произведений.

Планируемые результаты освоения образовательного модуля.

Личностные результаты.

После окончания обучения по образовательному модулю учащиеся:

- обладают эмоционально-эстетической отзывчивостью при восприятии явлений действительности и искусства, оценивают их на основе собственного эстетического вкуса;

- проявляют уважительное и доброжелательное отношение к другим людям и их мнению, эмоционально-нравственную отзывчивость и сопереживание чувствам других людей;
- обладают познавательной, жизненной активностью, целеустремлённостью и самостоятельностью, имеют установку на здоровый образ жизни, мотивацию к творчеству;
- проявляют самостоятельность и личную ответственность за свою деятельность, поступки;
- имеют устойчивый интерес к занятиям хореографией, исполнительской и творческой деятельности.

Метапредметные результаты.

После окончания обучения по образовательному модулю учащиеся:

- способны принимать и сохранять цели и задачи деятельности, искать средства их осуществления, планировать пути достижения;
- контролируют и анализируют свою танцевальную деятельность, определяют причины её успешности или неуспешности, способны конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- владеют навыками организации самостоятельной работы, учебного сотрудничества и совместной учебно-репетиционной деятельности с педагогом и сверстниками, умеют вести диалог, достигать взаимопонимания;
- обладают образным, ассоциативным мышлением;
- используют различные способы поиска, сбора, обработки, анализа, организации и интерпретации информации.

Результаты по направленности (профилю) образовательного модуля.

После окончания обучения по образовательному модулю:

Учащиеся будут знать:

- историю возникновения, отличительные особенности классического, акробатического, сюжетно-характерного танца, контемпорари, партнёринга;
- виды и жанры хореографических произведений;
- терминологию и техники контемпорари, партнёринга;
- элементы хореографической композиции, различные виды рисунков, хореографическую лексику;
- методику исполнения различных приёмов поддержки;
- требования к партнёрам при исполнении «партерных» поддержек;
- правила безопасного поведения в хореографическом классе, технику безопасности при исполнении акробатических элементов, поддержек, наваливаний.

Учащиеся будут уметь:

- исполнять движения, хореографические комбинации в среднем и быстром темпе;
- анализировать, контролировать работу мышц;
- создавать и передавать художественный образ в танце, выразительно исполнять хореографические произведения;
- успешно импровизировать (самостоятельно, в паре, группе);
- подбирать музыкальный материал, сочинить простые «бессюжетные» этюды и этюды с сюжетной нагрузкой;
- фиксировать и исправлять ошибки (собственные и других исполнителей).

Учащиеся овладеют:

- разными техниками контемпорари;
- техникой исполнения элементов партнёринга (поддержек).

Способы определения планируемых результатов:

- текущий контроль,
- промежуточная аттестация,
- итоговая аттестация.

Итоги реализации образовательного модуля подводятся на итоговом занятии.

Порядок получения документа об обучении. Учащиеся, успешно освоившие обучение по образовательному модулю «Современный эстрадный танец» (базовый уровень) дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы образцовой студии эстрадного танца «Артист», получают документ об обучении установленного образца.

Учебно-тематический план 1 года обучения

№ п/п	Название разделов, тем	Количество часов
1.	Вводное занятие. Влияние занятий хореографией на физическое развитие.	2
2.	Азбука музыкального движения.	12
3.	Основы актёрского мастерства.	12
4.	Основы эстрадного танца.	40
5.	Партнёринг.	12
6.	Рисунок танца.	12
7.	Танцевальная импровизация.	18
8.	Композиция построения танца.	18
9.	Концертная деятельность.	14
10.	Итоговые занятия. Я умею.	4
	Итого:	144

Содержание 1 года обучения

1. Вводное занятие. Влияние занятий хореографией на физическое развитие. (2 часа).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игровой практикум.

Теоретические понятия и термины: техника безопасности, этика общения, язык танца.

Практическая работа. Техника безопасности и правила поведения в танцевальном зале, в учреждении, на сцене. Инструктаж по технике безопасности. Дисциплина на занятиях. Этика общения в коллективе. Влияние занятий хореографией на физическое развитие. Форма одежды танцора. Режим работы. Задачи и содержание образовательного модуля «Современный эстрадный танец» (стартовый уровень). Язык танца, его особенности.

Игры на знакомство и формирование коллектива. Танцевально-музыкальные игры. Прослушивание музыки, просмотр и анализ фрагментов танцев различных видов и жанров.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос.

2. Азбука музыкального движения. (12 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: мелодия, характер мелодии, весёлая мелодия, грустная мелодия, торжественная мелодия, темп музыки, быстро, медленно, умеренно, ускорение, замедление, ритм музыки, ритмический рисунок, музыкальный размер, музыкальное вступление, музыкальная фраза, начало музыкальной фразы, конец музыкальной фразы, такт, затакт, сильная доля такта, и слабая доля такта, музыкальный образ, жанр музыки, песня, танец, марш, полька, вальс.

Практическая работа. Мелодия. Взаимосвязь мелодии и движения. Характер мелодии: весёлая, грустная, торжественная. Темп музыки - быстро, медленно, умеренно. Ускорение и замедление. Ритм музыки. Ритмический рисунок. Музыкальные размеры. Музыкальное вступление. Музыкальная фраза. Начало и конец музыкальной фразы.

Такт и затакт. Чередование сильной и слабой долей такта. Характеристика музыкальных образов. Три жанра музыки: песня, танец, марш. Жанры танцевальной музыки: полька, вальс.

Музыкальное прослушивание для создания ритмического и танцевального образа. Определение характера музыки словами. Упражнения

на координацию: сочетание ритмических хлопков с различными видами танцевальных шагов, прыжков, движениями рук, головы, корпуса. Ритмические упражнения с музыкальным заданием - простой ход, бег на полупальцах. Начало и окончание движения вместе с музыкой, различение музыкальных частей. Движение в различных темпах, передача изменения характера в движении по точкам зала 1-8.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

3. Основы актёрского мастерства. (12 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа, игровой практикум, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: образ, характер, чувства, жест, мимика, выразительность, инсценирование песен, сюжетная композиция, этюд, имитационные движения, пантомимические движения, образные игры, пластические этюды, театрализованная игра.

Практическая работа. Образ. Характер, чувства и их внешнее выражение. Значение жестов и мимики, их выразительность.

Определение характера музыки словами. Передача характера мимикой, жестами, движениями. Подбор выразительных движений для образа животных, сказочных персонажей. Пружинящий приставной шаг из стороны в сторону. Придумывание персонажей и сочинение историй. Инсценирование песен, сюжетные композиции, этюды, включающие имитационные, пантомимические движения.

Образные игры: «Море волнуется», «Гулливер и лилипуты», «Цапля и лягушка», «Птичий двор» и др. Упражнения и этюды: «Зоопарк», «Тугая резинка», «Лесные жители», «Тряпичные куклы и деревянные».

Пластические этюды: «Ёжик», «Дельфин», «Змея», «Пантера», «Морская звезда», «Пингвин» и др.

Этюды на выразительность жестов и мимики: «Иди ко мне», «Уходи» (М. Чистякова), этюд на сопоставление разных характеров «Три характера» (музыка Кабалевского), мимическая игра «Передавалки эмоций» (И. Петрова), упражнение «Расскажи стихотворение» с помощью жестов и мимики, театрализованная игра «Веселые превращения» (И. Петрова) и др.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

4. Основы эстрадного танца. (40 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: эстрадный танец, стиль танца, движение по линии танца, ансамблевое исполнение, музыкальная композиция, положение рук, положение ног, положение корпуса, русский танец, танцевальный шаг, лёгкий бег, шаг с подскоком, удары стопой, маршевый шаг, тройной притоп, боковой галоп, пружинящий приставной шаг.

Практическая работа. История возникновения эстрадного танца. Многообразие стилей и направлений. Отличительные особенности эстрадного танца. Понятие о движении по линии танца и обратно. Понятие об ансамблевом исполнении.

Прослушивание музыкальных композиций разных стилей, определение по музыке стиля танца.

Положения рук, ног, корпуса в эстрадном танце. Раскрывание рук вперёд – в сторону из положения «на поясе», в характере русского танца, соединяя с поворотом головы и корпуса.

Танцевальный шаг вперёд и назад, на полупальцах, лёгкий бег, шаг с подскоком. Удары стопой по VI-й и III-й позициям, маршевый шаг на месте. Тройной притоп. Боковой галоп по VI-ой позиции.

Пружинящий приставной шаг из стороны в сторону, вперёд-назад. Приставной шаг со сменой ног накрест (с работающей ногой назад на носок в приседании, с работающей натянутой ногой вперёд на пятку). Поворот «на трёх шагах». Прыжки с поджатыми ногами. Подскоки на месте и с продвижением.

Положение рук в парных танцах: за одну руку, накрест, за две руки.

Комбинации на середине зала, комбинации по диагонали на координацию.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

5. Партнёринг. (12 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, игровой практикум, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: центр тяжести, взаимодействие с партнёром, доверие партнёру.

Практическая работа. Центр тяжести. Правила взаимодействия с партнёром.

Игры и упражнения в парах, тройках, четвёрках на доверие партнёру: «Поводырь» (вождение через препятствия), «Зеркала», «Былинка на ветру», «Гусеница», «Два корабля» и др. Упражнения на центр тяжести.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

6. Рисунок танца. (12 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: композиционный рисунок, композиционный переход, логика перестроений, линейный рисунок, линия, шеренга, колонна, диагональ, круговой рисунок, круг, круг в круге, полукруг, комбинированный рисунок.

Практическая работа. Композиционный рисунок. Композиционный переход. Взаимосвязь рисунка танца и музыкального материала. Виды рисунков танца. Правила и логика перестроений из одних рисунков в другие.

Изучение рисунков и фигур:

- линейные рисунки: линия (шеренга), колонна, диагональ, «До-за-до», «Воротца», «Расчёска», «Досточка», «Ручеёк», «Гребень», «Цепочка»;
- круговые рисунки: круг, круг в круге, полукруг, «Восьмёрка», «Корзиночка» и др.;
- комбинированные рисунки: «Змейка», «Звёздочка», «Улитка» и др.

Изучение приёмов перестроения из одного рисунка в другой:

- из шеренги в шеренгу;
- из колонны в две, три колонны, в шеренгу;
- из колонны в «Воротца»;
- сужение и расширение круга;
- из круга в «Цепочку»;
- из круга в шеренгу, в колонну, в «Корзиночку» и обратно;
- из колонны в «Цепочку»;
- другие перестроения.

Тестирование «Виды рисунка танца».

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения, тестирование.

7. Танцевальная импровизация. (18 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, игровой практикум, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: музыкально-хореографическая образная выразительность, хореографическая импровизация, хореографический этюд.

Практическая работа. Музыкально-хореографическая, образная выразительность. Хореографическая импровизация.

Танцевальные игры «Эхо», «Птица в клетке», «Танец-подарок».

Прислушивание и анализ музыкальных фрагментов для исполнения, сочинения хореографических этюдов. Вариации изученных движений и комбинаций. Хореографическая импровизация.

Игры: «Зеркало», «Тень». Задание на повторение по четыре человека в «ромбиках». Повторение со сменой ведущего, заимствования у соседней группы, перемещение всей группой в пространстве, ускорение темпа, пр. Цепочки позировок всей группой по диагонали, добавление тематики (птица, облако, кактус) и внутренний характер позировок.

Исполнение этюдов: на развитие техники исполнения (использование вариаций движений и их сочетаний разных стилей и соответствующего характера, манеры исполнения); на образную, эмоциональную выразительность; на пластику (работа рук, корпуса, головы). Сочинение тематических этюдов.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

8. Композиция построения танца. (18 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: чистота исполнения, ансамблевое единство, эмоциональная составляющая танца, хореографическая постановка, разводка танцевальных композиций, поэтапное разучивание, отработка движений, отработка комбинаций, эмоциональная выразительность образа, синхронное выполнение.

Практическая работа. Чистота исполнения. Ансамблевое единство. Эмоциональная составляющая танца. Роль костюма в хореографической постановке.

Знакомство с музыкальным материалом и разводка танцевальных композиций. Поэтапное разучивание, отработка движений и комбинаций, соединение изученного воедино. Работа над техническим совершенствованием движений. Работа над эмоциональной выразительностью образа, синхронным выполнением движений в парах, в группе, в ансамбле.

Просмотр снятых на видео постановок с последующим детальным анализом.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

9. Концертная деятельность. (14 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, репетиция, показ.

Теоретические понятия и термины: сценическая культура, культура закулисного общения, пунктуальность, дисциплина.

Практическая работа. Сценическая культура. Культура закулисного общения. Пунктуальность и дисциплина.

Сводные репетиции. Выступления на тематических праздниках Дома детского творчества. Выступления в рамках социального партнёрства. Участие в конкурсах. Отчётные концерты студии.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, выступление.

10. Итоговые занятия. Я умею. (4 часа).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, выступление.

Практическая работа. Концертное выступление «Я умею» на сцене. Показ практических навыков.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, концерт.

Календарный учебный график 1 года обучения

№ п/п	Планируемая дата занятия	Раздел	Тема занятия	Количество часов
1.	Сентябрь	1. Вводное занятие.	Инструктаж по технике безопасности. Влияние занятий хореографией на физическое развитие.	2
2.	Сентябрь	2. Азбука музыкального движения.	Создание ритмического образа.	2
3.	Сентябрь	3. Основы актёрского мастерства.	Образ. Характер, чувства и их внешнее выражение.	2
4.	Сентябрь	4. Основы эстрадного танца.	История возникновения эстрадного танца.	2
5.	Сентябрь	4. Основы эстрадного танца.	Многообразие стилей и направлений. Отличительные особенности эстрадного танца.	2
6.	Сентябрь	7. Танцевальная импровизация.	Хореографическая импровизация.	2
7.	Сентябрь	6. Рисунок танца.	Композиционный рисунок.	2
8.	Сентябрь	8. Композиция построения танца.	Чистота исполнения, ансамблевое единство.	2
9.	Октябрь	8. Композиция построения танца.	Понятие о движении по линии танца и обратно.	2
10.	Октябрь	4. Основы эстрадного танца.	Положения рук, ног, корпуса в эстрадном танце.	2
11.	Октябрь	4. Основы эстрадного танца.	Раскрывание рук вперёд – в сторону из положения «на поясе», в характере русского танца.	2
12.	Октябрь	7. Танцевальная импровизация.	Танцевальные игры «Эхо».	2
13.	Октябрь	5. Партнёринг.	Упражнения в парах.	2
14.	Октябрь	2. Азбука музыкального движения.	Определение характера музыки словами.	2
15.	Октябрь	3. Основы актёрского мастерства.	Подбор выразительных движений для разных образов.	2
16.	Октябрь	4. Основы эстрадного танца.	Раскрывание рук вперёд – в сторону из положения «на поясе», соединя с поворотом головы и корпуса.	2
17.	Ноябрь	4. Основы эстрадного танца.	Танцевальный шаг вперёд и назад, на полупальцах.	2

18.	Ноябрь	7. Танцевальная импровизация.	Игра «Зеркало».	2
19.	Ноябрь	6. Рисунок танца.	Изучение рисунков и фигур.	2
20.	Ноябрь	2. Азбука музыкального движения.	Ритмические упражнения с музыкальным заданием.	2
21.	Ноябрь	3. Основы актёрского мастерства.	Игра «Цапля и лягушка».	2
22.	Ноябрь	9. Концертная деятельность.	Сценическая культура. Культура закулисного общения.	2
23.	Ноябрь	9. Концертная деятельность.	Сводные репетиции.	2
24.	Ноябрь	4. Основы эстрадного танца.	Лёгкий бег, шаг с подскоком.	2
25.	Декабрь	4. Основы эстрадного танца.	Тройной притоп.	2
26.	Декабрь	10. Итоговые занятия.	Концертное выступление «Я умею». Промежуточная аттестация.	2
27.	Декабрь	4. Основы эстрадного танца.	Удары стопой по 4-й и 3-й позициям.	2
28.	Декабрь	4. Основы эстрадного танца.	Маршевый шаг на месте.	2
29.	Декабрь	7. Танцевальная импровизация.	Цепочки позировок всей группой по диагонали.	2
30.	Декабрь	5. Партнёринг.	Игры на доверие партнёру.	2
31.	Декабрь	4. Основы эстрадного танца.	Боковой галоп по 6-й позиции.	2
32.	Декабрь	4. Основы эстрадного танца.	Пружинящий приставной шаг из стороны в сторону, вперёд-назад.	2
33.	Январь	2. Азбука музыкального движения.	Упражнения на координацию.	2
34.	Январь	3. Основы актёрского мастерства.	Пружинящий приставной шаг из стороны в сторону.	2
35.	Январь	7. Танцевальная импровизация.	Внутренний характер позировок.	2
36.	Январь	5. Партнёринг.	Вожделение через препятствие.	2
37.	Январь	8. Композиция построения танца.	Работа над эмоциональной выразительностью образа.	2
38.	Январь	8. Композиция построения танца.	Работа над синхронным выполнением движений в парах.	2
39.	Январь	2. Азбука музыкального движения.	Ритмические упражнения с музыкальным заданием.	2
40.	Январь	3. Основы актёрского мастерства.	Пластические этюды.	2

41.	Февраль	9. Концертная деятельность.	Участие в конкурсах.	2
42.	Февраль	9. Концертная деятельность.	Выступления на тематических праздниках.	2
43.	Февраль	4. Основы эстрадного танца.	Приставной шаг со сменой ног накрест.	2
44.	Февраль	4. Основы эстрадного танца.	Поворот «на трёх шагах».	2
45.	Февраль	7. Танцевальная импровизация.	Этюды на образную выразительность.	2
46.	Февраль	5. Партнёринг.	Упражнения на центр тяжести.	2
47.	Февраль	2. Азбука музыкального движения.	Начало и окончание движения вместе с музыкой.	2
48.	Февраль	3. Основы актёрского мастерства.	Этюды на выразительность жестов и мимики.	2
49.	Март	4. Основы эстрадного танца.	Прыжки с поджатыми ногами.	2
50.	Март	9. Концертная деятельность.	Выступления на тематических праздниках.	2
51.	Март	4. Основы эстрадного танца.	Подскоки на месте и с продвижением.	2
52.	Март	7. Танцевальная импровизация.	Сочинение тематических этюдов.	2
53.	Март	6. Рисунок танца.	Изучение приёмов перестроения из одного рисунка в другой.	2
54.	Март	8. Композиция построения танца.	Синхронное исполнение в группе.	2
55.	Март	8. Композиция построения танца.	Работа над синхронным выполнением движений в ансамбле.	2
56.	Март	4. Основы эстрадного танца.	Положение рук в парных танцах: за одну руку, накрест.	2
57.	Апрель	4. Основы эстрадного танца.	Положение рук в парных танцах: накрест, за две руки.	2
58.	Апрель	7. Танцевальная импровизация.	Сочинение тематических этюдов.	2
59.	Апрель	6. Рисунок танца.	Круговые фигуры.	2
60.	Апрель	8. Композиция построения танца.	Просмотр снятых на видео постановок.	2
61.	Апрель	6. Рисунок танца.	Комбинированные фигуры.	2
62.	Апрель	8. Композиция построения танца.	Работа над эмоциональной выразительностью образа.	2
63.	Апрель	7. Танцевальная импровизация.	Исполнение этюдов на образную, эмоциональную выразительность.	2

64.	Апрель	10. Итоговые занятия.	Итоговое занятие за год «Я умею». Промежуточная аттестация.	2
65.	Май	4. Основы эстрадного танца.	Комбинации на середине зала.	2
66.	Май	4. Основы эстрадного танца.	Комбинации по диагонали. На координацию.	2
67.	Май	8. Композиция построения танца.	Анализ постановок.	2
68.	Май	6. Рисунок танца.	Приёмы построения.	2
69.	Май	9. Концертная деятельность.	Выступления на тематических праздниках.	2
70.	Май	9. Концертная деятельность.	Отчётный концерт.	2
71.	Май	5. Партнёринг.	Упражнения на центр тяжести.	2
72.	Май	5. Партнёринг.	Игры и упражнения на доверие партнёру.	2
Итого часов в год:				144

Учебно-тематический план 2 года обучения

№ п/п	Название разделов, тем	Количество часов
1.	Эстрадный танец.	52
1.1.	Вводное занятие. Влияние занятий хореографией на физическое развитие.	2
1.2.	Классический танец.	10
1.3.	Акробатический танец.	10
1.4.	Сюжетно-характерный танец.	10
1.5.	Импровизация, сочинение этюдов (эстрадный танец).	10
1.6.	Композиция построения танца (эстрадный танец).	10
2.	Контемпорари.	24
2.1.	Техника контемпорари.	10
2.2.	Импровизация, сочинение этюдов (контемпорари).	4
2.3.	Композиция построения танца (контемпорари).	10
3.	Партнёринг.	32
3.1.	Техника партнёринга.	14
3.2.	Импровизация, сочинение этюдов (партнёринг).	4
3.3.	Композиция построения танца (партнёринг).	14
4.	Основы актёрского мастерства.	22
4.1.	Игры на развитие воображения, ассоциативного и образного мышления.	4
4.2.	Игры для развития сценического общения.	4
4.3.	Тренировка мимических мышц.	2
4.4.	Игры и упражнения на развитие мышечной свободы, эмоционального раскрепощения.	4
4.5.	Импровизация.	8
5.	Концертная, конкурсная деятельность.	14
5.1.	Выступления.	10
5.2.	Итоговые занятия. Я умею.	4
	Итого:	144

Содержание 2 года обучения

1. Эстрадный танец. (52 часа).

1.1. Вводное занятие. Влияние занятий хореографией на физическое развитие. (2 часа).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игровой практикум.

Теоретические понятия и термины: техника безопасности, этика общения, физическое развитие, жанры хореографического искусства.

Практическая работа. Техника безопасности и правила поведения в танцевальном зале, в учреждении, на сцене. Инструктаж по технике безопасности. Дисциплина на занятиях. Этика общения в коллективе. Влияние занятий хореографией на физическое развитие. Форма одежды танцора. Режим работы. Задачи и содержание образовательного модуля «Современный эстрадный танец» (базовый уровень) на текущий учебный год. Хореография как вид искусства. Истоки хореографического искусства. Жанры хореографического искусства.

Игры создание атмосферы доверия, позитивного настроения. Танцевально-музыкальные игры. Просмотр и анализ видеофрагментов хореографических постановок.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос.

1.2. Классический танец. (10 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: танцевальная эстрада, эстрадный танец, позиции рук, port de bras, relevé demi-plies, demi-plies, allegro, temps leve saute, changement de pieds, pas échappé, sissonne simple, pas assemble.

Практическая работа. Истоки танцевальной эстрады. Специфические черты эстрадного танца, история.

Позиции рук: I, II, III; подготовительное положение. Поклон, Port de bras I, II, III – движения руками, Relevé на полупальцах по I, II, V позиции с вытянутых ног и с demi-plies. Port de bras I, II, III. Relevé на полупальцах по I, II, V позиции с вытянутых ног и с demi-plies.

Прыжки (allegro): Temps leve saute по I, II, III позиции; changement de pieds; pas échappé по II позиции; sissonne simple; pas assemble; temps levés sautés в I и II свободной (полувыворотной) позиции ног.

Трамплинные прыжки в I и II свободной (полувыворотной) позиции ног. Трамплинные прыжки во II свободной (полувыворотной) позиции с поджатыми ногами и сокращенными стопами («лягушка»). Трамплинные

прыжки «разножка» из I свободной (полувыворотной) позиции с вытянутыми стопами.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

1.3. Акробатический танец. (10 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: акробатический танец, шпагат, шпагат скольжением, шпагат перемахом из упора лёжа, шпагат из стойки перемахом, шпагат прыжком, перекидка назад в шпагат, шпагат курбетом, фляк в шпагат, сальто в шпагат, мост, мост на предплечьях, мост на одну руку, мост шпагатом, перекаты, перекаты с поворотом в шпагат, перекат прогнувшись из упора лёжа, перекат с коленей без опоры, перекат из шпагата, перекат из седа, перекат из приседа, перекат в сторону в шпагате, перекат через спину, кувырок, кувырок в группировке, длинный кувырок, кувырок из широкой стойки, твист-кувырок, рондат-твист-кувырок, фляк-твист-кувырок, пируэт-кувырок, колесо с правой ноги, колесо с левой ноги, колесо на одной руке, колесо с колен через локти, колесо со сменой ног, перекидка, перекидка на одну через стойку шпагатом. перекидка назад, перекидка назад в шпагат, перекидка через стойку на предплечья, перекидка со сменой, перекидка назад в равновесие, перекидка назад в шпагат, перекидка вперёд и назад.

Практическая работа. Отличительные черты акробатического танца, краткая история возникновения и развития.

Шпагаты: скольжением; перемахом из упора лёжа; из стойки перемахом; прыжком; перекидка назад в шпагат (шпагат перемахом или курбетом); фляк в шпагат; сальто в шпагат.

Мост: мост на предплечьях; мост на одну руку с опорой на одну руку и на обе ноги; мост шпагатом – свободная нога поднята в вертикальное положение.

Перекаты: с поворотом в шпагат; перекат, прогнувшись из упора лёжа, с коленей без опоры; перекат из шпагата, из седа, из приседа; перекат в сторону в шпагате; перекат через спину с раскрыванием и без раскрывания ног врозь.

Кувырки: кувырок в группировке; длинный кувырок; из широкой стойки ноги врозь; твист-кувырок (с места, прыжком вверх, назад с поворотов на 180°, твист-кувырок, согнувшись, рондат-твист-кувырок, фляк-твист-кувырок); пируэт-кувырок (на 360°).

Колесо с правой и левой ноги, колесо на одной руке, колесо с колен через локти, колесо со сменой ног.

Перекидки: перекидка на одну через стойку шпагатом; перекидка назад (махом одной, толчком другой); перекидка назад в шпагат; перекидка через стойку на предплечья; перекидка со сменой; перекидка назад в равновесие; перекидка назад в шпагат (перемах); перекидка вперёд и назад через одну руку.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

1.4. Сюжетно-характерный танец. (10 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: жанр хореографического произведения, сюжет танца, позиции ног, положения рук, шаг, основной шаг, дробь, дробные выстукивания, стилизованные элементы, рисунки и фигуры, многоплановые рисунки и фигуры.

Практическая работа. Многообразие видов и жанров хореографических произведений на эстраде. Характерные движения танцев разных народов. Сюжет танца.

Позиции ног: выворотные положения классического танца - I, II, III, IV, V; VI позиция в народном танце; свободные положения ног. Позиции и положения рук: I, II, III позиции рук классического танца; IV, V, VI, VII.

Положения рук в парных и групповых танцах. Круг, «Звёздочка», «Карусель», «Корзиночка», «Цепочка» и др. Наиболее характерные положения рук с платочком у девушек. Наиболее характерные положения рук у юношей.

Шаги: основной шаг – с продвижением назад; основной шаг с притопом – с продвижением назад; основной шаг с проскальзывающим притопом; шаг на ребро каблука с притопом – с продвижением вперёд; шаг на ребро каблука с проскальзывающим ударом – с продвижением вперёд; перекрещивающийся шаг с продвижением вперёд.

Дроби: дробные выстукивания: «простой ключ», двойные притопы, тройные притопы, сочетание хлопков и притопов.

Стилизованные элементы танцев разных народов.

Рисунки и фигуры: «Дощечки», «Улица», «Клин», «Вьюнок», два круга, «перетекающие» один в другой, круг «Карусель», «chene» в круге. Многоплановые рисунки и фигуры.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

1.5. Импровизация, сочинение этюдов (эстрадный танец). (10 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, игровой практикум, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: музыкально-хореографическая, образная выразительность, пространство, время, импровизация в танце, хореографическая импровизация, стилизация элементов, образная выразительность, тематический этюд.

Практическая работа. Музыкально-хореографическая, образная выразительность. Пространство. Время. Значение импровизации в танце.

Танцевальные игры «Танец-ситуация», «Внутренние ритмы», «Образы». Прослушивание и анализ музыкальных фрагментов для исполнения, сочинения хореографических этюдов. Вариации изученных движений и комбинаций.

Хореографическая импровизация. Стилизация элементов народных танцев (индивидуальная, в паре, в группе). Исполнение этюдов: на развитие техники исполнения (использование вариаций движений и их сочетаний разных стилей и соответствующего характера, манеры исполнения); на образную выразительность; на пластику (работа рук, корпуса, головы). Сочинение тематических этюдов.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

1.6. Композиция построения танца (эстрадный танец). (10 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: хореографическая композиция, элементы композиции в хореографии, танцевальный рисунок, хореографическая лексика, статичный рисунок, динамичный рисунок, одноплановый рисунок, многоплановый рисунок, основной рисунок, второстепенный рисунок, симметричный рисунок, асимметричный рисунок, композиционный переход, внешний облик, художественный образ, индивидуальность, ансамблевое единство, качество исполнительских навыков, критерии оценки.

Практическая работа. Хореографическая композиция. Элементы композиции в хореографии: танцевальный рисунок, хореографическая лексика.

Виды рисунка - статичный/динамичный, одноплановый/многоплановый, основной/второстепенный, симметричный/асимметричный. Композиционный переход (смена исполнителями рисунка). Роль костюма в хореографической постановке. Внешний облик как одна из составляющих

цельного художественного образа. Индивидуальность и ансамблевое единство. Понятие качества исполнительских навыков, критерии оценки.

Знакомство с музыкальным материалом. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах. Изучение, отработка танцевальных движений, соединение движений в танцевальные комбинации, соединение изученного воедино. Работа над техническим совершенствованием движений, соблюдением интервалов и ровности, над эмоциональной выразительностью образа, чёткостью и чистотой рисунков, построений и перестроений, над синхронным выполнением движений в парах, в группе, в ансамбле. Просмотр видеоматериалов.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

2. Контемпорари. (24 часа).

2.1. Техника контемпорари. (10 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: contemporary dance, энергетический импульс, баланс, инерция в танце, координация в танце, техника Axis Syllabus, падение, подхватывание, направление энергии падения, техника Flying Low, пространство, время, энергия, слайды, свинги, ролл ап, ролл даун.

Практическая работа. История возникновения и развития. Танцевальная лексика. Характерные особенности, стиль и манера исполнения. Пластические особенности. Разнообразие техник contemporary dance и объединяющие их подходы к восприятию тела и исследованию его возможностей. Осознанность (body awareness) как основополагающая концепция. Энергетический импульс, баланс, инерция и координация в танце. Движения Push – толчок.

Техника Axis Syllabus как система анализа инерции и распределения веса в движении. Руководящий принцип метода: падение, подхватывание и направление энергии падения. Особенности взаимодействия центра и периферии в технике Flying Low. Основы Бартеньефф: пространство, время, энергия; основные положения учения Ирмгард Бартеньефф.

Техника безопасности при выполнении основных элементов, правила взаимодействия с партнёром.

Базовые движения и принципы contemporary dance: слайды (от англ. скользить); свинги (от англ. раскачивание, качели); ролл ап и ролл даун (скручивание-раскручивание); прыжки, падения; работа со стеной и полом; работа с весом; работа с партнёром.

Основные положения корпуса. Сбалансированное функционирование мышц и суставов. Упражнение на освобождение суставов при исполнении базовых движений – *battement tendu, prance, plie, developpe* и др. Выравнивание позвоночника. Взаимодействие позвоночника и таза. Голова и шея. Основные движения позвоночника – *curve, arch, roll, spiral, swing* в контексте Техники релиза.

Основы техники *Axis Syllabus*: подходы к работе в партере: способы работы на полу и с полом. Основы техники *Flying low*: активизация центра как локомотива движения. Основы Бартеньефф: взаимосвязь частей тела, дыхательная поддержка, заземление.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

2.2. Импровизация, сочинение этюдов (контемпорари). (4 часа).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, игровой практикум, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: музыкально-хореографическая, образная выразительность, бессюжетный этюд, пространственная композиция.

Практическая работа. Музыкально-хореографическая, образная выразительность. Взаимосвязь музыки и движения.

Характерные особенности, стиль и манера исполнения контемпорари. Придумывание комбинаций с использованием изученных движений. Сочинение простых «бессюжетных» этюдов, сочинение этюдов с сюжетной нагрузкой: подбор музыкального материала по его метрическим, ритмическим, эстетическим и эмоциональным признакам, подбор элементов; построение рисунка танца на основе пространственной композиции; практический показ с последующим анализом по методике исполнения. Работа в парах, тройках. Танцевальные игры «Танец – ситуация».

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

2.3. Композиция построения танца (контемпорари). (10 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: движения, позы, ракурсы, мимика, хореографический образ, хореографическая лексика, танцевальная комбинация, эмоциональной выразительностью образа.

Практическая работа. Хореографическая лексика - движения, позы, ракурсы, мимика. Выражение идеи, создание хореографического образа в танце посредством хореографической лексики.

Знакомство с музыкальным материалом. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах. Изучение, отработка танцевальных движений, соединение движений в танцевальные комбинации, соединение изученного воедино. Работа над техническим совершенствованием движений, над эмоциональной выразительностью образа, чёткостью и чистотой рисунков, построений и перестроений, над синхронным выполнением движений в парах, в группе, в ансамбле. Просмотр снятых на видео постановок с последующим детальным анализом.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

3. Партнёринг. (32 часа).

3.1. Техника партнёринга. (14 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: партнёринг, дуэтная форма, поддержка, наваливание, центр тяжести, общий центр тяжести, push – толчок.

Практическая работа. Понятие о партнёринге и дуэтных формах в современной хореографии. История возникновения и развития, характерные особенности направления. Поддержка, наваливание, их виды. Смысловое содержание поддержек. Взаимосвязь технического и содержательного аспектов дуэта.

Центр тяжести. Общий центр тяжести. Требования к партнёрам при исполнении поддержек и наваливаний - физические данные, вес, рост.

Техника безопасности при выполнении основных элементов, правила взаимодействия с партнёром. Типичные ошибки при выполнении поддержек и наваливаний.

Основные элементы - наваливания, поддержки. Исполнение маленьких pirouettes и больших toures с различных приёмов и подходов. «Падающие» положения, связующие и вспомогательные движения. «Партерные» поддержки в тройке, группе: последовательность приёмов поддержки. Анализ изучаемых элементов.

Движение push – толчок. Наваливание на руки и корпус впереди себя, толчок (push) в исходное положение и наваливание на спину. Различные виды исполнения наваливаний. Наваливание на грудную клетку и на спину. Способы соединения (захвата) руками.

Сочетание наваливаний, поддержек с танцевальными движениями. Падения, перевороты и подъёмы на ноги в танце.

Техника выполнения каждого движения, исходное положение, положение корпуса, рук и ног, расположение корпуса по отношению друг к другу. Группы мышц, задействованных в движении, правильность работы кистей, стоп, головы. Координация движений партнёров во время исполнения движения.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

3.2. Импровизация, сочинение этюдов (партнёринг). (4 часа).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: художественный образ, гармония позировок, контактная импровизация, безконтактная импровизация.

Практическая работа. Понятие художественного образа и его составляющих в танце. Соответствие характера музыки, образа и содержания (набора элементов) этюда. Гармония позировок. Понятие о контактной и безконтактной импровизации.

Придумывание комбинаций с использованием изученных поддержек и наваливаний, соединение с танцевальными движениями с контактом и без контакта с партнёром. Импровизация в пространстве через контакт запястий, переход в нижний уровень (партер), добавление других частей тела в контакте. Работа с импульсами. Передача веса – ладонь в ладонь, плечами, спиной, переходы между частями тела, совместные наклоны и уходы в партер. Импровизация в группе.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

3.3. Композиция построения танца (партнёринг). (14 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: принципы композиции танца, целостность, контраст, новизна, драматургическое построение произведения, хореографическая лексика в партнёринге.

Практическая работа. Общие принципы композиции танца: целостность, контраст, новизна, учёт зрительского восприятия, драматургическое построение произведения.

Специфика хореографической лексики в партнёринге.

Знакомство с музыкальным материалом. Разучивание комбинаций для будущей композиции. Работа в парах и в группах. Постановка номера, Работа над техническим совершенствованием движений, над эмоциональной выразительностью образа. Просмотр снятых на видео постановок с

последующим детальным анализом.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

4. Основы актёрского мастерства. (22 часа).

4.1. Игры на развитие воображения, ассоциативного и образного мышления. (4 часа).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игровой практикум, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: сценический образ, воображение, образное мышление.

Практическая работа. Сценический образ. Создание сценического образа. Средства воплощения сценического (художественного) образа. Чувства и их внешнее воплощение на сцене. Значение развитого воображения, образного мышления для танцора.

Игровые упражнения «Тень», «Одно и то же по-разному», «Сочиняем сказку», «Биография», «Придумай себе дело», «Здравствуйте, я ...!», «Снимаем-одеваем», «Я – не я», «Скульптор и Глина», «Синтез» (смешивание различных видов восприятия, способности ощущать вкус звуков, слышать цвета, обонять ощущения, например, «Чем пахнет число семь?», «Какой вкус у сиреневого цвета?» и т.п.) Этюды на тему «Я – животное», «Я – предмет».

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

4.2. Игры для развития сценического общения. (4 часа).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игровой практикум, упражнения, самостоятельная работа, показ.

Теоретические понятия и термины: чувство партнёра, коллективная согласованность.

Практическая работа. Чувство партнёра. Упражнения на формирование и развитие умения видеть себя со стороны, создавая логичную картинку, понятную зрителю. Упражнения на координацию в пространстве, умение заполнять собой сценическое пространство. Игровые упражнения (парные, мелкогрупповые) на развитие чувства партнёра: «Зеркало», «Встреча с инопланетянином», «Перемирие», «Тень», «Предмет (фраза) по кругу», «Разговор через стекло» и др. Упражнения на коллективную согласованность: «Встать по пальцам» и др.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, контрольные упражнения.

4.3. Тренировка мимических мышц. (2 часа).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игровой практикум, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: мимическая выразительность, мышцы лица. лобные мышцы, глазные мышцы, круговая мышца рта.

Практическая работа. Значение мимической выразительности для танцора. Мышцы лица.

Тренировка лобных мышц: расслабление, активное сокращение лобных мышц, энергичное вскидывание бровей вверх, опускание вниз, к переносью. Тренировка глазных мышц: убыстряющееся мигание, поочерёдное закрывание век. Тренировка мышцы верхней губы: подъём верхней губы без участия углов рта. Тренировка круговой мышцы рта: вытягивание губ вперёд, маятниковые движения вытянутыми губами в стороны, круговые движения; «надутые губы», «поджатые губы»; выпячивание нижней/верхней губы, маятниковые движения из стороны в сторону. Игровое упражнение «Десять масок» (передача эмоций – страх, злость, любовь, стеснение, смущение и пр.) с обсуждением.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, контрольные упражнения.

4.4. Игры и упражнения на развитие мышечной свободы, эмоционального раскрепощения. (4 часа).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игровой практикум, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: мышечный зажим, мышечное напряжение.

Практическая работа. Мышечный зажим, расслабление. Приёмы снятия мышечного напряжения.

Игровые упражнения «Огонь – лёд» (попеременное напряжение и расслабление всего тела), «Зажимы по кругу», «Марионетки» («Подвески»), «Пластилиновые куклы», «Перекат напряжения», «Потянулись – сломались» и др.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, контрольные упражнения.

4.5. Импровизация. (8 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игровой практикум, упражнения, самостоятельная работа, показ.

Теоретические понятия и термины: Физическое воплощение образа, стимул.

Практическая работа. Физическое воплощение образа, чувства, настроения, возникающего от стимулов, предложенных педагогом (слышимых и визуальных).

Формы контроля: педагогическое наблюдение, контрольные упражнения.

5. Концертная, конкурсная деятельность. (14 часов).

5.1. Выступления. (10 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, репетиция, выступление.

Теоретические понятия и термины: сценическая культура, культура закулисного общения, пунктуальность, дисциплина.

Практическая работа. Сценическая культура. Культура закулисного общения. Пунктуальность и дисциплина.

Сводные репетиции. Выступления на тематических праздниках Дома детского творчества, выступления в рамках социального партнёрства, участие в конкурсах. Отчётные концерты студии.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, концерт.

5.2. Итоговые занятия. Я умею. (4 часа).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, выступление.

Практическая работа. Контрольные задания «Я умею». Концертное выступление «Я умею» на сцене. Показ практических навыков.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, контрольные упражнения, концерт.

Календарный учебный график 2 года обучения

№ п/п	Планируемая дата занятия	Раздел	Тема занятия	Количество часов
1.	Сентябрь	1.1. Вводное занятие.	Инструктаж по технике безопасности. Влияние занятий хореографией на физическое развитие.	2
2.	Сентябрь	1.5. Импровизация, сочинение этюдов (эстрадный танец).	Музыкально – хореографическая, образная выразительность. Значение импровизации в танце.	2
3.	Сентябрь	1.2. Классический танец.	Позиции рук: 1,2,3, подготовительное положение.	2
4.	Сентябрь	2.2. Импровизация, сочинение этюдов (контемпорари).	Характерные особенности, стиль и манера исполнения контемпорари. Танцевальные игры «Танец – ситуация».	2
5.	Сентябрь	1.3. Акробатический танец.	Отличительные черты акробатического танца, краткая история возникновения и развития.	2
6.	Сентябрь	3.1. Техника партнёринга.	Понятие о партнёринге и дуэтных формах в современной хореографии. Центр тяжести.	2
7.	Сентябрь	1.4. Сюжетно-характерный танец.	Многообразие видов и жанров хореографических произведений на эстраде.	2
8.	Сентябрь	3.3. Композиция построения танца (партнёринг).	Общий центр тяжести. Общие принципы композиции танца.	2
9.	Октябрь	1.2. Классический танец.	Port de bras 1,2,3 –движения руками.	2
10.	Октябрь	1.5. Импровизация, сочинение этюдов (эстрадный танец).	Танцевальные игры: «Внутренние ритмы», «Образы».	2
11.	Октябрь	1.3. Акробатический танец.	Шпагаты со скольжением, перемахом из упора лёжа.	2
12.	Октябрь	5.1. Выступления.	Выступления на тематических праздниках.	2
13.	Октябрь	1.4. Сюжетно-характерный танец.	Позиции ног: выворотные положения классического танца, 6 позиция в народном танце.	2
14.	Октябрь	3.1. Техника партнёринга.	Требования к партнёрам при исполнении поддержек и наваливаний.	2
15.	Октябрь	1.6. Композиция построения танца	Хореографическая лексика: мимика, движения, позы.	2

		(эстрадный танец).		
16.	Октябрь	3.2. Импровизация, сочинение этюдов (партнёринг).	Техника безопасности при выполнении основных элементов, правила взаимодействия с партнёром.	2
17.	Ноябрь	1.2. Классический танец.	Releve на полупальцах по 1,2,5 позициям.	2
18.	Ноябрь	1.5. Импровизация, сочинение этюдов (эстрадный танец).	Прослушивание и анализ музыкальных фрагментов для исполнения, сочинения хореографических этюдов.	2
19.	Ноябрь	1.3. Акробатический танец.	Фляк в шпагат, сальто в шпагат.	2
20.	Ноябрь	3.1. Техника партнёринга.	Основные элементы (наваливания, поддержки). Типичные ошибки при выполнении поддержек и наваливаний.	2
21.	Ноябрь	1.4. Сюжетно-характерный танец.	Положения рук в парных и групповых танцах.	2
22.	Ноябрь	3.3. Композиция построения танца (партнёринг).	«Падающие» положения, связующие и вспомогательные движения.	2
23.	Ноябрь	1.6. Композиция построения танца (эстрадный танец).	Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.	2
24.	Ноябрь	5.1. Выступления.	Выступления на тематических праздниках.	2
25.	Декабрь	2.1. Техника контемпорари.	Движения Push – толчок.	2
26.	Декабрь	5.2. Итоговые занятия.	Контрольные задания «Я умею». Промежуточная аттестация.	2
27.	Декабрь	1.2. Классический танец.	Прыжки: Temps leve sauté по 1,2,3 позициям. Changement de pieds.	2
28.	Декабрь	1.5. Импровизация, сочинение этюдов (эстрадный танец).	Вариации изученных движений и комбинаций.	2
29.	Декабрь	1.3. Акробатический танец.	Мост на предплечьях, мост на одну руку и на обе ноги.	2
30.	Декабрь	3.1. Техника партнёринга.	Различные виды исполнения наваливаний.	2
31.	Декабрь	1.4. Сюжетно-характерный танец.	Шаги: основной шаг - с продвижением назад.	2
32.	Декабрь	5.1. Выступления.	Выступления на тематических праздниках.	2
33.	Январь	3.2. Импровизация, сочинение этюдов (партнёринг).	Соединение танцевальных движений с контактом и без контакта с партнёром.	2
34.	Январь	3.3. Композиция построения танца	Наваливание на грудную клетку и на спину. Постановка номера.	2

		(партнёринг).		
35.	Январь	1.6. Композиция построения танца (эстрадный танец).	Работа над техническим совершенствованием движений.	2
36.	Январь	4.4. Игры и упражнения на развитие мышечной свободы, эмоционального раскрепощения.	Игровые упражнения «Огонь – лёд», «Зажимы по кругу», «Марионетки».	2
37.	Январь	2.2. Импровизация, сочинение этюдов (контемпорари).	Сочинение простых «бессюжетных» этюдов.	2
38.	Январь	5.1. Выступления.	Выступления на тематических праздниках.	2
39.	Январь	2.1. Техника контемпорари.	Способы соединения (захвата) руками.	2
40.	Январь	3.1. Техника партнёринга.	Падения, перевороты и подъёмы на ноги в танце.	2
41.	Февраль	1.2. Классический танец.	Прыжки: <i>sissonne simple</i> . <i>Pas assemble</i> .	2
42.	Февраль	1.5. Импровизация, сочинение этюдов (эстрадный танец).	Изучение, отработка танцевальных движений.	2
43.	Февраль	1.3. Акробатический танец.	Перекаты с поворотом в шпагат, перекат, прогнувшись из упора лёжа.	2
44.	Февраль	3.3. Композиция построения танца (партнёринг).	Координация движений партнёров во время исполнения движения.	2
45.	Февраль	1.4. Сюжетно-характерный танец.	Дробь. Дробные выстукивания.	2
46.	Февраль	4.1. Игры на развитие воображения, ассоциативного и образного мышления.	Игровые упражнения «Тень», «Одно и то же по-разному», «Сочиняем сказку», «Биография», «Придумай себе дело».	2
47.	Февраль	1.6. Композиция построения танца (эстрадный танец).	Работа над эмоциональной выразительностью образа.	2
48.	Февраль	3.1. Техника партнёринга.	Расположение корпуса по отношению друг к другу.	2
49.	Март	2.1. Техника контемпорари.	Особенности взаимодействия центра и периферии в технике <i>Flying Low</i> .	2
50.	Март	3.3. Композиция построения танца (партнёринг).	Работа над соблюдением интервалов и ровности.	2
51.	Март	2.1. Техника контемпорари.	Сбалансированное функционирование мышц и суставов.	2

52.	Март	4.2. Игры для развития сценического общения.	Игры для развития сценического общения.	2
53.	Март	1.6. Композиция построения танца (эстрадный танец).	Просмотр снятых на видео постановок с последующим детальным анализом.	2
54.	Март	4.3. Тренировка мимических мышц.	Тренировка мимических мышц.	2
55.	Март	2.1. Техника контемпорари.	Слайды, свинги. Ролл ап и ролл даун.	2
56.	Март	3.3. Композиция построения танца (партнёринг).	Координация движений партнёров во время исполнения движений. Работа над синхронным выполнением в группе.	2
57.	Апрель	2.3. Композиция построения танца (контемпорари).	Основы Бартедьффа: пространство, время, энергия. Работа над синхронным выполнением движений в ансамбле.	2
58.	Апрель	4.4. Игры и упражнения на развитие мышечной свободы, эмоционального раскрепощения.	Игровые упражнения «Пластилиновые куклы», «Пережат напряжения», «Потянулись – сломались».	2
59.	Апрель	3.1. Техника партнёринга.	Сочетание наваливаний, поддержек с танцевальными движениями.	2
60.	Апрель	4.2. Игры для развития сценического общения.	Игры на развития сценического общения.	2
61.	Апрель	2.3. Композиция построения танца (контемпорари).	Выравнивание позвоночника, взаимодействие позвоночника и таза.	2
62.	Апрель	4.1. Игры на развитие воображения, ассоциативного и образного мышления.	Игровые упражнения «Снимаем-одеваем», «Я – не я», «Скульптор и Глина», «Синтез».	2
63.	Апрель	2.3. Композиция построения танца (контемпорари).	Основы техники Axis syllabus. Работа над эмоциональной выразительностью образа.	2
64.	Апрель	4.5. Импровизация.	Импровизация. Физическое воплощение образа.	2
65.	Май	2.3. Композиция построения танца (контемпорари).	Активация центра как локомотива движения.	2
66.	Май	4.5. Импровизация.	Импровизация. Воплощение образа.	2
67.	Май	5.2. Итоговые занятия.	Концертное выступление «Я умею». Промежуточная аттестация.	2
68.	Май	5.1. Выступления.	Отчётный концерт.	2
69.	Май	2.3. Композиция построения танца	Способы работы на полу и с полом. Отработка танцевальных	2

		(контемпорари).	движений.	
70.	Май	4.5. Импровизация.	Импровизация, воплощение настроения в образ.	2
71.	Май	3.3. Композиция построения танца (партнёринг).	Различные виды наваливаний. Работа над техническим совершенством движений.	2
72.	Май	4.5. Импровизация.	Импровизация, воплощение чувства в образ.	2
Итого часов в год:				144

Учебно-тематический план 3 года обучения

№ п/п	Название разделов, тем	Количество часов
1.	Эстрадный танец.	52
1.1.	Вводное занятие. Влияние занятий хореографией на физическое развитие.	2
1.2.	Классический танец.	10
1.3.	Акробатический танец.	10
1.4.	Сюжетно-характерный танец.	10
1.5.	Импровизация, сочинение этюдов (эстрадный танец).	10
1.6.	Композиция построения танца (эстрадный танец).	10
2.	Контемпорари.	24
2.1.	Техника контемпорари.	10
2.2.	Импровизация, сочинение этюдов (контемпорари).	4
2.3.	Композиция построения танца (контемпорари).	10
3.	Партнёринг.	32
3.1.	Техника партнёринга.	14
3.2.	Импровизация, сочинение этюдов (партнёринг).	4
3.3.	Композиция построения танца (партнёринг).	14
4.	Основы актёрского мастерства.	22
4.1.	Игры на развитие воображения, ассоциативного и образного мышления.	4
4.2.	Игры для развития сценического общения.	4
4.3.	Тренировка мимических мышц.	2
4.4.	Игры и упражнения на развитие мышечной свободы, эмоционального раскрепощения.	4
4.5.	Импровизация.	8
5.	Концертная, конкурсная деятельность.	14
5.1.	Выступления.	10
5.2.	Итоговые занятия. Я умею.	4
	Итого:	144

Содержание 3 года обучения

1. Эстрадный танец. (52 часа).

1.1. Вводное занятие. Влияние занятий хореографией на физическое развитие. (2 часа).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игровой практикум.

Теоретические понятия и термины: техника безопасности, этика общения, физическое развитие, жанры хореографического искусства.

Практическая работа. Техника безопасности и правила поведения в танцевальном зале, в учреждении, на сцене. Инструктаж по технике безопасности. Дисциплина на занятиях. Этика общения в коллективе. Влияние занятий хореографией на физическое развитие. Форма одежды танцора. Режим работы. Задачи и содержание образовательного модуля «Современный эстрадный танец» (базовый уровень) на текущий учебный год. Хореография как вид искусства. Истоки хореографического искусства. Жанры хореографического искусства.

Игры создание атмосферы доверия, позитивного настроения. Танцевально-музыкальные игры. Просмотр и анализ видеофрагментов хореографических постановок.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос.

1.2. Классический танец. (10 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: танцевальная эстрада, эстрадный танец, позиции рук, port de bras, relevé demi-plies, demi-plies, allegro, temps leve saute, changement de pieds, pas échappé, sissonne simple, pas assemble.

Практическая работа. Истоки танцевальной эстрады. Специфические черты эстрадного танца, история.

Позиции рук: I, II, III; подготовительное положение. Поклон, Port de bras I, II, III – движения руками, Relevé на полупальцах по I, II, V позиции с вытянутых ног и с demi-plies. Port de bras I, II, III. Relevé на полупальцах по I, II, V позиции с вытянутых ног и с demi-plies.

Прыжки (allegro): Temps leve saute по I, II, III позиции; changement de pieds; pas échappé по II позиции; sissonne simple; pas assemble; temps levés sautés в I и II свободной (полувыворотной) позиции ног.

Трамплинные прыжки в I и II свободной (полувыворотной) позиции ног. Трамплинные прыжки во II свободной (полувыворотной) позиции с поджатыми ногами и сокращенными стопами («лягушка»). Трамплинные

прыжки «разножка» из I свободной (полувыворотной) позиции с вытянутыми стопами.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

1.3. Акробатический танец. (10 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: акробатический танец, шпагат, шпагат скольжением, шпагат перемахом из упора лёжа, шпагат из стойки перемахом, шпагат прыжком, перекидка назад в шпагат, шпагат курбетом, фляк в шпагат, сальто в шпагат, мост, мост на предплечьях, мост на одну руку, мост шпагатом, перекаты, перекаты с поворотом в шпагат, перекат прогнувшись из упора лёжа, перекат с коленей без опоры, перекат из шпагата, перекат из седа, перекат из приседа, перекат в сторону в шпагате, перекат через спину, кувырок, кувырок в группировке, длинный кувырок, кувырок из широкой стойки, твист-кувырок, рондат-твист-кувырок, фляк-твист-кувырок, пируэт-кувырок, колесо с правой ноги, колесо с левой ноги, колесо на одной руке, колесо с колен через локти, колесо со сменой ног, перекидка, перекидка на одну через стойку шпагатом. перекидка назад, перекидка назад в шпагат, перекидка через стойку на предплечья, перекидка со сменой, перекидка назад в равновесие, перекидка назад в шпагат, перекидка вперёд и назад.

Практическая работа. Отличительные черты акробатического танца, краткая история возникновения и развития.

Шпагаты: скольжением; перемахом из упора лёжа; из стойки перемахом; прыжком; перекидка назад в шпагат (шпагат перемахом или курбетом); фляк в шпагат; сальто в шпагат.

Мост: мост на предплечьях; мост на одну руку с опорой на одну руку и на обе ноги; мост шпагатом – свободная нога поднята в вертикальное положение.

Перекаты: с поворотом в шпагат; перекат, прогнувшись из упора лёжа, с коленей без опоры; перекат из шпагата, из седа, из приседа; перекат в сторону в шпагате; перекат через спину с раскрыванием и без раскрывания ног врозь.

Кувырки: кувырок в группировке; длинный кувырок; из широкой стойки ноги врозь; твист-кувырок (с места, прыжком вверх, назад с поворотов на 180°, твист-кувырок, согнувшись, рондат-твист-кувырок, фляк-твист-кувырок); пируэт-кувырок (на 360°).

Колесо с правой и левой ноги, колесо на одной руке, колесо с колен через локти, колесо со сменой ног.

Перекидки: перекидка на одну через стойку шпагатом; перекидка назад (махом одной, толчком другой); перекидка назад в шпагат; перекидка через стойку на предплечья; перекидка со сменой; перекидка назад в равновесие; перекидка назад в шпагат (перемах); перекидка вперёд и назад через одну руку.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

1.4. Сюжетно-характерный танец. (10 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: жанр хореографического произведения, сюжет танца, позиции ног, положения рук, шаг, основной шаг, дробь, дробные выстукивания, стилизованные элементы, рисунки и фигуры, многоплановые рисунки и фигуры.

Практическая работа. Многообразие видов и жанров хореографических произведений на эстраде. Характерные движения танцев разных народов. Сюжет танца.

Позиции ног: выворотные положения классического танца - I, II, III, IV, V; VI позиция в народном танце; свободные положения ног. Позиции и положения рук: I, II, III позиции рук классического танца; IV, V, VI, VII.

Положения рук в парных и групповых танцах. Круг, «Звёздочка», «Карусель», «Корзиночка», «Цепочка» и др. Наиболее характерные положения рук с платочком у девушек. Наиболее характерные положения рук у юношей.

Шаги: основной шаг – с продвижением назад; основной шаг с притопом – с продвижением назад; основной шаг с проскальзывающим притопом; шаг на ребро каблука с притопом – с продвижением вперёд; шаг на ребро каблука с проскальзывающим ударом – с продвижением вперёд; перекрещивающийся шаг с продвижением вперёд.

Дробь: дробные выстукивания: «простой ключ», двойные притопы, тройные притопы, сочетание хлопков и притопов.

Стилизованные элементы танцев разных народов.

Рисунки и фигуры: «Дощечки», «Улица», «Клин», «Вьюнок», два круга, «перетекающие» один в другой, круг «Карусель», «chene» в круге. Многоплановые рисунки и фигуры.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

1.5. Импровизация, сочинение этюдов (эстрадный танец). (10 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, игровой практикум, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: музыкально-хореографическая, образная выразительность, пространство, время, импровизация в танце, хореографическая импровизация, стилизация элементов, образная выразительность, тематический этюд.

Практическая работа. Музыкально-хореографическая, образная выразительность. Пространство. Время. Значение импровизации в танце.

Танцевальные игры «Танец-ситуация», «Внутренние ритмы», «Образы». Прослушивание и анализ музыкальных фрагментов для исполнения, сочинения хореографических этюдов. Вариации изученных движений и комбинаций.

Хореографическая импровизация. Стилизация элементов народных танцев (индивидуальная, в паре, в группе). Исполнение этюдов: на развитие техники исполнения (использование вариаций движений и их сочетаний разных стилей и соответствующего характера, манеры исполнения); на образную выразительность; на пластику (работа рук, корпуса, головы). Сочинение тематических этюдов.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

1.6. Композиция построения танца (эстрадный танец). (10 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: хореографическая композиция, элементы композиции в хореографии, танцевальный рисунок, хореографическая лексика, статичный рисунок, динамичный рисунок, одноплановый рисунок, многоплановый рисунок, основной рисунок, второстепенный рисунок, симметричный рисунок, асимметричный рисунок, композиционный переход, внешний облик, художественный образ, индивидуальность, ансамблевое единство, качество исполнительских навыков, критерии оценки.

Практическая работа. Хореографическая композиция. Элементы композиции в хореографии: танцевальный рисунок, хореографическая лексика.

Виды рисунка - статичный/динамичный, одноплановый/многоплановый, основной/второстепенный, симметричный/асимметричный. Композиционный переход (смена исполнителями рисунка). Роль костюма в хореографической постановке. Внешний облик как одна из составляющих

цельного художественного образа. Индивидуальность и ансамблевое единство. Понятие качества исполнительских навыков, критерии оценки.

Знакомство с музыкальным материалом. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах. Изучение, отработка танцевальных движений, соединение движений в танцевальные комбинации, соединение изученного воедино. Работа над техническим совершенствованием движений, соблюдением интервалов и ровности, над эмоциональной выразительностью образа, чёткостью и чистотой рисунков, построений и перестроений, над синхронным выполнением движений в парах, в группе, в ансамбле. Просмотр видеоматериалов.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

2. Контемпорари. (24 часа).

2.1. Техника контемпорари. (10 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: contemporary dance, энергетический импульс, баланс, инерция в танце, координация в танце, техника Axis Syllabus, падение, подхватывание, направление энергии падения, техника Flying Low, пространство, время, энергия, слайды, свинги, ролл ап, ролл даун.

Практическая работа. История возникновения и развития. Танцевальная лексика. Характерные особенности, стиль и манера исполнения. Пластические особенности. Разнообразие техник contemporary dance и объединяющие их подходы к восприятию тела и исследованию его возможностей. Осознанность (body awareness) как основополагающая концепция. Энергетический импульс, баланс, инерция и координация в танце. Движения Push – толчок.

Техника Axis Syllabus как система анализа инерции и распределения веса в движении. Руководящий принцип метода: падение, подхватывание и направление энергии падения. Особенности взаимодействия центра и периферии в технике Flying Low. Основы Бартеньефф: пространство, время, энергия; основные положения учения Ирмгард Бартеньефф.

Техника безопасности при выполнении основных элементов, правила взаимодействия с партнёром.

Базовые движения и принципы contemporary dance: слайды (от англ. скользить); свинги (от англ. раскачивание, качели); ролл ап и ролл даун (скручивание-раскручивание); прыжки, падения; работа со стеной и полом; работа с весом; работа с партнёром.

Основные положения корпуса. Сбалансированное функционирование мышц и суставов. Упражнение на освобождение суставов при исполнении базовых движений – battement tendu, prance, plie, developpe и др. Выравнивание позвоночника. Взаимодействие позвоночника и таза. Голова и шея. Основные движения позвоночника – curve, arch, roll, spiral, swing в контексте Техники релиза.

Основы техники Axis Syllabus: подходы к работе в партере: способы работы на полу и с полом. Основы техники Flying low: активизация центра как локомотива движения. Основы Бартеньефф: взаимосвязь частей тела, дыхательная поддержка, заземление.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

2.2. Импровизация, сочинение этюдов (контемпорари). (4 часа).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, игровой практикум, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: музыкально-хореографическая, образная выразительность, бессюжетный этюд, пространственная композиция.

Практическая работа. Музыкально-хореографическая, образная выразительность. Взаимосвязь музыки и движения.

Характерные особенности, стиль и манера исполнения контемпорари. Придумывание комбинаций с использованием изученных движений. Сочинение простых «бессюжетных» этюдов, сочинение этюдов с сюжетной нагрузкой: подбор музыкального материала по его метрическим, ритмическим, эстетическим и эмоциональным признакам, подбор элементов; построение рисунка танца на основе пространственной композиции; практический показ с последующим анализом по методике исполнения. Работа в парах, тройках. Танцевальные игры «Танец – ситуация».

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

2.3. Композиция построения танца (контемпорари). (10 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: движения, позы, ракурсы, мимика, хореографический образ, хореографическая лексика, танцевальная комбинация, эмоциональной выразительностью образа.

Практическая работа. Хореографическая лексика - движения, позы, ракурсы, мимика. Выражение идеи, создание хореографического образа в танце посредством хореографической лексики.

Знакомство с музыкальным материалом. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах. Изучение, отработка танцевальных движений, соединение движений в танцевальные комбинации, соединение изученного воедино. Работа над техническим совершенствованием движений, над эмоциональной выразительностью образа, чёткостью и чистотой рисунков, построений и перестроений, над синхронным выполнением движений в парах, в группе, в ансамбле. Просмотр снятых на видео постановок с последующим детальным анализом.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

3. Партнёринг. (32 час).а

3.1. Техника партнёринга. (14 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: партнёринг, дуэтная форма, поддержка, наваливание, центр тяжести, общий центр тяжести, push – толчок.

Практическая работа. Понятие о партнёринге и дуэтных формах в современной хореографии. История возникновения и развития, характерные особенности направления. Поддержка, наваливание, их виды. Смысловое содержание поддержек. Взаимосвязь технического и содержательного аспектов дуэта.

Центр тяжести. Общий центр тяжести. Требования к партнёрам при исполнении поддержек и наваливаний - физические данные, вес, рост.

Техника безопасности при выполнении основных элементов, правила взаимодействия с партнёром. Типичные ошибки при выполнении поддержек и наваливаний.

Основные элементы - наваливания, поддержки. Исполнение маленьких pirouettes и больших toures с различных приёмов и подходов. «Падающие» положения, связующие и вспомогательные движения. «Партерные» поддержки в тройке, группе: последовательность приёмов поддержки. Анализ изучаемых элементов.

Движение push – толчок. Наваливание на руки и корпус впереди себя, толчок (push) в исходное положение и наваливание на спину. Различные виды исполнения наваливаний. Наваливание на грудную клетку и на спину. Способы соединения (захвата) руками.

Сочетание наваливаний, поддержек с танцевальными движениями. Падения, перевороты и подъёмы на ноги в танце.

Техника выполнения каждого движения, исходное положение, положение корпуса, рук и ног, расположение корпуса по отношению друг к другу. Группы мышц, задействованных в движении, правильность работы кистей, стоп, головы. Координация движений партнёров во время исполнения движения.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

3.2. Импровизация, сочинение этюдов (партнёринг). (4 часа).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: художественный образ, гармония позировок, контактная импровизация, безконтактная импровизация.

Практическая работа. Понятие художественного образа и его составляющих в танце. Соответствие характера музыки, образа и содержания (набора элементов) этюда. Гармония позировок. Понятие о контактной и безконтактной импровизации.

Придумывание комбинаций с использованием изученных поддержек и наваливаний, соединение с танцевальными движениями с контактом и без контакта с партнёром. Импровизация в пространстве через контакт запястий, переход в нижний уровень (партер), добавление других частей тела в контакте. Работа с импульсами. Передача веса – ладонь в ладонь, плечами, спиной, переходы между частями тела, совместные наклоны и уходы в партер. Импровизация в группе.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

3.3. Композиция построения танца (партнёринг). (14 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: принципы композиции танца, целостность, контраст, новизна, драматургическое построение произведения, хореографическая лексика в партнёринге.

Практическая работа. Общие принципы композиции танца: целостность, контраст, новизна, учёт зрительского восприятия, драматургическое построение произведения.

Специфика хореографической лексики в партнёринге.

Знакомство с музыкальным материалом. Разучивание комбинаций для будущей композиции. Работа в парах и в группах. Постановка номера, Работа над техническим совершенствованием движений, над эмоциональной выразительностью образа. Просмотр снятых на видео постановок с

последующим детальным анализом.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

4. Основы актёрского мастерства. (22 часа).

4.1. Игры на развитие воображения, ассоциативного и образного мышления. (4 часа).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игровой практикум, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: сценический образ, воображение, образное мышление.

Практическая работа. Сценический образ. Создание сценического образа. Средства воплощения сценического (художественного) образа. Чувства и их внешнее воплощение на сцене. Значение развитого воображения, образного мышления для танцора.

Игровые упражнения «Тень», «Одно и то же по-разному», «Сочиняем сказку», «Биография», «Придумай себе дело», «Здравствуйте, я ...!», «Снимаем-одеваем», «Я – не я», «Скульптор и Глина», «Синтез» (смешивание различных видов восприятия, способности ощущать вкус звуков, слышать цвета, обонять ощущения, например, «Чем пахнет число семь?», «Какой вкус у сиреневого цвета?» и т.п.) Этюды на тему «Я – животное», «Я – предмет».

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

4.2. Игры для развития сценического общения. (4 часа).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игровой практикум, упражнения, самостоятельная работа, показ.

Теоретические понятия и термины: чувство партнёра, коллективная согласованность.

Практическая работа. Чувство партнёра. Упражнения на формирование и развитие умения видеть себя со стороны, создавая логичную картинку, понятную зрителю. Упражнения на координацию в пространстве, умение заполнять собой сценическое пространство. Игровые упражнения (парные, мелкогрупповые) на развитие чувства партнёра: «Зеркало», «Встреча с инопланетянином», «Перемирие», «Тень», «Предмет (фраза) по кругу», «Разговор через стекло» и др. Упражнения на коллективную согласованность: «Встать по пальцам» и др.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, контрольные упражнения.

4.3. Тренировка мимических мышц. (2 часа).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игровой практикум, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: мимическая выразительность, мышцы лица. лобные мышцы, глазные мышцы, круговая мышца рта.

Практическая работа. Значение мимической выразительности для танцора. Мышцы лица.

Тренировка лобных мышц: расслабление, активное сокращение лобных мышц, энергичное вскидывание бровей наверх, опускание вниз, к переносью. Тренировка глазных мышц: убыстряющееся мигание, поочерёдное закрывание век. Тренировка мышцы верхней губы: подъём верхней губы без участия углов рта. Тренировка круговой мышцы рта: вытягивание губ вперёд, маятниковые движения вытянутыми губами в стороны, круговые движения; «надутые губы», «поджатые губы»; выпячивание нижней/верхней губы, маятниковые движения из стороны в сторону. Игровое упражнение «Десять масок» (передача эмоций – страх, злость, любовь, стеснение, смущение и пр.) с обсуждением.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, контрольные упражнения.

4.4. Игры и упражнения на развитие мышечной свободы, эмоционального раскрепощения. (4 часа).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игровой практикум, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: мышечный зажим, мышечное напряжение.

Практическая работа. Мышечный зажим, расслабление. Приёмы снятия мышечного напряжения.

Игровые упражнения «Огонь – лёд» (попеременное напряжение и расслабление всего тела), «Зажимы по кругу», «Марионетки» («Подвески»), «Пластилиновые куклы», «Перекат напряжения», «Потянулись – сломались» и др.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, контрольные упражнения.

4.5. Импровизация. (8 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игровой практикум, упражнения, самостоятельная работа, показ.

Теоретические понятия и термины: Физическое воплощение образа, стимул.

Практическая работа. Физическое воплощение образа, чувства, настроения, возникающего от стимулов, предложенных педагогом (слышимых и визуальных).

Формы контроля: педагогическое наблюдение, контрольные упражнения.

5. Концертная, конкурсная деятельность. (14 часов).

5.1. Выступления. (10 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, репетиция, выступление.

Теоретические понятия и термины: сценическая культура, культура закулисного общения, пунктуальность, дисциплина.

Практическая работа. Сценическая культура. Культура закулисного общения. Пунктуальность и дисциплина.

Сводные репетиции. Выступления на тематических праздниках Дома детского творчества, выступления в рамках социального партнёрства, участие в конкурсах. Отчётные концерты студии.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, концерт.

5.2. Итоговые занятия. Я умею. (4 часа).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, выступление.

Практическая работа. Контрольные задания «Я умею». Концертное выступление «Я умею» на сцене. Показ практических навыков.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, контрольные упражнения, концерт.

Календарный учебный график 3 года обучения

№ п/п	Планируемая дата занятия	Раздел	Тема занятия	Количество часов
1.	Сентябрь	1.1. Вводное занятие.	Инструктаж по технике безопасности. Влияние занятий хореографией на физическое развитие.	2
2.	Сентябрь	1.5. Импровизация, сочинение этюдов (эстрадный танец).	Музыкально – хореографическая, образная выразительность. Значение импровизации в танце.	2
3.	Сентябрь	1.2. Классический танец.	Позиции рук: 1,2,3, подготовительное положение.	2
4.	Сентябрь	2.2. Импровизация, сочинение этюдов (контемпорари).	Характерные особенности, стиль и манера исполнения контемпорари. Танцевальные игры «Танец – ситуация».	2
5.	Сентябрь	1.3. Акробатический танец.	Отличительные черты акробатического танца, краткая история возникновения и развития.	2
6.	Сентябрь	3.1. Техника партнёринга.	Понятие о партнёринге и дуэтных формах в современной хореографии. Центр тяжести.	2
7.	Сентябрь	1.4. Сюжетно-характерный танец.	Многообразие видов и жанров хореографических произведений на эстраде.	2
8.	Сентябрь	3.3. Композиция построения танца (партнёринг).	Общий центр тяжести. Общие принципы композиции танца.	2
9.	Октябрь	1.2. Классический танец.	Port de bras 1,2,3 –движения руками.	2
10.	Октябрь	1.5. Импровизация, сочинение этюдов (эстрадный танец).	Танцевальные игры: «Внутренние ритмы», «Образы».	2
11.	Октябрь	1.3. Акробатический танец.	Шпагаты со скольжением, перемахом из упора лёжа.	2
12.	Октябрь	5.1. Выступления.	Выступления на тематических праздниках.	2
13.	Октябрь	1.4. Сюжетно-характерный танец.	Позиции ног: выворотные положения классического танца, 6 позиция в народном танце.	2
14.	Октябрь	3.1. Техника партнёринга.	Требования к партнёрам при исполнении поддержек и наваливаний.	2
15.	Октябрь	1.6. Композиция построения танца	Хореографическая лексика: мимика, движения, позы.	2

		(эстрадный танец).		
16.	Октябрь	3.2. Импровизация, сочинение этюдов (партнёринг).	Техника безопасности при выполнении основных элементов, правила взаимодействия с партнёром.	2
17.	Ноябрь	1.2. Классический танец.	Releve на полупальцах по 1,2,5 позициям.	2
18.	Ноябрь	1.5. Импровизация, сочинение этюдов (эстрадный танец).	Прослушивание и анализ музыкальных фрагментов для исполнения, сочинения хореографических этюдов.	2
19.	Ноябрь	1.3. Акробатический танец.	Фляк в шпагат, сальто в шпагат.	2
20.	Ноябрь	3.1. Техника партнёринга.	Основные элементы (наваливания, поддержки). Типичные ошибки при выполнении поддержек и наваливаний.	2
21.	Ноябрь	1.4. Сюжетно-характерный танец.	Положения рук в парных и групповых танцах.	2
22.	Ноябрь	3.3. Композиция построения танца (партнёринг).	«Падающие» положения, связующие и вспомогательные движения.	2
23.	Ноябрь	1.6. Композиция построения танца (эстрадный танец).	Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.	2
24.	Ноябрь	5.1. Выступления.	Выступления на тематических праздниках.	2
25.	Декабрь	2.1. Техника контемпорари.	Движения Push – толчок.	2
26.	Декабрь	5.2. Итоговые занятия.	Контрольные задания «Я умею». Промежуточная аттестация.	2
27.	Декабрь	1.2. Классический танец.	Прыжки: Temps leve sauté по 1,2,3 позициям. Changement de pieds.	3
28.	Декабрь	1.5. Импровизация, сочинение этюдов (эстрадный танец).	Вариации изученных движений и комбинаций.	2
29.	Декабрь	1.3. Акробатический танец.	Мост на предплечьях, мост на одну руку и на обе ноги.	2
30.	Декабрь	3.1. Техника партнёринга.	Различные виды исполнения наваливаний.	2
31.	Декабрь	1.4. Сюжетно-характерный танец.	Шаги: основной шаг - с продвижением назад.	2
32.	Декабрь	5.1. Выступления.	Выступления на тематических праздниках.	2
33.	Январь	3.2. Импровизация, сочинение этюдов (партнёринг).	Соединение танцевальных движений с контактом и без контакта с партнёром.	2
34.	Январь	3.3. Композиция построения танца	Наваливание на грудную клетку и на спину. Постановка номера.	2

		(партнёринг).		
35.	Январь	1.6. Композиция построения танца (эстрадный танец).	Работа над техническим совершенствованием движений.	2
36.	Январь	4.4. Игры и упражнения на развитие мышечной свободы, эмоционального раскрепощения.	Игровые упражнения «Огонь – лёд», «Зажимы по кругу», «Марионетки».	2
37.	Январь	2.2. Импровизация, сочинение этюдов (контемпорари).	Сочинение простых «бессюжетных» этюдов.	2
38.	Январь	5.1. Выступления.	Выступления на тематических праздниках.	2
39.	Январь	2.1. Техника контемпорари.	Способы соединения (захвата) руками.	2
40.	Январь	3.1. Техника партнёринга.	Падения, перевороты и подъёмы на ноги в танце.	2
41.	Февраль	1.2. Классический танец.	Прыжки: <i>sissonne simple</i> . <i>Pas assemble</i> .	2
42.	Февраль	1.5. Импровизация, сочинение этюдов (эстрадный танец).	Изучение, отработка танцевальных движений.	2
43.	Февраль	1.3. Акробатический танец.	Перекаты с поворотом в шпагат, перекат, прогнувшись из упора лёжа.	2
44.	Февраль	3.3. Композиция построения танца (партнёринг).	Координация движений партнёров во время исполнения движения.	2
45.	Февраль	1.4. Сюжетно-характерный танец.	Дробь. Дробные выстукивания.	2
46.	Февраль	4.1. Игры на развитие воображения, ассоциативного и образного мышления.	Игровые упражнения «Тень», «Одно и то же по-разному», «Сочиняем сказку», «Биография», «Придумай себе дело».	2
47.	Февраль	1.6. Композиция построения танца (эстрадный танец).	Работа над эмоциональной выразительностью образа.	2
48.	Февраль	3.1. Техника партнёринга.	Расположение корпуса по отношению друг к другу.	2
49.	Март	2.1. Техника контемпорари.	Особенности взаимодействия центра и периферии в технике <i>Flying Low</i> .	2
50.	Март	3.3. Композиция построения танца (партнёринг).	Работа над соблюдением интервалов и ровности.	2
51.	Март	2.1. Техника контемпорари.	Сбалансированное функционирование мышц и суставов.	2

52.	Март	4.2. Игры для развития сценического общения.	Игры для развития сценического общения.	2
53.	Март	1.6. Композиция построения танца (эстрадный танец).	Просмотр снятых на видео постановок с последующим детальным анализом.	2
54.	Март	4.3. Тренировка мимических мышц.	Тренировка мимических мышц.	2
55.	Март	2.1. Техника контемпорари.	Слайды, свинги. Ролл ап и ролл даун.	2
56.	Март	3.3. Композиция построения танца (партнёринг).	Координация движений партнёров во время исполнения движений. Работа над синхронным выполнением в группе.	2
57.	Апрель	2.3. Композиция построения танца (контемпорари).	Основы Бартедьффа: пространство, время, энергия. Работа над синхронным выполнением движений в ансамбле.	2
58.	Апрель	4.4. Игры и упражнения на развитие мышечной свободы, эмоционального раскрепощения.	Игровые упражнения «Пластилиновые куклы», «Пережат напряжения», «Потянулись – сломались».	2
59.	Апрель	3.1. Техника партнёринга.	Сочетание наваливаний, поддержек с танцевальными движениями.	2
60.	Апрель	4.2. Игры для развития сценического общения.	Игры на развития сценического общения.	2
61.	Апрель	2.3. Композиция построения танца (контемпорари).	Выравнивание позвоночника, взаимодействие позвоночника и таза.	2
62.	Апрель	4.1. Игры на развитие воображения, ассоциативного и образного мышления.	Игровые упражнения «Снимаем-одеваем», «Я – не я», «Скульптор и Глина», «Синтез».	2
63.	Апрель	2.3. Композиция построения танца (контемпорари).	Основы техники Axis syllabus. Работа над эмоциональной выразительностью образа.	2
64.	Апрель	4.5. Импровизация.	Импровизация. Физическое воплощение образа.	2
65.	Май	2.3. Композиция построения танца (контемпорари).	Активация центра как локомотива движения.	2
66.	Май	4.5. Импровизация.	Импровизация. Воплощение образа.	2
67.	Май	5.2. Итоговые занятия.	Концертное выступление «Я умею». Промежуточная аттестация.	2
68.	Май	5.1. Выступления.	Отчётный концерт.	2
69.	Май	2.3. Композиция построения танца	Способы работы на полу и с полом. Отработка танцевальных	2

		(контемпорари).	движений.	
70.	Май	4.5. Импровизация.	Импровизация, воплощение настроения в образ.	2
71.	Май	3.3. Композиция построения танца (партнёринг).	Различные виды наваливаний. Работа над техническим совершенством движений.	2
72.	Май	4.5. Импровизация.	Импровизация, воплощение чувства в образ.	2
Итого часов в год:				144

Учебно-тематический план 4 года обучения

№ п/п	Название разделов, тем	Количество часов
1.	Эстрадный танец.	52
1.1.	Вводное занятие. Влияние занятий хореографией на физическое развитие.	2
1.2.	Классический танец.	10
1.3.	Акробатический танец.	10
1.4.	Сюжетно-характерный танец.	10
1.5.	Импровизация, сочинение этюдов (эстрадный танец).	10
1.6.	Композиция построения танца (эстрадный танец).	10
2.	Контемпорари.	24
2.1.	Техника контемпорари.	10
2.2.	Импровизация, сочинение этюдов (контемпорари).	4
2.3.	Композиция построения танца (контемпорари).	10
3.	Партнёринг.	32
3.1.	Техника партнёринга.	14
3.2.	Импровизация, сочинение этюдов (партнёринг).	4
3.3.	Композиция построения танца (партнёринг).	14
4.	Основы актёрского мастерства.	22
4.1.	Игры на развитие воображения, ассоциативного и образного мышления.	4
4.2.	Игры для развития сценического общения.	4
4.3.	Тренировка мимических мышц.	2
4.4.	Игры и упражнения на развитие мышечной свободы, эмоционального раскрепощения.	4
4.5.	Импровизация.	8
5.	Концертная, конкурсная деятельность.	14
5.1.	Выступления.	10
5.2.	Итоговые занятия. Я умею.	4
	Итого:	144

Содержание 4 года обучения

1. Эстрадный танец. (52 часа).

1.1. Вводное занятие. Влияние занятий хореографией на физическое развитие. (2 часа).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игровой практикум.

Теоретические понятия и термины: техника безопасности, этика общения, физическое развитие, жанры хореографического искусства.

Практическая работа. Техника безопасности и правила поведения в танцевальном зале, в учреждении, на сцене. Инструктаж по технике безопасности. Дисциплина на занятиях. Этика общения в коллективе. Влияние занятий хореографией на физическое развитие. Форма одежды танцора. Режим работы. Задачи и содержание образовательного модуля «Современный эстрадный танец» (базовый уровень) на текущий учебный год. Хореография как вид искусства. Истоки хореографического искусства. Жанры хореографического искусства.

Игры создание атмосферы доверия, позитивного настроения. Танцевально-музыкальные игры. Просмотр и анализ видеофрагментов хореографических постановок.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос.

1.2. Классический танец. (10 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: танцевальная эстрада, эстрадный танец, позиции рук, port de bras, relevé demi-plies, demi-plies, allegro, temps leve saute, changement de pieds, pas échappé, sissonne simple, pas assemble.

Практическая работа. Истоки танцевальной эстрады. Специфические черты эстрадного танца, история.

Позиции рук: I, II, III; подготовительное положение. Поклон, Port de bras I, II, III – движения руками, Relevé на полупальцах по I, II, V позиции с вытянутых ног и с demi-plies. Port de bras I, II, III. Relevé на полупальцах по I, II, V позиции с вытянутых ног и с demi-plies.

Прыжки (allegro): Temps leve saute по I, II, III позиции; changement de pieds; pas échappé по II позиции; sissonne simple; pas assemble; temps levés sautés в I и II свободной (полувыворотной) позиции ног.

Трамплинные прыжки в I и II свободной (полувыворотной) позиции ног. Трамплинные прыжки во II свободной (полувыворотной) позиции с поджатыми ногами и сокращенными стопами («лягушка»). Трамплинные

прыжки «разножка» из I свободной (полувыворотной) позиции с вытянутыми стопами.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

1.3. Акробатический танец. (10 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: акробатический танец, шпагат, шпагат скольжением, шпагат перемахом из упора лёжа, шпагат из стойки перемахом, шпагат прыжком, перекидка назад в шпагат, шпагат курбетом, фляк в шпагат, сальто в шпагат, мост, мост на предплечьях, мост на одну руку, мост шпагатом, перекаты, перекаты с поворотом в шпагат, перекат прогнувшись из упора лёжа, перекат с коленей без опоры, перекат из шпагата, перекат из седа, перекат из приседа, перекат в сторону в шпагате, перекат через спину, кувырок, кувырок в группировке, длинный кувырок, кувырок из широкой стойки, твист-кувырок, рондат-твист-кувырок, фляк-твист-кувырок, пируэт-кувырок, колесо с правой ноги, колесо с левой ноги, колесо на одной руке, колесо с колен через локти, колесо со сменой ног, перекидка, перекидка на одну через стойку шпагатом. перекидка назад, перекидка назад в шпагат, перекидка через стойку на предплечья, перекидка со сменой, перекидка назад в равновесие, перекидка назад в шпагат, перекидка вперёд и назад.

Практическая работа. Отличительные черты акробатического танца, краткая история возникновения и развития.

Шпагаты: скольжением; перемахом из упора лёжа; из стойки перемахом; прыжком; перекидка назад в шпагат (шпагат перемахом или курбетом); фляк в шпагат; сальто в шпагат.

Мост: мост на предплечьях; мост на одну руку с опорой на одну руку и на обе ноги; мост шпагатом – свободная нога поднята в вертикальное положение.

Перекаты: с поворотом в шпагат; перекат, прогнувшись из упора лёжа, с коленей без опоры; перекат из шпагата, из седа, из приседа; перекат в сторону в шпагате; перекат через спину с раскрыванием и без раскрывания ног врозь.

Кувырки: кувырок в группировке; длинный кувырок; из широкой стойки ноги врозь; твист-кувырок (с места, прыжком вверх, назад с поворотов на 180°, твист-кувырок, согнувшись, рондат-твист-кувырок, фляк-твист-кувырок); пируэт-кувырок (на 360°).

Колесо с правой и левой ноги, колесо на одной руке, колесо с колен через локти, колесо со сменой ног.

Перекидки: перекидка на одну через стойку шпагатом; перекидка назад (махом одной, толчком другой); перекидка назад в шпагат; перекидка через стойку на предплечья; перекидка со сменой; перекидка назад в равновесие; перекидка назад в шпагат (перемах); перекидка вперёд и назад через одну руку.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

1.4. Сюжетно-характерный танец. (10 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: жанр хореографического произведения, сюжет танца, позиции ног, положения рук, шаг, основной шаг, дробь, дробные выстукивания, стилизованные элементы, рисунки и фигуры, многоплановые рисунки и фигуры.

Практическая работа. Многообразие видов и жанров хореографических произведений на эстраде. Характерные движения танцев разных народов. Сюжет танца.

Позиции ног: выворотные положения классического танца - I, II, III, IV, V; VI позиция в народном танце; свободные положения ног. Позиции и положения рук: I, II, III позиции рук классического танца; IV, V, VI, VII.

Положения рук в парных и групповых танцах. Круг, «Звёздочка», «Карусель», «Корзиночка», «Цепочка» и др. Наиболее характерные положения рук с платочком у девушек. Наиболее характерные положения рук у юношей.

Шаги: основной шаг – с продвижением назад; основной шаг с притопом – с продвижением назад; основной шаг с проскальзывающим притопом; шаг на ребро каблука с притопом – с продвижением вперёд; шаг на ребро каблука с проскальзывающим ударом – с продвижением вперёд; перекрещивающийся шаг с продвижением вперёд.

Дробь: дробные выстукивания: «простой ключ», двойные притопы, тройные притопы, сочетание хлопков и притопов.

Стилизованные элементы танцев разных народов.

Рисунки и фигуры: «Дощечки», «Улица», «Клин», «Вьюнок», два круга, «перетекающие» один в другой, круг «Карусель», «chene» в круге. Многоплановые рисунки и фигуры.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

1.5. Импровизация, сочинение этюдов (эстрадный танец). (10 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, игровой практикум, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: музыкально-хореографическая, образная выразительность, пространство, время, импровизация в танце, хореографическая импровизация, стилизация элементов, образная выразительность, тематический этюд.

Практическая работа. Музыкально-хореографическая, образная выразительность. Пространство. Время. Значение импровизации в танце.

Танцевальные игры «Танец-ситуация», «Внутренние ритмы», «Образы». Прослушивание и анализ музыкальных фрагментов для исполнения, сочинения хореографических этюдов. Вариации изученных движений и комбинаций.

Хореографическая импровизация. Стилизация элементов народных танцев (индивидуальная, в паре, в группе). Исполнение этюдов: на развитие техники исполнения (использование вариаций движений и их сочетаний разных стилей и соответствующего характера, манеры исполнения); на образную выразительность; на пластику (работа рук, корпуса, головы). Сочинение тематических этюдов.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

1.6. Композиция построения танца (эстрадный танец). (10 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: хореографическая композиция, элементы композиции в хореографии, танцевальный рисунок, хореографическая лексика, статичный рисунок, динамичный рисунок, одноплановый рисунок, многоплановый рисунок, основной рисунок, второстепенный рисунок, симметричный рисунок, асимметричный рисунок, композиционный переход, внешний облик, художественный образ, индивидуальность, ансамблевое единство, качество исполнительских навыков, критерии оценки.

Практическая работа. Хореографическая композиция. Элементы композиции в хореографии: танцевальный рисунок, хореографическая лексика.

Виды рисунка - статичный/динамичный, одноплановый/многоплановый, основной/второстепенный, симметричный/асимметричный. Композиционный переход (смена исполнителями рисунка). Роль костюма в хореографической постановке. Внешний облик как одна из составляющих

цельного художественного образа. Индивидуальность и ансамблевое единство. Понятие качества исполнительских навыков, критерии оценки.

Знакомство с музыкальным материалом. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах. Изучение, отработка танцевальных движений, соединение движений в танцевальные комбинации, соединение изученного воедино. Работа над техническим совершенствованием движений, соблюдением интервалов и ровности, над эмоциональной выразительностью образа, чёткостью и чистотой рисунков, построений и перестроений, над синхронным выполнением движений в парах, в группе, в ансамбле. Просмотр видеоматериалов.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

2. Контемпорари. (32 часа).

2.1. Техника контемпорари. (10 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: contemporary dance, энергетический импульс, баланс, инерция в танце, координация в танце, техника Axis Syllabus, падение, подхватывание, направление энергии падения, техника Flying Low, пространство, время, энергия, слайды, свинги, ролл ап, ролл даун.

Практическая работа. История возникновения и развития. Танцевальная лексика. Характерные особенности, стиль и манера исполнения. Пластические особенности. Разнообразие техник contemporary dance и объединяющие их подходы к восприятию тела и исследованию его возможностей. Осознанность (body awareness) как основополагающая концепция. Энергетический импульс, баланс, инерция и координация в танце. Движения Push – толчок.

Техника Axis Syllabus как система анализа инерции и распределения веса в движении. Руководящий принцип метода: падение, подхватывание и направление энергии падения. Особенности взаимодействия центра и периферии в технике Flying Low. Основы Бартеньефф: пространство, время, энергия; основные положения учения Ирмгард Бартеньефф.

Техника безопасности при выполнении основных элементов, правила взаимодействия с партнёром.

Базовые движения и принципы contemporary dance: слайды (от англ. скользить); свинги (от англ. раскачивание, качели); ролл ап и ролл даун (скручивание-раскручивание); прыжки, падения; работа со стеной и полом; работа с весом; работа с партнёром.

Основные положения корпуса. Сбалансированное функционирование мышц и суставов. Упражнение на освобождение суставов при исполнении базовых движений – battement tendu, prance, plie, developpe и др. Выравнивание позвоночника. Взаимодействие позвоночника и таза. Голова и шея. Основные движения позвоночника – curve, arch, roll, spiral, swing в контексте Техники релиза.

Основы техники Axis Syllabus: подходы к работе в партере: способы работы на полу и с полом. Основы техники Flying low: активизация центра как локомотива движения. Основы Бартеньефф: взаимосвязь частей тела, дыхательная поддержка, заземление.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

2.2. Импровизация, сочинение этюдов (контемпорари). (4 часа).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, игровой практикум, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: музыкально-хореографическая, образная выразительность, бессюжетный этюд, пространственная композиция.

Практическая работа. Музыкально-хореографическая, образная выразительность. Взаимосвязь музыки и движения.

Характерные особенности, стиль и манера исполнения контемпорари. Придумывание комбинаций с использованием изученных движений. Сочинение простых «бессюжетных» этюдов, сочинение этюдов с сюжетной нагрузкой: подбор музыкального материала по его метрическим, ритмическим, эстетическим и эмоциональным признакам, подбор элементов; построение рисунка танца на основе пространственной композиции; практический показ с последующим анализом по методике исполнения. Работа в парах, тройках. Танцевальные игры «Танец – ситуация».

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

2.3. Композиция построения танца (контемпорари). (10 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: движения, позы, ракурсы, мимика, хореографический образ, хореографическая лексика, танцевальная комбинация, эмоциональной выразительностью образа.

Практическая работа. Хореографическая лексика - движения, позы, ракурсы, мимика. Выражение идеи, создание хореографического образа в танце посредством хореографической лексики.

Знакомство с музыкальным материалом. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах. Изучение, отработка танцевальных движений, соединение движений в танцевальные комбинации, соединение изученного воедино. Работа над техническим совершенствованием движений, над эмоциональной выразительностью образа, чёткостью и чистотой рисунков, построений и перестроений, над синхронным выполнением движений в парах, в группе, в ансамбле. Просмотр снятых на видео постановок с последующим детальным анализом.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

3. Партнёринг. (32 часа).

3.1. Техника партнёринга. (14 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: партнёринг, дуэтная форма, поддержка, наваливание, центр тяжести, общий центр тяжести, push – толчок.

Практическая работа. Понятие о партнёринге и дуэтных формах в современной хореографии. История возникновения и развития, характерные особенности направления. Поддержка, наваливание, их виды. Смысловое содержание поддержек. Взаимосвязь технического и содержательного аспектов дуэта.

Центр тяжести. Общий центр тяжести. Требования к партнёрам при исполнении поддержек и наваливаний - физические данные, вес, рост.

Техника безопасности при выполнении основных элементов, правила взаимодействия с партнёром. Типичные ошибки при выполнении поддержек и наваливаний.

Основные элементы - наваливания, поддержки. Исполнение маленьких pirouettes и больших toures с различных приёмов и подходов. «Падающие» положения, связующие и вспомогательные движения. «Партерные» поддержки в тройке, группе: последовательность приёмов поддержки. Анализ изучаемых элементов.

Движение push – толчок. Наваливание на руки и корпус впереди себя, толчок (push) в исходное положение и наваливание на спину. Различные виды исполнения наваливаний. Наваливание на грудную клетку и на спину. Способы соединения (захвата) руками.

Сочетание наваливаний, поддержек с танцевальными движениями. Падения, перевороты и подъёмы на ноги в танце.

Техника выполнения каждого движения, исходное положение, положение корпуса, рук и ног, расположение корпуса по отношению друг к другу. Группы мышц, задействованных в движении, правильность работы кистей, стоп, головы. Координация движений партнёров во время исполнения движения.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

3.2. Импровизация, сочинение этюдов (партнёринг). (4 часа).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: художественный образ, гармония позировок, контактная импровизация, безконтактная импровизация.

Практическая работа. Понятие художественного образа и его составляющих в танце. Соответствие характера музыки, образа и содержания (набора элементов) этюда. Гармония позировок. Понятие о контактной и безконтактной импровизации.

Придумывание комбинаций с использованием изученных поддержек и наваливаний, соединение с танцевальными движениями с контактом и без контакта с партнёром. Импровизация в пространстве через контакт запястий, переход в нижний уровень (партер), добавление других частей тела в контакте. Работа с импульсами. Передача веса – ладонь в ладонь, плечами, спиной, переходы между частями тела, совместные наклоны и уходы в партер. Импровизация в группе.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

3.3. Композиция построения танца (партнёринг). (14 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: принципы композиции танца, целостность, контраст, новизна, драматургическое построение произведения, хореографическая лексика в партнёринге.

Практическая работа. Общие принципы композиции танца: целостность, контраст, новизна, учёт зрительского восприятия, драматургическое построение произведения.

Специфика хореографической лексики в партнёринге.

Знакомство с музыкальным материалом. Разучивание комбинаций для будущей композиции. Работа в парах и в группах. Постановка номера, Работа над техническим совершенствованием движений, над эмоциональной выразительностью образа. Просмотр снятых на видео постановок с

последующим детальным анализом.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

4. Основы актёрского мастерства. (22 часа).

4.1. Игры на развитие воображения, ассоциативного и образного мышления. (4 часа).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игровой практикум, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: сценический образ, воображение, образное мышление.

Практическая работа. Сценический образ. Создание сценического образа. Средства воплощения сценического (художественного) образа. Чувства и их внешнее воплощение на сцене. Значение развитого воображения, образного мышления для танцора.

Игровые упражнения «Тень», «Одно и то же по-разному», «Сочиняем сказку», «Биография», «Придумай себе дело», «Здравствуйте, я ...!», «Снимаем-одеваем», «Я – не я», «Скульптор и Глина», «Синтез» (смешивание различных видов восприятия, способности ощущать вкус звуков, слышать цвета, обонять ощущения, например, «Чем пахнет число семь?», «Какой вкус у сиреневого цвета?» и т.п.) Этюды на тему «Я – животное», «Я – предмет».

Формы контроля: педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения.

4.2. Игры для развития сценического общения. (4 часа).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игровой практикум, упражнения, самостоятельная работа, показ.

Теоретические понятия и термины: чувство партнёра, коллективная согласованность.

Практическая работа. Чувство партнёра. Упражнения на формирование и развитие умения видеть себя со стороны, создавая логичную картинку, понятную зрителю. Упражнения на координацию в пространстве, умение заполнять собой сценическое пространство. Игровые упражнения (парные, мелкогрупповые) на развитие чувства партнёра: «Зеркало», «Встреча с инопланетянином», «Перемирие», «Тень», «Предмет (фраза) по кругу», «Разговор через стекло» и др. Упражнения на коллективную согласованность: «Встать по пальцам» и др.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, контрольные упражнения.

4.3. Тренировка мимических мышц. (2 часа).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игровой практикум, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: мимическая выразительность, мышцы лица. лобные мышцы, глазные мышцы, круговая мышца рта.

Практическая работа. Значение мимической выразительности для танцора. Мышцы лица.

Тренировка лобных мышц: расслабление, активное сокращение лобных мышц, энергичное вскидывание бровей вверх, опускание вниз, к переносью. Тренировка глазных мышц: убыстряющееся мигание, поочерёдное закрывание век. Тренировка мышцы верхней губы: подъём верхней губы без участия углов рта. Тренировка круговой мышцы рта: вытягивание губ вперёд, маятниковые движения вытянутыми губами в стороны, круговые движения; «надутые губы», «поджатые губы»; выпячивание нижней/верхней губы, маятниковые движения из стороны в сторону. Игровое упражнение «Десять масок» (передача эмоций – страх, злость, любовь, стеснение, смущение и пр.) с обсуждением.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, контрольные упражнения.

4.4. Игры и упражнения на развитие мышечной свободы, эмоционального раскрепощения. (4 часа).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игровой практикум, упражнения, самостоятельная работа, тренировка, показ.

Теоретические понятия и термины: мышечный зажим, мышечное напряжение.

Практическая работа. Мышечный зажим, расслабление. Приёмы снятия мышечного напряжения.

Игровые упражнения «Огонь – лёд» (попеременное напряжение и расслабление всего тела), «Зажимы по кругу», «Марионетки» («Подвески»), «Пластилиновые куклы», «Перекат напряжения», «Потянулись – сломались» и др.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, контрольные упражнения.

4.5. Импровизация. (8 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, беседа, игровой практикум, упражнения, самостоятельная работа, показ.

Теоретические понятия и термины: Физическое воплощение образа, стимул.

Практическая работа. Физическое воплощение образа, чувства, настроения, возникающего от стимулов, предложенных педагогом (слышимых и визуальных).

Формы контроля: педагогическое наблюдение, контрольные упражнения.

5. Концертная, конкурсная деятельность. (14 часов).

5.1. Выступления. (10 часов).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, репетиция, выступление.

Теоретические понятия и термины: сценическая культура, культура закулисного общения, пунктуальность, дисциплина.

Практическая работа. Сценическая культура. Культура закулисного общения. Пунктуальность и дисциплина.

Сводные репетиции. Выступления на тематических праздниках Дома детского творчества, выступления в рамках социального партнёрства, участие в конкурсах. Отчётные концерты студии.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, концерт.

5.2. Итоговые занятия. Я умею. (4 часа).

Формы проведения занятий: практическое учебное занятие, выступление.

Практическая работа. Контрольные задания «Я умею». Концертное выступление «Я умею» на сцене. Показ практических навыков.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, контрольные упражнения, концерт.

Календарный учебный график 4 года обучения

№ п/п	Планируемая дата занятия	Раздел	Тема занятия	Количество часов
1.	Сентябрь	1.1. Вводное занятие.	Инструктаж по технике безопасности. Влияние занятий хореографией на физическое развитие.	2
2.	Сентябрь	1.5. Импровизация, сочинение этюдов (эстрадный танец).	Музыкально – хореографическая, образная выразительность. Значение импровизации в танце.	2
3.	Сентябрь	1.2. Классический танец.	Позиции рук: 1,2,3, подготовительное положение.	2
4.	Сентябрь	2.2. Импровизация, сочинение этюдов (контемпорари).	Характерные особенности, стиль и манера исполнения контемпорари. Танцевальные игры «Танец – ситуация».	2
5.	Сентябрь	1.3. Акробатический танец.	Отличительные черты акробатического танца, краткая история возникновения и развития.	2
6.	Сентябрь	3.1. Техника партнёринга.	Понятие о партнёринге и дуэтных формах в современной хореографии. Центр тяжести.	2
7.	Сентябрь	1.4. Сюжетно-характерный танец.	Многообразие видов и жанров хореографических произведений на эстраде.	2
8.	Сентябрь	3.3. Композиция построения танца (партнёринг).	Общий центр тяжести. Общие принципы композиции танца.	2
9.	Октябрь	1.2. Классический танец.	Port de bras 1,2,3 –движения руками.	2
10.	Октябрь	1.5. Импровизация, сочинение этюдов (эстрадный танец).	Танцевальные игры: «Внутренние ритмы», «Образы».	2
11.	Октябрь	1.3. Акробатический танец.	Шпагаты со скольжением, перемахом из упора лёжа.	2
12.	Октябрь	5.1. Выступления.	Выступления на тематических праздниках.	2
13.	Октябрь	1.4. Сюжетно-характерный танец.	Позиции ног: выворотные положения классического танца, 6 позиция в народном танце.	2
14.	Октябрь	3.1. Техника партнёринга.	Требования к партнёрам при исполнении поддержек и наваливаний.	2
15.	Октябрь	1.6. Композиция построения танца	Хореографическая лексика: мимика, движения, позы.	2

		(эстрадный танец).		
16.	Октябрь	3.2. Импровизация, сочинение этюдов (партнёринг).	Техника безопасности при выполнении основных элементов, правила взаимодействия с партнёром.	2
17.	Ноябрь	1.2. Классический танец.	Releve на полупальцах по 1,2,5 позициям.	2
18.	Ноябрь	1.5. Импровизация, сочинение этюдов (эстрадный танец).	Прослушивание и анализ музыкальных фрагментов для исполнения, сочинения хореографических этюдов.	2
19.	Ноябрь	1.3. Акробатический танец.	Фляк в шпагат, сальто в шпагат.	2
20.	Ноябрь	3.1. Техника партнёринга.	Основные элементы (наваливания, поддержки). Типичные ошибки при выполнении поддержек и наваливаний.	2
21.	Ноябрь	1.4. Сюжетно-характерный танец.	Положения рук в парных и групповых танцах.	2
22.	Ноябрь	3.3. Композиция построения танца (партнёринг).	«Падающие» положения, связующие и вспомогательные движения.	2
23.	Ноябрь	1.6. Композиция построения танца (эстрадный танец).	Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.	2
24.	Ноябрь	5.1. Выступления.	Выступления на тематических праздниках.	2
25.	Декабрь	2.1. Техника контемпорари.	Движения Push – толчок.	2
26.	Декабрь	5.2. Итоговые занятия.	Контрольные задания «Я умею». Промежуточная аттестация.	2
27.	Декабрь	1.2. Классический танец.	Прыжки: Temps leve sauté по 1,2,3 позициям. Changement de pieds.	2
28.	Декабрь	1.5. Импровизация, сочинение этюдов (эстрадный танец).	Вариации изученных движений и комбинаций.	2
29.	Декабрь	1.3. Акробатический танец.	Мост на предплечьях, мост на одну руку и на обе ноги.	2
30.	Декабрь	3.1. Техника партнёринга.	Различные виды исполнения наваливаний.	2
31.	Декабрь	1.4. Сюжетно-характерный танец.	Шаги: основной шаг - с продвижением назад.	2
32.	Декабрь	5.1. Выступления.	Выступления на тематических праздниках.	2
33.	Январь	3.2. Импровизация, сочинение этюдов (партнёринг).	Соединение танцевальных движений с контактом и без контакта с партнёром.	2
34.	Январь	3.3. Композиция построения танца	Наваливание на грудную клетку и на спину. Постановка номера.	2

		(партнёринг).		
35.	Январь	1.6. Композиция построения танца (эстрадный танец).	Работа над техническим совершенствованием движений.	2
36.	Январь	4.4. Игры и упражнения на развитие мышечной свободы, эмоционального раскрепощения.	Игровые упражнения «Огонь – лёд», «Зажимы по кругу», «Марионетки».	2
37.	Январь	2.2. Импровизация, сочинение этюдов (контемпорари).	Сочинение простых «бессюжетных» этюдов.	2
38.	Январь	5.1. Выступления.	Выступления на тематических праздниках.	2
39.	Январь	2.1. Техника контемпорари.	Способы соединения (захвата) руками.	2
40.	Январь	3.1. Техника партнёринга.	Падения, перевороты и подъёмы на ноги в танце.	2
41.	Февраль	1.2. Классический танец.	Прыжки: <i>sissonne simple</i> . <i>Pas assemble</i> .	2
42.	Февраль	1.5. Импровизация, сочинение этюдов (эстрадный танец).	Изучение, отработка танцевальных движений.	2
43.	Февраль	1.3. Акробатический танец.	Перекаты с поворотом в шпагат, перекат, прогнувшись из упора лёжа.	2
44.	Февраль	3.3. Композиция построения танца (партнёринг).	Координация движений партнёров во время исполнения движения.	2
45.	Февраль	1.4. Сюжетно-характерный танец.	Дроби. Дробные выстукивания.	2
46.	Февраль	4.1. Игры на развитие воображения, ассоциативного и образного мышления.	Игровые упражнения «Тень», «Одно и то же по-разному», «Сочиняем сказку», «Биография», «Придумай себе дело».	2
47.	Февраль	1.6. Композиция построения танца (эстрадный танец).	Работа над эмоциональной выразительностью образа.	2
48.	Февраль	3.1. Техника партнёринга.	Расположение корпуса по отношению друг к другу.	2
49.	Март	2.1. Техника контемпорари.	Особенности взаимодействия центра и периферии в технике <i>Flying Low</i> .	2
50.	Март	3.3. Композиция построения танца (партнёринг).	Работа над соблюдением интервалов и ровности.	2
51.	Март	2.1. Техника контемпорари.	Сбалансированное функционирование мышц и суставов.	2

52.	Март	4.2. Игры для развития сценического общения.	Игры для развития сценического общения.	2
53.	Март	1.6. Композиция построения танца (эстрадный танец).	Просмотр снятых на видео постановок с последующим детальным анализом.	2
54.	Март	4.3. Тренировка мимических мышц.	Тренировка мимических мышц.	2
55.	Март	2.1. Техника контемпорари.	Слайды, свинги. Ролл ап и ролл даун.	2
56.	Март	3.3. Композиция построения танца (партнёринг).	Координация движений партнёров во время исполнения движений. Работа над синхронным выполнением в группе.	2
57.	Апрель	2.3. Композиция построения танца (контемпорари).	Основы Бартедьффа: пространство, время, энергия. Работа над синхронным выполнением движений в ансамбле.	2
58.	Апрель	4.4. Игры и упражнения на развитие мышечной свободы, эмоционального раскрепощения.	Игровые упражнения «Пластилиновые куклы», «Пережат напряжения», «Потянулись – сломались».	2
59.	Апрель	3.1. Техника партнёринга.	Сочетание наваливаний, поддержек с танцевальными движениями.	2
60.	Апрель	4.2. Игры для развития сценического общения.	Игры на развития сценического общения.	2
61.	Апрель	2.3. Композиция построения танца (контемпорари).	Выравнивание позвоночника, взаимодействие позвоночника и таза.	2
62.	Апрель	4.1. Игры на развитие воображения, ассоциативного и образного мышления.	Игровые упражнения «Снимаем-одеваем», «Я – не я», «Скульптор и Глина», «Синтез».	2
63.	Апрель	2.3. Композиция построения танца (контемпорари).	Основы техники Axis syllabus. Работа над эмоциональной выразительностью образа.	2
64.	Апрель	4.5. Импровизация.	Импровизация. Физическое воплощение образа.	2
65.	Май	2.3. Композиция построения танца (контемпорари).	Активация центра как локомотива движения.	2
66.	Май	4.5. Импровизация.	Импровизация. Воплощение образа.	2
67.	Май	5.2. Итоговые занятия.	Концертное выступление «Я умею». Итоговая аттестация.	2
68.	Май	5.1. Выступления.	Отчётный концерт.	2
69.	Май	2.3. Композиция построения танца	Способы работы на полу и с полом. Отработка танцевальных	2

		(контемпорари).	движений.	
70.	Май	4.5. Импровизация.	Импровизация, воплощение настроения в образ.	2
71.	Май	3.3. Композиция построения танца (партнёринг).	Различные виды наваливаний. Работа над техническим совершенством движений.	2
72.	Май	4.5. Импровизация.	Импровизация, воплощение чувства в образ.	2
Итого часов в год:				144

Контрольно-оценочные средства

Время проведения	Цель проведения	Формы контроля
Текущий контроль		
В течение всего учебного года. По окончании изучения темы или раздела	Определение степени усвоения учащимися учебного материала. Определение готовности учащихся к восприятию нового материала. Подбор наиболее эффективных методов и средств обучения.	Педагогическое наблюдение, опрос, контрольные упражнения, тестирование.
Промежуточная аттестация		
В конце полугодия.	Определение степени усвоения учащимися учебного материала. Определение результатов обучения.	Педагогическое наблюдение, выступление.
Итоговая аттестация		
По окончании обучения по образовательному модулю.	Определение изменения уровня развития учащихся, их способностей. Определение результатов обучения. Ориентирование учащихся на дальнейшее обучение. Получение сведений для совершенствования образовательной программы и методов обучения.	Педагогическое наблюдение, выступление.

В течение всего периода обучения с целью определения степени усвоения учащимися учебного материала, определения готовности к восприятию новой учебной информации, осуществляется текущий контроль. Главным источником получения информации о достижении учащимися образовательных результатов является педагогическое наблюдение, осуществляемое в ходе образовательного процесса, устный опрос.

Для определения степени усвоения учащимися учебного материала в процессе реализации образовательного модуля «Современный эстрадный танец» (базовый уровень) ДООП образцовой студии эстрадного танца «Артист», проводится аттестация учащихся. Промежуточная аттестация учащихся проводится в конце первого полугодия и учебного года в форме концертного выступления, а также мониторингового исследования (фиксация уровня достижения планируемых результатов по всем критериям на момент проведения аттестации). Итоговая аттестация проводится в конце освоения образовательного модуля в форме контрольного задания или концертного выступления «Я умею».

В ходе мониторинга достижения учащимися образовательных результатов используются три группы критериев: достижение личностных результатов, достижение метапредметных результатов, достижение

предметных результатов. Каждый критерий оценивается по 10-балльной шкале.

В связи с тем, что учащийся осваивает несколько модулей, реализуемых разными педагогами, в индивидуальную карточку учёта результатов обучения учащегося по ДООП образцовой студии эстрадного танца «Артист» выставляется средний балл по каждому критерию (на основе комплексной оценки всех педагогов студии, работающих с данным учащимся).

Критерии оценки уровня образовательных результатов

Критерии	Степени выраженности критерия	Баллы
Достижение личностных результатов		
Сформированность этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости	проявляет уважительное и доброжелательное отношение к другим людям и их мнению, эмоционально-нравственную отзывчивость, понимание и сопереживание чувствам других людей; подчиняется правилам и нормам поведения, осознанно их принимает	8-10
	проявляет уважительное отношение к другим людям; недостаточно отзывчив, не всегда учитывает другие мнения, стремится не нарушать правила и нормы поведения	4-7
	проявляет безразличное, иногда негативное отношение к другим людям, не учитывает другие мнения; нарушает правила и нормы поведения	0-3
Сформированность эмоционально-эстетической отзывчивости	проявляет эмоциональные реакции, адекватные содержанию художественного произведения; переживания и эмоции искренние, глубокие, выразительные, переносятся за пределы учебной ситуации (находят отражение в других видах творчества); способен оценивать своё эмоциональное состояние, выразить вербально и невербально	8-10
	как правило, проявляет эмоциональные реакции при восприятии эстетического в жизни, искусстве; переживания и эмоции не всегда выразительные и глубокие; оценивает свое эмоциональное состояние, но не всегда может выразить вербально или невербально	4-7
	при восприятии эстетического в жизни, искусстве не проявляет эмоций, либо эмоции не яркие или не искренние, или не адекватны содержанию воспринимаемого; затрудняется оценивать своё эмоциональное состояние, не может выразить вербально и невербально	0-3
Достижение метапредметных результатов		
Сформированность навыков общения и	договаривается о распределении функций и ролей в совместной деятельности, приходит к общему с	8-10

сотрудничества	партнёрами по деятельности решению; формулирует и аргументирует собственное мнение, учитывает мнения, отличные от собственного; проявляет позитивное отношение к совместной деятельности	
	договаривается о распределении и функций и ролей в совместной деятельности, может сформулировать своё мнение; не всегда готов учитывать мнения, отличные от собственного; к совместной деятельности проявляет нейтральное или позитивное отношение	4-7
	включается в диалог, при групповой работе не активен; при распределении функций и ролей нуждается в помощи извне; недостаточно чётко формулирует высказывания, собственное мнение не аргументирует, «навязывает» другим; проявляет нейтральное или отрицательное отношение к совместной деятельности	0-3
Сформированность способности принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности	принимает и сохраняет цель и задачи деятельности/участвует в их формулировке, находит пути и средства её достижения; способен к волевым усилиям, проявляет настойчивость, самостоятельность в достижении цели	8-10
	принимает и удерживает цель и задачи деятельности иногда нуждается в стимулирующей и организующей помощи педагога	4-7
	отвлекается, «упускает» поставленную перед ним цель, стимулирующая и организующая помощь педагога малоэффективна	0-3
Результаты по направленности (профилю) образовательного модуля		
Соответствие теоретических знаний программным требованиям	освоил практически весь объём знаний, предусмотренных программой в конкретный период	8-10
	освоил знания в объёме более 1/2 объёма знаний, предусмотренных программой	4-7
	овладел менее чем 1/2 объёма знаний, предусмотренных программой	0-3
Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	учащийся освоил практически весь объём умений и навыков, предусмотренных программой в конкретный период	8-10
	учащийся освоил более 1/2 объёма умений, предусмотренных программой	4-7
	учащийся овладел менее чем 1/2 объёма умений, предусмотренных программой	0-3

Условия реализации образовательного модуля

Материально-техническое обеспечение. Для эффективной реализации модуля необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

- танцевальный класс с зеркалами, оборудованный станками, раздевалки;
- концертные костюмы;
- аудиоаппаратура;
- фонотека;
- ноутбук с выходом в интернет;
- проектор или большой видеомонитор.

Занятия хореографией должны проходить в хорошо проветриваемом хореографическом классе с дощатым некрашеным, или покрытым специальным линолеумом полом. Высота станка должна соответствовать росту, находиться на уровне талии или чуть выше.

Требования к специальной одежде учащихся: обувь должна быть мягкой, лёгкой, обеспечивающей свободу движений (чешки, балетки). Форма одежды для занятий облегчённая, она должна быть удобной и не стеснять движений - лосины и купальник. Волосы аккуратно причёсаны и собраны в пучок.

Методическое обеспечение. Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей. Этому способствуют поощрение, создание положительной мотивации, актуализация интереса.

В процессе реализации модуля используется широкий спектр педагогических методов и приёмов: словесные (рассказ, объяснение, беседа, спор и др.), наглядные (показ способов действий, показ образца, просмотр видеоматериалов и др.), практические (упражнения, экспериментирование, игровой, проблемно-поисковый и др.), различные приёмы рефлексии.

Используются различные методы: анализ, объяснение движения, разбор, показ, демонстрация отдельных частей и всего движения, идеомоторный (метод мысленного представления движений) и др.

Для реализации модуля используются методические материалы:

- комплекты дидактических карточек «Позиции ног», «Позиции рук»;
- информационные листы «Рисунки и фигуры танца», «Жанры танца»;
- литература для педагогов и учащихся.

Кадровое обеспечение. Образовательный модуль реализует педагог дополнительного образования, имеющий образование в области хореографии.

Список литературы

Нормативные правовые акты:

1. Российская Федерация. Законы. Об образовании в Российской Федерации : Федеральный закон № 273 – ФЗ : [принят Государственной Думой 21 декабря 2012 года с изменениями на 4 августа 2023 года : Одобрен Советом Федерации 26 декабря 2012 года]. - Текст : электронный // Консультант плюс : [сайт] – URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174
2. Российская Федерация. Указы. О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года: Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2024 г. № 309. – Текст : электронный // Администрация президента: официальный сайт. - URL: <http://www.kremlin.ru/acts/bank/50542> (дата обращения: 10.03.2025).
3. Российская Федерация. Распоряжения. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года : утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р] // Правительство Российской Федерации : официальный сайт. – URL: <http://static.government.ru/media/files/3flgkk1AJ2ENBbCFVEkA3cTOsiypicBo.pdf> (дата обращения: 10.03.2025). – Текст : электронный.
4. Российская Федерация. Распоряжение. Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года N 996-р. [утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации]. - Текст : электронный// Российская газета. – 2015. - Федеральный выпуск № 122(6693) - URL: <https://rg.ru/2015/06/08/vospitanie-dok.html> (дата обращения: 10.03.2025).
5. Российская Федерация. Приказы. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам [утвержден приказом Министерства просвещения Российской Федерации]. Текст : электронный // Официальное опубликование правовых актов : сайт – URL: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202209270013?index=1> (дата обращения: 10.03.2025).
6. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ от 18 ноября 2015 г. № 09 – 3242. Методическими рекомендациями по разработке и проведению экспертизы дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы (информационное письмо министра образования Омской области РФ от 12.02. 2019 г.) [Электронный ресурс]. - Режим доступа:

<https://docs.google.com/document/d/1cd5aAR4JI8VIcCupJl8qC9nQk7s1FjbISwtIodEwcKw/edit> (дата обращения: 10.03.2025).

7. Российская Федерация. Постановления. Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи : Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 : [Зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 N 61573] - Текст : электронный // Консультант плюс : [сайт] – URL: <https://demo.consultant.ru/cgi/online.cgi?req=doc&ts=120496791608760539051969505&cacheid=195B93503245C263A95CB326F2535213&mode=splus&base=RZR&n=371594&rnd=CB5CEFC727FFC7C1549791ACD8F4C2EF#19eje1k71kc> (дата обращения: 10.03.2025).

Список литературы для педагога:

1. Баглай, В. Е. Этническая хореография народов мира / В. Е. Баглай. – Санкт-Петербург : Планета музыки, 2020. – Текст : непосредственный.
2. Базарова, Н. П. Азбука классического танца / Н. П. Базарова, В. П. Мей. – Санкт-Петербург : Планета музыки, 2020. – Текст : непосредственный.
3. Барышникова Т. К. Азбука хореографии. – Санкт-Петербург : Люкси Респерс, 1996. – Текст : непосредственный.
4. Безуглая, Г. А. Музыкальный анализ в работе педагога-хореографа: Учебное пособие / Г. А. Безуглая. – Москва : Лань, Планета музыки, 2015. – Текст : непосредственный.
5. Беликов В. А. Образование. Деятельность. Личность - Текст: электронный // Научная электронная библиотека. – Москва : Академия Естествознания, 2010. - URL: <https://www.monographies.ru/ru/book/view?id=76> (дата обращения: 30.05.2025).
6. Богданов, Г. Ф. Основы хореографической драматургии. Учебное пособие / Г. Ф. Богданов. – Санкт-Петербург : Лань, 2017. - Текст : непосредственный.
7. Богданов, Г. Ф. Русский народно-сценический танец: методика и Практическая работа создания. Учебное пособие / Г. Ф. Богданов. – Санкт-Петербург : Лань, 2019. - Текст : непосредственный.
8. Бутенко, Э. В. Сценическое перевоплощение. Теория и практика. Учебное пособие / Э. В. Бутенко. – Санкт-Петербург : Планета музыки, 2017. - 372 с. – Текст : непосредственный.
9. Воспитательный процесс: изучение эффективности. Методические рекомендации / Под ред. Е. Н. Степанова. – Москва : Сфера, 2001. - Текст : непосредственный.
10. Гусев, Г. П. Методика преподавания народного танца. Танцевальные

движения и комбинации на середине зала / Г. П. Гусев. – Москва : Книга по Требованию, 2018. - 208 с. – Текст : непосредственный.

11. Давыдов, В. П. Теория, методика и практика классического танца. Учебник для вузов / В. П. Давыдов. – Москва : Юрайт, 2019. – Текст : непосредственный.

12. Данилюк, А. Я. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России / А. Я. Данилюк, А. М. Кондаков, В. А. Тишков. - URL: <http://shatki-oosh.ru/pdf/2016/koncepcia.pdf>. (дата обращения: 30.05.2025). - Текст: электронный.

13. Есаулов, И. Г. Народно-сценический танец: Учебник для вузов / И. Г. Есаулов, К. А. Есаулова. – Санкт-Петербург : Планета музыки, 2018. - 208 с. – Текст : непосредственный.

14. Зыков, А. И. Современный танец. Учебное пособие / А. И. Зыков. - Санкт-Петербург : Лань, Планета музыки, 2018. - 344 с. – Текст : непосредственный.

15. Касиманова, Л. А. Основные формы народного танца. Теоретические понятия и методика преподавания (+DVD) / Л. А. Касиманова. – Санкт-Петербург : Лань, 2019. - Текст : непосредственный.

16. Кривопащенко, Е. И. Проектирование дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы: методические рекомендации / Е. И. Кривопащенко, Л. А. Кучегура. – Омск : БОУ ДПО «ИРООО», 2019. - 38 с. – Текст : непосредственный.

17. Лукьянова, Е. А. Дыхание в хореографии. Учебное пособие / Е. А. Лукьянова. – Санкт-Петербург : Планета музыки, 2020. – Текст : непосредственный.

18. Меднис, Н. В. Введение в классический танец / Н. В. Меднис, С. Г. Ткаченко. – Санкт-Петербург : Лань, Планета музыки, 2016. – Текст : непосредственный.

19. Никитин, В. Ю. Мастерство хореографа в современном танце. Учебное пособие / В. Ю. Никитин. - Санкт-Петербург : Лань, Планета музыки, 2018. - 520 с. – Текст : непосредственный.

20. Палилей А. В. Танец и методика его преподавания. Русский народный танец. Учебное пособие для вузов / А. В. Палилей. – Москва : Юрайт, 2019. – Текст : непосредственный.

21. Психология и педагогика. Учебник / ред. П. И. Пидкасистый. – Москва : Юрайт, 2019. - 736 с. – Текст : непосредственный.

22. Стуколкина, Н. М. Четыре экзерсиса. Уроки характерного танца / Н. М. Стуколкина. – Москва : Лана, 2017. -376 с. – Текст : непосредственный.

23. Сулим, Е. В. Занятия физкультурой. Игровой стретчинг для дошкольников / Е. В. Сулим. – Москва : Сфера, 2017. – Текст : непосредственный.
24. Тырцева, А. И. Особенности обучения гимнастике танцоров младшего школьного возраста. – Текст: электронный //Вестник Шадринского государственного педагогического университета, № 3. - 2017. - с. 53-57. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-obucheniya-gimnastike-tantsorov-mladshego-shkolnogo-vozrasta/viewer> (дата обращения: 30.05.2025).
25. Хамфри, Д. Искусство сочинять танец. Эмансипация Спящей Красавицы / Д. Хамфри. – Москва : Музей современного искусства «Гараж». – 2019. – Текст : непосредственный.
26. Шаронова, И. А. Семь секретов пластического мастерства на сцене. Методика преподавания танцевальной культуры для каждого / И. А. Шаронова. – Санкт-Петербург : Санкт-Петербургская академия постдипломного педагогического образования, 2017. – 149 с. – Текст : непосредственный.
27. Щуркова, Н. Е. Педагогика. Воспитательная деятельность педагога. Учебное пособие / Н. Е. Щуркова. – Москва : Юрайт, 2019. – 320 с. – Текст : непосредственный.
- Список литературы для учащихся и родителей:*
1. Максачук, Е. П. Актуализация формирования спортивной культуры личности молодого поколения / Е. П. Максачук. – Москва : Спутник +, 2016. – 104 с. – Текст : непосредственный.
 2. Меднис, Н. В. Введение в классический танец / Н. В. Меднис, С. Г. Ткаченко. - Санкт-Петербург : Лань, Планета музыки, 2020. – Текст : непосредственный.
 3. Мельников, Ю. А. Подвижные игры в физическом воспитании: учебно-методическое пособие / Ю. А. Мельников, Н. З. Феофилактов. – Ижевск : Издательский центр «Удмуртский университет», 2021. – 80 с. – Текст : непосредственный.
 4. Мохова, П. Балет. Книга о безграничных возможностях / П. Мохова. – Москва : МИФ, 2019. – Текст : непосредственный.
 5. Общеразвивающие упражнения. Комплексы: методические рекомендации / сост. Э. Р. Антонова. – Челябинск : Изд-во Юж.-Урал. гос.гуман.-пед. ун-та, 2021. – 52 с. – Текст : непосредственный.
 6. Пять минут правильной растяжки. URL : <https://youtu.be/O1cePMbaEcY> (дата обращения: 30.05.2025). – Текст : электронный.
 7. Степук, Н. Г. Анатомия стретчинга / Н. Г. Степук. – Москва : АСТ, 2020. – Текст : непосредственный.

