

**Частное учреждение для детей-сирот и детей,
оставшихся без попечения родителей
«Детский дом им. Х.М. Совмена»**

Утверждаю:

Директор

ЧУ «Детский дом
им. Х.М. Совмена»



А.А. Сизых

2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ХОРЕОГРАФИЯ. КЛАССИЧЕСКАЯ, НАРОДНАЯ, СОВРЕМЕННАЯ»**

Возраст обучающихся: 7 – 18 лет

Направленность: художественно-эстетическая

Уровень: дополнительное образование

Срок реализации программы: 11 лет

Форма реализации программы: очная

Красноярск

Пояснительная записка

Танец один из наиболее доступных и любимых детьми видов двигательной деятельности, он раскрывает эмоциональную сторону искусства, приносит радость исполнителям и зрителям. Занимаясь танцем, ребёнок познаёт силу и красоту своего тела, учится обладать профессиональными и двигательными знаниями, умениями и навыками танцовщика. Занятие танцем способствует формированию правильной осанки, красивой походки, развитию ритмичности и музыкальности детей, координации движения, выносливости, способствует выявлению и развитию творческого потенциала личности ребёнка.

На начальном этапе обучения большинство музыкально-двигательных упражнений носит игровой характер и имеет конкретную направленность на восприятие детьми выполнять движение более чётко, музыкально и выразительно.

В процессе танцевальных занятий репетиций и постановочной работы дети приучаются к сотворчеству, у них развивается художественное воображение, ассоциативная память проявляется интерес к созданию и творческая инициатива, дети учатся передавать движениями содержание заданного образа и воплощать образы своей фантазии в танцевальных номерах.

Новизна программы

Настоящая программа является модифицированной. Она создана на основе различных танцевальных стилей и направлений. На основе синтеза и смешивания различных стилей и направлений будут раскрываться, и создаваться новые идеи и внедрятся в эти танцевальные стили и направления. На каждой ступени своего развития дети будут узнавать, изучать и проходить обучение таким танцевальным стилям как. Основы классического танца, основы русского народного танца, основы современного танца, основы степ

танца. В итоге синтез этих направлений будет способствовать к созиданию и творению интересных и ярких танцев и концертных программ.

Педагогическая целесообразность

В основу программы лёг разработанный мной принцип Ступени, где на протяжении всех 3х уровней дети проходят курс ознакомления, обучения и дальнейшего применения, как на практике танцевальной работы, так и в синтезе с другими творческими направлениями. Таким как вокальная студия, театр мод, театральная студия и т д. Данная программа разработана для внедрения и дальнейшего применения в работе в детском учреждении для детей сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

Актуальность её в новизне преподавания и работе с детьми сиротами, помочь им раскрыть ранее не используемый творческий потенциал, проявить себя в индивидуальном мастерстве танцора, научить работать самостоятельно и быть инициативными.

Цель программы

Является, приобщение детей к хореографическому искусству, красоте и выразительности движений, формирует художественный вкус и эстетическое восприятие мира, совершенствует телосложение и способствует развитию таких физических качеств как сила, гибкость, выносливость скорость и координация. Дать знания умения и навыки огромного многообразия танцевальных стилей и направлений.

Задачи программы

1. Давать детям двигательные знания, умения, навыки необходимые для передачи в движениях музыкальных впечатлений и образов.
2. Развивать физические способности, исправлять осанку, корректировать фигуру детей.
3. Развивать чувство ритма, память, творческое воображение.
4. Научить детей владеть своим телом, координировать, развивать свободу и естественность движений.

5. Научить детей владеть базой танцевальных стилей и направлений.
6. Использовать свои двигательные знания, умения и навыки в процессе созидания и сотворчества нового танцевального материала.
7. Создать у детей активный и позитивный настрой на дальнейшее развитие своих танцевальных способностей.
8. Применять свои двигательные знания, умения и навыки в процессе танцевальной работы и создания танцевальных номеров.

Режим занятий

Младшая, средняя группы занимаются 3 раза в неделю, продолжительность занятий 45 мин. Старшая 4 раза в неделю продолжительность занятий 45 мин.

Форма занятий

Теоретические (просмотр видео пособий). Практические (Групповые индивидуальные и репетиционные).

Форма подведения итогов

Итогами занятий каждого года обучения являются открытые уроки полугодия, а также участие в концертных номерах и программах.

Ожидаемые результаты

Результаты учитываются применительно личности и выражаются в формировании её качеств: знаний, умений, навыков.

Ожидаемые результаты первой Ступени (Кружок), младшая группа.

У детей должен выработаться навык сохранять правильную осанку не только на занятиях, но и в повседневной жизни.

Занимающиеся должны уметь правильно выполнять ритмический комплекс упражнений под музыку, уметь определять характер и темп музыкального произведения, усвоить азы танцевальной грамотности. Владеть навыками актерской выразительности.

Вторая Ступень (студия), средняя группа.

Обладать физическими качествами необходимыми танцорам.
 Обладать художественным вкусом, творческим воображением.
 Хорошо ориентироваться в музыкальных и танцевальных стилях.
 Уметь анализировать свои действия и действия других.
 Показать полученные знания, умения и навыки по прохождению каждого года обучения.

Третья ступень (коллектив) старшая группа.

Умение работать и взаимодействовать друг с другом.
 Проявлять инициативу в постановках танцевальных номеров.
 Умение ведения занятий в младшей и средней группах.
 Освоить и применять танцевальную технику и приёмы исполнительского мастерства.

Механизм определения результативности

Параметры диагностики Фамилия, имя обучающегося.	Координация движений.	Эмоциональное восприятие.	Техника исполнения танцевальных элементов, концертных номеров.
	1	2	3

1. Координация движений

Высокий уровень оценки - обучающийся хорошо знает, применяет умения и навыки танцевальной грамотности. Справляется со сложными координационными упражнениями.

Средний уровень оценки - у обучающегося не всегда присутствует точность движений в сложных комбинациях и слиянии различных видов техник.

Низкий уровень оценки - обучающийся не может согласовывать движения различных частей тела в усложненных комбинациях упражнениях и справляется не со всеми видами танца.

2. Эмоциональное восприятие.

Высокий уровень оценки – обучающийся отзывчив, музыкален, ярко выражены театрально – сценические способности.

Средний уровень оценки – обучающийся не так ярко отзывчив в самовыражении и раскрепощении в сценическом образе.

Низкий уровень оценки – обучающийся не эмоционален, скован в выражении своих движений и чувств.

3. Техника исполнения танцевальных элементов.

Высокий уровень оценки – обучающийся отлично выполняет самые сложные танцевальные элементы в продолжительной связке, с большой выносливостью.

Средний уровень оценки – Обучающийся хорошо выполняет танцевальные элементы, но недостаточно грамотен в исполнении.

Низкий уровень оценки – у обучающегося не хватает грамотности в выполнении технических танцевальных элементов.

Учебно-тематический план 1,2,3,4 год обучения Первая Ступень (Кружок)

№ пп	Перечень разделов	1 год	2 год	3 год	4 год
1	Лекционные занятия. 1. Знакомство с танцевальным залом 2. Знакомство с музыкальным размером, чувством ритма, такта 3. Подготовка к занятию 4. Просмотр видео фильмов, видеозаписи танцевальной направленности	5	5	5	5
2	Танцевальная импровизация	10	10	10	10
3	Развитие гибкости	40	40	40	40
4	Основы современной хореографии		30	30	30
5	Музыкально-пластические этюды	40	10		
6	Репетиционная работа	10	10	20	20
7	Открытые уроки полугодия и показательные выступления	3	3	3	3
8	Итого	108	108	108	108

Краткое описание Учебно-тематического плана 1,2,3,4 год обучения.

1. Основы развития гибкости.

Комплекс упражнений, развивающий 5 основных групп мышц.

Упражнения для развития гибкости мышц стоп.

Упражнения для развития гибкости мышц спины.

Упражнения для развития гибкости мышц ног.

Упражнения для развития гибкости в тазобедренном суставе.

Упражнения для развития мышц пресса.

2. Танцевальная импровизация.

Музыкальное движение дает возможность детям активно входить в музыку через импровизацию, создавать свои собственные танцевальные композиции. Но прежде чем образы импровизаций станут ясными и выразительными, дети должны пройти под руководством педагога путь овладения азами техники естественного человеческого движения, наполненного музыкой.

Импровизируя, дети проявляют творческую активность, развивают воображение, раскрывают свою индивидуальность.

Темы для импровизаций даются педагогом, но также и предлагаются самими детьми. Например, "Времена года", "Ручеек", "Ветерок и ветер" и др.

3. Азбука музыкального движения.

Выполнение музыкально-двигательных упражнений в соответствии с темпом и ритмом музыки. Развитие умения выделять музыкальную фразу, различать контрасты и музыкальные размеры (2/4, 3/4, 4/4).

4. Музыкально-пластические этюды.

Музыкально-пластические этюды рождаются из опыта всей предыдущей работы занимающихся детей.

Задача упражнений сводится к конкретным действиям, а не к игре в чувства. Этюды состоят из трех действий: начало, развитие и финал.

Далее идет развитие движения по действию, которое также заранее оговаривается. В финале образ может измениться не только внутренне (что происходит всегда), но и внешне. Например, это собирательный образ цветка, который распускается (одно музыкальное произведение), проживает лето (другое музыкальное произведение) и увядает (третье музыкальное произведение).

Этюды закрепляют навыки, полученные в упражнениях предыдущих разделов, показывают насколько точно и правильно ребенок может выполнить поставленную перед ним задачу.

Этюды – подготовка к работе над танцевальным номером.

«Вежливый танец» - используются элементы приставного шага и галоп. Дети создают по заданию педагога музыкально-двигательный образ веселого, но спокойного танца, учатся внимательно относиться к своему партнеру, находить с ним общий ритм движения.

Упражнение «Как звучит музыка» - используется танцевальный элемент подскок. Двигаясь подскоками и прислушиваясь к двум музыкальным произведениям разного эмоционально-двигательного характера, дети создают два образа: один воплощает спокойное настроение, другой - веселое, задорное чувство.

Упражнение «Вьются ленты» - используется танцевальный элемент сценический бег. Полетный светлый характер музыки, и созвучный ему образ развивающихся лент помогают детям придавать бегу легкий,

непринужденный характер;

они стараются бежать, как летят по ветру ленты в их руках.

Упражнение развивает умение выполнять индивидуальные задания.

Упражнение «Попрыгунчики» используется элемент пружинное подпрыгивание. В упражнении создается забавный, юмористический музыкально-двигательный образ: дети весело, легко подпрыгивают, как на «пружинках» и вдруг (в соответствии с музыкой) неожиданно заканчивают! движение решительными

топающими шагами. У детей совершенствуется пружинное движение, они приобретают навыки, обеспечивающие в дальнейшем легкость и четкость многих движений (сценического бега, прыжков, подскоков и т.п.).

5. Основы современной хореографии

В данном направлении танец рассматривается как инструмент для развития тела танцовщика и формирования его индивидуальной хореографической лексики. Средствами этого выступает синтез, актуализация и развитие различных техник и танцевальных стилей. Для современного танца характерна исследовательская направленность, обусловленная взаимодействием танца с постоянно развивающейся философией движения и комплексом знаний о возможностях человеческого тела

Цели и задачи при обучении современного танца.

1. Постановка корпуса, головы и рук.
2. Позиции рук и ног к применению этого вида танца.
3. Шаги. Бытовые, танцевальные, скользящие.
4. Изучение танцевальных комбинаций на различные музыкальные размеры, темпы и ритмы.
5. Применение танцевальных комбинаций, двигательных умений и навыков постановка танцев в стиле современной хореографии.

6. Репетиционная работа.

Основная часть репетиционной работы уделяется постановке танцевальных номеров и работе над их совершенством, а также укреплению пройденного материала.

Учебно-тематический план 5,6,7,8 года
 обучения
 Вторая ступень (студия)

№ пп	Перечень разделов	5 год	6 год	7 год	8 год
1	Лекционные занятия 1) Знакомство с танцевальными направлениями 2) История костюма 3) История танца 4) Поведение на сцене и за кулисами 5) Подготовка к занятию (уроку) 6) Просмотр видео фильмов, видео материала танцевальной направленности, записи концертов и их обсуждение 7) Посещение театров, танцевальных площадок, концертов танцевальных групп	10	10	10	10
2	Развитие гибкости	30	20	20	20
3	Основы классического танца	40	20	30	10
4	Основы русского народного танца		30	20	
5	Современный танец. Джазовое направление.				40
6	Танцевальная импровизация	10	10	10	10
8	Репетиционная работа	10	10	10	10
9	Открытые уроки полугодия и показательные выступления	8	8	8	8
10	Итого	108	108	108	108

Краткое описание Учебно-тематического плана 5, 6, 7, 8 года обучения.

Танцевальная импровизация.

Танцевальная импровизация помогает ребенку раскрыть более скрытые творческие способности, проявить себя и свои возможности более ярко, научиться анализировать свои действия и действия других. Применяется игровой метод обучения, на базе которого даются танцевальные задания, которые помогают ребенку создать танцевальные этюды, сюжеты, танцевальные комбинации на основе полученных ранее знаний.

Основы классического танца.

Классический танец - основа хореографии. На этом уроке постигаются тонкости балетного искусства. Это великая гармония сочетания движений с классической музыкой.

Непременные условия классического танца. Выворотность ног, большой танцевальный шаг, гибкость, устойчивость, вращение, легкий высокий прыжок, свободное и пластичное владение руками, четкая координация движений, выносливость и сила.

Детская хореография – танцевально-двигательная ритмика - обучение основам танцевальных движений у детей, технология физического и психологического развития.

В танцевальном образовании для детей очень много полезного. Танец улучшает гибкость, тонус тела, развивает мускулы. Он помогает в формировании хорошей осанки, равновесия и координации. Детский танец пробуждает осознание красоты. Танец развивает уверенность и самоуважение. Танец улучшает восприимчивость, понимание, способность к оценке других, помогает научиться уважать их - как за сходства, так и за отличия. Цель: научить ребенка чувствовать свое тело, выражать чувства с помощью движений; помочь ребенку стать менее скованным и стеснительным.

Особенность: Детская хореография развивает не только физические способности молодого организма, но и выстраивает творческие основы личности: сочетание музыки, движений и драматического искусства вырабатывает художественный вкус ребенка, а также способствует

развитию его общей культуры и интеллекта.

Классический балет можно назвать фундаментом всех сценических видов танца. Помимо самого утверждения танца как высокого искусства и самостоятельного вида театрального действия, способного развивать сюжет без помощи пения или декламации, балет выработал терминологию танца и систему подготовки танцоров, с небольшими изменениями используемую и в других стилях. Поэтому танцорам рекомендуется начинать с уроков классического танца, даже если они, позднее специализируются в танце модерн, шоу-балете или джазовом танце.

Основы классического танца настолько универсальны, что даже опытные танцоры других танцевальных направлений не прекращают занятий классикой.

Занятия классики полезны очень для детей. С раннего возраста закладывается правильная осанка, и постепенно исправляются различные случаи искривлений позвоночника. На уроке классического танца у детей вырабатывается ответственность перед делом, которым они занимаются, а также уважение к искусству.

Обучение классическому танцу включает в себя: изучение основных позиций рук, ног и постановки корпуса, ознакомление с профессиональной терминологией, историей развития балета, постановку маленьких классических форм: этюдов, адажио, вариаций и т.д.

Цели и задачи при обучении классическому танцу

1. Изучение позиции рук, ног, положения тела в различных танцевальных позах.
2. Изучение танцевальных элементов, комбинаций на месте и с продвижением в пространстве.

3. Разучивание комбинаций, связок с более сложными элементами (прыжки, повороты, вращения).

4. Постановка танцевальных номеров, в стиле классической хореографии.

Основы русского народного танца

Танец - это яркое, красочное творение народа, являющееся эмоциональным, художественным, специфическим отображением его многовековой, многообразной жизни. Он воплотил в себе творческую фантазию людей, глубину их чувств. Народный танец всегда имеет ясную тему и идею - он всегда содержателен. В нём существует драматургическая основа и сюжет, есть и обобщенные и конкретные художественные образы, создающиеся благодаря разнообразным пластическим движениям, пространственным рисункам (построениям).

Танцевальный образ воспринимается как непосредственно, так и путём ассоциаций. Правдивость, конкретность и художественность танцевальных образов определяется их содержанием и танцевальной лексикой, органической связью с мелодией, её характером, ритмом и темпом.

Танец в специфической художественной форме выражает и раскрывает духовную жизнь народа, его быт, эстетические вкусы и идеалы. В ходе развития общества народный танец приобрёл большее самостоятельное значение, стал одной из форм эстетического воспитания. Народ создал изумительные по красоте и рисунку танцы с разнообразным содержанием. Красочные хороводы, мудрёные кадрили, виртуозные, целомудренные пляски солистов, лихие переплясы и так далее говорят о богатстве и большом многообразии русского народного танца. Он имеет свои оригинальные, чёткие, исторически сложившиеся признаки, свои глубокие национальные корни и богатые многовековые исполнительские традиции. Это самостоятельный, самобытный, высокохудожественный вид творчества русского народа.

Танцевальная лексика является самым важным выразительным средством в танце. Жесты, мимика, позы, движения рук, головы, корпуса, ног - её составляющие.

В русском народном танце лексика представляет собой наиболее сконцентрированную форму с ярко выраженным национальным колоритом, поэтому по ней можно определить, какому региону, области, селу, району принадлежит танец. Существует несколько видов танцевальной лексики:

1. Образная, создаёт ассоциацию с определённым образом (гусь, олень, лебедь и т. д.). Её называют эмоционально – подражательной.
2. Естественно – пластическая, подсказанная самим действием, развивающимся в танце.
3. Традиционная, выработанная веками, находящаяся в постоянном развитии, о чём свидетельствуют танцы, созданные в наши дни, отличающиеся от старинных танцев не только выразительностью, манерой исполнения, но и богатством танцевальных движений.

Цели и задачи при обучении русскому танцу.

1. Изучение позиции рук, ног, положения тела в различных танцевальных позах.
2. Изучение танцевальных элементов, комбинаций на месте и с продвижением в пространстве.
3. Разучивание комбинаций, связок с более сложными элементами (прыжки, повороты, вращения).
4. Постановка танцевальных номеров, в стиле русского народного танца.

Современная хореография Джазовый танец.

Одним из видов современного танца является Джазовый танец. Джазовый танец направление танца, зародившееся в США в конце 19 в. в результате слияния европейской и африканской танцевальных культур Основные черты джаз танца — это основополагающая роль ритма, импровизация, высокое техническое мастерство исполнителя. Джазовый танец является приоритетным в шоу, на эстраде, в мюзикле и других развлекательных жанрах. Отличительными особенностями джазового танца являются: полиритмия (свободное разбивание основного ритма на различные под ритмы, в пределах одного темпа), изоляция (выделение различных частей тела и движение ими вне зависимости от других); полицентрика (появление других центров вращения), оппозиция (движение одной части тела в противоположном направлении относительно ее оппозиционной части, например, верха относительно низа, правой части корпуса относительно левой и т.п.), мультипликация (разбивание крупного движения на мелкие), поли темп (замедление и ускорение крупного движения в пределах постоянной темповой основы).

Кроме того, помимо внешней техники, джаз требует от исполнителя некоторого набора специфических черт характера, таких как легкость, раскованность, жизнерадостность, чувство юмора, умение не показывать свое плохое настроение.

Джаз-танец в его современном виде, конечно, сильно отличается от его первоначальной формы. Он разделился на множество видов и школ, что сделало его популярным во многих уголках планеты. Изначально джаз являлся танцевальной и музыкальной культурой низших слоев черного населения Северной Америки и был частью их жизни. Со временем джаз выходит на широкие подмостки эстрады, но, как это ни странно, до сих пор не очень допускается в серьезные балетные театры на Западе, где он более развит, чем в России. Можно выделить следующие виды джаза. Степ, Бродвей - джаз, Классический джаз, Афро-джаз, Слоу (лирический джаз), Фанк, Соул, Свинг, Блюз.

Цели и задачи при обучении джазовому танцу.

1. Изучение позиции рук, ног, положения тела в различных танцевальных позах.
2. Изучение танцевальных элементов, комбинаций на месте и с продвижением в пространстве.
3. Разучивание комбинаций, связок с более сложными элементами (прыжки, повороты, вращения).
4. Давать задания по придумыванию танцевальных комбинаций самостоятельно.
5. Постановка танцевальных номеров, в стиле джазового танца.

Учебно-тематический план 9, 10, 11 годы обучения.

№ пп	Перечень разделов	9 год	10год	11 год
1	Лекционные занятия 1) Структура урока 2) Теория и методика преподавания 3) Основы педагогики 4) Просмотр видео фильмов, видео материала танцевальной направленности, записи концертов и их обсуждение 5) Посещение театров, танцевальных площадок, концертов танцевальных групп	10	10	10
2	Развитие гибкости	10	10	10
3	Повторение основ классического танца	10		
4	Повторение современного танца. Джазовое направление	40	30	30
5	Элементы СТЕП – танца (чечетка)		20	20
6	Танцевальная импровизация	10	10	10
7	Индивидуальная работа	10	10	10
8	Репетиционная работа	10	10	10
9	Открытые уроки полугодия и показательные выступления	8	8	8
10	Итого	108	108	108

Краткое описание Учебно-тематического плана 9, 10, 11 года обучения.

Элементы СТЭП танца (чечетка).

Степ танец, это весьма популярное направление джаза, которое широко известно в России.

Степ или иначе tap dance - американский театральный стиль, который ведет свое происхождение из Америки от танца рабских натруженных негритянских ног в тяжелых кожаных ботинках. В этом танце присутствует смесь стилей от других танцев, естественно африканских и европейских: ирландских и английских. Эти танцы были продемонстрированы впервые в 1828 году и затем прижились на театральных подмостках. В то время их танцевали в конце театрального представления в двух вариантах: в деревянных ботинках, имеющих металлические набойки и в мягкой обуви.

История танца помнит знаменитые имена танцоров и танцовщиц раннего степа: Джимми Дойл, Харланд Диксон, Джордж Праймроз, Джон Бабблз, Пол Дрейпр, Фред Астэр, Рей Болджер и другие.

Особенность степа или в русском названии чечетки являются четкие ритмичные звучные удары ботинок с металлическими набойками о пол сцены.

Для описания действий танцора степа используется специальный набор терминов: щетка, перетасовка, намотка на клубок, судороги и другие. Акцент в танце делается на гармоничном движении ног танцора в соответствии с музыкой. Современный степ или чечетка имеет ряд вариантов своего исполнения имеющих собственные названия. Это такие формы степа как ритм степ (rhythm), хуфинг (hoofing), бакэндвинг (buckandwing), вальсклог (waltzclog), военный степ(military), двойная чечетка (double taps) и другие.

Цели и задачи при обучении стэпа.

1. Для развития чувства ритма наряду с координацией движений, предлагаются ритмические рисунки, которые мы воспроизводим при помощи хлопков и чередованием шагов в строгой последовательности со строго заданным ритмом.

2. Обучение основным ударом, двойка, тройка триоль, четверка, удар носком, удар пяткой, двойка с продвижением вперед и т.д.
3. Несложные комбинации, связки на 8, 16, 36, 64 восьмых под счет и под музыку.
4. Звукоподражание. Педагог задает определенный ритм, не очень сложный, а ученик уже с ходу должен повторить его правильно с использованием ранее изученных ударов стопой.
В конце начального обучения дать задание: придумать небольшую комбинацию с использованием ранее изученного материала.
5. Постановка танцевального номера.

Итоги занятий

Итогами занятий каждого года обучения является отчетный урок полугодия, а также участие в концертной программе по окончании учебного года.

Прогнозируемые результаты.

Результаты учитываются применительно к отдельной личности, и выражается в формировании ее качеств: знаний, умений и навыков. В конце обучения ребята должны.

Обладать чувством ритма, музыкальностью необходимыми для танцора физическими качествами, осанкой, силой, выносливостью быстротой.

Обладать художественным вкусом, творческим воображением. Показать полученные двигательные знания, умение, навыки по прохождению каждого года обучения.

Уметь хорошо ориентироваться в различных танцевальных стилях. Уметь анализировать свои действия и действия других.

Сведения об обеспеченности образовательного процесса учебной литературой и иными информационными ресурсами.

Классический танец

1. Базарова Н, Мей В. Азбука классического танца. Первые три года обучения. 2-е издание. Ленинград - «Искусство» 1983, 207 стр. В электронном виде, один экземпляр.
2. Базарова Н. Классический танец. Методика четвертого и пятого годов обучения. Ленинград «Искусство» 1984, 199 стр. В электронном виде, один экземпляр.
3. Ваганова А. Основы классического танца. Санкт Петербург - 2000. 199 стр. В электронном виде, один экземпляр.
4. Головкина С. Уроки классического танца в старших классах. «Искусство» 1989, 160 стр. В электронном виде, один экземпляр.
5. Костровицкая В. Писарев А. Школа классического танца. Ленинград «Искусство» 1976, 262 стр. В электронном виде, один экземпляр.
6. Костровицкая В. Сто уроков классического танца с 1 по 8 классы. Ленинград «Искусство» 1981, 140 стр. В электронном виде, один экземпляр.
7. Тарасов Н. Классический танец. Школа мужского исполнительства. Лань 2005, 492 стр. Печатное издание, один экземпляр.
8. В Красовская. История русского балета. Ленинград «Искусство» 1978, 230 стр. Печатное издание, один экземпляр.
9. И В Смирнов. Искусство балетмейстера. «Просвещение» 1986, 190 стр. Печатное издание, один экземпляр.
10. С Дубкова. Жар Птица, Балетные сказки и легенды. Москва «Белый город» 335 стр. Печатное издание, один экземпляр.
11. Е Лукьянова. Дыхание в хореографии. Москва «Искусство» 1979, 182 стр. Печатное издание, один экземпляр.

Народный танец

1. Ткаченко Т. Народный танец. Москва «Искусство» 1954, 681 стр. В электронном виде, один экземпляр.
2. Бочкарева Н. Русский народный танец. Теория и методика Кемерово 2006, 177 стр. В электронном виде, один экземпляр
3. Гусев Г. Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка. Москва «Владос» 2002, 207 стр. В электронном виде, один экземпляр.
4. Климов А. Основы русского Народного танца. Москва «Искусство» 1981, 270 стр. В электронном виде, один экземпляр.

Основы развития гибкости

1. Кристофер Освальд, Стэнли Баско. Стрэтчинг. Простые упражнения на растяжку для всех. Москва «эксмо» 2004, 191 стр. В электронном виде, один экземпляр.
2. Боб Андерсон. Растяжка для каждого. Минск «Попурри» 2002, стр. 220 стр. В электронном виде, один экземпляр.
3. И Летфуллин. Как быстро сесть на шпагат. Издательство Камского политехнического института. 1998, 256 стр. В электронном виде, один экземпляр.
4. А Нельсон, Юко Кокконен. Анатомия упражнений на растяжку. ООО Попурри 2008, 159 стр. В электронном виде, один экземпляр.
5. Stacey Nemour - Secrets of Splits & Flexibility/ Техники растяжки для шпагатов и увеличения гибкости США 2009 год. Видео издание 36 мин.
6. Stacey Nemour. Extreme Flexibility for Pro-Athletes & Teams. Растяжка для профи. США 2009 год. Видео издание 60 мин.
7. Broadway Dance Center: Active Isolated Flexibility and Stretching For Dancers. США 2006 год. Видео издание 01. 46 мин.

Современный танец

1. Н Шереметьевская. Танец на эстраде. Москва «Искусство» 1985, 412 стр. Печатное издание, один экземпляр.

Джазовый танец

1. Урок джазового танца с Гас Джордано Jazz Dance Class with Gus Giordano. США 1989 год. Видео издание. 59 мин.

2. JAZZ IT UP With the Jazzman. США 2004 год. Видео издание. 32 мин

3. Live At Broadway Dance Center: Turns and Turn Combos with Michele Assaf. США 2007 год. Видео издание 46 мин.

4. Joe Tremaine's Jazz Technique & Complete Jazz Warm Up. США 1995 год. Видео издание 39 мин.

5. Мастер-класс с Луиджи / LUIGI: The Master Jazz Class. США 1988 год. Видео издание 45 мин.

6. Шевцов Евгений - Мастер-класс "Техника танца джаз-модерн". Россия 2006 год. Видео издание 55 мин.

7. New York City Ballet workout 1. США 2001 год. Видео издание 58 мин.

8. New York City Ballet – Workout 2. США 2003 год. Видео издание 01.10.мин.

9. "Fosse" / "Фосс" - From Broadway - концерт спектакль 2002. США 2002 год. Видео издание 127 мин.

Степ (Чечетка)

1. Tap Dogs. Степ шоу. США 1998 год. Видео издание 01. 12 мин.

2. Невероятная история чечетки / The Incredible Story of Tap-dancing. Франция 2007 год. Видео издание 51 мин.

3. Rod Howell tap lessons. Уроки степа. Видео сервер You Tube.

**Календарно тематический план на год уроков
танцевальной направленности.**

Младшая группа, первый год обучения

н/п №	Тема урока	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
	Теоретические занятия									
1	Знакомство с танцевальным залом	т								
2	Знакомство с танцевальным размером и ритмом		т	т						
	Практическая часть ОФП									
1	Упражнения для развития гибкости мышц стопы	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Упражнения для развития гибкости мышц спины	р	р	р	р	р	р	р	р	р
3	Упражнения для развития гибкости мышц ног	р	р	р	р	р	р	р	р	р
4	Упражнения для развития гибкости тазобедренного сустава	р	р	р	р	р	р	р	р	р
5	Упражнения для развития мышц пресса									
	Практическая часть СФП									
1	Развитие координации	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Развитие скоростных качеств									
3	Основы акробатики		о		о		о		о	
	Практическая часть									
1	Танцевальная импровизация	р		р		р		р		р
2	Различные танцевальные игры	о	о	о	о	о	о	о	о	о
3	Музыкально-пластические этюды		о		о		о		о	
4	Открытые уроки и выступления				в					в
	Постановочная и репетиционная работа									
1	Постановка танцевальных этюдов	п		п		п		п		п
2	Детальная отработка этюдов			с		с		с		с

Календарно тематический план на год уроков танцевальной направленности.

Младшая группа, второй год обучения.

н/п №	Тема урока	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
Теоретические занятия										
1	Подготовка к занятию	т	т							
2	Просмотр видео танцевальной направленности		т		т		т		т	
Практическая часть ОФП										
1	Упражнения для развития гибкости мышц стопы	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Упражнения для развития гибкости мышц спины	р	р	р	р	р	р	р	р	р
3	Упражнения для развития гибкости мышц ног	р	р	р	р	р	р	р	р	р
4	Упражнения для развития гибкости тазобедренного сустава	р	р	р	р	р	р	р	р	р
5	Упражнения для развития мышц пресса									
Практическая часть СФП										
1	Развитие координации	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Развитие скоростных качеств									
3	Основы акробатики	р		р		р		р		р
Практическая часть										
1	Танцевальная импровизация	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Различные танцевальные игры	о	о	о	о	о	о	о	о	о
3	Музыкально-пластические этюды	о		о		о		о		о
Основы современного танца										
1	Постановка корпуса головы и рук	о	о	с	с	с	с			
2	Позиции рук и ног			о	о			с	с	
3	Изучение различного вида шага без музыкального сопровождения					о			с	с
4	Различные шаги с музыкальным сопровождением						о	о	с	с
5	Открытые уроки и выступления				в					в
Постановочная и репетиционная работа										
1	Постановка танцевальных позиций			п	п	п				
2	Детальная отработка танцевальных позиций						с	с	с	

Календарно тематический план на год уроков танцевальной направленности

Младшая группа, третий год обучения.

н/п №	Тема урока	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
	Теоретические занятия									
1	Просмотр видео фильмов, видеозаписи танцевальной направленности	т		т				т		т
	Практическая часть ОФП									
1	Упражнения для развития гибкости мышц стопы	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Упражнения для развития гибкости мышц спины	р	р	р	р	р	р	р	р	р
3	Упражнения для развития гибкости мышц ног	р	р	р	р	р	р	р	р	р
4	Упражнения для развития гибкости тазобедренного сустава	р	р	р	р	р	р	р	р	р
5	Упражнения для развития мышц пресса	р	р	р	р	р	р	р	р	р
	Практическая часть СФП									
1	Развитие координации	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Развитие скоростных качеств							р	р	р
3	Основы акробатики	р	р	р	р	р	р			
	Практическая часть									
1	Танцевальная импровизация	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Музыкально-пластические этюды	с	с	с	с					
3	Различные танцевальные этюды					с	с	с	с	с
	Основы современного танца									
1	Изучение танцевальных элементов	о	о	с	с					с
2	Изучение вращений			о	о	с	с			с
3	Изучение прыжков					о	о	с	с	с
4	Открытые уроки и выступления				в					в
	Постановочная и репетиционная работа									
1	Постановка танцевальных номеров							п	п	п
2	Детальная отработка танцев							с	с	с

Календарно тематический план на год уроков танцевальной направленности

Младшая группа, четвертый год обучения.

н/п №	Тема урока	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
	Теоретические занятия									
1	Просмотр видео фильмов, видеозаписи танцевальной направленности	т		т				т		т
	Практическая часть ОФП									
1	Упражнения для развития гибкости мышц стопы	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Упражнения для развития гибкости мышц спины	р	р	р	р	р	р	р	р	р
3	Упражнения для развития гибкости мышц ног	р	р	р	р	р	р	р	р	р
4	Упражнения для развития гибкости тазобедренного сустава	р	р	р	р	р	р	р	р	р
5	Упражнения для развития мышц пресса	р	р	р	р	р	р	р	р	р
	Практическая часть СФП									
1	Развитие координации	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Развитие скоростных качеств							р	р	р
3	Основы акробатики	р	р	р	р	р	р			
	Практическая часть									
1	Танцевальная импровизация	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Музыкально-пластические этюды	с	с	с	с					
3	Различные танцевальные этюды					с	с	с	с	с
4	Современный танец	о	о	о	о	о	о	о	о	о
5	Открытые уроки и выступления				в					в
	Постановочная и репетиционная работа									
1	Постановка танцевальных номеров							п	п	п
2	Детальная отработка танцев							с	с	с

Календарно тематический план на год уроков танцевальной направленности.

Средняя группа седьмой год обучения.

н/п №	Тема урока	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
Теоретические занятия										
1	Поведение на сцене и за кулисами	т								
2	Просмотр видео фильмов, видеозаписи танцевальной направленности		т			т			т	
3	Посещение театров, танцевальных площадок, выступление танцевальных групп									
Практическая часть ОФП										
1	Упражнения для развития гибкости мышц стопы	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Упражнения для развития гибкости мышц спины	р	р	р	р	р	р	р	р	р
3	Упражнения для развития гибкости мышц ног	р	р	р	р	р	р	р	р	р
4	Упражнения для развития гибкости тазобедренного сустава	р	р	р	р	р	р	р	р	р
5	Упражнения для развития мышц пресса	р	р	р	р	р	р	р	р	р
Практическая часть СФП										
1	Развитие координации	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Развитие скоростных качеств	р	р	р	р					
3	Развитие силовых качеств					р	р	р	р	р
4	Акробатические элементы					р	р	р	р	р
Практическая часть										
1	Повторение основ классического танца	с	с							
2	Повторение и дальнейшее изучение русского танца			с	с	о	о	о	с	с
3	Постановка танцевальных номеров, в стиле русского народного танца							п	п	п
4	Индивидуальная работа	и	и	и	и	и	и	и	и	и
5	Танцевальная импровизация									
6	Открытые уроки и выступления		в		в		в	в	в	в
Постановочная и репетиционная работа										
1	Постановка танцевального номера							п	п	п
2	Детальная отработка номера							с	с	с

Календарно тематический план на год уроков танцевальной направленности.

Средняя группа восьмой год обучения.

н/п №	Тема урока	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
Теоретические занятия										
1	Подготовка к занятию, уроку	т								
2	Просмотр видеозаписей танцевальной направленности		т			т		т	т	
3	Посещение театров, танцевальных площадок, выступление танцевальных групп									
Практическая часть ОФП										
1	Упражнения для развития гибкости мышц стопы	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Упражнения для развития гибкости мышц спины	р	р	р	р	р	р	р	р	р
3	Упражнения для развития гибкости мышц ног	р	р	р	р	р	р	р	р	р
4	Упражнения для развития гибкости тазобедренного сустава	р	р	р	р	р	р	р	р	р
5	Упражнения для развития мышц пресса	р	р	р	р	р	р	р	р	р
Практическая часть СФП										
1	Развитие координации	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Развитие скоростных качеств	р	р	р						
3	Развитие силовых качеств				р	р	р	р	р	р
4	Акробатические элементы				р	р	р	р	р	р
Практическая часть										
1	Повторение основ классического танца	с	с	с						
2	Основы современного танца Джазовое направление			о	о	о	о	о	с	с
3	Индивидуальная работа	и	и	и	и	и	и	и	и	и
4	Танцевальная импровизация			р	р	р	р	р	р	р
5	Открытые уроки и выступления		в		в		в	в	в	в
Постановочная и репетиционная работа										
1	Постановка танцевального номера		п	п			п	п		
2	Детальная отработка номера				с	с			с	

Календарно тематический план на год уроков танцевальной направленности.

Старшая группа девятый год обучения.

н/п №	Тема урока	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
	Теоретические занятия									
1	Просмотр видео фильмов, видеозаписи танцевальной направленности	т		т		т		т		т
2	Посещение театров, танцевальных площадок, выступление танцевальных групп									
	Практическая часть ОФП									
1	Упражнения для развития гибкости мышц стопы	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Упражнения для развития гибкости мышц спины	р	р	р	р	р	р	р	р	р
3	Упражнения для развития гибкости мышц ног	р	р	р	р	р	р	р	р	р
4	Упражнения для развития гибкости тазобедренного сустава	р	р	р	р	р	р	р	р	р
5	Упражнения для развития мышц пресса	р	р	р	р	р	р	р	р	р
	Практическая часть СФП									
1	Развитие координации									
2	Развитие скоростных качеств	р	р	р	р	р	р	р	р	р
3	Развитие силовых качеств	р	р	р	р	р	р	р	р	р
4	Акробатические элементы	р	р	р	р	р	р	р	р	р
	Практическая часть									
1	Повторение основ классического танца	с	с	с	с					
2	Современный танец			о	о	о	о	о	о	о
3	Постановка танцевальных номеров, в стиле современной хореографии							п	п	п
4	Танцевальная импровизация			р	р	р	р	р	р	р
5	Индивидуальная работа	и	и	и	и	и	и	и	и	и
6	Открытые уроки и выступления		в		в		в	в	в	в
	Постановочная и репетиционная работа									
1	Постановка танцевального номера							п	п	п
2	Детальная отработка номера							с	с	с

Календарно тематический план на год уроков танцевальной направленности.

Старшая группа десятый год обучения.

н/п №	Тема урока	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
Теоретические занятия										
1	Просмотр видеозаписей танцевальной направленности	т		т		т		т		
2	Посещение танцевальных площадок, выступление танцевальных групп									
Практическая часть ОФП										
1	Упражнения для развития гибкости мышц стопы	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Упражнения для развития гибкости мышц спины	р	р	р	р	р	р	р	р	р
3	Упражнения для развития гибкости мышц ног	р	р	р	р	р	р	р	р	р
4	Упражнения для развития гибкости тазобедренного сустава	р	р	р	р	р	р	р	р	р
5	Упражнения для развития мышц пресса	р	р	р	р	р	р	р	р	р
Практическая часть СФП										
1	Развитие координации	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Развитие скоростных качеств	р	р	р	р					
3	Развитие силовых качеств					р	р	р	р	р
4	Акробатические элементы					р	р	р	р	р
Практическая часть										
1	Современный танец	о	о	о	о	с	с			
Основы степ танца чечётка										
1	Изучение позиции рук, ног, положения тела в различных танцевальных позах					о	с	с	с	с
2	Изучение танцевальных элементов, комбинаций на месте и с продвижением в пространстве						о	с	с	с
3	Постановка танцевальных номеров, в стиле Джазовой хореографии и степа	п	п	с	с	п	п	с	с	с
4	Танцевальная импровизация	р	р	р	р	р	р	р	р	р
5	Открытые уроки и выступления		в		в		в	в	в	в
6	Индивидуальная работа	и	и	и	и	и	и	и	и	и
Постановочная и репетиционная работа										
1	Постановка танцевального номера	п	п			п	п			
2	Детальная отработка номера			с	с			с	с	с

Календарно тематический план на год уроков танцевальной направленности.

Старшая группа одиннадцатый год обучения.

н/п №	Тема урока	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
	Теоретические занятия									
1	Просмотр видео фильмов, видеозаписи танцевальной направленности	т		т		т		т		т
2	Посещение танцевальных площадок, выступление танцевальных групп									
	Практическая часть ОФП									
1	Упражнения для развития гибкости мышц стопы	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Упражнения для развития гибкости мышц спины	р	р	р	р	р	р	р	р	р
3	Упражнения для развития гибкости мышц ног	р	р	р	р	р	р	р	р	р
4	Упражнения для развития гибкости тазобедренного сустава	р	р	р	р	р	р	р	р	р
5	Упражнения для развития мышц пресса	р	р	р	р	р	р	р	р	р
	Практическая часть СФП									
1	Развитие координации	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Развитие скоростных качеств						р	р	р	р
3	Развитие силовых качеств	р	р	р	р	р				
4	Акробатические элементы	с	с	с	с	с				
	Практическая часть									
1	Современный танец	о	о	о	о	о	с	с	с	с
	Основы степ танца чечётка									
1	Разучивание комбинаций, связок с более сложными элементами прыжки, повороты, вращения	о	о	о		о	о	о		
2	Давать задания по придумыванию танцевальных комбинаций самостоятельно.				о					
3	Постановка танцевальных номеров, в стиле Джазовой хореографии и степа	п	п	с	с	п	п	с	п	с
4	Танцевальная импровизация	р	р			р	р		р	
5	Индивидуальная работа	и	и	и	и	и	и	и	и	и
6	Открытые уроки и выступления		в		в		в	в	в	в
	Постановочная и репетиционная работа									
1	Постановка танцевального номера	п	п			п	п		п	
2	Детальная отработка номера			с	с			с		с

Календарно тематический план на год уроков танцевальной направленности.

Младшая группа, первый год обучения

н/п №	Тема урока	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
	Теоретические занятия									
1	Знакомство с танцевальным залом	т								
2	Знакомство с танцевальным размером и ритмом		т	т						
	Практическая часть ОФП									
1	Упражнения для развития гибкости мышц стопы	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Упражнения для развития гибкости мышц спины	р	р	р	р	р	р	р	р	р
3	Упражнения для развития гибкости мышц ног	р	р	р	р	р	р	р	р	р
4	Упражнения для развития гибкости тазобедренного сустава	р	р	р	р	р	р	р	р	р
5	Упражнения для развития мышц пресса									
	Практическая часть СФП									
1	Развитие координации	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Развитие скоростных качеств									
3	Основы акробатики		о		о		о		о	
	Практическая часть									
1	Танцевальная импровизация	р		р		р		р		р
2	Различные танцевальные игры	о	о	о	о	о	о	о	о	о
3	Музыкально-пластические этюды		о		о		о		о	
4	Открытые уроки и выступления				в					в
	Постановочная и репетиционная работа									
1	Постановка танцевальных этюдов	п		п		п		п		п
2	Детальная отработка этюдов			с		с		с		с

Календарно тематический план на год уроков танцевальной направленности.

Младшая группа, второй год обучения.

н/п №	Тема урока	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
	Теоретические занятия									
1	Подготовка к занятию	т	т							
2	Просмотр видео танцевальной направленности		т		т		т		т	
	Практическая часть ОФП									
1	Упражнения для развития гибкости мышц стопы	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Упражнения для развития гибкости мышц спины	р	р	р	р	р	р	р	р	р
3	Упражнения для развития гибкости мышц ног	р	р	р	р	р	р	р	р	р
4	Упражнения для развития гибкости тазобедренного сустава	р	р	р	р	р	р	р	р	р
5	Упражнения для развития мышц пресса									
	Практическая часть СФП									
1	Развитие координации	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Развитие скоростных качеств									
3	Основы акробатики	р		р		р		р		р
	Практическая часть									
1	Танцевальная импровизация	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Различные танцевальные игры	о	о	о	о	о	о	о	о	о
3	Музыкально-пластические этюды	о		о		о		о		о
	Основы современного танца									
1	Постановка корпуса головы и рук	о	о	с	с	с	с			
2	Позиции рук и ног			о	о			с	с	
3	Изучение различного вида шага без музыкального сопровождения					о			с	с
4	Различные шаги с музыкальным сопровождением						о	о	с	с
5	Открытые уроки и выступления				в					в
	Постановочная и репетиционная работа									
1	Постановка танцевальных позиций			п	п	п				
2	Детальная отработка танцевальных позиций						с	с	с	

Календарно тематический план на год уроков танцевальной направленности

Младшая группа, третий год обучения.

н/п №	Тема урока	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
	Теоретические занятия									
1	Просмотр видео фильмов, видеозаписи танцевальной направленности	т		т				т		т
	Практическая часть ОФП									
1	Упражнения для развития гибкости мышц стопы	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Упражнения для развития гибкости мышц спины	р	р	р	р	р	р	р	р	р
3	Упражнения для развития гибкости мышц ног	р	р	р	р	р	р	р	р	р
4	Упражнения для развития гибкости тазобедренного сустава	р	р	р	р	р	р	р	р	р
5	Упражнения для развития мышц пресса	р	р	р	р	р	р	р	р	р
	Практическая часть СФП									
1	Развитие координации	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Развитие скоростных качеств							р	р	р
3	Основы акробатики	р	р	р	р	р	р			
	Практическая часть									
1	Танцевальная импровизация	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Музыкально-пластические этюды	с	с	с	с					
3	Различные танцевальные этюды					с	с	с	с	с
	Основы современного танца									
1	Изучение танцевальных элементов	о	о	с	с					с
2	Изучение вращений			о	о	с	с			с
3	Изучение прыжков					о	о	с	с	с
4	Открытые уроки и выступления				в					в
	Постановочная и репетиционная работа									
1	Постановка танцевальных номеров							п	п	п
2	Детальная отработка танцев							с	с	с

Календарно тематический план на год уроков танцевальной направленности

Младшая группа, четвертый год обучения.

н/п №	Тема урока	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
	Теоретические занятия									
1	Просмотр видео фильмов, видеозаписи танцевальной направленности	т		т				т		т
	Практическая часть ОФП									
1	Упражнения для развития гибкости мышц стопы	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Упражнения для развития гибкости мышц спины	р	р	р	р	р	р	р	р	р
3	Упражнения для развития гибкости мышц ног	р	р	р	р	р	р	р	р	р
4	Упражнения для развития гибкости тазобедренного сустава	р	р	р	р	р	р	р	р	р
5	Упражнения для развития мышц пресса	р	р	р	р	р	р	р	р	р
	Практическая часть СФП									
1	Развитие координации	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Развитие скоростных качеств							р	р	р
3	Основы акробатики	р	р	р	р	р	р			
	Практическая часть									
1	Танцевальная импровизация	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Музыкально-пластические этюды	с	с	с	с					
3	Различные танцевальные этюды					с	с	с	с	с
4	Современный танец	о	о	о	о	о	о	о	о	о
5	Открытые уроки и выступления				в					в
	Постановочная и репетиционная работа									
1	Постановка танцевальных номеров							п	п	п
2	Детальная отработка танцев							с	с	с

Календарно тематический план на год уроков танцевальной направленности.

Средняя группа седьмой год обучения.

н/п №	Тема урока	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
Теоретические занятия										
1	Поведение на сцене и за кулисами	т								
2	Просмотр видео фильмов, видеозаписи танцевальной направленности		т			т			т	
3	Посещение театров, танцевальных площадок, выступление танцевальных групп									
Практическая часть ОФП										
1	Упражнения для развития гибкости мышц стопы	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Упражнения для развития гибкости мышц спины	р	р	р	р	р	р	р	р	р
3	Упражнения для развития гибкости мышц ног	р	р	р	р	р	р	р	р	р
4	Упражнения для развития гибкости тазобедренного сустава	р	р	р	р	р	р	р	р	р
5	Упражнения для развития мышц пресса	р	р	р	р	р	р	р	р	р
Практическая часть СФП										
1	Развитие координации	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Развитие скоростных качеств	р	р	р	р					
3	Развитие силовых качеств					р	р	р	р	р
4	Акробатические элементы					р	р	р	р	р
Практическая часть										
1	Повторение основ классического танца	с	с							
2	Повторение и дальнейшее изучение русского танца			с	с	о	о	о	с	с
3	Постановка танцевальных номеров, в стиле русского народного танца							п	п	п
4	Индивидуальная работа	и	и	и	и	и	и	и	и	и
5	Танцевальная импровизация									
6	Открытые уроки и выступления		в		в		в	в	в	в
Постановочная и репетиционная работа										
1	Постановка танцевального номера							п	п	п
2	Детальная отработка номера							с	с	с

Календарно тематический план на год уроков танцевальной направленности.

Средняя группа восьмой год обучения.

н/п №	Тема урока	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
Теоретические занятия										
1	Подготовка к занятию, уроку	т								
2	Просмотр видеозаписей танцевальной направленности		т			т		т	т	
3	Посещение театров, танцевальных площадок, выступление танцевальных групп									
Практическая часть ОФП										
1	Упражнения для развития гибкости мышц стопы	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Упражнения для развития гибкости мышц спины	р	р	р	р	р	р	р	р	р
3	Упражнения для развития гибкости мышц ног	р	р	р	р	р	р	р	р	р
4	Упражнения для развития гибкости тазобедренного сустава	р	р	р	р	р	р	р	р	р
5	Упражнения для развития мышц пресса	р	р	р	р	р	р	р	р	р
Практическая часть СФП										
1	Развитие координации	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Развитие скоростных качеств	р	р	р						
3	Развитие силовых качеств				р	р	р	р	р	р
4	Акробатические элементы				р	р	р	р	р	р
Практическая часть										
1	Повторение основ классического танца	с	с	с						
2	Основы современного танца Джазовое направление			о	о	о	о	о	с	с
3	Индивидуальная работа	и	и	и	и	и	и	и	и	и
4	Танцевальная импровизация			р	р	р	р	р	р	р
5	Открытые уроки и выступления		в		в		в	в	в	в
Постановочная и репетиционная работа										
1	Постановка танцевального номера		п	п			п	п		
2	Детальная отработка номера				с	с			с	

Календарно тематический план на год уроков танцевальной направленности.

Старшая группа девятый год обучения.

н/п №	Тема урока	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
	Теоретические занятия									
1	Просмотр видео фильмов, видеозаписи танцевальной направленности	т		т		т		т		т
2	Посещение театров, танцевальных площадок, выступление танцевальных групп									
	Практическая часть ОФП									
1	Упражнения для развития гибкости мышц стопы	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Упражнения для развития гибкости мышц спины	р	р	р	р	р	р	р	р	р
3	Упражнения для развития гибкости мышц ног	р	р	р	р	р	р	р	р	р
4	Упражнения для развития гибкости тазобедренного сустава	р	р	р	р	р	р	р	р	р
5	Упражнения для развития мышц пресса	р	р	р	р	р	р	р	р	р
	Практическая часть СФП									
1	Развитие координации									
2	Развитие скоростных качеств	р	р	р	р	р	р	р	р	р
3	Развитие силовых качеств	р	р	р	р	р	р	р	р	р
4	Акробатические элементы	р	р	р	р	р	р	р	р	р
	Практическая часть									
1	Повторение основ классического танца	с	с	с	с					
2	Современный танец			о	о	о	о	о	о	о
3	Постановка танцевальных номеров, в стиле современной хореографии							п	п	п
4	Танцевальная импровизация			р	р	р	р	р	р	р
5	Индивидуальная работа	и	и	и	и	и	и	и	и	и
6	Открытые уроки и выступления		в		в		в	в	в	в
	Постановочная и репетиционная работа									
1	Постановка танцевального номера							п	п	п
2	Детальная отработка номера							с	с	с

Календарно тематический план на год уроков танцевальной направленности.

Старшая группа десятый год обучения.

н/п №	Тема урока	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
Теоретические занятия										
1	Просмотр видеозаписей танцевальной направленности	т		т		т		т		
2	Посещение танцевальных площадок, выступление танцевальных групп									
Практическая часть ОФП										
1	Упражнения для развития гибкости мышц стопы	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Упражнения для развития гибкости мышц спины	р	р	р	р	р	р	р	р	р
3	Упражнения для развития гибкости мышц ног	р	р	р	р	р	р	р	р	р
4	Упражнения для развития гибкости тазобедренного сустава	р	р	р	р	р	р	р	р	р
5	Упражнения для развития мышц пресса	р	р	р	р	р	р	р	р	р
Практическая часть СФП										
1	Развитие координации	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Развитие скоростных качеств	р	р	р	р					
3	Развитие силовых качеств					р	р	р	р	р
4	Акробатические элементы					р	р	р	р	р
Практическая часть										
1	Современный танец	о	о	о	о	с	с			
Основы степ танца чечётка										
1	Изучение позиции рук, ног, положения тела в различных танцевальных позах					о	с	с	с	с
2	Изучение танцевальных элементов, комбинаций на месте и с продвижением в пространстве						о	с	с	с
3	Постановка танцевальных номеров, в стиле Джазовой хореографии и степа	п	п	с	с	п	п	с	с	с
4	Танцевальная импровизация	р	р	р	р	р	р	р	р	р
5	Открытые уроки и выступления		в		в		в	в	в	в
6	Индивидуальная работа	и	и	и	и	и	и	и	и	и
Постановочная и репетиционная работа										
1	Постановка танцевального номера	п	п			п	п			
2	Детальная отработка номера			с	с			с	с	с

Календарно тематический план на год уроков танцевальной направленности.

Старшая группа одиннадцатый год обучения.

н/п №	Тема урока	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май
Теоретические занятия										
1	Просмотр видео фильмов, видеозаписи танцевальной направленности	т		т		т		т		т
2	Посещение танцевальных площадок, выступление танцевальных групп									
Практическая часть ОФП										
1	Упражнения для развития гибкости мышц стопы	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Упражнения для развития гибкости мышц спины	р	р	р	р	р	р	р	р	р
3	Упражнения для развития гибкости мышц ног	р	р	р	р	р	р	р	р	р
4	Упражнения для развития гибкости тазобедренного сустава	р	р	р	р	р	р	р	р	р
5	Упражнения для развития мышц пресса	р	р	р	р	р	р	р	р	р
Практическая часть СФП										
1	Развитие координации	р	р	р	р	р	р	р	р	р
2	Развитие скоростных качеств						р	р	р	р
3	Развитие силовых качеств	р	р	р	р	р				
4	Акробатические элементы	с	с	с	с	с				
Практическая часть										
1	Современный танец	о	о	о	о	о	с	с	с	с
Основы степ танца чечётка										
1	Разучивание комбинаций, связок с более сложными элементами прыжки, повороты, вращения	о	о	о		о	о	о		
2	Давать задания по придумыванию танцевальных комбинаций самостоятельно.				о					
3	Постановка танцевальных номеров, в стиле Джазовой хореографии и степа	п	п	с	с	п	п	с	п	с
4	Танцевальная импровизация	р	р			р	р		р	
5	Индивидуальная работа	и	и	и	и	и	и	и	и	и
6	Открытые уроки и выступления		в		в		в	в	в	в
Постановочная и репетиционная работа										
1	Постановка танцевального номера	п	п			п	п		п	
2	Детальная отработка номера			с	с			с		с