

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»**  
(продвинутый уровень)

Возраст учащихся – 11 - 14 лет

Срок реализации – 2 года

Трудоёмкость модуля - 432 часа

Форма обучения - очная

Автор - составитель:  
Гейст Игорь Валерьевич,  
педагог дополнительного образования

Омск, 2025 г.

## Аннотация

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

Целью образовательного модуля является развитие художественных способностей, совершенствование исполнительского мастерства учащихся с высоким уровнем мотивации, проявляющих способности в области хореографии.

После обучения по образовательному модулю учащиеся:

Будут знать:

- основные направления современного танца, их отличительные черты и историю возникновения;
- современные хореографические формы;
- части хореографического этюда, драматургическое построение танца;
- приёмы соединения хореографической лексики;
- правила безопасного поведения в хореографическом классе.

Будут уметь:

- исполнять хореографическую композицию свободно, естественно без напряжения на высокохудожественном уровне;
- технически правильно выполнять сложные элементы классического, акробатического, сюжетно-характерного танца, контемпорари и партнёринга; исполнять технически сложные комбинации, этюды;
- исполнять танцевальные номера выразительно, в ансамблевом единстве;
- сочинять хореографические комбинации, этюды на основе освоенных элементов, импровизировать;
- анализировать, оценивать хореографические произведения на основе комплекса знаний, эстетического вкуса.

Для обучения принимаются все желающие в возрасте от 11 до 14 лет, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий, прошедшие обучение по образовательному модулю «Современный эстрадный танец» (базовый уровень). Срок реализации образовательного модуля 2 года. Общая трудоёмкость – 432 часа. Объём учебной нагрузки первого и второго года обучения составляет по 216 часов.

## 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 .....	21
5. Учебно-тематический план 2 года обучения .....	26
6. Содержание 2 года обучения .....	27
7. Календарный учебный график 2 года обучения .....	38
8. Контрольно-оценочные средства .....	43
9. Условия реализации образовательного модуля .....	46
10. Список литературы .....	47

## Пояснительная записка

Образовательный модуль *художественной направленности* «Современный эстрадный танец» (продвинутый уровень) является частью дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы образцовой студии эстрадного танца «Артист». Содержание образовательного модуля представлено на *продвинутом 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» продвинутого 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» (базовый уровень) дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы образцовой студии эстрадного танца «Артист», в возрасте 11-14 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 10 – 20 человек.

*Возрастные и психологические особенности учащихся.* Ведущими факторами развития в возрасте 11-14 лет становятся общение со сверстниками и проявление индивидуальных особенностей личности.

Дети в возрасте 11-14 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.

*Срок реализации образовательного модуля* - 2 года.

*Трудоёмкость образовательного модуля* 432 часа. Объём учебной нагрузки первого и второго года обучения составляет по 216 часов.

*Продолжительность и режим занятий* - 2 раза в неделю по 3 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:* развитие художественных способностей, совершенствование исполнительского мастерства учащихся с высоким уровнем мотивации, проявляющих способности в области хореографии.

*Задачи:*

- воспитывать сценическую культуру, инициативность, творческую активность, целеустремленность, ответственность по отношению к своему и чужому труду, умение работать в коллективе;
- развивать художественную одарённость в области танцевально-исполнительского мастерства, совершенствовать исполнительские навыки в современном эстрадном танце;
- способствовать художественно-творческому самовыражению и готовности к профессиональному самоопределению;
- обучать созданию художественного образа в танце, выразительному исполнению хореографических произведений.

*Планируемые результаты освоения образовательного модуля.*

*Личностные результаты.*

*После окончания обучения по образовательному модулю учащиеся:*

- обладают аргументированными эстетическими суждениями;
- обладают активной жизненной позицией, целеустремлённостью и самостоятельностью, имеют установку на здоровый образ жизни, мотивацию к творчеству;
- проявляют ответственное отношение к собственной деятельности, готовность и способность саморазвитию и самообразованию;
- активно взаимодействуют с социальной средой на основе социальных норм, правил поведения;
- 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:*

- умеют самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в области освоения хореографии, планировать пути их достижения;
- владеют навыками организации самостоятельной работы, учебного сотрудничества и совместной деятельности с педагогом и сверстниками, умением находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;
- формулируют, аргументируют и отстаивают своё мнение;
- владеют основами самоконтроля, самооценки и принятия решений;
- 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:

- основные направления современного танца, их отличительные черты и историю возникновения;
- современные хореографические формы;
- части хореографического этюда, драматургическое построение танца;
- приёмы соединения хореографической лексики;
- правила безопасного поведения в хореографическом классе.

Учащиеся будут уметь:

- исполнять хореографическую композицию свободно, естественно без напряжения на высокохудожественном, техническом и эмоциональном уровне;
- технически правильно выполнять сложные элементы классического, акробатического, сюжетно-характерного танца, контемпорари и партнёринга; исполнять технически сложные комбинации, этюды в сложных и ускоренных темпах;
- исполнять танцевальные номера выразительно, в ансамблевом единстве;
- сочинять хореографические комбинации, этюды на основе освоенных элементов, импровизировать;
- анализировать, оценивать хореографические произведения на основе комплекса знаний, эстетического вкуса.

*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» (продвинутый 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.	Эстрадный танец.	<b>78</b>
1.1.	Вводное занятие. Влияние занятий хореографией на физическое развитие.	3
1.2.	Классический танец.	15
1.3.	Акробатический танец.	15
1.4.	Сюжетно-характерный танец.	15
1.5.	Импровизация, сочинение этюдов (эстрадный танец).	15
1.6.	Композиция построения танца (эстрадный танец).	15
2.	Контемпорари.	<b>36</b>
2.1.	Техника контемпорари.	15
2.2.	Импровизация, сочинение этюдов (контемпорари).	6
2.3.	Композиция построения танца (контемпорари).	15
3.	Партнёринг.	<b>48</b>
3.1.	Техника партнёринга.	21
3.2.	Импровизация, сочинение этюдов (партнёринг).	6
3.3.	Композиция построения танца (партнёринг).	21
4.	Основы актёрского мастерства.	<b>33</b>
4.1.	Игры на развитие воображения, ассоциативного и образного мышления.	6
4.2.	Игры для развития сценического общения.	6
4.3.	Тренировка мимических мышц.	3
4.4.	Игры и упражнения на развитие мышечной свободы, эмоционального раскрепощения.	6
4.5.	Импровизация.	12
5.	Концертная, конкурсная деятельность.	<b>21</b>
5.1.	Выступления.	15
5.2.	Итоговые занятия. Я умею.	6
	<b>Итого:</b>	<b>216</b>

## Содержание 1 года обучения

### 1. Эстрадный танец. (78 часов).

1.1. Вводное занятие. Влияние занятий хореографией на физическое развитие. (3 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. (15 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. (15 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. (15 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). (15 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). (15 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. (36 часов).

2.1. Техника контемпорари. (15 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). (6 часов).

*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). (15 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. (48 часов).

3.1. Техника партнёринга. (21 час).

*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). (6 часов).

*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). (21 час).

*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. (33 часа).

4.1. Игры на развитие воображения, ассоциативного и образного мышления. (6 часов).

*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. (6 часов).

*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. (3 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. (6 часов).

*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. (12 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. (21 час).

5.1. Выступления. (15 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. (6 часов).

*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 1 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.	3
2.	Сентябрь	1.5. Импровизация, сочинение этюдов (эстрадный танец).	Музыкально – хореографическая, образная выразительность. Значение импровизации в танце.	3
3.	Сентябрь	1.2. Классический танец.	Позиции рук: 1,2,3, подготовительное положение.	3
4.	Сентябрь	2.2. Импровизация, сочинение этюдов (контемпорари).	Характерные особенности, стиль и манера исполнения контемпорари. Танцевальные игры «Танец – ситуация».	3
5.	Сентябрь	1.3. Акробатический танец.	Отличительные черты акробатического танца, краткая история возникновения и развития.	3
6.	Сентябрь	3.1. Техника партнёринга.	Понятие о партнёринге и дуэтных формах в современной хореографии. Центр тяжести.	3
7.	Сентябрь	1.4. Сюжетно-характерный танец.	Многообразие видов и жанров хореографических произведений на эстраде.	3
8.	Сентябрь	3.3. Композиция построения танца (партнёринг).	Общий центр тяжести. Общие принципы композиции танца.	3
9.	Октябрь	1.2. Классический танец.	Port de bras 1,2,3 –движения руками.	3
10.	Октябрь	1.5. Импровизация, сочинение этюдов (эстрадный танец).	Танцевальные игры: «Внутренние ритмы», «Образы».	3
11.	Октябрь	1.3. Акробатический танец.	Шпагаты со скольжением, перемахом из упора лёжа.	3
12.	Октябрь	5.1. Выступления.	Выступления на тематических праздниках.	3
13.	Октябрь	1.4. Сюжетно-характерный танец.	Позиции ног: выворотные положения классического танца, 6 позиция в народном танце.	3
14.	Октябрь	3.1. Техника партнёринга.	Требования к партнёрам при исполнении поддержек и наваливаний.	3
15.	Октябрь	1.6. Композиция построения танца	Хореографическая лексика: мимика, движения, позы.	3

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

		(партнёринг).		
35.	Январь	1.6. Композиция построения танца (эстрадный танец).	Работа над техническим совершенствованием движений.	3
36.	Январь	4.4. Игры и упражнения на развитие мышечной свободы, эмоционального раскрепощения.	Игровые упражнения «Огонь – лёд», «Зажимы по кругу», «Марионетки».	3
37.	Январь	2.2. Импровизация, сочинение этюдов (контемпорари).	Сочинение простых «бессюжетных» этюдов.	3
38.	Январь	5.1. Выступления.	Выступления на тематических праздниках.	3
39.	Январь	2.1. Техника контемпорари.	Способы соединения (захвата) руками.	3
40.	Январь	3.1. Техника партнёринга.	Падения, перевороты и подъёмы на ноги в танце.	3
41.	Февраль	1.2. Классический танец.	Прыжки: <i>sissonne simple</i> . <i>Pas assemble</i> .	3
42.	Февраль	1.5. Импровизация, сочинение этюдов (эстрадный танец).	Изучение, отработка танцевальных движений.	3
43.	Февраль	1.3. Акробатический танец.	Перекаты с поворотом в шпагат, перекат, прогнувшись из упора лёжа.	3
44.	Февраль	3.3. Композиция построения танца (партнёринг).	Координация движений партнёров во время исполнения движения.	3
45.	Февраль	1.4. Сюжетно-характерный танец.	Дробь. Дробные выстукивания.	3
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».	3
47.	Февраль	1.6. Композиция построения танца (эстрадный танец).	Работа над эмоциональной выразительностью образа.	3
48.	Февраль	3.1. Техника партнёринга.	Расположение корпуса по отношению друг к другу.	3
49.	Март	2.1. Техника контемпорари.	Особенности взаимодействия центра и периферии в технике <i>Flying Low</i> .	3
50.	Март	3.3. Композиция построения танца (партнёринг).	Работа над соблюдением интервалов и ровности.	3
51.	Март	2.1. Техника контемпорари.	Сбалансированное функционирование мышц и суставов.	3

52.	Март	4.2. Игры для развития сценического общения.	Игры для развития сценического общения.	3
53.	Март	1.6. Композиция построения танца (эстрадный танец).	Просмотр снятых на видео постановок с последующим детальным анализом.	3
54.	Март	4.3. Тренировка мимических мышц.	Тренировка мимических мышц.	3
55.	Март	2.1. Техника контемпорари.	Слайды, свинги. Ролл ап и ролл даун.	3
56.	Март	3.3. Композиция построения танца (партнёринг).	Координация движений партнёров во время исполнения движений. Работа над синхронным выполнением в группе.	3
57.	Апрель	2.3. Композиция построения танца (контемпорари).	Основы Бартедьффа: пространство, время, энергия. Работа над синхронным выполнением движений в ансамбле.	3
58.	Апрель	4.4. Игры и упражнения на развитие мышечной свободы, эмоционального раскрепощения.	Игровые упражнения «Пластилиновые куклы», «Пережат напряжения», «Потянулись – сломались».	3
59.	Апрель	3.1. Техника партнёринга.	Сочетание наваливаний, поддержек с танцевальными движениями.	3
60.	Апрель	4.2. Игры для развития сценического общения.	Игры на развития сценического общения.	3
61.	Апрель	2.3. Композиция построения танца (контемпорари).	Выравнивание позвоночника, взаимодействие позвоночника и таза.	3
62.	Апрель	4.1. Игры на развитие воображения, ассоциативного и образного мышления.	Игровые упражнения «Снимаем-одеваем», «Я – не я», «Скульптор и Глина», «Синтез».	3
63.	Апрель	2.3. Композиция построения танца (контемпорари).	Основы техники Axis syllabus. Работа над эмоциональной выразительностью образа.	3
64.	Апрель	4.5. Импровизация.	Импровизация. Физическое воплощение образа.	3
65.	Май	2.3. Композиция построения танца (контемпорари).	Активация центра как локомотива движения.	3
66.	Май	4.5. Импровизация.	Импровизация. Воплощение образа.	3
67.	Май	5.2. Итоговые занятия.	Концертное выступление «Я умею». Промежуточная аттестация.	3
68.	Май	5.1. Выступления.	Отчётный концерт.	3
69.	Май	2.3. Композиция построения танца	Способы работы на полу и с полом. Отработка танцевальных	3

		(контемпорари).	движений.	
70.	Май	4.5. Импровизация.	Импровизация, воплощение настроения в образ.	3
71.	Май	3.3. Композиция построения танца (партнёринг).	Различные виды наваливаний. Работа над техническим совершенством движений.	3
72.	Май	4.5. Импровизация.	Импровизация, воплощение чувства в образ.	3
Итого часов в год:				<b>216</b>

## Учебно-тематический план 2 года обучения

№ п/п	Название разделов, тем	Количество часов
1.	Эстрадный танец.	<b>78</b>
1.1.	Вводное занятие. Влияние занятий хореографией на физическое развитие.	3
1.2.	Классический танец.	15
1.3.	Акробатический танец.	15
1.4.	Сюжетно-характерный танец.	15
1.5.	Импровизация, сочинение этюдов (эстрадный танец).	12
1.6.	Композиция построения танца (эстрадный танец).	18
2.	Контемпорари.	<b>48</b>
2.1.	Техника контемпорари.	18
2.2.	Импровизация, сочинение этюдов (контемпорари).	12
2.3.	Композиция построения танца (контемпорари).	18
3.	Партнёринг.	<b>48</b>
3.1.	Техника партнёринга.	18
3.2.	Импровизация, сочинение этюдов (партнёринг).	12
3.3.	Композиция построения танца (партнёринг).	18
4.	Основы актёрского мастерства.	<b>21</b>
4.1.	Игры на развитие воображения, ассоциативного и образного мышления.	3
4.2.	Игры для развития сценического общения.	3
4.3.	Тренировка мимических мышц.	3
4.4.	Игры и упражнения на развитие мышечной свободы, эмоционального раскрепощения.	6
4.5.	Импровизация.	6
5.	Концертная, конкурсная деятельность.	<b>21</b>
5.1.	Выступления.	15
5.2.	Итоговые занятия. Я умею.	6
	<b>Итого:</b>	<b>216</b>

## Содержание 2 года обучения

### 1. Эстрадный танец. (78 часов).

1.1. Вводное занятие. Влияние занятий хореографией на физическое развитие. (3 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. История развития хореографического искусства в России. 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. (15 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 levé sauté, 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. Комбинации движений в ускоренных темпах с синкопированным ритмом.

Прыжки (allegro): Temps levé sauté по I, II, V позициям. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение. Pas échappé из V позиции во II позицию. Музыкальный размер 2/4 – 8 тактов на каждое движение. Перераспределение внимания с развития силы и эластичности мышц в прыжковых упражнениях на высоту прыжка, на тренировку мышц на

маленьких и средних прыжках. *Changement de pied*. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение. *Pas écharpé* во II позицию. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение. Комбинации прыжков в ускоренных темпах с синкопированным ритмом.

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

### 1.3. Акробатический танец. (15 часов).

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

*Теоретические понятия и термины:* техническая база элемента, правила безопасного выполнения, точки внимания, нюансы выполнения элемента. 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, 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. Основная техническая база элемента, правила безопасного выполнения, «точки внимания», нюансы выполнения элемента. Правила страховки во время выполнения элемента.

**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 раскрытием и без раскрытия 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°).

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.

Комбинирование акробатических элементов в танцевальные связки.

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

1.4. Сюжетно-характерный танец. (15 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.

Хореографическая стилизация: способы вариации и изменения оригинального материала. Соотношение традиционного и стилизованного материала.

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. Наиболее характерные положения рук у юношей.

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

Стилизованные элементы танцев разных народов. Трюковые элементы, характерные для народно-сценического танца.

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). (12 часов).

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

*Теоретические понятия и термины:* импровизация в танце, хореографическая импровизация, стилизация элементов, образная выразительность, тематический этюд.

*Практическая работа.* Импровизация в танце как мгновенное воплощение музыкального ритма средствами пластики тела, мимики и эмоциональной окраски. Взаимосвязь музыки и движения.

Танцевальные игры «Внутренний танцор», «Верхний и нижний танец», «Танец эмоции», «Безвольный танцор». 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). (18 часов).

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

*Теоретические понятия и термины:* хореографические формы, соло, дуэт, трио, групповой танец, массовый танец.

*Практическая работа.* Хореографические формы – соло, дуэт, трио, групповой танец, массовый танец. Приёмы соединения хореографической лексики (комбинирование, вариации).

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. (48 часов).

### 2.1. Техника контемпорари. (18 часов).

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

*Теоретические понятия и термины:* contemporary dance, композиционные приёмы, лексические решения, каскады, повторы, амплитудные перестроения, система Лабана, техника Бартеньефф, пространство, время, энергия, слайды, свинги, ролл ап, ролл даун, прыжки, падения, battement tendu, prance, plie, developpe, curve, arch, roll, spiral, swing, техника релиза, техника Axis Syllabus, техника Flying low, система Лабана, пространственный фокус, дыхательная поддержка, заземление.

*Практическая работа.* Особенности музыкального материала для contemporary dance. Композиционные приёмы и лексические решения. Приёмы передачи пространства и времени (каскады, повторы, амплитудные перестроения и др.).

Система Лабана как система анализа движения. Использование системы Лабана в танцевальной практике. Техника Бартеньефф: пространство, время, энергия; основные положения.

Техника безопасности при выполнении усложнённых 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.

Работа в технике Axis Syllabus: в партере, на полу и с полом; исследование энергии скручивания, исследование движения тела, создаваемого инерцией; анализ работы групп суставов, их участия в направлении потока инерции через тело.

Смена уровней в технике Flying low с помощью использования энергии центра. Работа с полом как с партнёром.

Использование системы Лабана в танцевальной практике: пространственный фокус; подходы к использованию кинесферы; энергия

движения как подход к использованию веса; время, основные ритмы движения.

Техника Бартеньефф: взаимосвязь частей тела, дыхательная поддержка, заземление.

Придумывание комбинаций с использованием изученных движений.

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

2.2. Импровизация, сочинение этюдов (контемпорари). (12 часов).

*Формы проведения занятий:* практическое учебное занятие, беседа, упражнения, 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.

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. Выравнивание позвоночника, построение рисунка танца на основе пространственной композиции; практический показ с последующим анализом по методике исполнения. Работа в парах, тройках.

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

2.3. Композиция построения танца (контемпорари). (18 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. Приёмы соединения хореографической лексики (комбинирование, вариации). Световое решение в танцевальной постановке. Пространство и время как выразительные средства в композиции танца. Техника Бартеньефф. Работа над техникой исполнения движений в парах.

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. (48 часов).

3.1. Техника партнёринга. (18 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.

*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.

Усложнённые приёмы поддержек: партерные поддержки без фиксации: подъём партнёра силовым и темповым приёмами, приём партнёра в партере (сход с поддержки). Партерные поддержки с фиксацией: подъём партнёра силовым и темповым приёмами с фиксацией в позы (на уровне груди и плеч партнёра) - подъём на плечо, в arabesq, «рыбка», «ласточка», их разновидности. Последовательность приёмов поддержки.

Партерные поддержки в тройке, группе. Виды приёмов и поддержек с фиксацией и без фиксации: подъёмы на двух или на одной руке партнёра (над головой), «броски» партнерши из одной позы в другую. Анализ изучаемых элементов.

Усложнённые приёмы наваливаний: наваливание с прыжком *sissonne* и подъёмом одной ноги назад. Сочетание наваливаний, поддержек с танцевальными движениями. Падения, перевороты и подъёмы на ноги в танце. Комбинации элементов в ускоренных темпах с синкопированным ритмом.

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. Комбинации элементов в ускоренных темпах с синкопированным ритмом.

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

3.2. Импровизация, сочинение этюдов (партнёринг). (12 часов).

*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.

Определение темы, идеи этюда/танца. 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. Парная работа с импульсами, на доверие. Импровизация в группе. Коллективный творческий поиск. Координация движений партнёров во время исполнения движения. Парная работа с импульсами.

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

3.3. Композиция построения танца (партнёринг). (18 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, эклектика.

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

Специфика хореографической лексики в партнёринге. Особенность постановок, основанных на контактной импровизации. Отсутствие сюжета, «театральности», определённого стиля - эклектика, контрастная смесь стилей и жанров танца, театра.

Знакомство с музыкальным материалом. Разучивание комбинаций для будущей композиции. Работа в парах и в группах. Постановка номера. Падения, перевороты и подъёмы на ноги в танце. 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. (21 час).

4.1. Игры на развитие воображения, ассоциативного и образного мышления. (3 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. (3 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. (3 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. (6 часов).

*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. (6 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. (21 час).

5.1. Выступления. (15 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. (6 часов).

*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.	3
2.	Сентябрь	1.2. Классический танец.	История развития современной танцевальной эстрады. Позиции рук: 1, 2, 3. Подготовительное положение.	3
3.	Сентябрь	1.3. Акробатический танец.	Отличительные черты акробатического танца. Основная техническая база.	3
4.	Сентябрь	1.4. Сюжетно-характерный танец.	Хореографическая стилизация: способы вариации и изменения оригинального материала. Соотношение традиционного и стилизованного материала.	3
5.	Сентябрь	1.5. Импровизация, сочинение этюдов (эстрадный танец).	Импровизация в танце как мгновенное воплощение музыкального ритма средствами пластики тела, мимики и эмоциональной окраски.	3
6.	Сентябрь	1.6. Композиция построения танца (эстрадный танец).	Хореографические формы - соло, дуэт, трио, групповой танец, массовый танец.	3
7.	Сентябрь	2.1. Техника контемпорари.	Приёмы передачи пространства и времени (каскады, повороты, амплитудные перестроения).	3
8.	Сентябрь	2.2. Импровизация, сочинение этюдов (контемпорари).	Особенности музыкального материала для contemporary dance. Придумывание комбинаций с использованием изученных движений.	3
9.	Октябрь	1.2. Классический танец.	Port de bras 1,2,3- движения руками.	3
10.	Октябрь	1.3. Акробатический танец.	Правила безопасного выполнения, «точки внимания», правила страховки во время выполнения элемента.	3
11.	Октябрь	1.4. Сюжетно-характерный танец.	Позиции ног 1,2,3,4,5,6, свободные положения ног.	3
12.	Октябрь	1.5. Импровизация, сочинение этюдов (эстрадный танец).	Взаимосвязь музыки и движения.	3
13.	Октябрь	1.6. Композиция построения танца (эстрадный танец).	Приёмы соединения хореографической лексики (комбинирование, вариации).	3
14.	Октябрь	2.1. Техника контемпорари.	Система Лабана как система анализа движения.	3

15.	Октябрь	2.2. Импровизация, сочинение этюдов (контемпорари).	Сочинение простых «бессюжетных этюдов».	3
16.	Октябрь	2.3. Композиция построения танца (контемпорари).	Пространство и время как выразительные средства в композиции танца.	3
17.	Ноябрь	1.2. Классический танец.	Relieve на полупальцах по 1,2,5 позициям.	3
18.	Ноябрь	1.3. Акробатический танец.	Шпагат: скольжением, перемахом из упора лежа.	3
19.	Ноябрь	1.4. Сюжетно-характерный танец.	Положения рук в парных и групповых танцах.	3
20.	Ноябрь	1.5. Импровизация, сочинение этюдов (эстрадный танец).	Танцевальные игры «Внутренний танцор», «Верхний и нижний танец».	3
21.	Ноябрь	1.6. Композиция построения танца (эстрадный танец).	Изучение, отработка танцевальных движений, соединение движений в танцевальные комбинации.	3
22.	Ноябрь	2.1. Техника контемпорари.	Базовые движения: слайды, свинги, ролл ап.	3
23.	Ноябрь	2.2. Импровизация, сочинение этюдов (контемпорари).	Сочинение этюдов с сюжетной нагрузкой.	3
24.	Ноябрь	2.3. Композиция построения танца (контемпорари).	Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах.	3
25.	Декабрь	1.2. Классический танец.	Комбинации движений в ускоренных темпах с синкопированным ритмом.	3
26.	Декабрь	1.3. Акробатический танец.	Фляк в шпагат, сальто в шпагат.	3
27.	Декабрь	5.1. Выступления.	Сводные репетиции. Выступления на тематических праздниках	3
28.	Декабрь	5.2. Итоговые занятия.	Контрольные задания «Я умею». Промежуточная аттестация.	3
29.	Декабрь	1.4. Сюжетно-характерный танец.	Дробные выстукивания.	3
30.	Декабрь	1.5. Импровизация, сочинение этюдов (эстрадный танец).	Танцевальные игры «Танец эмоции», «Безвольный танцор».	3
31.	Декабрь	1.6. Композиция построения танца (эстрадный танец).	Работа над техническим совершенствованием движений.	3
32.	Декабрь	3.1. Техника партнёринга.	Понятие о партнёринге и дуэтных формах в современной хореографии.	3
33.	Январь	3.2. Импровизация, сочинение этюдов (партнёринг).	Понятие «центр тяжести». Построение рисунка танца.	3
34.	Январь	1.2. Классический танец.	Прыжки (виды прыжков).	3

35.	Январь	1.3. Акробатический танец.	Перекаты с поворотом в шпагат. Стилизованные элементы танцев разных народов.	3
36.	Январь	1.4. Сюжетно-характерный танец.	Стилизованные элементы танцев разных народов.	3
37.	Январь	1.6. Композиция построения танца (эстрадный танец).	Работа над эмоциональной выразительностью образа.	3
38.	Январь	2.3. Композиция построения танца (контемпорари).	Сбалансированное функционирование мышц и суставов. Работа над чёткостью и чистотой рисунков.	3
39.	Январь	2.1. Техника контемпорари.	Работа в технике Axis Sylladus.	3
40.	Январь	2.2. Импровизация, сочинение этюдов (контемпорари).	Выравнивание позвоночника, построение рисунка танца на основе пространственной композиции.	3
41.	Февраль	3.1. Техника партнёринга.	Партерные поддержки в тройке, группе.	3
42.	Февраль	1.6. Композиция построения танца (эстрадный танец).	Работа над техническим совершенствованием движений.	3
43.	Февраль	3.2. Импровизация, сочинение этюдов (партнёринг).	Усложнённые приёмы наваливаний. Танцевальные движения с контактом.	3
44.	Февраль	2.3. Композиция построения танца (контемпорари).	Техника Flying low. Работа над построениями и перестроениями.	3
45.	Февраль	2.1. Техника контемпорари.	Работа с полом как с партнёром.	3
46.	Февраль	3.1. Техника партнёринга.	Сочетания наваливаний.	3
47.	Февраль	3.3. Композиция построения танца (партнёринг).	Поддержки с танцевальными движениями. Постановка номера.	3
48.	Февраль	4.2. Игры для развития сценического общения.	Понятие «Сценический образ».	3
49.	Март	3.3. Композиция построения танца (партнёринг).	Падения, перевороты и подъёмы на ноги в танце. Работа над техническим совершенствованием движений.	3
50.	Март	3.1. Техника партнёринга.	Комбинации элементов в ускоренных темпах с синкопированным ритмом.	3
51.	Март	2.1. Техника контемпорари.	Использование системы Лабана в танцевальной практике.	3
52.	Март	3.2. Импровизация, сочинение этюдов (партнёринг).	Координация движений партнёров во время исполнения движения. Парная работа с импульсами.	3
53.	Март	2.3. Композиция построения танца	Техника Бартеньеф. Работа над техникой исполнения движений в парах.	3

		(контемпорари).		
54.	Март	3.1. Техника партнёринга.	Техника выполнения каждого движения.	3
55.	Март	3.2. Импровизация, сочинение этюдов (партнёринг).	Виды приёмов и поддержек с фиксацией. Импровизация в пространстве через контакт запястий.	3
56.	Март	3.3. Композиция построения танца (партнёринг).	Партерные поддержки в группе. Просмотр снятых на видео постановок с последующим детальным анализом.	3
57.	Апрель	4.1. Игры на развитие воображения, ассоциативного и образного мышления.	Игровые упражнения «Тень», «Одно и то же по-разному», «Сочиняем сказку», «Биография».	3
58.	Апрель	3.1. Техника партнёринга.	«Броски» партнерши из одной позы в другую. Типичные ошибки при выполнении поддержек.	3
59.	Апрель	2.3. Композиция построения танца (контемпорари).	Работа со стеной и полом. Работа над синхронным выполнением в группе.	3
60.	Апрель	3.3. Композиция построения танца (партнёринг).	Сочетание наваливаний с танцевальными движениями. Работа над техническим совершенствованием движений.	3
61.	Апрель	5.1. Выступления.	Отчётный концерт студии «Артист».	3
62.	Апрель	4.4. Игры и упражнения на развитие мышечной свободы, эмоционального раскрепощения.	Игры и упражнения на развитие мышечной свободы.	3
63.	Апрель	5.1. Выступления.	Сводные репетиции. Выступления на тематических праздниках. Участие в конкурсе.	3
64.	Апрель	3.3. Композиция построения танца (партнёринг).	Координация движений партнёров во время исполнения движений. Работа над техническим исполнением движения.	3
65.	Май	4.4. Игры и упражнения на развитие мышечной свободы, эмоционального раскрепощения.	Игры и упражнения на развитие эмоционального раскрепощения.	3
66.	Май	4.3. Тренировка мимических мышц.	Тренировка мимических мышц. Игровое упражнение «Десять масок».	3
67.	Май	4.5. Импровизация.	Физическое воплощение образа, чувства, настроения, возникающего от стимулов.	3

68.	Май	3.3. Композиция построения танца (партнёринг).	Парные поддержки без фиксации. Работа над техническим исполнением движения.	3
69.	Май	5.2. Итоговые занятия.	Концертное выступление «Я умею». Итоговая аттестация.	3
70.	Май	5.1. Выступления.	Сводные репетиции. Выступления на тематических праздниках.	3
71.	Май	5.1. Выступления.	Сводные репетиции. Выступления на тематических праздниках.	3
72.	Май	4.5. Импровизация.	Физическое воплощение образа, чувства, настроения, возникающего от стимулов.	3
Итого часов в год:				<b>216</b>

## Контрольно-оценочные средства

Время проведения	Цель проведения	Формы контроля
<b>Текущий контроль</b>		
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.
<b>Промежуточная аттестация</b>		
В конце полугодия.	Определение степени усвоения учащимися учебного материала. Определение результатов обучения.	Педагогическое наблюдение, контрольные задания, выступление.
<b>Итоговая аттестация</b>		
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» (продвинутый 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
<b>Достижение личностных результатов</b>		
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
<b>Достижение метапредметных результатов</b>		
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
<b>Результаты по направленности (профилю) образовательного модуля</b>		
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](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 : Люксы 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. Кривоपालенко, Е. И. Проектирование дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы: методические рекомендации / Е. И. Кривоपालенко, 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.

