

Министерство образования и науки Челябинской области  
Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Дом учащейся молодежи «Магнит»

ПРИНЯТО:  
на Педагогическом совете  
протокол № 1 от 29.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНО:  
Приказом ГБУДО «Дом учащейся  
молодежи «Магнит»  
№ 29-од от 29.08.2024 г.

Директор \_\_\_\_\_ Л.А. Летучева /



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

Школа танца «Оникс»  
(наименование программы)

Направленность: художественная  
(наименование направленности программы)

Срок освоения программы: 5 года  
Возрастная категория учащихся: 8-22 лет

Автор-составитель: Войтова  
Валерия Евгеньевна, педагог  
дополнительного образования,  
высшая квалификационная  
категория

г. Магнитогорск, 2024 г.

## **Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы**

### **1.1 Пояснительная записка**

*Нормативная база:* настоящая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа танца «Оникс» разработана с учетом нормативно правовых документов:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
- Указа Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года (с изменениями на 21 июля 2020 года)» (Задача № 5 (б) абзац 2);
- Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р) (с изменениями на 15 мая 2023 года);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Минпросвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
- Приказ Минпросвещения России от 17.03.2020 № 104 «Об организации образовательной деятельности в организациях, реализующих программы начального общего, основного общего, среднего общего образования и дополнительных общеобразовательных программ, в условиях распространения новой коронавирусной инфекции на территории Российской Федерации»;
- Письмо Минпросвещения России от 19.03.2020 № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»);
- Лицензии на право ведения образовательной деятельности ГБУДО «ДУМ «Магнит».

Современный танец – один из самых востребованных массовых видов искусства. Ему присущи важные воспитательные функции: формирование высокого художественного вкуса и культуры личности, развитие эмоциональной отзывчивости учащихся, чувство ответственности перед коллективом.

Данная программа вводит учащегося в мир танца, воспитывает эмоциональное, осознанное отношение к танцевальному искусству, которое на сегодняшний день остается актуальным. Занятия танцевальным искусством способствуют физическому развитию обучающихся. Танцы – делают организм выносливым, сильным и здоровым. Способствуют выработыванию хорошей осанки, делают движения пластичными и гибкими.

Танцы воспитывают морально-волевые качества учащегося: терпение, настойчивость, стремление достигать поставленной цели, уверенность в своих силах. Кроме того, воспитывается уважение к тренеру и другим танцорам, а также чувство товарищества, доброжелательности, ответственности и вежливости.

Современный танец – это коллективная форма обучения. Опыт воспитания в нашей стране и многочисленные исследования показывают, что коллектив является важным средством формирования личности. Именно в коллективе создается атмосфера общения, которая позволяет учащемуся обогатиться знаниями, опытом жизни, что позволит ему осуществить самопознание и самореализацию. Коллектив способствует социализации учащихся в обществе.

*Направленность (профиль) программы* - данная образовательная программа направлена на формирование гармонично и всесторонне развитой личности в процессе овладения искусством танца, развитие художественной одаренности в области танцевально-исполнительского мастерства; развитие и совершенствование способностей, что и определяет **художественную направленность** программы. Каждый год обучения по программе даёт возможность закрепить наработанные навыки, обучиться различным видам многообразного мира танцевального искусства. Программа направлена на развитие у учащихся профессиональных физических данных, как базовая исполнительская техника, мастерство, сила, ловкость и других танцевальных данных присущих танцюру. Развивается также и кругозор.

*Актуальность программы* заключается, в сохранении и укреплении здоровья обучающихся. Занятия позволяют раскрыть их индивидуальные, творческие способности. Привить навыки концертных и конкурсных выступлений, способствуют положительной самооценке. Развивается творческая инициатива учащихся, воображение, умение передать характер музыки и содержание танцевального образа.

*Педагогическая целесообразность* данной программы в том, что работа в Школе танца «Оникс» направлена:

1. На **физическое воспитание** обучающихся. У многих людей, не занимающихся зарядкой, гимнастикой, корпус опущен, живот не подтянут, диафрагма вялая, плечи не развёрнуты. В результате наблюдается сутулость, расслабленность корпуса. Упражнения для развития дыхания и подъёма корпуса постепенно выправляют эти недостатки. Состояние подтянутости становится привычным (мышцы спины закреплены, голова естественно уравновешенна, дыхание свободно). Подросток становится красивым, подтянутым, чувствует себя здоровым и уверенным. Систематические занятия хореографией очень полезны для физического развития: улучшается осанка, укрепляются мышцы и связки.

2. На **эстетическое воспитание** обучающихся. Расширяется кругозор учащихся, прививается интерес и любовь к творчеству. Приобретая знания, умения, навыки, в области танцевального искусства, подростки начинают понимать, что каждый танец имеет свое содержание, характер, образ и несёт смысловую нагрузку. Чтобы передать выразительность танцевальных образов, ученик должен запомнить не только сами движения и их последовательность (что само по себе положительно влияет на развитие ребенка, его памяти), но и мобилизовать воображение, наблюдательность, творческую активность, а также научиться видеть себя внутри композиции и хореографического рисунка в целом.

3. На **воспитание** морально-волевых качеств ребенка: трудолюбия, ответственности и дисциплинированности. На занятиях в Школе танца «Оникс» у обучающегося формируется чувство коллективизма, взаимоподдержка и взаимопомощь.

4. На успешную **социализацию и адаптацию** ребенка. Подросток, привыкая заниматься в танцевальном коллективе, отвлекается от негативного социального опыта и неформальных социальных групп (наркомании, раннего алкоголизма, преступности и т.д.), что очень важно для социальной адаптации подростка. Занятия в ансамбле современного бального танца формируют партнёрские отношения, они становятся более уважительным друг к другу. Дружба в коллективе выходит за пределы танцевального зала и длится долгие годы.

Активная концертная деятельность ансамбля способствует раскрытию и развитию личностных качеств каждого участника, возможности самореализоваться в обществе, позволяет проявить социальную значимость личности подростка, повысить его самостоятельность, самооценку, сформировать ряд социально значимых навыков и умений, позволяет сформировать правильное социальное поведение подростков. В танцевальном коллективе подросток усваивает культурные нормы, ценности и образцы поведения. У него формируется глубокий осмысленный подход к действительности, помогающий высветить его место во всеобщей взаимосвязи явлений мира, общества.

*Отличительные особенности программы.*

В программе учтены и адаптированы возможности учащихся для изучения основных направлений хореографии (Сценического танца): стилизованный народный танец, балльный танец, эстрадный танец, танцевальное шоу, танцы народов мира и характерные танцы. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента каждого учащегося, а также на развитие его сценической культуры и культуры в социуме. Такая многожанровость позволяет учащимся многосторонне развиваться и становиться «универсальными» танцорами и толерантными в общении со сверстниками и взрослым поколением.

*Уровень сложности - "Продвинутый".*

*Адресаты программы:* данная программа разработана для занятий современным танцем для учащихся в возрасте от 8 до 22 лет.

Занятия по программе Школы танца «Оникс» предполагают знание **возрастных особенностей** обучающихся.

В подростковом возрасте важнее становится деятельность в группе сверстников с общими интересами, это и определяет выбор досуга в свободное время. Подростку важен успех в деятельности, удовлетворение интересов и любознательности, общественной признание, коллективные формы работы. Особенно важными становятся личные достижения в различных сферах деятельности. В этот период такие формы, как групповая работа, практические занятия, конкурсы, фестивали, концертные выступления становятся все более привлекательными.

В период старшего подросткового и юношеского возраста (от 14 до 18 лет) возрастает желание проводить досуг в референтной группе. Старший подросток выбирает коллектив, где его понимают и принимают, предоставляют возможность для самовыражения, уважают его как личность. Для него важно выразить собственную точку зрения в диалоге, достигнуть успехов в сфере интересов или деятельности, наиболее важной для него по его личному выбору. Привлекает как индивидуальное, так и личное творчество.

В процессе общения формируется определённый круг подростков, приобретающий характер стабильной компании, досугового объединения со всеми присущими ему формальными признаками стабильного состава, периодичностью встреч, постоянным местом их проведения, традициями и ценностными ориентациями.

В школьном и подростковом возрасте, роль взрослых является доминирующей. Недостаточное равенство в осознании целей угнетает и в большинстве случаев провоцирует на конфликт, поэтому очень важно дать учащемуся свободу творчества, дать почувствовать себя нужным и значимым, не оказывать на них явного давления, плавно направлять, не отказываться от их желания помочь и сотрудничать с педагогом. Благодаря этому можно раскрыть удивительные возможности и новые таланты в человеке.

В коллективе педагог нацеливает учащихся на создание аксессуаров для выступления и украшение сценического костюма своими руками. Мастер-классы проводятся совместно с родителями, чтобы те в свою очередь могли помочь, подсказать. Такая совместная деятельность положительно влияет на отношения и взаимопонимание между поколениями.

Таким образом, досуговая деятельность учащегося должна быть максимально разнообразна, для того чтобы у них могли развиваться и совершенствоваться различные знания, умения и навыки, которые важны для социализации в настоящем и в будущем.

*Форма обучения* – очная.

*Язык(и), на котором(ых) осуществляется образование (обучение)* – русский.

*Срок освоения программы и объем программы:* 5 лет:

1 год обучения: 216 часов.

2 год обучения: 216 часов.

3 год обучения: 216 часов.

4 год обучения: 216 часов.

5 год обучения: 216 часов.

*Режим занятий:*

Занятия проходят 3 раза в неделю по 2 часа (акад. час – 45 мин.)

В режиме полного (вынужденного) перехода на дистанционное обучение<sup>1</sup> академический час – 30 минут.

Общий объем часов образовательной программы при переходе на дистанционное обучение остаётся прежним с учетом того, что разница в выданных часах отводится на самостоятельную работу обучающихся (самостоятельное освоение теории и практики) и на работу педагога по организации дистанционного обучения.

## **1.2. Цель и задачи программы.**

*Цель* - создание условий для творческой активности, самовыражения и гармоничного развития обучающихся средствами хореографического искусства.

*Задачи:*

*Образовательные:*

*знать:*

- хореографическую базу (практика);
- хореографическую терминологию (теория);
- жанры и стили Сценического танца;
- хореографические рисунки и переходы;
- правила поведения на тренировке;
- правила поведения на конкурсах, концертах;
- репертуар из 10-15 танцевальных номеров;
- характер того или иного хореографического номера;
- деятельность профессиональных коллективов;
- правила безопасного использования сети интернет;
- этику дистанционного общения;
- о профессиях, связанных с изучаемой предметной областью;
- о межпредметном характере изучаемой деятельности;

*уметь:*

- грамотно провести разминку;
- образно, артистично и выразительно передавать эмоции, чувства, путём связанной танцевальной речи;
- выражать мысль, излагать содержание, тему-идею хореографического произведения, доступно демонстрировать хореографический текст;

---

<sup>1</sup> Под дистанционным обучением понимается реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, что позволяет осуществлять обучение на расстоянии без непосредственного контакта между педагогом и обучающимися.

- создавать композицию и драматургически верно выстраивать образно-содержательное хореографическое действие с учетом сценических требований и закономерностей зрительского восприятия;

*владеть:*

- знаниями хореографической базы (практика);
- знаниями хореографической терминологии (теория);
- знаниями о жанрах и стилях Сценического танца и специфики исполнения;
- знаниями о сценических законах и правилах;
- знаниями о правилах поведения на тренировке;
- знаниями о правилах поведения на конкурсах, концертах;
- знаниями репертуар из 10-15 танцевальных номеров;
- знаниями о характере исполнения того или иного хореографического номера;
- базовыми навыками использования открытых образовательных сред.

*Развивающие:*

- развитие музыкальности;
- развитие слуха;
- развитие ритма;
- развитие пластики;
- развитие грации в движениях;
- развитие эстетического вкуса;
- потребностей в творческом самовыражении, самореализации;
- саморазвитие и самообразование.
- формирование навыка владения техническими средствами обучения и программами;
- формирование навыка самостоятельного поиска информации в поисковиках, электронных платформах, сайтах, блогах и т.д.;
- развитие умения работать дистанционно, выполнять задания самостоятельно.

*Воспитательные:*

- морально-волевые качества;
- терпение и терпимость;
- уверенность в себе, в своих силах;
- трудолюбие, работоспособность;
- уважение к партнерам по танцу, в коллективе;
- чувство товарищества, ответственности;
- коммуникативные качества.
- развитие умения самостоятельно анализировать и корректировать собственную деятельность;
- развитие навыка использования социальных сетей в образовательных целях, др.

### 1.3 Учебный (тематический) план.

#### 1 год обучения

N п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	<b>Введение в образовательную деятельность.</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	Беседа. Фронтальный опрос. Входная диагностика. Фото/видео отчёт.
<b>1.</b>	<b>Общефизическая подготовка.</b>	<b>16</b>	<b>2</b>	<b>14</b>	-

1.1	Растяжка.	8	1	6	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений. Фото/видео отчёт.
1.2	Акробатика.	8	1	6	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений. Фото/видео отчёт.
<b>2.</b>	<b>Классический тренаж.</b>	<b>20</b>	<b>1</b>	<b>19</b>	-
<b>3.</b>	<b>Хореографическая база.</b>	<b>90</b>	<b>6</b>	<b>84</b>	-
3.1	Эстрадный танец. Фигурная полька.	30	2	28	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений. Фото/видео отчёт.
3.2	Народный танец. Белорусская полька.	30	2	28	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений. Фото/видео отчёт.
3.3	Бальный танец. Фигурный Вальс. Медленный вальс.	30	2	28	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений. Фото/видео отчёт.
Промежуточная аттестация.		2	-	2	Выполнение практического задания. Фото/видео отчёт.
<b>4.</b>	<b>Постановочная и репетиционная работа.</b>	<b>80</b>	<b>10</b>	<b>70</b>	-
4.1	Постановка танца «Зарядка».	40	5	35	Творческая работа. Педагогическое наблюдение. Фото/видео отчёт.
4.2	Постановка сценического танца «В каждом маленьком ребёнке».	40	5	35	Творческая работа. Педагогическое наблюдение. Фото/видео отчёт.
<b>5.</b>	<b>Теоретико-аналитическая работа.</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	-

5.1	Беседы о сценической культуре.	2		2	Беседа. Фото/видео отчёт.
5.2	Беседы об эмоциональном, выразительном исполнении сценического танца.	2	1	1	Беседа. Педагогическое наблюдение. Фото/видео отчёт.
Промежуточная аттестация.		2	-	2	Выполнение практического задания. Фото/видео отчёт.
<b>ИТОГО:</b>		<b>216</b>	<b>21</b>	<b>195</b>	

### 2 год обучения

N п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	<b>Вводное занятие.</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>-</b>
<b>1.</b>	<b>Общефизическая подготовка.</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>-</b>
1.1	Растяжка.	4	1	3	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений. Фото/видео отчёт.
1.2	Акробатика.	4	1	3	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений. Фото/видео отчёт.
<b>2.</b>	<b>Классический тренаж.</b>	<b>8</b>	<b>1</b>	<b>7</b>	<b>-</b>
<b>3.</b>	<b>Хореографическая база. Народный танец.</b>	<b>8</b>	<b>1</b>	<b>7</b>	<b>-</b>
<b>4.</b>	<b>Хореографическая база. Эстрадный танец.</b>	<b>8</b>	<b>1</b>	<b>7</b>	<b>-</b>
<b>5.</b>	<b>Хореографическая база. Бальный танец.</b>	<b>8</b>	<b>1</b>	<b>7</b>	<b>-</b>
Промежуточная аттестация.		2		2	Выполнение практического задания. Фото/видео отчёт.
<b>6.</b>	<b>Постановочная репетиционная работа.</b>	<b>165</b>	<b>15</b>	<b>150</b>	<b>-</b>



6.1	Постановка сценического танца «Золотце моё».	55	5	50	Творческая работа. Педагогическое наблюдение. Фото/видео отчёт.
6.2	Постановка сценического танца «Джентельменши Удачи».	55	5	50	Творческая работа. Педагогическое наблюдение. Фото/видео отчёт.
6.3	Постановка сценического танца «Рок-н-ролл».	55	5	20	Творческая работа. Педагогическое наблюдение. Фото/видео отчёт.
<b>7.</b>	<b>Теоретико-аналитическая работа.</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	-
7.1	Основы актерского мастерства.	2	1	1	Беседа. Фото/видео отчёт.
7.2	Культура сценического костюма.	2	1	1	Беседа. Фото/видео отчёт.
Промежуточная аттестация.		2		2	Выполнение практических заданий. Фото/видео отчёт.
<b>ИТОГО:</b>		<b>216</b>	<b>24</b>	<b>192</b>	

### 3 год обучения

N п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
	<b>Вводное занятие.</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	-	-
<b>1.</b>	<b>Общефизическая подготовка.</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	-
1.1	Растяжка.	5	1	4	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений. Фото/видео отчёт.
1.2	Акробатика.	5	1	4	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений. Фото/видео отчёт.

<b>2.</b>	<b>Классический тренаж.</b>	<b>10</b>	<b>1</b>	<b>9</b>	-
<b>3.</b>	<b>Работа с предметом.</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>	-
<b>4.</b>	<b>Постановочная и репетиционная работа.</b>	<b>180</b>	<b>15</b>	<b>165</b>	-
4.1	Постановка сценического танца Вальс «Нежность».	60	5	55	Творческая работа. Педагогическое наблюдение. Фото/видео отчёт.
Промежуточная аттестация.		2	-	2	Выполнение практических заданий. Фото/видео отчёт.
	<b>Постановочная и репетиционная работа (продолжение).</b>				-
4.2	Постановка сценического танца «Варенька».	60	5	55	Творческая работа. Педагогическое наблюдение. Фото/видео отчёт.
4.3	Постановка сценического танца «Latina Dance».	60	5	55	Творческая работа. Педагогическое наблюдение. Фото/видео отчёт.
<b>5.</b>	<b>Теоретико-аналитическая работа.</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	-
5.1	Основы актёрского мастерства	2	1	1	Беседа. Фото/видео отчёт.
5.2	Сценические аксессуары. Украшение сценического костюма.	2	1	1	Мастер-класс. Фото/видео отчёт.
Промежуточная аттестация.		2	-	2	Выполнение практических заданий. Фото/видео отчёт.
<b>ИТОГО:</b>		<b>216</b>	<b>23</b>	<b>193</b>	

#### 4 год обучения

N п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
	<b>Вводное занятие.</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	-	-

<b>1.</b>	<b>Общефизическая подготовка.</b>	<b>12</b>	<b>3</b>	<b>9</b>	-
1.1	Растяжка.	4	1	3	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений. Фото/видео отчёт.
1.2	Акробатика.	4	1	3	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений. Фото/видео отчёт.
1.3	Силовая нагрузка.	4	1	3	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений. Фото/видео отчёт.
<b>2.</b>	<b>Классический тренаж.</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	-
<b>3.</b>	<b>Работа с предметом.</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	-
<b>4.</b>	<b>Поддержки в дуэтном танце.</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	-
<b>5.</b>	<b>Постановочная и репетиционная работа.</b>	<b>165</b>	<b>15</b>	<b>150</b>	-
5.1	Постановка сценического танца «Лебединая верность».	55	5	50	Творческая работа. Педагогическое наблюдение. Фото/видео отчёт.
Промежуточная аттестация.		2		2	Выполнение практических заданий. Фото/видео отчёт.
	<b>Постановочная и репетиционная работа (продолжение).</b>	-	-	-	-
5.2	Постановка сценического танца «Ой, то не вечер».	55	5	50	Творческая работа. Педагогическое наблюдение. Фото/видео отчёт.
5.3	Постановка сценического танца «Синяя вечность».	55	5	50	Творческая работа. Педагогическое наблюдение. Фото/видео отчёт.

<b>6.</b>	<b>Развитие творческих способностей и навыков постановочной деятельности.</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	-
6.1	Импровизация (хореографические этюды).	10	2	8	Творческая работа. Педагогическое наблюдение. Фото/видео отчёт.
<b>7.</b>	<b>Теоретико-аналитическая работа.</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	-
7.1	Основы актерского мастерства.	2	1	1	Беседа. Фото/видео отчёт.
7.2	Сценические аксессуары. Украшение сценического костюма.	2	1	1	Мастер-класс. Фото/видео отчёт.
7.3	Основные принципы преподавания и репетиционной работы.	2	1	1	Объяснение. Педагогическое наблюдение. Фото/видео отчёт.
Промежуточная аттестация.		4	-	4	Выполнение практических заданий. Фото/видео отчёт.
<b>ИТОГО:</b>		<b>216</b>	<b>28</b>	<b>188</b>	

#### 5 год обучения

N п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
	<b>Вводное занятие.</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	-	-
<b>1.</b>	<b>Общефизическая подготовка.</b>	<b>12</b>	<b>3</b>	<b>9</b>	-
1.1	Растяжка.	4	1	3	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений. Фото/видео отчёт.
1.2	Акробатика.	4	1	3	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений. Фото/видео отчёт.

1.3	Силовая нагрузка.	4	1	3	Педагогическое наблюдение. Выполнение упражнений. Фото/видео отчёт.
2.	<b>Классический тренаж.</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	-
3.	<b>Работа с предметом.</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	-
4.	<b>Поддержки в дуэтном танце.</b>	<b>5</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	-
5.	<b>Постановочная и репетиционная работа.</b>	<b>165</b>	<b>15</b>	<b>150</b>	-
5.1	Патриотическое направление. Постановка сценического танца «Ленинград, 41-ый».	55	5	50	Творческая работа. Педагогическое наблюдение. Фото/видео отчёт.
Промежуточная аттестация.		2		2	Выполнение практических заданий. Фото/видео отчёт.
	<b>Постановочная и репетиционная работа (продолжение).</b>	-	-	-	-
5.2	Танцевальное шоу. Постановка сценического танца «Рапсодия для фортепиано».	55	5	50	Творческая работа. Педагогическое наблюдение. Фото/видео отчёт.
5.3	Этническое направление. Неофолк. Постановка сценического танца «Африканская свадьба».	55	5	50	Творческая работа. Педагогическое наблюдение. Фото/видео отчёт.
6.	<b>Развитие творческих способностей и навыков постановочной деятельности.</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	-
6.1	Импровизация (хореографические этюды).	10	2	8	Творческая работа. Педагогическое наблюдение. Фото/видео отчёт.
7.	<b>Теоретико-аналитическая работа.</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	-
7.1	Основы актерского мастерства.	2	1	1	Беседа. Фото/видео отчёт.
7.2	Сценические аксессуары.	2	1	1	Мастер-класс.

	Украшение сценического костюма.				Фото/видео отчёт.
7.3	Основные принципы преподавания и репетиционной работы.	2	1	1	Объяснение. Педагогическое наблюдение. Фото/видео отчёт.
Промежуточная аттестация.		2	-	2	Выполнение практических заданий. Фото/видео отчёт.
Итоговая аттестация		2	-	2	
<b>ИТОГО:</b>		<b>216</b>	<b>28</b>	<b>188</b>	

## 1.4 Содержание программы.

### 1 год обучения.

#### Введение в образовательную деятельность.

Теория: Инструктаж по технике безопасности:

- инструктаж по технике пожарной безопасности.
- правила поведения на тренировке и концертных выступлениях.
- инструктаж о предотвращении травм на тренировках.
- критерии внешнего вида.

Входная диагностика.

**Входная диагностика** предполагает знакомство с индивидуально-психологическими и возрастными особенностями обучающихся. Процедура психологических исследований учащихся может быть представлена следующей последовательностью конкретных шагов:

#### 1. Деятельность за пределами коллектива:

- а) выявление учебных и внеурочных интересов и склонностей (карта интересов (составляется педагогом, для создания благоприятной среды обучения, эмоционального раскрепощения ребёнка и прогнозирования поведения в коллективе);
- б) выявление профессиональной направленности (собеседование).

#### 2. Выявление личностных качеств:

- а) обоснованность выбора эстетической деятельности;
- б) выявление типа темперамента;
- в) диагностика особенностей эмоционально-волевых качеств,
- г) выявление личностных потребностей каждого участника (психологических, физиологических).

#### 3. Коллективность:

- а) исследования на наличие качеств коллективности;
- б) диагностика нравственной воспитанности, эстетического кругозора;
- в) диагностика роли и положения в коллективе;
- г) диагностика заинтересованности в деятельности и профессиональном росте коллектива.

Практика: Набор в коллектив, выявление способностей.

#### 4. Знакомство с деятельностью коллектива.

**5. Выбор будущей профессии.** Профориентационные беседы (о профессиональной реализации хореографа и танцовщика, о близких профессиях, о карьерном росте).

## Раздел 1. Общефизическая подготовка.

Тема 1. Растяжка.

Теория: Объяснение техники исполнения упражнений.

Практика: Упражнения для разогрева стопы (вращения, продавка, растяжка подъёма).

Прыжки, подскоки. Упражнения для рук и плечевого пояса (вращения в разных направлениях, выворотность). Упражнения для спины, задних мышц бедра (прогибы, наклоны, вытяжка). Упражнения на выворотность (раскрытие ног в тазобедренном и голеностопном суставах). Упражнение «Складка» (ноги врозь/вместе, сидя/стоя), полушпагаты, шпагаты, затяжки, Frog position), «Лягушка». Повороты, вращения (на месте, на продвижение).

Тема 2. Акробатика.

Теория: Объяснение техники исполнения упражнений.

Практика: Кувырок вперёд. Стойка на руках. Подготовка к исполнению элементов «Мостик», «Ножницы», «Колесо».

## **Раздел 2. Классический тренаж.**

Теория: Терминология. Объяснение техники исполнения упражнений.

Практика: Постановка корпуса. Позиции ног (I-VI позиции). Упражнения Battement tendu, Releve. Позиции рук (подготовительная, I-III позиции). Положение рук на талии (ладонь; кулачок). Port De Bras.

## **Раздел 3. Хореографическая база.**

Тема 1. Эстрадный танец. Фигурная полька.

Теория: Объяснение техники исполнения основных элементов эстрадного танца.

Практика: Выполнение основных элементов: основной шаг, подскоки, шаг с подскоком на продвижение, подскоки с поворотом вокруг себя на месте, каблучный, галоп, «моталочка» с захлестом ноги назад, прыжки с поджатыми ногами назад, «ковырялочка», кик, работа рук. Музыкальный ритм.

Тема 2. Народный танец. Белорусская полька.

Теория: Объяснение техники исполнения основных элементов народного танца.

Практика: Выполнение основных элементов: основной шаг, подскоки с затяжкой, шаг с тройным притопом, каблучный, «ладошки», «ковырялочка» простая, «ковырялочка» с поворотом, обводка по кругу. Музыкальный ритм.

Тема 3. Бальный танец. Фигурный вальс. Медленный вальс.

Теория: Объяснение техники исполнения основных элементов бального танца.

Практика: Выполнение основных элементов: балансе вправо/ влево, балансе с поворотом, балансе вперёд/назад, балансе с обходом друг друга, вальсовая дорожка (променад), до-за-до, туры вальса. Гавотовая часть. Вращения.

Медленный вальс. Основные элементы: закрытые перемены, правый поворот, левый поворот. Музыкальный ритм.

## **Раздел 4. Постановочная работа и репетиционная работа.**

Тема 1. Постановка танца «Зарядка».

Теория: Объяснение характера танца, хореографического рисунка и технического исполнения.

Практика: Постановка танца. Работа над техникой и синхронностью исполнения.

Разучивание отдельных движений танца: простые ритмичные движения, с чёткой работой рук и ног, ритмичный поворот вокруг себя и с продвижением в сторону, приставка-каблук, движение по квадрату, взаимодействие друг с другом. В приоритете чёткие движения и синхронность исполнения.

Тема 2. Эстрадный танец. «В каждом маленьком ребёнке».

Теория: Объяснение характера танца, хореографического рисунка и технического исполнения.

Практика: Постановка танца. Работа над техникой и синхронностью исполнения. Разучивание отдельных движений танца: простые элементы, прыжки, подскоки, синкопированные шаги, игровые позы, танцевальный бег; соединение в единую композицию под музыку, связка движений; расстановка и перемещение танцоров по площадке, смена мест; работа над выразительностью и эмоциональностью исполнения. Взаимодействие друг с другом танцующих, танцевальные рисунки.

### **Раздел 3. Теоретико-аналитическая работа.**

Тема 1. Беседы о сценической культуре.

Теория: Культура костюма и культура внешнего вида: беседы «Поведение на сцене», «Ваш внешний вид». Эстетика поведения на концертах и конкурсных выступлениях.

Практика: Не предусмотрена учебным планом.

Тема 2. Беседы об эмоциональном, выразительном исполнении сценического танца.

Теория: Виды чувств, эмоций.

Практика: Исполнение танца с передачей эмоционального состояния и характера танца.

## **2 год обучения.**

### **Вводное занятие.**

Теория: Пополнение группы, если есть необходимость (на усмотрение педагога).

Инструктаж по технике безопасности:

- инструктаж по технике пожарной безопасности;
- правила поведения на тренировке и концертных выступлениях;
- инструктаж о предотвращении травм на тренировках;
- критерии внешнего вида.

Обсуждение планов на предстоящий учебный год. Знакомство с музыкальным материалом. Профориентационные беседы (о профессиональной реализации хореографа и танцовщика, о близких профессиях, о карьерном росте).

### **Раздел 1. Общефизическая подготовка.**

Тема 1. Растяжка

Теория: Объяснение техники исполнения упражнений.

Практика: Упражнения для разогрева стопы (вращения, продавка, растяжка подъёма).

Прыжки, подскоки. Упражнения для рук и плечевого пояса (вращения в разных направлениях, выворотность). Упражнения для спины, задних мышц бедра (прогибы, наклоны, вытяжка). Упражнения на выворотность (раскрытие ног в тазобедренном и голеностопном суставах). Упражнение «Складка» (ноги врозь/вместе, сидя/стоя), полушпагаты, шпагаты, затяжки, Frog position), «Лягушка». Повороты, вращения (на месте, на продвижение).

Тема 2. Акробатика.

Теория: Объяснение техники исполнения упражнений.

Практика: Кувырок вперёд. Стойка на руках. Подготовка к исполнению элементов «Мостик», «Ножницы», «Колесо». Подготовка к элементу «Перекидные».

### **Раздел 2. Классический тренаж.**

Теория: Объяснение техники исполнения упражнений.



Практика: Упражнения для ног (Battement tendu, Battement tendu jete, Demi plie, Grand plie, Demi rond de jambe par terre, Passé par terre, Cou-de-pied, Releve, Battement Fondu, Rond de jambe par terre en dehors и en dedans, Grand Battement, Rond de jambe en l'air, Battement soutenu на 45°, Flic-Flac, Passé). Прыжки (leap sur le cou-de-pied). Упражнения для рук (Arrondie, Port De Bras, Arabesques). Положение и ракурс корпуса (epaulement, efface, en face, attitudes, croisee). Вращения (Spotting, Pirouette). Square, Step boll change. Танцевальный бег (Pas courir).

### **Раздел 3. Хореографическая база. Народный танец.**

Теория: Объяснение техники исполнения основных элементов народного танца.

Практика: Выполнение основных элементов: падебаск, шен, «ковырялочка» с подъёмом ноги и затяжкой, дроби, синкопированный шаг, «верёвочка» с переступанием, «голубец», «ивушка», каблучный шаг, «крестовка».

### **Раздел 4. Хореографическая база. Эстрадный танец.**

Теория: Объяснение техники исполнения основных элементов народного танца.

Практика: Выполнение основных элементов: шаг вперёд/назад, пятка/носок с корпусом, шаги с подскоком, перескоки на месте, гармошка», Flic-Flac, прыжки в сторону с ударом сзади, «верёвочка» простая, с переступанием, двойная, с выносом ноги на каблук, ковырялочка с выносом ноги, ковырялочка с поворотом, вращения на месте, с продвижением, «моталочка» простая/комбинированная, «ножницы», повороты вправо/влево с затяжкой, «gond», синкопированные шаги с разворотом.

### **Раздел 5. Хореографическая база. Бальный танец.**

Теория: Объяснение техники исполнения основных элементов бального танца.

Практика: Выполнение основных элементов: балансе вправо/ влево, балансе с поворотом, балансе вперёд/назад, балансе с обходом друг друга, вальсовая дорожка (променад), до-задо, туры вальса. Готовая часть. Вращения с выходом в позицию. Вальсовый бег с вращением. Туры вальса с вращением.

### **Раздел 6. Постановочная и репетиционная работа.**

Тема 1. Постановка сценического танца «Золотце моё».

Теория: Объяснение характера танца, хореографического рисунка и технического исполнения.

Практика: Постановка танца. Работа над техникой и синхронностью исполнения; соединение движений в единую композицию под музыку, связка движений; расстановка танцоров по площадке; запоминание хореографического текста и рисунков; работа над выразительностью и эмоциональностью исполнения.

Тема 2. Постановка сценического танца «Джентельменши удачи».

Теория: Объяснение характера танца, хореографического рисунка и технического исполнения.

Практика: Постановка танца. Работа над техникой и синхронностью исполнения; соединение движений в единую композицию под музыку, связка движений; расстановка танцоров по площадке; запоминание хореографического текста и рисунков; работа над выразительностью и эмоциональностью исполнения. Работа с декоративным предметом (шлем).

Тема 3. Постановка сценического танца «Рок-н-ролл».

Теория: Объяснение характера танца, хореографического рисунка и технического исполнения.

Практика: Постановка танца. Разучивание отдельных движений бального танца Джайв, Рок-н-ролл, с включением игровых элементов, элементов эстрадного танца. Работа над техникой и синхронностью исполнения; соединение в единую композицию под музыку, связка движений; расстановка танцоров по площадке; запоминание хореографического текста и рисунков; работа над выразительностью и эмоциональностью исполнения.

## **Раздел 7. Теоретико-аналитическая работа.**

Тема 1. Основы актерского мастерства.

Теория: Основы актерского мастерства в области исполнительского искусства: «Как выразить образ в танце и донести его до зрителя», «Танец как средство передачи мыслей, настроения, чувств».

Практика: Исполнение танца с передачей эмоционального состояния и характера танца.

Тема 2. Культура сценического костюма.

Теория: Культура костюма. Правила поведения в сценическом костюме. Подбор аксессуаров, уход и хранение.

Практика: Не предусмотрено учебным планом.

## **3 год обучения.**

### **Вводное занятие.**

Теория: Пополнение группы, если есть необходимость (на усмотрение педагога).

Инструктаж по технике безопасности:

- инструктаж по технике пожарной безопасности;
- правила поведения на тренировке и концертных выступлениях;
- инструктаж о предотвращении травм на тренировках;
- критерии внешнего вида.

Обсуждение планов на предстоящий учебный год. Знакомство с музыкальным материалом. Профориентационные беседы (о профессиональной реализации хореографа и танцовщика, о близких профессиях, о карьерном росте).

Практика: Не предусмотрено учебным планом.

### **Раздел 1. Общефизическая подготовка.**

Тема 1. Растяжка.

Теория: Объяснение техники исполнения упражнений.

Практика: Упражнения для разогрева стопы (вращения, продавка, растяжка подъёма).

Прыжки, подскоки. Упражнения для рук и плечевого пояса (вращения в разных направлениях, выворотность). Упражнения для спины, задних мышц бедра (прогибы, наклоны, вытяжка). Упражнения на выворотность (раскрытие ног в тазобедренном и голеностопном суставах). Упражнение «Складка» (ноги врозь/вместе, сидя/стоя), полушпагаты, шпагаты, затяжки, Frog position), «Лягушка». Повороты, вращения (на месте, на продвижение).

Тема 2. Акробатика.

Теория: Объяснение техники исполнения упражнений.

Практика: Кувырок вперёд. Стойка на руках. Подготовка к исполнению элементов «Мостик», «Ножницы», «Колесо». Подготовка к элементу «Перекидные».

### **Раздел 2. Классический тренаж.**

Теория: Объяснение техники исполнения упражнений.

Практика: Упражнения для ног (Battement tendu, Battement tendu jete, Demi plie, Grand plie, Demi rond de jambe par terre, Passé par terre, Cou-de-pied, Releve, Battement Fondu, Rond de jambe par terre en dehors и en dedans, Grand Battement, Rond de jambe en l'air, Battement

soutenu на 45°, Flic-Flac, Passé). Прыжки (leap sur le cou-de-pied). Упражнения для рук (Arrondie, Arabesques). Положение и ракурс корпуса (epaulement, efface, en face, attitudes, croisee). Вращения (Spotting, Pirouette). Square, Step boll change. Танцевальный бег (Pas courir). Port De Bras.

### **Раздел 3. Работа с предметом.**

Теория: объяснение принципов и нюансов работы с летящей тканью.

Практика: Техника исполнения танца с декоративными предметами: объёмный шарф.

### **Раздел 4. Постановочная и репетиционная работа.**

Тема 1. Постановка сценического танца «Вальс Нежность».

Теория: Объяснение характера танца, хореографического рисунка и технического исполнения.

Практика: Постановка танца на основе бальной хореографии. Работа с декоративным предметом (лёгкие, объёмные шарфы). Работа над техникой и синхронностью исполнения; соединение в единую композицию под музыку, связка движений; расстановка танцоров по площадке; запоминание хореографического текста и рисунков; работа над выразительностью и эмоциональностью исполнения.

Тема 2. Постановка сценического танца «Варенька».

Теория: Объяснение характера танца, хореографического рисунка и технического исполнения.

Практика: Стилизованная постановка на основе русской и казачий хореографии. Работа над техникой и синхронностью исполнения; соединение в единую композицию под музыку, связка движений; расстановка танцоров по площадке; запоминание хореографического текста и рисунков; работа над выразительностью и эмоциональностью исполнения.

Тема 3. Постановка сценического танца «Latina Dance».

Теория: Объяснение характера танца, хореографического рисунка и технического исполнения.

Практика: Постановка танца на основе латиноамериканской хореографии танцев Cha-cha и Samba, с присутствием эстрадной хореографии. Работа над техникой и синхронностью исполнения; соединение в единую композицию под музыку, связка движений; расстановка танцоров по площадке; запоминание хореографического текста и рисунков; работа над выразительностью и эмоциональностью исполнения.

### **Раздел 5. Теоретико-аналитическая работа.**

Тема 1. Основы актерского мастерства.

Теория: Основы актерского мастерства в области исполнительского искусства: «Как выразить образ в танце и донести его до зрителя», «Танец как средство передачи мыслей, настроения, чувств».

Практика: Исполнение танца с передачей эмоционального состояния и характера танца.

Тема 2. Сценические аксессуары. Украшение сценического костюма.

Теория: Культура костюма. Правила расшива костюма. Подбор аксессуаров, уход и хранение.

Практика: Изготовление аксессуаров. Расшив костюма.

## **4 год обучения.**

### **Вводное занятие.**

Теория: Пополнение группы, если есть необходимость (на усмотрение педагога).

Инструктаж по технике безопасности:

- инструктаж по технике пожарной безопасности;
- правила поведения на тренировке и концертных выступлениях;
- инструктаж о предотвращении травм на тренировках;
- критерии внешнего вида.

Обсуждение планов на предстоящий учебный год. Знакомство с музыкальным материалом.

Практика: Не предусмотрено учебным планом.

## **Раздел 1. Общефизическая подготовка.**

Тема 1. Растяжка.

Теория: Объяснение техники исполнения упражнений.

Практика: Упражнения для разогрева стопы (вращения, продавка, растяжка подъёма).

Прыжки, подскоки. Упражнения для рук и плечевого пояса (вращения в разных направлениях, выворотность). Упражнения для спины, задних мышц бедра (прогибы, наклоны, вытяжка). Упражнения на выворотность (раскрытие ног в тазобедренном и голеностопном суставах). Упражнение «Складка» (ноги врозь/вместе, сидя/стоя), полушпагаты, шпагаты, затыжки, Frog position), «Лягушка». Повороты, вращения (на месте, на продвижение).

Тема 2. Акробатика.

Теория: Объяснение техники исполнения упражнений.

Практика: Кувырок вперёд. Стойка на руках. Подготовка к исполнению элементов «Мостик», «Ножницы», «Колесо». Подготовка к элементу «Перекидные».

Тема 3. Силовая нагрузка.

Теория: Объяснение техники исполнения упражнений.

Практика: Упражнения для подготовки к поддержкам разного уровня сложности (партерные, вальсовые, верхние, вращающиеся). Упражнения на соблюдение баланса (работа спины, рук, ног во время исполнения поддержки). Упражнения на устойчивость (в движении во время исполнения поддержки).

## **Раздел 2. Классический экзерсис.**

Теория: Объяснение техники исполнения упражнений.

Практика: Упражнения для ног (Battement tendu, Battement tendu jete, Demi plie, Grand plie, Demi rond de jambe par terre, Passé par terre, Cou-de-pied, Releve, Battement Fondu, Rond de jambe par terre en dehors и en dedans, Grand Battement, Rond de jambe en l'air, Battement soutenu на 45°, Flic-Flac, Passé). Прыжки (leap sur le cou-de-pied). Упражнения для рук (Arrondie, Arabesques). Положение и ракурс корпуса (epaulement, efface, en face, attitudes, croisee). Вращения (Spotting, Pirouette). Square, Step boll change. Танцевальный бег (Pas courir). Port De Bras.

## **Раздел 3. Работа с предметом.**

Теория: объяснение принципов и нюансов работы с декоративными крыльями.

Практика: Техника исполнения танца с декоративными предметами: декоративные крылья, шатёр 10/10.

## **Раздел 4. Поддержки в дуэтом танце.**

Теория: Объяснение техники исполнения упражнений.

Практика: Исполнение простых, партерных, вальсовых поддержек. Исполнение высоких поддержек (подъемы до уровня груди, различные переходы в позу «рыбка», прыжки на

руки партнёра), верхних поддержек (прыжки на грудь и плечи, подъемы с фиксированием поз на вытянутые руки). Исполнение поддержек во вращении, с перехватом из верхней в грудную, из грудной в партерную. Поддержка-лестница с падением вниз.

## **Раздел 5. Постановочная и репетиционная работа.**

Тема 1. Постановка сценического танца «Лебединая верность».

Теория: Объяснение характера танца, хореографического рисунка и технического исполнения.

Практика: Постановка танца в эстрадном стиле. Работа с декоративным предметом (объемные крылья). Работа над техникой и синхронностью исполнения; соединение в единую композицию под музыку, связка движений; расстановка танцоров по площадке; запоминание хореографического текста и рисунков; работа над выразительностью и эмоциональностью исполнения.

Тема 2. Постановка сценического танца «Ой, то не вечер».

Теория: Объяснение характера танца, хореографического рисунка и технического исполнения.

Практика: Стилизованная постановка на основе русской и современной хореографии. Работа над техникой и синхронностью исполнения; соединение в единую композицию под музыку, связка движений; расстановка танцоров по площадке; запоминание хореографического текста и рисунков; работа над выразительностью и эмоциональностью исполнения.

Тема 3. Постановка сценического танца «Синяя вечность».

Теория: Объяснение характера танца, хореографического рисунка и технического исполнения.

Практика: Постановка танца в эстрадном стиле. Работа с декоративным предметом (шатёр). Работа над техникой и синхронностью исполнения; соединение в единую композицию под музыку, связка движений; расстановка танцоров по площадке; запоминание хореографического текста и рисунков; работа над выразительностью и эмоциональностью исполнения.

## **Раздел 6. Развитие творческих способностей и навыков импровизации.**

Тема 1. Импровизация (хореографические этюды).

Теория: Выбор музыкального материала.

Практика: Логическое построение хореографического текста. Самостоятельное составление небольших хореографических композиций. Исполнение собственной импровизации.

## **Раздел 7. Теоретико-аналитическая работа.**

Тема 1. Основы актерского мастерства.

Теория: Основы актерского мастерства в области исполнительского искусства: «Как выразить образ в танце и донести его до зрителя», «Танец как средство передачи мыслей, настроения, чувств».

Практика: Исполнение танца с передачей эмоционального состояния и характера танца.

Тема 2. Аксессуары и украшения для сценического костюма.

Теория: Культура костюма. Правила расшива костюмов. Подбор аксессуаров, уход и хранение.

Практика: Изготовление аксессуаров и расшив костюмов.

Тема 3. Основные принципы преподавания и репетиционной работы.

Теория: объяснение основ и принципов работы хореографа и репетитора.

Практика: тренировки с младшим составом.

## **5 год обучения.**

### **Вводное занятие.**

Теория: Пополнение группы, если есть необходимость (на усмотрение педагога).

Инструктаж по технике безопасности:

- инструктаж по технике пожарной безопасности;
- правила поведения на тренировке, концертных выступлениях, конкурсах и поездках;
- инструктаж о предотвращении травм на тренировках;
- критерии внешнего вида.

Обсуждение планов на предстоящий учебный год. Знакомство с музыкальным материалом.

Практика: Не предусмотрено учебным планом.

### **Раздел 1. Общефизическая подготовка.**

Тема 1. Растяжка.

Теория: Объяснение техники исполнения упражнений.

Практика: Упражнения для разогрева стопы (вращения, продавка, растяжка подъёма).

Прыжки, подскоки. Упражнения для рук и плечевого пояса (вращения в разных направлениях, выворотность). Упражнения для спины, задних мышц бедра (прогибы, наклоны, вытяжка). Упражнения на выворотность (раскрытие ног в тазобедренном и голеностопном суставах). Упражнение «Складка» (ноги врозь/вместе, сидя/стоя), полушпагаты, шпагаты, затяжки, Frog position), «Лягушка». Повороты, вращения (на месте, на продвижение).

Тема 2. Акробатика.

Теория: Объяснение техники исполнения упражнений.

Практика: Кувырок вперёд. Стойка на руках. Подготовка к исполнению элементов «Мостик», «Ножницы», «Колесо». Подготовка к элементу «Перекидные».

Тема 3. Силовая нагрузка.

Теория: Объяснение техники исполнения упражнений.

Практика: Упражнения для подготовки к поддержкам разного уровня сложности (партерные, вальсовые, верхние, вращающиеся). Упражнения на соблюдение баланса (работа спины, рук, ног во время исполнения поддержки). Упражнения на устойчивость (в движении во время исполнения поддержки).

### **Раздел 2. Классический экзерсис.**

Теория: Объяснение техники исполнения упражнений.

Практика: Упражнения для ног (Battement tendu, Battement tendu jete, Demi plie, Grand plie, Demi rond de jambe par terre, Passé par terre, Cou-de-pied, Releve, Battement Fondu, Rond de jambe par terre en dehors и en dedans, Grand Battement, Rond de jambe en l'air, Battement soutenu на 45°, Flic-Flac, Passé). Прыжки (leap sur le cou-de-pied). Упражнения для рук (Arrondie, Arabesques). Положение и ракурс корпуса (epaulement, efface, en face, attitudes, croisee). Вращения (Spotting, Pirouette). Square, Step boll change. Танцевальный бег (Pas courir). Port De Bras.

### **Раздел 3. Работа с предметом.**

Теория: объяснение принципов и нюансов работы с декоративными крыльями.

Практика: Техника исполнения танца с декоративными предметами: декоративные крылья, шатёр 10/10, флаги, элементы одежды, ростовые куклы.

#### **Раздел 4. Поддержки в дуэтном танце.**

Теория: Объяснение техники исполнения упражнений.

Практика: Исполнение простых, партерных, вальсовых поддержек. Исполнение высоких поддержек (подъемы до уровня груди, различные переходы в позу «рыбка», прыжки на руки партнёра), верхних поддержек (прыжки на грудь и плечи, подъемы с фиксированием поз на вытянутые руки). Исполнение поддержек во вращении, с перехватом из верхней в грудную, из грудной в партерную. Поддержка-лестница с падением вниз.

#### **Раздел 5. Постановочная и репетиционная работа.**

Тема 1. Патриотическое направление. Постановка сценического танца «Ленинград, 41-ый».

Теория: Объяснение характера танца, хореографического рисунка и технического исполнения.

Практика: Постановка танца в стиле современной хореографии. Работа с декоративным предметом (шатер, ящик с мандаринами). Работа над техникой и синхронностью исполнения; соединение в единую композицию под музыку, связка движений; расстановка танцоров по площадке; запоминание хореографического текста и рисунков; работа над выразительностью и эмоциональностью исполнения с воплощением навыков актерского мастерства.

Тема 2. Танцевальное шоу. Постановка сценического танца «Рапсодия для фортепиано».

Теория: Объяснение характера танца, хореографического рисунка и технического исполнения.

Практика: Театрализованная постановка. Работа с декоративными предметами (шатер, стул для фортепиано). Воплощение танцорами. Работа над техникой и синхронностью исполнения; соединение в единую композицию под музыку, связка движений; расстановка танцоров по площадке; запоминание хореографического текста и рисунков; работа над выразительностью и эмоциональностью исполнения с воплощением навыков актерского мастерства.

Тема 3. Этническое направление. Неофолк. Постановка сценического танца «Африканская свадьба».

Теория: Объяснение характера танца, хореографического рисунка и технического исполнения.

Практика: Постановка танца в эстрадно-этническом стиле. Работа над техникой и синхронностью исполнения; соединение в единую композицию под музыку, связка движений; расстановка танцоров по площадке; запоминание хореографического текста и рисунков; работа над выразительностью и эмоциональностью исполнения с воплощением навыков актерского мастерства. Работа с солистами, исполняющих партию в ростовых куклах. Отработка театрализованных этюдов.

#### **Раздел 6. Развитие творческих способностей и навыков импровизации.**

Тема 1. Импровизация (хореографические этюды).

Теория: Выбор музыкального материала.

Практика: Логическое построение хореографического текста. Самостоятельное составление небольших хореографических композиций. Исполнение собственной импровизации.

#### **Раздел 7. Теоретико-аналитическая работа.**

Тема 1. Основы актерского мастерства.

Теория: Основы актерского мастерства в области исполнительского искусства: «Как выразить образ в танце и донести его до зрителя», «Танец как средство передачи мыслей, настроения, чувств».

Практика: Исполнение танца с передачей эмоционального состояния и характера танца.

Тема 2. Аксессуары и украшения для сценического костюма.

Теория: Культура костюма. Правила расшива костюмов. Подбор аксессуаров, уход и хранение.

Практика: Изготовление аксессуаров и расшив костюмов.

Тема 3. Основные принципы преподавания и репетиционной работы.

Теория: объяснение основ и принципов работы хореографа и репетитора.

Практика: тренировки с младшим составом.

### **1.5 Планируемые результаты.**

#### **Образовательные:**

*знать:*

- хореографическую базу (практика);
- хореографическую терминологию(теория);
- жанры и стили Сценического танца;
- хореографические рисунки и переходы;
- правила поведения на тренировке;
- правила поведения на конкурсах, концертах, поездках;
- репертуар из 10-15 танцевальных номеров;
- характер того или иного хореографического номера;
- деятельность профессиональных коллективов;
- правила безопасного использования сети интернет;
- этику дистанционного общения;
- о профессиях, связанных с изучаемой предметной областью;
- о межпредметном характере изучаемой деятельности (фото/танец/фитнес и т.п.)

*уметь:*

- грамотно провести разминку;
- образно, артистично и выразительно передавать эмоции, чувства путем связной танцевальной речи;
- выражать мысль, излагать содержание, тему-идею хореографического произведения, доступно демонстрировать хореографический текст;
- создавать композицию и драматургически верно выстраивать образно-содержательное хореографическое действие с учетом сценических требований и закономерностей зрительского восприятия;

*владеть:*

- знаниями хореографической базы (практика);
- знаниями хореографической терминологии (теория);
- знаниями о жанрах и стилях Сценического танца и специфики исполнения;
- знаниями о сценических законах и правилах;
- знаниями о правилах поведения на тренировке;
- знаниями о правилах поведения на конкурсах, концертах;
- знаниями репертуар из 10-15 танцевальных номеров;
- знаниями о характере исполнения того или иного хореографического номера.
- базовыми навыками использования открытых образовательных сред.

#### **Развивающие:**

- развитие музыкальности;
- развитие слуха;
- развитие ритма;



- развитие пластики;
- развитие грации в движениях;
- развитие эстетического вкуса;
- потребностей в творческом самовыражении, самореализации;
- саморазвитие и самообразование;
- развит навык владения техническими средствами обучения и программами;
- сформирован навык самостоятельного поиска информации в поисковиках, электронных платформах, сайтах, блогах и т.д.;
- развито умение работать дистанционно, выполнять задания самостоятельно;

**Воспитательные:**

- морально-волевые качества;
- терпение и терпимость;
- уверенность в себе, в своих силах;
- трудолюбие, работоспособность;
- уважение к партнерам по танцу, в коллективе;
- чувство товарищества, ответственности;
- коммуникативные качества;
- сформировано умение самостоятельно анализировать и корректировать собственную деятельность;
- сформирован навык использования социальных сетей в образовательных целях, др.


## Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий.


### 2.1 Календарный учебный график.


дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы


Школа танца "Оникс"

год обучения	группа	календарные недели												Всего учебных недель часов	Всего часов по программе																													
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август		теор	практика																												
1	1	учебные недели	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	38	216	21	195
		часы	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6				
2	1	учебные недели	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	38	216	24	191
		часы	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6				
5	1	учебные недели	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	38	216	28	188
		часы	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6				
	2	учебные недели	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	38	216	28	188
		часы	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6				

 - промежуточная аттестация

 - каникулярный период

 - учебные занятия по расписанию

 - итоговая аттестация

Праздничные дни - согласно производственному календарю.

## 2.2 Условия реализации программы

### *Материально-техническое обеспечение:*

1. Танцевальный зал.
2. Станок для занятий (постоянный или переносной); высота для детей 75 см., для взрослых 110 см.
3. Зеркала.
4. Тренировочная одежда и специализированная танцевальная обувь.
5. Раздевалка (для парней и девушек отдельно).
6. Аудиоаппаратура.
7. Ноутбук, проектор.
8. Сценические костюмы, обувь, аксессуары;
9. Наличие компьютера, планшета, гаджета.
10. Наличие выхода в информационно-коммуникационную сеть Интернет;
11. Программное обеспечения для дистанционного обучения (Интернет-браузер, программы для просмотра изображений и видео - файлов, пакет MS Office, Skype, Zoom, и др.);
12. Цифровая платформа реализации образовательной программы (социальная сеть ВКонтакте - <https://vk.com/public185592266>).

### *Информационное обеспечение:*

Обучающиеся ГБУДО ДУМ «Магнит» с компьютеров учреждения (в т.ч. в сопровождении педагога), а также из дома могут бесплатно оформить Виртуальный читательский билет (Виртуальный абонемент) в Челябинской областной универсальной научной библиотеке (ЧОУНБ): <http://chelreglib.ru/ru/pages/readers/services/virtabonement/> (ссылка на прохождение удалённой регистрации). После регистрации в ЧОУНБ обучающийся получает бесплатный доступ к следующим электронным библиотечным системам: Электронная библиотека ЛитРес, Электронная библиотечная система Лань, Библиотека Global F5, Электронная библиотечная система IPRbooks, Библиотека периодических изданий EastView, Библиотека Нон-фикшн, База данных Polpred, Электронная библиотечная система Университетская библиотека онлайн, Электронная библиотечная система ВООК.ru, Электронная библиотечная система Юрайт, Электронная библиотечная система Znanium.com.

ГБУДО ДУМ «Магнит» для работы с электронными ресурсами предоставляет обучающимся компьютерный класс (каб. № 23) и выход в интернет.

Литература и интернет - ресурсы для обучающихся программы «Школа танца «Оникс»:

1. Александрова Н.А., Голубева В.А. "Танец модерн. Пособие для начинающих" — СПб.: Издательство "Лань", 2011. — 128 с. – Режим доступа: [https://m.vk.com/doc1447969\\_439537992?hash=926768c9d78f63e1dd&dl=3ef10b7d8a60be49d1](https://m.vk.com/doc1447969_439537992?hash=926768c9d78f63e1dd&dl=3ef10b7d8a60be49d1)
2. Бахрушин Ю. А. «История русского балета» - М.: Советская Россия, 1965. - 277 с. - Режим доступа: [https://m.vk.com/doc1447969\\_421521754?hash=addc06f7e3f73c4a0c&dl=7b7cd2b56bad57bc57](https://m.vk.com/doc1447969_421521754?hash=addc06f7e3f73c4a0c&dl=7b7cd2b56bad57bc57)
3. Богаткова Л. Н. "Танцы разных народов" – М.: Молодая гвардия, 1953. – 199 с. – Режим доступа: [https://m.vk.com/doc1447969\\_440238948?hash=d1edf3c882884f1268&dl=9e7e616c9c9ad5a279](https://m.vk.com/doc1447969_440238948?hash=d1edf3c882884f1268&dl=9e7e616c9c9ad5a279)  
[https://m.vk.com/doc1447969\\_440238951?hash=12e05e42cddd39c6ab&dl=ffce951ad205a38838](https://m.vk.com/doc1447969_440238951?hash=12e05e42cddd39c6ab&dl=ffce951ad205a38838)  
[https://m.vk.com/doc1447969\\_440238953?hash=3c745fdfa103b4e51e&dl=50cfbb02c9c12c21a5](https://m.vk.com/doc1447969_440238953?hash=3c745fdfa103b4e51e&dl=50cfbb02c9c12c21a5)

- [https://m.vk.com/doc1447969\\_440238957?hash=50c98a8b5d344d0327&dl=f814fb539a562ef723](https://m.vk.com/doc1447969_440238957?hash=50c98a8b5d344d0327&dl=f814fb539a562ef723)
- [https://m.vk.com/doc1447969\\_440238960?hash=b9b5a42eb955c413a2&dl=9ef100b2f65e93f73a](https://m.vk.com/doc1447969_440238960?hash=b9b5a42eb955c413a2&dl=9ef100b2f65e93f73a)
4. Ваганова А. Я. Основы классического танца. Издание 6. Серия “Учебники для вузов. Специальная литература” — СПб.: Издательство “Лань”, 2000. — 192 с. – Режим доступа: [https://m.vk.com/doc1447969\\_417651077?hash=8306351e40375e9901&dl=6b05cf3f81048d31cf](https://m.vk.com/doc1447969_417651077?hash=8306351e40375e9901&dl=6b05cf3f81048d31cf)
5. Громов Ю.И. «Воспитание пластической культуры актёра средствами танца» - Л. ПРОФИЗДАТ, - 1971. – 5с. – Режим доступа: [https://m.vk.com/doc283182972\\_437071040?hash=6f4f9c08b06cf21c61&dl=e65b60a3422c82cc3c](https://m.vk.com/doc283182972_437071040?hash=6f4f9c08b06cf21c61&dl=e65b60a3422c82cc3c)
6. Захаров Р.В. «Сочинение танца. Страницы педагогического опыта» - Москва: Искусство, 1983. – 224 с. – Режим доступа: [https://m.vk.com/doc1447969\\_401928532?hash=f65f9768549d8019ed&dl=f7be41d0f16a56bac7](https://m.vk.com/doc1447969_401928532?hash=f65f9768549d8019ed&dl=f7be41d0f16a56bac7)
7. Колодницкий Г.А. «Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей» - М.: Гном-Пресс, 1997. - 64 с. – Режим доступа: [https://m.vk.com/doc1447969\\_440239192?hash=fc119e1123a064d41f&dl=59ee0a747da16135e8](https://m.vk.com/doc1447969_440239192?hash=fc119e1123a064d41f&dl=59ee0a747da16135e8)
8. Комиссаржевский Ф.Ф. Костюм (Энциклопедия сценического самообразования). Под ред. Ф.Ф. Комиссаржевского - СПб.: Театр и искусство, 1910. - 495 с. – Режим доступа: [https://m.vk.com/doc5319295\\_421523776?hash=f61d6679a9b1a5f723&dl=e6c73873df4be3515c](https://m.vk.com/doc5319295_421523776?hash=f61d6679a9b1a5f723&dl=e6c73873df4be3515c)
9. Лопухов А.В., Ширяев А.В., Бочаров А.И. «Основы характерного танца» — СПб.: Издательство “Лань”, 2010. — 344 с. – Режим доступа: [https://m.vk.com/doc1447969\\_425502528?hash=331dcae23aebff897&dl=1296793914036f0d72](https://m.vk.com/doc1447969_425502528?hash=331dcae23aebff897&dl=1296793914036f0d72)
10. Лукьянова Е. А. «Дыхание в хореографии» - Москва; Краснодар; Санкт-Петербург: Лань: ПЛАНЕТА МУЗЫКИ, 2017. – 183 с. – Режим доступа: [https://m.vk.com/doc1447969\\_439590019?hash=d7a8aa6553cd609d92&dl=6f7554551df1df0a56](https://m.vk.com/doc1447969_439590019?hash=d7a8aa6553cd609d92&dl=6f7554551df1df0a56)
11. Никитин В.Ю. «Модерн-джаз танец: Этапы развития. Метод. Техника» — М.: ИД «Один из лучших», 2004. — 414 с. – Режим доступа: [https://m.vk.com/doc1447969\\_429351367?hash=44f8d3825382ddee33&dl=e2c1073eb31bd374b2](https://m.vk.com/doc1447969_429351367?hash=44f8d3825382ddee33&dl=e2c1073eb31bd374b2)
12. Никитин В.Ю. «Модерн-джаз танец. История. Методика. Практика» - М.: Издательство "ГИТИС", 2000. – 30 с. – Режим доступа: [https://m.vk.com/doc1447969\\_440238769?hash=c449bd04000c6cd3ff&dl=6ee1a8981e7a948313](https://m.vk.com/doc1447969_440238769?hash=c449bd04000c6cd3ff&dl=6ee1a8981e7a948313)
13. Панова Е.В., Соболев В.А. Классический танец: теория и методика преподавательской деятельности. Методическое пособие. – Тюмень: РИЦ ТГИК, 2019. – 64 с. - Режим доступа: [https://pioneer72.ru/uploads/ckeditor/attachments/1310/Классический\\_танец.pdf](https://pioneer72.ru/uploads/ckeditor/attachments/1310/Классический_танец.pdf)
14. Прибылов Г. "Методическое пособие по классическому танцу для педагогов-хореографов младших и средних классов" - М.: АО «Галерия», 1999. — 64 с. – Режим доступа: [https://m.vk.com/doc283182972\\_422608888?hash=f1e35801f3b0f01ad7&dl=dff21fcd07167ec41f](https://m.vk.com/doc283182972_422608888?hash=f1e35801f3b0f01ad7&dl=dff21fcd07167ec41f)

15. Поляков С.С. «Основы современного танца» - Ростов-на-Дону: Издательство «Феникс», 2005. - 80 с. – Режим доступа:  
[https://m.vk.com/doc1447969\\_439586471?hash=214e06f6f79327833a&dl=2f04de3e470b061e1e](https://m.vk.com/doc1447969_439586471?hash=214e06f6f79327833a&dl=2f04de3e470b061e1e)
16. Панферов, В. И. Искусство хореографа : учебное пособие по дисциплине «Мастерство хореографа» / В. И. Панферов. — Челябинск : Челябинский государственный институт культуры, 2017. — 320 с. — <http://www.iprbookshop.ru/70448.html>
17. Работнова И. П. "Русская народная одежда" – М.: Издательство «Лёгкая индустрия», 1964. – 75 с. – Режим доступа:  
[https://m.vk.com/doc1447969\\_424121134?hash=7c2031ce6343f5f155&dl=4643601f03b0b690a5](https://m.vk.com/doc1447969_424121134?hash=7c2031ce6343f5f155&dl=4643601f03b0b690a5)  
[https://m.vk.com/doc1447969\\_424131459?hash=a5b18315773165a338&dl=d331a1f305bb442ce2](https://m.vk.com/doc1447969_424131459?hash=a5b18315773165a338&dl=d331a1f305bb442ce2)
18. Рутберг И. Г. "Пантомима. Движение и образ" – М.: Советская Россия, 1981. – 160 с. – Режим доступа:  
[https://m.vk.com/doc1447969\\_424903814?hash=24fb8ac6965704a34d&dl=4cc0ebee0a951aaf0f](https://m.vk.com/doc1447969_424903814?hash=24fb8ac6965704a34d&dl=4cc0ebee0a951aaf0f)
19. Серебренников Н.Н. "Поддержка в дуэтном танце" - Л.: Искусство, 1979. — 172 с. – Режим доступа:  
[https://m.vk.com/doc1447969\\_425914765?hash=b36842200b878fe940&dl=4dea8d81ad7f31dc4f](https://m.vk.com/doc1447969_425914765?hash=b36842200b878fe940&dl=4dea8d81ad7f31dc4f)
20. Смирнов С.И. «Искусство балетмейстера». Учебное пособие. - М.: Просвещение, 1986. - 192 с. – Режим доступа:  
[https://m.vk.com/doc1447969\\_439600123?hash=d4d56ae8c4033ff48e&dl=fde967d94dd21a70d1](https://m.vk.com/doc1447969_439600123?hash=d4d56ae8c4033ff48e&dl=fde967d94dd21a70d1)
21. Спиридонова И. «Сюжетные танцы» - М.: Советская Россия, 1983, - 112 с. – Режим доступа:  
[https://m.vk.com/doc1447969\\_439537480?hash=462872f4ae8d9b6f3a&dl=b7df5244f1a5cb3ac8](https://m.vk.com/doc1447969_439537480?hash=462872f4ae8d9b6f3a&dl=b7df5244f1a5cb3ac8)
22. Ткаченко Т. С. «Народный танец» - М.: Искусство, 1954. - 683 с. – Режим доступа:  
[https://m.vk.com/doc1447969\\_421375985?hash=8cc362f486a5a7a22c&dl=e50bbeb8aff576e623](https://m.vk.com/doc1447969_421375985?hash=8cc362f486a5a7a22c&dl=e50bbeb8aff576e623)
23. Уральская В.И. «Рождение танца» - М.: Советская Россия, 1981. - 84 с. – Режим доступа:  
[https://m.vk.com/doc283182972\\_437419958?hash=ea24f0073ac635c657&dl=0a5f52878dda37e295](https://m.vk.com/doc283182972_437419958?hash=ea24f0073ac635c657&dl=0a5f52878dda37e295)
24. Фокин М. М. «Против течения. Воспоминания балетмейстера. Сценарии и замыслы балетов. Статьи, интервью и письма» - Ленинград: Искусство, 1981. - 510 с. – Режим доступа:  
[https://m.vk.com/doc1447969\\_417660355?hash=cf2add5a6329a07d8a&dl=39e24718d0dbf8e05](https://m.vk.com/doc1447969_417660355?hash=cf2add5a6329a07d8a&dl=39e24718d0dbf8e05)
25. Хавилер Джозеф С. «Тело танцора. Медицинский взгляд на танцы и тренировки» - М.: Издательство «Новое слово», 2004. – 116 с. – Режим доступа:  
[https://m.vk.com/doc283182972\\_422004447?hash=de35aef9fdb97447c&dl=8185c05bde445ffd5](https://m.vk.com/doc283182972_422004447?hash=de35aef9fdb97447c&dl=8185c05bde445ffd5)
26. Шипилина И.А. «Хореография в спорте: учебник для студентов» - Ростов-на-Дону: Литагент «Неоглори», 2004. – 26 с. – Режим доступа:  
[https://m.vk.com/doc1447969\\_429396249?hash=99a786206b4ba1b40d&dl=9d5ef8a8dbd072ea5a](https://m.vk.com/doc1447969_429396249?hash=99a786206b4ba1b40d&dl=9d5ef8a8dbd072ea5a)  
[https://m.vk.com/doc1447969\\_429396549?hash=a9db332a035720adc2&dl=f1b7b85d0f15ecd9a5](https://m.vk.com/doc1447969_429396549?hash=a9db332a035720adc2&dl=f1b7b85d0f15ecd9a5)
27. Шереметьевская Н.Е. "Танец на эстраде" - М.: Искусство, 1985. - 414 с. – Режим доступа:  
[https://m.vk.com/doc1447969\\_437177154?hash=58d6ddd41fd3341e2f&dl=f80df9dc934020ec2a](https://m.vk.com/doc1447969_437177154?hash=58d6ddd41fd3341e2f&dl=f80df9dc934020ec2a)

28. Терминология в балете // Терминология в балете – Википедия – Режим доступа: [https://ru.wikipedia.org/wiki/Терминология\\_в\\_балете#С\\_—\\_С\\_\(S\)](https://ru.wikipedia.org/wiki/Терминология_в_балете#С_—_С_(S))

Информационное обеспечение по темам учебного плана для дистанционного обучения:

### 1 год обучения

#### Введение в образовательную деятельность.

1. Техника безопасности на уроках хореографии / Прочее // Техника безопасности на уроках хореографии. - Режим доступа: <https://kopilkaurokov.ru/prochee/prochee/tiekhnika-bezopasnosti-na-urokakh-khorieoghrafiu>

2. Инструкции по технике безопасности на занятиях по хореографии // Ведущий образовательный портал России «Инфоурок». - Режим доступа: <https://infourok.ru/instrukcii-po-tehnike-bezopasnosti-na-zanyatiyah-po-horeografii-1652354.html>

3. Знакомство с деятельностью коллектива «Школа танца «Оникс» // Социальная сеть ВКонтакте - Режим доступа: <https://vk.com/public185592266>

4. Знакомство с деятельностью коллектива «Ансамбль современной хореографии «Оникс» // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/videos65232600?z=video65232600\\_141943084%2Fpl\\_65232600\\_-2](https://vk.com/videos65232600?z=video65232600_141943084%2Fpl_65232600_-2)

5. Хореограф / Профессии // Моё образование. - Режим доступа: [https://moeobrazovanie.ru/professions\\_horeograf.html](https://moeobrazovanie.ru/professions_horeograf.html)

6. Профессия хореограф / Искусство и культура / Списки / Профессии // Сайт Edunews Всё для поступающих. - Режим доступа: <https://edunews.ru/professii/obzor/tvorcheskie/horeograf.html>

#### Раздел 1. Общефизическая подготовка.

##### Тема 1. Растяжка.

1. Выворотность / Упражнения для стоп, колен, тазобедренного сустава // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video151010686\\_171414775%2F309cbb1448ebe4ee90%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video151010686_171414775%2F309cbb1448ebe4ee90%2Fpl_wall_-185592266)

2. Выворотность / Упражнения для стоп, колен, тазобедренного сустава // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video5916667\\_456239685%2F4537db91ccb43fb00f%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video5916667_456239685%2F4537db91ccb43fb00f%2Fpl_wall_-185592266)

3. Выворотность / Упражнения для стоп, колен, тазобедренного сустава // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video51517850\\_456242252%2Fb1280d2eaf51636054%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video51517850_456242252%2Fb1280d2eaf51636054%2Fpl_wall_-185592266)

##### Тема 2. Акробатика.

1. Основы акробатики // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/video?q=акробатика%20основы&z=video-51517850\\_456241903](https://vk.com/video?q=акробатика%20основы&z=video-51517850_456241903)

2. Акробатика №4 - Режим доступа: [https://www.youtube.com/watch?v=seHyBqVsnjQ&feature=emb\\_rel\\_pause](https://www.youtube.com/watch?v=seHyBqVsnjQ&feature=emb_rel_pause)

3. Колесо // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=NGSSk0KEP-8>

4. Стойка на руках // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=qmzW6vHSojM>

5. Мостик // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://www.youtube.com/watch?v=p3bH6Vv89C0&feature=emb\\_rel\\_pause](https://www.youtube.com/watch?v=p3bH6Vv89C0&feature=emb_rel_pause)

6. Кувырок // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=oktC12LJnZw>

## Раздел 2. Классический тренаж.

1. Основные эстетические принципы классического танца / Словарь понятий // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266\\_23](https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266_23)

2. Классический экзерсис Батман тандю жете // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266\\_25](https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266_25)

3. Классический экзерсис Эпольман круазе и эфасе // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266\\_26](https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266_26)

4. Классический экзерсис Ронд де жамб партер // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266\\_29](https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266_29)

5. Классический экзерсис Первое пор де бра // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266\\_30](https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266_30)

6. Методика классического танца (позиции ног) // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/video?q=позиции%20ног&z=video467848050\\_456239063](https://vk.com/video?q=позиции%20ног&z=video467848050_456239063)

7. Положение корпуса // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/video?q=позиции%20ног&z=video-172278283\\_456239045](https://vk.com/video?q=позиции%20ног&z=video-172278283_456239045)

8. Позиции рук // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/video?q=позиции%20ног&z=video-92279630\\_456239128](https://vk.com/video?q=позиции%20ног&z=video-92279630_456239128)

9. Упражнения для ног Demi plie, Grand plie // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа:

[https://vk.com/public185592266?z=video414333314\\_456239120%2F89bdd9308c611c7a4a%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video414333314_456239120%2F89bdd9308c611c7a4a%2Fpl_wall_-185592266)

10. Упражнения для ног Battement tendu // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа:

[https://vk.com/public185592266?z=video414333314\\_456239121%2F788fb6557399f2a920%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video414333314_456239121%2F788fb6557399f2a920%2Fpl_wall_-185592266)

11. Упражнения для ног Battement tendu jeté, Pique // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа:

[https://vk.com/public185592266?z=video229497240\\_456239631%2Febbb0966671e7a6d34%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video229497240_456239631%2Febbb0966671e7a6d34%2Fpl_wall_-185592266)

12. Упражнения для ног Battement tendu jeté, Pique // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа:

[https://vk.com/public185592266?z=video216887628\\_456239063%2F65449c3aa0e4438c7b%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video216887628_456239063%2F65449c3aa0e4438c7b%2Fpl_wall_-185592266)

## Раздел 3. Хореографическая база.

### Тема 1. Эстрадный танец. Фигурная полька.

1. Фигурная полька // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/video?q=фигурная%20полька&z=video-124845079\\_456239033](https://vk.com/video?q=фигурная%20полька&z=video-124845079_456239033)

### Тема 2. Народный танец. Белорусская полька.

1. Белорусская полька // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/video?q=беларусская%20полька&z=video29416065\\_456239047](https://vk.com/video?q=беларусская%20полька&z=video29416065_456239047)

### Тема 3. Бальный танец. Фигурный вальс. Медленный вальс.

1. Большой фигурный вальс // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/video?q=фигурный%20вальс&z=video-124845079\\_456239037](https://vk.com/video?q=фигурный%20вальс&z=video-124845079_456239037)

2. Медленный вальс // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/video?q=медленный%20вальс&z=video-154354667\\_456239356](https://vk.com/video?q=медленный%20вальс&z=video-154354667_456239356)



#### **Раздел 4. Постановочная работа и репетиционная работа.**

1. Танец «В каждом маленьком ребёнке» // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/videos65232600?z=video-14897669\\_456239018%2Fpl\\_65232600\\_-2](https://vk.com/videos65232600?z=video-14897669_456239018%2Fpl_65232600_-2)

#### **2 год обучения.**

##### **Введение в образовательную деятельность.**

1. Техника безопасности на уроках хореографии / Прочее // Техника безопасности на уроках хореографии - Режим доступа: <https://kopilkaurokov.ru/prochee/prochee/tiekhnika-bezopasnosti-na-urokakh-khorieoghrafi>

2. Инструкции по технике безопасности на занятиях по хореографии // Ведущий образовательный портал России «Инфоурок». - Режим доступа: <https://infourok.ru/instrukcii-po-tehnike-bezopasnosti-na-zanyatiyah-po-horeografii-1652354.html>

3. Знакомство с деятельностью коллектива «Школа танца «Оникс» // Социальная сеть ВКонтакте - Режим доступа: <https://vk.com/public185592266>

4. Знакомство с деятельностью коллектива «Ансамбль современной хореографии «Оникс» // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/videos65232600?z=video65232600\\_141943084%2Fpl\\_65232600\\_-2](https://vk.com/videos65232600?z=video65232600_141943084%2Fpl_65232600_-2)

5. Хореограф / Профессии // Моё образование. - Режим доступа: [https://moebrazovanie.ru/professions\\_horeograf.html](https://moebrazovanie.ru/professions_horeograf.html)

4. Профессия хореограф / Искусство и культура / Списки / Профессии // Сайт Edunews Всё для поступающих. - Режим доступа: <https://edunews.ru/professii/obzor/tvorcheskie/horeograf.html>

#### **Раздел 1. Общефизическая подготовка.**

##### **Тема 1. Растяжка.**

1. Как разработать выворотность. Упражнения для выворотных стоп // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video151010686\\_171414775%2F309cbb1448ebe4ee90%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video151010686_171414775%2F309cbb1448ebe4ee90%2Fpl_wall_-185592266)

2. Выворотность. Полезные упражнения // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-5916667\\_456239685%2F4537db91ccb43fb00f%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-5916667_456239685%2F4537db91ccb43fb00f%2Fpl_wall_-185592266)

3. Выворотность // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-51517850\\_456242252%2Fb1280d2eaf51636054%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-51517850_456242252%2Fb1280d2eaf51636054%2Fpl_wall_-185592266)

##### **Тема 2. Акробатика.**

1. Акробатика №1. Основы растяжки // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/video?q=акробатика%20основы&z=video-51517850\\_456241903](https://vk.com/video?q=акробатика%20основы&z=video-51517850_456241903)

2. Акробатика №4. Стойки. – Режим доступа: [https://www.youtube.com/watch?v=seHyBqVsnjQ&feature=emb\\_rel\\_pause](https://www.youtube.com/watch?v=seHyBqVsnjQ&feature=emb_rel_pause)

3. Обучающее видео по акробатическому колесу и рондату (cartwheel, round-off). – Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=NGSSk0KEP-8>

4. Как научиться стоять на руках. – Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=qmzW6vHSojM>

5. Акробатика №3. Мостики. – Режим доступа: [https://www.youtube.com/watch?v=p3bH6Bv89C0&feature=emb\\_rel\\_pause](https://www.youtube.com/watch?v=p3bH6Bv89C0&feature=emb_rel_pause)

6. Акробатика №5. Кувырки. – Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=oktC12LJnZw>

#### **Раздел 2. Классический тренаж.**



1. Классический экзерсис Rond de jambe par terre // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266\\_29](https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266_29)
2. Упражнения для ног Sur le sou-de-pied // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video40616215\\_456239477%2Fe80c46a74f5fb0a389%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video40616215_456239477%2Fe80c46a74f5fb0a389%2Fpl_wall_-185592266)
3. Упражнения для ног Sur le sou-de-pied // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-83893407\\_456239221%2Fa280efb2a099e1a543%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-83893407_456239221%2Fa280efb2a099e1a543%2Fpl_wall_-185592266)
4. Упражнения для ног Battements fondus // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video40616215\\_456239477%2F5641cb959a53587962%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video40616215_456239477%2F5641cb959a53587962%2Fpl_wall_-185592266)
5. Упражнения для ног Battements fondus // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-136605737\\_456239069%2F42c54fa5a324d20fe8%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-136605737_456239069%2F42c54fa5a324d20fe8%2Fpl_wall_-185592266)
6. Упражнения для ног Battements fondus // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video18221313\\_456241470%2F358dd9f261a902a316%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video18221313_456241470%2F358dd9f261a902a316%2Fpl_wall_-185592266)
7. Разогрев Releve, Releve lent // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-156563899\\_456239104%2F2db9a0b04d269135aa%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-156563899_456239104%2F2db9a0b04d269135aa%2Fpl_wall_-185592266)
8. Упражнения для ног Releve, Ballet Dance// Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-50850170\\_456239320%2Fe7c215ffb1e1bd84e4%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-50850170_456239320%2Fe7c215ffb1e1bd84e4%2Fpl_wall_-185592266)
9. Упражнения для ног relevé lent на 45°// Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video1522554\\_456239064%2F43fc5f4f0e6cd048dc%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video1522554_456239064%2F43fc5f4f0e6cd048dc%2Fpl_wall_-185592266)
10. Упражнения для ног battement tendu demi-plié relevé lent // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-40069337\\_456239043%2F3d75d2d7144bab6412%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-40069337_456239043%2F3d75d2d7144bab6412%2Fpl_wall_-185592266)
11. Классический экзерсис Battement developpe // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266\\_40](https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266_40)
12. Упражнения для ног / Battement developpe // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-51661932\\_456239322%2Fb8e0d93b3af6a3d6a1%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-51661932_456239322%2Fb8e0d93b3af6a3d6a1%2Fpl_wall_-185592266)
13. Упражнения для ног Rond de jambe en l'air // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video40616215\\_456239479%2F6920e5474898b806f0%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video40616215_456239479%2F6920e5474898b806f0%2Fpl_wall_-185592266)
14. Упражнения для ног Rond de jambe en l'air // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-136605737\\_456239155%2Fbffd94c008de3eb463%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-136605737_456239155%2Fbffd94c008de3eb463%2Fpl_wall_-185592266)
15. Упражнения для ног Rond de jambe en l'air // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video63947551\\_456239284%2F3e2fc2b51565dd78af%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video63947551_456239284%2F3e2fc2b51565dd78af%2Fpl_wall_-185592266)
16. Классический экзерсис Grand battement jete // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266\\_43](https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266_43)

*Упражнения для рук и корпуса:*

1. Позиции рук // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266\\_46](https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266_46)
2. Классический экзерсис. Законы движения и направления корпуса / Épaulement croisé, Épaulement effacé // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266\\_26](https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266_26)
6. Основы классического танца Épaulement croisé, Épaulement effacé // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-101374928\\_456239043%2F4cc39e5311d7672d2e%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-101374928_456239043%2F4cc39e5311d7672d2e%2Fpl_wall_-185592266)
7. Классический экзерсис. Позы и Arabesques в классическом танце // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266\\_27](https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266_27)
8. Первое Port de bras // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-172278283\\_456239061%2Fca2856c13e5dd6d19c%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-172278283_456239061%2Fca2856c13e5dd6d19c%2Fpl_wall_-185592266)
9. Второе Port de bras // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-172278283\\_456239062%2F948cf039d6250ca3da%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-172278283_456239062%2F948cf039d6250ca3da%2Fpl_wall_-185592266)
10. Классический экзерсис Port de bras // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266\\_32](https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266_32)
11. Классический экзерсис Adajío // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266\\_45](https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266_45)

### **Раздел 3. Хореографическая база. Народный танец.**

1. ГААНТ Игоря Моисеева. – Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=UNvLWP3A3ws>

### **Раздел 4. Хореографическая база. Эстрадный танец.**

1. Эстрадный танец. Мастер-класс Часть 1 // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/video?q=эстрадный%20танец&z=video268675320\\_456239203](https://vk.com/video?q=эстрадный%20танец&z=video268675320_456239203)
2. Эстрадный танец. Мастер-класс Часть 3 // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/video?q=эстрадный%20танец&z=video268675320\\_456239226](https://vk.com/video?q=эстрадный%20танец&z=video268675320_456239226)
3. Эстрадный танец. Мастер-класс Часть 2 // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/video?q=эстрадный%20танец&z=video268675320\\_456239221](https://vk.com/video?q=эстрадный%20танец&z=video268675320_456239221)
4. Эстрадный танец Great Dance Routine, James Cagney and Bob Hope // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/video?q=эстрадный%20танец&z=video-46509891\\_456239484](https://vk.com/video?q=эстрадный%20танец&z=video-46509891_456239484)

### **Раздел 5. Хореографическая база. Бальный танец.**

1. Большой фигурный вальс // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/video?q=фигурный%20вальс&z=video-124845079\\_456239037](https://vk.com/video?q=фигурный%20вальс&z=video-124845079_456239037)

### **Раздел 6. Постановочная и репетиционная работа.**

Тема 1. Постановка сценического танца «Золотце моё».

1. Танец «Золотце моё» Школы танца «Оникс» // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/video?q=Золотце%20моё&z=video225019312\\_456239028](https://vk.com/video?q=Золотце%20моё&z=video225019312_456239028)

Тема 2. Постановка сценического танца «Джентельменши удачи».

1. Танец «Джентельменши Удачи» Школы танца «Оникс» // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/videos65232600?z=video65232600\\_456239318%2Fpl\\_65232600\\_-2](https://vk.com/videos65232600?z=video65232600_456239318%2Fpl_65232600_-2)

Тема 3. Постановка сценического танца «Рок-н-ролл».

1. Танец «Рок-н-ролл» Школы танца «Оникс» // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/videos65232600?z=video65232600\\_456239192%2Fpl\\_65232600\\_-2](https://vk.com/videos65232600?z=video65232600_456239192%2Fpl_65232600_-2)

### 3 год обучения.

1. Техника безопасности на уроках хореографии / Прочее // Техника безопасности на уроках хореографии - Режим доступа: <https://kopilkaurokov.ru/prochee/prochee/tiekhnika-bezopasnosti-na-urokakh-khorieoghrafi>

2. Инструкции по технике безопасности на занятиях по хореографии // Ведущий образовательный портал России «Инфоурок». - Режим доступа: <https://infourok.ru/instrukcii-po-tehnike-bezopasnosti-na-zanyatiyah-po-horeografii-1652354.html>

3. Знакомство с деятельностью коллектива «Школа танца «Оникс» // Социальная сеть ВКонтакте - Режим доступа: <https://vk.com/public185592266>

4. Знакомство с деятельностью коллектива «Ансамбль современной хореографии «Оникс» // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/videos65232600?z=video65232600\\_141943084%2Fpl\\_65232600\\_-2](https://vk.com/videos65232600?z=video65232600_141943084%2Fpl_65232600_-2)

5. Хореограф / Профессии // Моё образование. - Режим доступа: [https://moebrazovanie.ru/professions\\_horeograf.html](https://moebrazovanie.ru/professions_horeograf.html)

4. Профессия хореограф / Искусство и культура / Списки / Профессии // Сайт Edunews Всё для поступающих. - Режим доступа: <https://edunews.ru/professii/obzor/tvorcheskie/horeograf.html>

### Раздел 1. Общефизическая подготовка.

Тема 1. Растяжка.

1. Как разработать выворотность. Упражнения для выворотных стоп // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video151010686\\_171414775%2F309cbb1448ebe4ee90%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video151010686_171414775%2F309cbb1448ebe4ee90%2Fpl_wall_-185592266)

2. Выворотность. Полезные упражнения // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-5916667\\_456239685%2F4537db91ccb43fb00f%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-5916667_456239685%2F4537db91ccb43fb00f%2Fpl_wall_-185592266)

3. Выворотность // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-51517850\\_456242252%2Fb1280d2eaf51636054%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-51517850_456242252%2Fb1280d2eaf51636054%2Fpl_wall_-185592266)

Тема 2. Акробатика.

1. Акробатика №1. Основы растяжки // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/video?q=акробатика%20основы&z=video-51517850\\_456241903](https://vk.com/video?q=акробатика%20основы&z=video-51517850_456241903)

2. Акробатика №4. Стойки. – Режим доступа: [https://www.youtube.com/watch?v=seHyBqVsnjQ&feature=emb\\_rel\\_pause](https://www.youtube.com/watch?v=seHyBqVsnjQ&feature=emb_rel_pause)

3. Обучающее видео по акробатическому колесу и рондату (cartwheel, round-off). – Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=NGSSk0KEP-8>

4. Как научиться стоять на руках. – Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=qmzW6vHSojM>

5. Акробатика №3. Мостики. – Режим доступа: [https://www.youtube.com/watch?v=p3bH6Vv89C0&feature=emb\\_rel\\_pause](https://www.youtube.com/watch?v=p3bH6Vv89C0&feature=emb_rel_pause)

6. Акробатика №5. Кувырки. – Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=oktC12LJnZw>

### Раздел 2. Классический тренаж.

1. Классический экзерсис Rond de jambe par terre // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266\\_29](https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266_29)
2. Упражнения для ног Sur le sou-de-pied // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video40616215\\_456239477%2Fe80c46a74f5fb0a389%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video40616215_456239477%2Fe80c46a74f5fb0a389%2Fpl_wall_-185592266)
3. Упражнения для ног Sur le sou-de-pied // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-83893407\\_456239221%2Fa280efb2a099e1a543%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-83893407_456239221%2Fa280efb2a099e1a543%2Fpl_wall_-185592266)
4. Упражнения для ног Battements fondus // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video40616215\\_456239477%2F5641cb959a53587962%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video40616215_456239477%2F5641cb959a53587962%2Fpl_wall_-185592266)
5. Упражнения для ног Battements fondus // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-136605737\\_456239069%2F42c54fa5a324d20fe8%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-136605737_456239069%2F42c54fa5a324d20fe8%2Fpl_wall_-185592266)
6. Упражнения для ног Battements fondus // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video18221313\\_456241470%2F358dd9f261a902a316%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video18221313_456241470%2F358dd9f261a902a316%2Fpl_wall_-185592266)
7. Разогрев Releve, Releve lent // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-156563899\\_456239104%2F2db9a0b04d269135aa%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-156563899_456239104%2F2db9a0b04d269135aa%2Fpl_wall_-185592266)
8. Упражнения для ног Releve, Ballet Dance// Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-50850170\\_456239320%2Fe7c215ffb1e1bd84e4%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-50850170_456239320%2Fe7c215ffb1e1bd84e4%2Fpl_wall_-185592266)
9. Упражнения для ног relevé lent на 45°// Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video1522554\\_456239064%2F43fc5f4f0e6cd048dc%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video1522554_456239064%2F43fc5f4f0e6cd048dc%2Fpl_wall_-185592266)
10. Упражнения для ног battement tendu demi-plié relevé lent // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-40069337\\_456239043%2F3d75d2d7144bab6412%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-40069337_456239043%2F3d75d2d7144bab6412%2Fpl_wall_-185592266)
11. Классический экзерсис Battement developpe // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266\\_40](https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266_40)
12. Упражнения для ног / Battement developpe // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-51661932\\_456239322%2Fb8e0d93b3af6a3d6a1%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-51661932_456239322%2Fb8e0d93b3af6a3d6a1%2Fpl_wall_-185592266)
13. Упражнения для ног Rond de jambe en l'air // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video40616215\\_456239479%2F6920e5474898b806f0%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video40616215_456239479%2F6920e5474898b806f0%2Fpl_wall_-185592266)
14. Упражнения для ног Rond de jambe en l'air // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-136605737\\_456239155%2Fbffd94c008de3eb463%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-136605737_456239155%2Fbffd94c008de3eb463%2Fpl_wall_-185592266)
15. Упражнения для ног Rond de jambe en l'air // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video63947551\\_456239284%2F3e2fc2b51565dd78af%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video63947551_456239284%2F3e2fc2b51565dd78af%2Fpl_wall_-185592266)
16. Классический экзерсис Grand battement jete // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266\\_43](https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266_43)

*Упражнения для рук и корпуса:*

1. Позиции рук // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266\\_46](https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266_46)
2. Классический экзерсис. Законы движения и направления корпуса / Épaulement croisé, Épaulement effacé // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266\\_26](https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266_26)
6. Основы классического танца Épaulement croisé, Épaulement effacé // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-101374928\\_456239043%2F4cc39e5311d7672d2e%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-101374928_456239043%2F4cc39e5311d7672d2e%2Fpl_wall_-185592266)
7. Классический экзерсис. Позы и Arabesques в классическом танце // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266\\_27](https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266_27)
8. Первое Port de bras // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-172278283\\_456239061%2Fca2856c13e5dd6d19c%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-172278283_456239061%2Fca2856c13e5dd6d19c%2Fpl_wall_-185592266)
9. Второе Port de bras // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-172278283\\_456239062%2F948cf039d6250ca3da%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-172278283_456239062%2F948cf039d6250ca3da%2Fpl_wall_-185592266)
10. Классический экзерсис Port de bras // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266\\_32](https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266_32)
11. Классический экзерсис Adajio // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266\\_45](https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266_45)

#### **Раздел 4. Постановочная и репетиционная работа.**

Тема 1. Постановка сценического танца Вальс «Нежность».

1. Вальс «Нежность» Школы танца «Оникс» // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/videos65232600?z=video65232600\\_456239320%2Fpl\\_65232600\\_-2](https://vk.com/videos65232600?z=video65232600_456239320%2Fpl_65232600_-2)

Тема 2. Постановка сценического танца «Варенька».

1. Танец «Варенька» Школы танца «Оникс» // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/videos65232600?z=video65232600\\_456239369%2Fpl\\_65232600\\_-2](https://vk.com/videos65232600?z=video65232600_456239369%2Fpl_65232600_-2)

Тема 3. Постановка сценического танца «Latina Dance».

1. Танец «Latina Dance» Школы танца «Оникс» // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/videos65232600?z=video65232600\\_456239406%2Fpl\\_65232600\\_-2](https://vk.com/videos65232600?z=video65232600_456239406%2Fpl_65232600_-2)

#### **Раздел 5. Теоретико-аналитическая работа.**

Тема 1. Основы актерского мастерства.

1. Петров М. Урок 1. Чтение с листа. – Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=gYD0Cr9OsR0&feature=youtu.be>
2. Путешествие по странам // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/cid\\_moscow?z=video-174635572\\_456239103%2F89aba8cca016c63e77%2Fpl\\_wall\\_-174635572](https://vk.com/cid_moscow?z=video-174635572_456239103%2F89aba8cca016c63e77%2Fpl_wall_-174635572)
3. Сборник музыкальных фрагментов из Советских фильмов // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/video?q=советские%20музыкальные%20фильмы&z=video138285596\\_164228828](https://vk.com/video?q=советские%20музыкальные%20фильмы&z=video138285596_164228828)
4. Образный рисунок танца / Музыкальная основа в создании художественного образа // Сайт Студопедия. – Режим доступа: [https://studopedia.su/20\\_812\\_muzikalnaya-osnova-v-sozdanii-hudozhestvennogo-obraza.html](https://studopedia.su/20_812_muzikalnaya-osnova-v-sozdanii-hudozhestvennogo-obraza.html)

Тема 2. Сценические аксессуары. Украшение сценического костюма.



1. Создание сценического костюма для хореографического номера. Правила, рекомендации / Сценический костюм // Образовательная площадка «МультиУрок». – Режим доступа: <https://multiurok.ru/files/stsenicheski-kostium.html>
2. Изготовление цветов из атласных лент для сценического костюма «Варенька» // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/im?sel=65232600&z=video65232600\\_456239130%2Fed1e2867db23eae05b](https://vk.com/im?sel=65232600&z=video65232600_456239130%2Fed1e2867db23eae05b)
3. Изготовление цветов из атласных лент для сценического костюма «Варенька». – Режим доступа: [https://vk.com/im?sel=65232600&z=video65232600\\_456239131%2Fea8f0af5561705267f](https://vk.com/im?sel=65232600&z=video65232600_456239131%2Fea8f0af5561705267f)
4. Аксессуары для танцев: сколько и чего нужно?! / Внешность и красота // Сайт Степ. – Режим доступа: <https://step-for-step.com/aksessuaryi-dlya-tantsev>
5. Глава II. Художественные средства в создании сценического образа / Музыкальная основа в создании художественного образа // Сайт Студопедия. – Режим доступа: [https://studopedia.su/20\\_813\\_kostyum.html](https://studopedia.su/20_813_kostyum.html)

#### 4 и 5 год обучения.

1. Техника безопасности на уроках хореографии / Прочее // Техника безопасности на уроках хореографии - Режим доступа: <https://kopilkaurokov.ru/prochee/prochee/tiekhnika-bezopasnosti-na-urokakh-khorieoghrafii>
2. Инструкции по технике безопасности на занятиях по хореографии // Ведущий образовательный портал России «Инфоурок». - Режим доступа: <https://infourok.ru/instrukcii-po-tehnike-bezopasnosti-na-zanyatiyah-po-horeografii-1652354.html>
3. Знакомство с деятельностью коллектива «Школа танца «Оникс» // Социальная сеть ВКонтакте - Режим доступа: <https://vk.com/public185592266>
4. Знакомство с деятельностью коллектива «Ансамбль современной хореографии «Оникс» // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/videos65232600?z=video65232600\\_141943084%2Fpl\\_65232600\\_-2](https://vk.com/videos65232600?z=video65232600_141943084%2Fpl_65232600_-2)
5. Хореограф / Профессии // Моё образование. - Режим доступа: [https://moebrazovanie.ru/professions\\_horeograf.html](https://moebrazovanie.ru/professions_horeograf.html)
4. Профессия хореограф / Искусство и культура / Списки / Профессии // Сайт Edunews Всё для поступающих. - Режим доступа: <https://edunews.ru/professii/obzor/tvorcheskie/horeograf.html>

#### Раздел 1. Общефизическая подготовка.

##### Тема 1. Растяжка.

1. Как разработать выворотность. Упражнения для выворотных стоп // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video151010686\\_171414775%2F309cbb1448ebe4ee90%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video151010686_171414775%2F309cbb1448ebe4ee90%2Fpl_wall_-185592266)
2. Выворотность. Полезные упражнения // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-5916667\\_456239685%2F4537db91ccb43fb00f%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-5916667_456239685%2F4537db91ccb43fb00f%2Fpl_wall_-185592266)
3. Выворотность // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-51517850\\_456242252%2Fb1280d2eaf51636054%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-51517850_456242252%2Fb1280d2eaf51636054%2Fpl_wall_-185592266)

##### Тема 2. Акробатика.

1. Акробатика №1. Основы растяжки // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/video?q=акробатика%20основы&z=video-51517850\\_456241903](https://vk.com/video?q=акробатика%20основы&z=video-51517850_456241903)
2. Акробатика №4. Стойки. – Режим доступа: [https://www.youtube.com/watch?v=seHyBqVsnjQ&feature=emb\\_rel\\_pause](https://www.youtube.com/watch?v=seHyBqVsnjQ&feature=emb_rel_pause)

3. Обучающее видео по акробатическому колесу и рондату (cartwheel, round-off). – Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=NGSSk0KEP-8>
4. Как научиться стоять на руках. – Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=qmzW6vHSojM>
5. Акробатика №3. Мостики. – Режим доступа: [https://www.youtube.com/watch?v=p3bH6Bv89C0&feature=emb\\_rel\\_pause](https://www.youtube.com/watch?v=p3bH6Bv89C0&feature=emb_rel_pause)
6. Акробатика №5. Кувырки. – Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=oktC12LJnZw>

## **Раздел 2. Классический тренаж.**

1. Классический экзерсис Rond de jambe par terre // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266\\_29](https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266_29)
2. Упражнения для ног Sur le sou-de-pied // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video40616215\\_456239477%2Fe80c46a74f5fb0a389%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video40616215_456239477%2Fe80c46a74f5fb0a389%2Fpl_wall_-185592266)
3. Упражнения для ног Sur le sou-de-pied // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-83893407\\_456239221%2Fa280efb2a099e1a543%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-83893407_456239221%2Fa280efb2a099e1a543%2Fpl_wall_-185592266)
4. Упражнения для ног Battements fondus // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video40616215\\_456239477%2F5641cb959a53587962%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video40616215_456239477%2F5641cb959a53587962%2Fpl_wall_-185592266)
5. Упражнения для ног Battements fondus // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-136605737\\_456239069%2F42c54fa5a324d20fe8%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-136605737_456239069%2F42c54fa5a324d20fe8%2Fpl_wall_-185592266)
6. Упражнения для ног Battements fondus // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video18221313\\_456241470%2F358dd9f261a902a316%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video18221313_456241470%2F358dd9f261a902a316%2Fpl_wall_-185592266)
7. Разогрев Releve, Releve lent // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-156563899\\_456239104%2F2db9a0b04d269135aa%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-156563899_456239104%2F2db9a0b04d269135aa%2Fpl_wall_-185592266)
8. Упражнения для ног Releve, Ballet Dance // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-50850170\\_456239320%2Fe7c215ffb1e1bd84e4%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-50850170_456239320%2Fe7c215ffb1e1bd84e4%2Fpl_wall_-185592266)
9. Упражнения для ног relevé lent на 45° // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video1522554\\_456239064%2F43fc5f4f0e6cd048dc%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video1522554_456239064%2F43fc5f4f0e6cd048dc%2Fpl_wall_-185592266)
10. Упражнения для ног battement tendu demi-plié relevé lent // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-40069337\\_456239043%2F3d75d2d7144bab6412%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-40069337_456239043%2F3d75d2d7144bab6412%2Fpl_wall_-185592266)
11. Классический экзерсис Battement developpe // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266\\_40](https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266_40)
12. Упражнения для ног / Battement developpe // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-51661932\\_456239322%2Fb8e0d93b3af6a3d6a1%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-51661932_456239322%2Fb8e0d93b3af6a3d6a1%2Fpl_wall_-185592266)
13. Упражнения для ног Rond de jambe en l'air // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video40616215\\_456239479%2F6920e5474898b806f0%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video40616215_456239479%2F6920e5474898b806f0%2Fpl_wall_-185592266)

14. Упражнения для ног Rond de jambe en l'air // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-136605737\\_456239155%2Fbffd94c008de3eb463%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-136605737_456239155%2Fbffd94c008de3eb463%2Fpl_wall_-185592266)

15. Упражнения для ног Rond de jambe en l'air // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video63947551\\_456239284%2F3e2fc2b51565dd78af%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video63947551_456239284%2F3e2fc2b51565dd78af%2Fpl_wall_-185592266)

16. Классический экзерсис Grand battement jete // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266\\_43](https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266_43)

*Упражнения для рук и корпуса:*

1. Позиции рук // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266\\_46](https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266_46)

2. Классический экзерсис. Законы движения и направления корпуса / Épaulement croisé, Épaulement effacé // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266\\_26](https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266_26)

6. Основы классического танца Épaulement croisé, Épaulement effacé // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-101374928\\_456239043%2F4cc39e5311d7672d2e%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-101374928_456239043%2F4cc39e5311d7672d2e%2Fpl_wall_-185592266)

7. Классический экзерсис. Позы и Arabesques в классическом танце // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266\\_27](https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266_27)

8. Первое Port de bras // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-172278283\\_456239061%2Fca2856c13e5dd6d19c%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-172278283_456239061%2Fca2856c13e5dd6d19c%2Fpl_wall_-185592266)

9. Второе Port de bras // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?z=video-172278283\\_456239062%2F948cf039d6250ca3da%2Fpl\\_wall\\_-185592266](https://vk.com/public185592266?z=video-172278283_456239062%2F948cf039d6250ca3da%2Fpl_wall_-185592266)

10. Классический экзерсис Port de bras // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266\\_32](https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266_32)

11. Классический экзерсис Adajio // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266\\_45](https://vk.com/public185592266?w=wall-185592266_45)

#### **Раздел 4. Поддержки в дуэтом танце.**

1. Поддержки и трюки в дуэтом танце // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/videos65232600?z=video27526726\\_160808923%2Fpl\\_65232600\\_-2](https://vk.com/videos65232600?z=video27526726_160808923%2Fpl_65232600_-2)

2. Поддержки и трюки в дуэтом танце // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/videos65232600?z=video65232600\\_164740599%2Fpl\\_65232600\\_-2](https://vk.com/videos65232600?z=video65232600_164740599%2Fpl_65232600_-2)

3. Танцевальные трюки и поддержки // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/videos65232600?z=video65232600\\_164739024%2Fpl\\_65232600\\_-2](https://vk.com/videos65232600?z=video65232600_164739024%2Fpl_65232600_-2)

#### **Раздел 5. Теоретико-аналитическая работа.**

Тема 1. Основы актерского мастерства.

1. Петров М. Урок 1. Чтение с листа. – Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=gYD0Cr9OsR0&feature=youtu.be>

2. Путешествие по странам // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/cid\\_moscow?z=video-174635572\\_456239103%2F89aba8cca016c63e77%2Fpl\\_wall\\_-174635572](https://vk.com/cid_moscow?z=video-174635572_456239103%2F89aba8cca016c63e77%2Fpl_wall_-174635572)

3. Сборник музыкальных фрагментов из Советских фильмов // Социальная сеть ВКонтакте – Режим доступа: [https://vk.com/video?q=советские%20музыкальные%20фильмы&z=video138285596\\_164228828](https://vk.com/video?q=советские%20музыкальные%20фильмы&z=video138285596_164228828)

Тема 2. Сценические аксессуары. Украшение сценического костюма.



1. Создание сценического костюма для хореографического номера. Правила, рекомендации / Сценический костюм // Образовательная площадка «МультиУрок». – Режим доступа: <https://multiurok.ru/files/stsenicheski-kostium.html>

2. Изготовление цветов из атласных лент для сценического костюма «Варенька» // Социальная сеть ВКонтакте. – Режим доступа: [https://vk.com/im?sel=65232600&z=video65232600\\_456239130%2Fed1e2867db23eae05b](https://vk.com/im?sel=65232600&z=video65232600_456239130%2Fed1e2867db23eae05b)

3. Изготовление цветов из атласных лент для сценического костюма «Варенька». – Режим доступа: [https://vk.com/im?sel=65232600&z=video65232600\\_456239131%2Fea8f0af5561705267f](https://vk.com/im?sel=65232600&z=video65232600_456239131%2Fea8f0af5561705267f)

4. Аксессуары для танцев: сколько и чего нужно?! / Внешность и красота // Сайт Степ. – Режим доступа: <https://step-for-step.com/akssuaryi-dlya-tantsev>

#### *Кадровое обеспечение:*

Педагог высшей квалификационной категории (Приказ МОиН ЧО № 01/1787 от 29.07.2024 (действует бессрочно)) – Войтова Валерия Евгеньевна.

Высшее образование ФГБОУ ВПО «Магнитогорский государственный университет», 2003 г. по специальности «Социальная педагогика», квалификация «Социальный педагог».

Курсы повышения квалификации:

- ГБУ ДПО ЧИРПО с 17.04.2023г. по 24.04.2023г. «Реализация бережливых технологий в системе образования», 36 часов.

- ГБУ ДПО ЧИРПО с 17.04.2023г. по 24.04.2023г. «Реализация бережливых технологий в системе образования», 36 часов;

- ООО "Высшая школа делового администрирования" с 03.12.2023 по 13.12.2023 "Формирование ИКТ-компетентности педагога в соответствии с требованиями обновленных ФГОС и профессионального стандарта", 72 часа;

- ГБУ ДПО ЧИРПО с 04.12.2023 по 19.12.2023 "Современные педагогические технологии реализации дополнительного образования детей в образовательной организации", 72 часа;

- ООО "Профессиональная академия" с 26.03.2024 по 28.03.2024 "Оказание первой помощи пострадавшим", 20 часов

### **2.3 Формы аттестации учащихся**

*Формы промежуточного контроля:*

- выполнение практических заданий;
- педагогическое наблюдение;
- концертная деятельность;
- конкурсы, фестивали, смотры;
- онлайн конкурсы, фестивали;
- видео отчёты.

*Формы итогового контроля:*

- выполнение практических заданий;
- концертная деятельность;
- конкурсы, фестивали, смотры;
- онлайн конкурсы, фестивали;
- видео отчёты.

### **2.4 Оценочные материалы.**

*Промежуточная аттестация 1-го полугодия:*

Контроль практической подготовленности по окончании 1-го полугодия основывается на проверке **выполнения практических заданий:**

№ п/п	Практические задания	Критерий	Оценка
1.	Продemonстрировать упражнения ОПФ.	Обучающийся продемонстрировал знание техники исполнения и понимание того, что исполняет.	«Зачёт»
		Обучающийся не продемонстрировал техники исполнения и не понимал того, что исполняет.	«Незачёт»
2.	Продemonстрировать упражнения классического тренажа.	Обучающийся продемонстрировал знание техники исполнения и понимание того, что исполняет.	«Зачёт»
		Обучающийся не продемонстрировал техники исполнения и не понимал того, что исполняет.	«Незачёт»
3.	Исполнить основные элементы эстрадного танца.	Обучающийся продемонстрировал знание техники исполнения и понимание того, что исполняет.	«Зачёт»
		Обучающийся не продемонстрировал техники исполнения и не понимал того, что исполняет.	«Незачёт»
4.	Исполнить основные элементы народного танца.	Обучающийся продемонстрировал знание техники исполнения и понимание того, что исполняет.	«Зачёт»
		Обучающийся не продемонстрировал техники исполнения и не понимал того, что исполняет.	«Незачёт»
5.	Исполнить основные элементы бального танца.	Обучающийся продемонстрировал знание техники исполнения и понимание того, что исполняет.	«Зачёт»
		Обучающийся не продемонстрировал техники исполнения и не понимал того, что исполняет.	«Незачёт»

*Промежуточная аттестация 2-го полугодия:*

Контроль практической подготовленности по окончании 2-го полугодия основывается на проверке **выполнения практических заданий:**

№ п/п	Практические задания	Критерий	Оценка
1.	Исполнить сценический танец «Зарядка» (самостоятельно).	Обучающийся продемонстрировал знание техники исполнения и понимание того, что исполняет.	«Зачёт»
		Обучающийся не продемонстрировал техники исполнения и не понимал того, что исполняет.	«Незачёт»
2.	Исполнить сценический танец «В каждом маленьком ребёнке» (самостоятельно).	Обучающийся продемонстрировал знание техники исполнения и понимание того, что исполняет.	«Зачёт»
		Обучающийся не продемонстрировал техники исполнения и не понимал того, что исполняет.	«Незачёт»

*Промежуточная аттестация 3-го полугодия:*

Контроль практической подготовленности по окончании 3-го полугодия основывается на проверке **выполнения практических заданий**:

№ п/п	Практические задания	Критерий	Оценка
1.	Продemonстрировать упражнения классического тренажа.	Обучающийся продемонстрировал знание техники исполнения и понимание того, что исполняет.	«Зачёт»
		Обучающийся не продемонстрировал техники исполнения и не понимал того, что исполняет.	«Незачёт»
2.	Продemonстрировать упражнения народного танца.	Обучающийся продемонстрировал знание техники исполнения и понимание того, что исполняет.	«Зачёт»
		Обучающийся не продемонстрировал техники исполнения и не понимал того, что исполняет.	«Незачёт»
3.	Продemonстрировать упражнения эстрадного танца.	Обучающийся продемонстрировал знание техники исполнения и понимание того, что исполняет.	«Зачёт»
		Обучающийся не продемонстрировал техники исполнения и не понимал того, что исполняет.	«Незачёт»
4.	Продemonстрировать упражнения бального танца.	Обучающийся продемонстрировал знание техники исполнения и понимание того, что исполняет.	«Зачёт»
		Обучающийся не продемонстрировал техники исполнения и не понимал того, что исполняет.	«Незачёт»

*Промежуточная аттестация 4-го полугодия:*

Контроль практической подготовленности по окончании 4-го полугодия основывается на проверке **выполнения практических заданий**:

№ п/п	Практические задания	Критерий	Оценка
1.	Исполнить сценический танец «Джентельменши Удачи» (самостоятельно).	Обучающийся продемонстрировал знание техники исполнения и понимание того, что исполняет.	«Зачёт»
		Обучающийся не продемонстрировал техники исполнения и не понимал того, что исполняет.	«Незачёт»
2.	Исполнить стилизованный народный танец «Золотце моё» (самостоятельно).	Обучающийся продемонстрировал знание техники исполнения и понимание того, что исполняет.	«Зачёт»
		Обучающийся не продемонстрировал техники исполнения и не понимал того, что исполняет.	«Незачёт»
3.	Исполнить эстрадный танец «Рок-н-ролл» (самостоятельно).	Обучающийся продемонстрировал знание техники исполнения и понимание того, что исполняет.	«Зачёт»

		Обучающийся не продемонстрировал техники исполнения и не понимал того, что исполняет.	«Незачёт»
--	--	---	-----------

*Промежуточная аттестация 5-го полугодия:*

Контроль практической подготовленности по окончании 5-го полугодия основывается на проверке **выполнения практических заданий:**

№ п/п	Практические задания	Критерий	Оценка
1.	Исполнить сценический танец «Вальс Нежность» (самостоятельно).	Обучающийся продемонстрировал знание техники исполнения и понимание того, что исполняет.	«Зачёт»
		Обучающийся не продемонстрировал техники исполнения и не понимал того, что исполняет.	«Незачёт»
2.	Показать принцип работы объёмного шарфа.	Обучающийся продемонстрировал знание техники исполнения и понимание того, что исполняет.	«Зачёт»
		Обучающийся не продемонстрировал техники исполнения и не понимал того, что исполняет.	«Незачёт»

*Промежуточная аттестация 6-го полугодия:*

Контроль практической подготовленности по окончании 6-го полугодия основывается на проверке **выполнения практических заданий:**

№ п/п	Практические задания	Критерий	Оценка
1.	Исполнить сценический танец «Варенька» (самостоятельно).	Обучающийся продемонстрировал знание техники исполнения и понимание того, что исполняет.	«Зачёт»
		Обучающийся не продемонстрировал техники исполнения и не понимал того, что исполняет.	«Незачёт»
2.	Исполнить сценический танец «Latina Dance» (самостоятельно).	Обучающийся продемонстрировал знание техники исполнения и понимание того, что исполняет.	«Зачёт»
		Обучающийся не продемонстрировал техники исполнения и не понимал того, что исполняет.	«Незачёт»

*Промежуточная аттестация 7-го полугодия:*

Контроль практической подготовленности по окончании 7-го полугодия основывается на проверке **выполнения практических заданий:**

№ п/п	Практические задания	Критерий	Оценка
1.	Работа с предметом. Декоративные крылья.	Обучающийся продемонстрировал знание техники исполнения и понимание того, что исполняет.	«Зачёт»
		Обучающийся не продемонстрировал	«Незачёт»

		техники исполнения и не понимал того, что исполняет.	
2.	Поддержки в дуэтном танце.	Обучающийся продемонстрировал знание техники исполнения и понимание того, что исполняет.	«Зачёт»
		Обучающийся не продемонстрировал техники исполнения и не понимал того, что исполняет.	«Незачёт»
3.	Исполнить сценический танец «Лебединая верность» (самостоятельно).	Обучающийся продемонстрировал знание техники исполнения и понимание того, что исполняет.	«Зачёт»
		Обучающийся не продемонстрировал техники исполнения и не понимал того, что исполняет.	«Незачёт»

*Промежуточная аттестация 8-го полугодия:*

Контроль практической подготовленности по окончании 8-го полугодия основывается на проверке **выполнения практических заданий:**

№ п/п	Практические задания	Критерий	Оценка
1.	Исполнить сценический танец «Ой, то не вечер» (самостоятельно).	Обучающийся продемонстрировал знание техники исполнения и понимание того, что исполняет.	«Зачёт»
		Обучающийся не продемонстрировал техники исполнения и не понимал того, что исполняет.	«Незачёт»
2.	Исполнить сценический танец «Синяя вечность» (самостоятельно).	Обучающийся продемонстрировал знание техники исполнения и понимание того, что исполняет.	«Зачёт»
		Обучающийся не продемонстрировал техники исполнения и не понимал того, что исполняет.	«Незачёт»
3.	Работа с предметом (шатёр)	Обучающийся продемонстрировал знание техники исполнения и понимание того, что исполняет.	«Зачёт»
		Обучающийся не продемонстрировал техники исполнения и не понимал того, что исполняет.	«Незачёт»

*Промежуточная аттестация 9-го полугодия:*

Контроль практической подготовленности по окончании 9-го полугодия основывается на проверке **выполнения практических заданий:**

№ п/п	Практические задания	Критерий	Оценка
1.	Исполнить патриотический танец «Ленинград, 41-ый» (самостоятельно).	Обучающийся продемонстрировал знание техники исполнения и понимание того, что исполняет.	«Зачёт»
		Обучающийся не продемонстрировал техники исполнения и не понимал того, что исполняет.	«Незачёт»
3.	Работа с предметом (шатёр, ящик с	Обучающийся продемонстрировал знание техники исполнения и понимание	«Зачёт»

	мандаринами)	того, что исполняет.	
		Обучающийся не продемонстрировал техники исполнения и не понимал того, что исполняет.	«Незачёт»

*Промежуточная аттестация 10-го полугодия:*

Контроль практической подготовленности по окончании 10-го полугодия основывается на проверке **выполнения практических заданий:**

№ п/п	Практические задания	Критерий	Оценка
1.	Исполнить сценический танец «Рапсодия для фортепиано» (самостоятельно).	Обучающийся продемонстрировал знание техники исполнения и понимание того, что исполняет.	«Зачёт»
		Обучающийся не продемонстрировал техники исполнения и не понимал того, что исполняет.	«Незачёт»
2.	Исполнить этнический танец «Африканская свадьба» (самостоятельно).	Обучающийся продемонстрировал знание техники исполнения и понимание того, что исполняет.	«Зачёт»
		Обучающийся не продемонстрировал техники исполнения и не понимал того, что исполняет.	«Незачёт»
3.	Работа с предметом (шатёр, ростовые куклы, стул)	Обучающийся продемонстрировал знание техники исполнения и понимание того, что исполняет.	«Зачёт»
		Обучающийся не продемонстрировал техники исполнения и не понимал того, что исполняет.	«Незачёт»

*Итоговая аттестация (по результатам всего периода обучения):*

Контроль практической подготовленности итоговой аттестации всего периода обучения основывается на проверке **выполнения творческого практического задания:**

№ п/п	Практические задания	Критерий	Оценка
1.	Исполнить хореографический этюд собственного сочинения.	Обучающийся продемонстрировал знание техники исполнения и понимание того, что исполняет.	«Зачёт»
		Обучающийся не продемонстрировал техники исполнения и не понимал того, что исполняет.	«Незачёт»
2.	Исполнить импровизацию.	Обучающийся продемонстрировал знание техники исполнения и понимание того, что исполняет.	«Зачёт»
		Обучающийся не продемонстрировал техники исполнения и не понимал того, что исполняет.	«Незачёт»

Для отслеживания результатов реализации программы используются следующие критерии:

1. Уровень теоретических знаний (оценка теоретических знаний по предмету «хореография» – терминология, базовые знания).
2. Уровень сформированности практических умений (техники исполнения, взаимодействие в паре, умение быстро осваивать информацию «читать с листа», умение синхронно работать в коллективе, умение видеть себя внутри хореографического рисунка).
3. Уровень сформированности эмоциональной реализации художественного образа, артистизм, индивидуальная трактовка образа, понимание того что и для чего ты хочешь донести это до зрителя.
4. Уровень сформированности стремления к саморазвитию и самосовершенствованию.
5. Уровень воспитанности:
  - 5.1. Ответственность, преданность, профессионализм.
  - 5.2. Общительность. Этика общения.
  - 5.3. Трудлюбие, организованность, дисциплинированность.
  - 5.4. Умение осуществлять тренерскую помощь обучающимся младшего звена.
6. Уровень устойчивости мотивации к учебной и концертной деятельности.
7. Комплексная оценка по итогам концертных и конкурсных выступлений.

## 2.5 Методические материалы

*Методы обучения:*

**Объяснительно-иллюстративные:** объяснение, рассказ, беседа, лекция, демонстрация, инструктаж, оперативный комментарий.

**Практические:** метод освоения движения, метод обучения посредством расчленения движений, творческие задачи, повторение, самостоятельная работа, игровые ситуации, показ.

**Методы стимулирования и мотивации деятельности:** соревнование, создание «ситуации успеха», эмоциональное воздействие, поощрение, порицание, требование, перспектива, общественное мнение, личный пример педагога.

**Репродуктивный** – учащиеся сами воспроизводят известный им материал. Этот метод позволяет педагогу осуществлять контроль над усвоением знаний, умений, навыков учащихся: с помощью разнообразных заданий педагог предлагает воспроизвести разученные ранее танцевальные движения и композиции, отслеживая технику исполнения и уровень хореографической и мышечной памяти.

**Проблемный** – педагог выдвигает перед учащимися познавательную творческую проблему и показывает путь ее решения, либо учащийся предлагает свое творческое решение, что способствует развитию образного мышления.

**Игровые методы (Метод театрализации)** – через различные сюжеты и роли происходит обучение актёрскому мастерству, способность мыслить хореографическими образами позволяет развиваться духовно, что позднее используется в танцевальной деятельности.

**Импровизационный метод (Сочинение)** - педагог предлагает самостоятельно подобрать музыкальный материал или предлагает его создать небольшую танцевальную композицию, используя законы драматургии. Тем самым учащимся даётся возможность творчески мыслить, принять участие в создании танцевального номера и возможно открыть в себе талант сочинителя. Это действие, не осознанное и не подготовленное заранее, действие, которое совершается экспромтом. Этот процесс, тем самым порождает у подростка азарт, развивает творчество, способствует раскрепощению, самосовершенствованию и самовыражению через хореографические образы и постановки.

**Интерактивные методы** – взаимодействие, сотрудничество, поиск, диалог, игра между людьми или человеком и информационной средой.

*Формы организации образовательного процесса:*

- индивидуальная;
- групповая;
- коллективная.

*Формы организации учебного занятия:*

- беседа;
- презентация;
- практическое занятие;
- открытое занятие;
- мастер-класс;
- творческая мастерская;
- фестиваль;
- конкурс;
- концерт;
- праздник;
- тренинги профессионального, образовательного, ценностного самоопределения на цифровых тренажёрах;
- цифровое тестирование;
- онлайн конкурсы;
- просветительские программы;
- беседа в сетевой группе;
- видео-, аудио-урок;
- урок-лекция;
- вебинар;
- видео - конференция;
- чат;
- виртуальная экскурсия;
- виртуальный мастер-класс.

*Образовательные (педагогические) технологии:*

- **Здоровьесберегающие технологии**, направленные на укрепление и сохранение здоровья обучающихся;
- **Технологии дифференцированного обучения**, учитывающие индивидуальные особенности состояния здоровья и уровня физической подготовленности обучающихся. При оценивании учитывается не только достигнутый результат, но и динамика изменений физической подготовленности.
- **Технологии личностно-ориентированного подхода** в обучении, направленные на удовлетворение потребностей и интересов студентов.
- **Технология игрового моделирования**, направленных на повышение эффективности занятий, качества усвоения учебного материала учащимися, реализацию потребности личности студента в самовыражении и самоопределении.
- **Тестовая технология**, применяемая для мониторинга уровня теоретической и практической подготовленности.
- **Технология электронного обучения** - организация образовательной деятельности с применением содержащейся в базах данных и используемой при реализации образовательных программ информации и обеспечивающих ее обработку информационных технологий, технических средств, а также информационно-телекоммуникационных сетей, обеспечивающих передачу по линиям связи указанной информации, взаимодействие обучающихся и педагогических работников (п.1 ст.16 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ).
- **Дистанционные образовательные технологии** - образовательные технологии, реализуемые в основном с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии обучающихся и педагогических



работников (п.1 ст.16 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ).

*Алгоритм учебного занятия:*

Общие занятия строятся по определенной структуре:

**1. Вводная часть** (приветствие, постановка цели и задач, общефизическая разминка, классический тренаж, базовая хореография, растяжка, акробатика).

**2. Основная часть** - постановочная и репетиционная работа (постановка номера, изучение новых танцевальных элементов и связок, техническое совершенствование изученных комбинаций, синхронность исполнения, выполнение хореографического материала под музыку, работа над артистичностью и эмоциональностью исполнения).

**3. Заключительная часть** (самостоятельная работа обучающегося, рефлексия, обсуждение изученного материала и работы, поклон).

*Алгоритм учебного занятия в режиме дистанционного обучения.*

**1. Вводная часть** - приветствие, постановка цели и задач.

**2. Основная часть** – изучение основных понятий заданной темы, просмотр видеоматериалов, теоретический разбор новых танцевальных элементов и связок, выполнение хореографического материала под музыку.

**3. Заключительная часть** - самостоятельная работа обучающегося, рефлексия, обсуждение изученного материала и работы, запись видео с исполнением задания.

*Дидактические материалы:*

1. Аудиотека (фонограммы танцевальных номеров, музыкальные сборники для тренировок).

2. Видеотека (учебные курсы, занятия, записи выступлений на различных концертах, конкурсах).

Видеоматериалы:

– Николай и Йоран Нордин, Великобритания. Семинар. Москва.

– «Реверанс-конгресс». Москва.

– Кубок мира среди профессионалов. Москва. 2017-2019 гг.

– Танцевальное шоу «Реверданс». Ирландия. 2004 г.

– Танцевальное шоу «Сожжённые на паркете». «Голливуд». 2004 г.

– Творческая лаборатория [m.vk.com/club 16870052](https://m.vk.com/club/16870052)

– Андрус Н. А., Андрус Л. А. Искусство общения. Челябинск, 1993.

– Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца.

– Балкина С. И., Ломова Т. П. Музыка и движение.

– Громов Ю. Танцуйте, дети. М., 1970.

3. Портфолио и презентация коллектива.

4. Методическая разработка урока по теме "Современные стили хореографии" (введение в образовательную программу Школы танца "Оникс").

5. Методическая разработка урока "Технология изучения постановки танца "Рок-н-ролл".

6. Методическая разработка урока "Ассоциативность мышления в хореографии. Постановка танцевальных трюков и поддержек".

## 2.6 Список литературы.

1. Примерные программы по учебным предметам по дополнительной предпрофессиональной программе Хореографическое творчество. – Режим доступа: <https://www.mkrf.ru/documents/primernye-programmy-po-uchebnym-predmetam-po-dopolnitelnoy-predprofessionalnoy-programme-khoreografi/>

2. Савченко Е. Л., Лосева Е. В. Программа современного танца. Челябинск, ЧГИК, 2010.

3. Бондаренко Л. Ритмика и танец. – Киев, 1972.
4. Зими́на А.Н. Образные упражнения и игры в музыкально-ритмическом развитии детей. – М., 1998
5. Захаров Р.В. Сочинение танца: Страницы педагогического опыта — М. Искусство, 1983. – 237 с. – Режим доступа: [https://nmdshi.uln.muzkult.ru/media/2018/09/17/1217333943/ZaKharov\\_R\\_Sochinenie\\_tanca.pdf](https://nmdshi.uln.muzkult.ru/media/2018/09/17/1217333943/ZaKharov_R_Sochinenie_tanca.pdf)
6. Мессерер А. Уроки классического танца. – СПб.: Лань, 2004. – 400 с. – Режим доступа: [https://vk.com/doc1447969\\_439600732?hash=8ac1e4a28f5dc7e4ff&dl=2d6340e2c4d2f8b5f8](https://vk.com/doc1447969_439600732?hash=8ac1e4a28f5dc7e4ff&dl=2d6340e2c4d2f8b5f8)
7. Иван А.А. Искусство хореографии. – М.: Искусство, 2000.
8. Ивлева Л. Д. Джазовый танец. Челябинск, ЧГИК, 2006.
9. Ивлева Л. Д. Методика обучения хореографии в старшей возрастной группе. - Челябинск: ЧГИК, 2006.
10. Костровицкая В.С. 100 уроков классического танца. - Л.: Искусство, Ленинградское отделение, 1981.
11. Музыка и хореография современного балета. Сборник статей. М., 2008.
12. Писарев А. Школа классического танца, - Москва, 1998.
13. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Начало обучения. – М.: ВЦХТ, 2008. – 150 с.
14. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Продолжение обучения. – М.: ВЦХТ, 2008. – 154 с.
15. Никитин Ю. Джаз-модерн танец. Учебно-методическое пособие. № 4, 2008.
16. Балетная гимнастика: учеб. пособие / сост. Л.Г. Нагайцева. – Краснодар, 2004. – 24 с. – Режим доступа: [https://www.studmed.ru/nagayceva-lg-sost-baletnaya-gimnastika\\_780c956a7f7.html](https://www.studmed.ru/nagayceva-lg-sost-baletnaya-gimnastika_780c956a7f7.html)
17. Уральская В.И. Рождение танца. – М.: Сов. Россия, 1982. – 144 с. (Библиотечка «В помощь художественной самодеятельности» № 18). – Режим доступа: [https://vk.com/doc283182972\\_437419958?hash=ea24f0073ac635c657&dl=9af7e3d596308ae722](https://vk.com/doc283182972_437419958?hash=ea24f0073ac635c657&dl=9af7e3d596308ae722)
18. Сидоров В. Современный танец. – М.: Первина, 2002. – 300 с.
19. Шереметьевская Н. Танец на эстраде. – М.: Искусство, 1985. – 260 с. – Режим доступа: [https://vk.com/doc1447969\\_437177154?hash=58d6ddd41fd3341e2f&dl=5fafba684fa241d24c](https://vk.com/doc1447969_437177154?hash=58d6ddd41fd3341e2f&dl=5fafba684fa241d24c)
20. Лопухов, А. В. Основы характерного танца / А. В. Лопухов, А. В. Ширяев, А. И. Бочаров. - Изд. 4-е, стер. - Санкт-Петербург [и др.] : Планета музыки : Лань, 2010. - 343 с. – Режим доступа: <https://drive.google.com/file/d/0BxxUM7OhcPg-d3ZTVkRBNE9BRUU/view>
21. Полятков С.С. Основы современного танца. – Ростов н/Дону: Феникс, 2005. - 80 с. (Серия «Без проблем»). – Режим доступа: [https://vk.com/doc1447969\\_439586471?hash=214e06f6f79327833a&dl=d59a7f5868ffa073e5](https://vk.com/doc1447969_439586471?hash=214e06f6f79327833a&dl=d59a7f5868ffa073e5)
22. Базанов В. Техника и технология сцены. – Л.: Искусство, 1976. – Режим доступа: [https://vk.com/doc-101417016\\_437078669?hash=276fa353bcbbc6a624&dl=bbbf403fc74b275c5](https://vk.com/doc-101417016_437078669?hash=276fa353bcbbc6a624&dl=bbbf403fc74b275c5)
23. Климов, А. А. Основы русского народного танца. - М. : Искусство, 1981. - 269 с. – Режим доступа: <https://www.razym.ru/semiyahobbi/drhobbi/180985-klimov-aa-osnovy-russkogo-narodnogo-tanca.html>
24. Нуруллин Н.С. Методические указания к ведению урока народного танца. Методические указания. – М., 1979. – 41 с. – Режим доступа: [https://www.studmed.ru/nurullin-ns-metodicheskie-ukazaniya-k-vedeniyu-uroka-narodnogo-tanca\\_aee2d9fead6.html](https://www.studmed.ru/nurullin-ns-metodicheskie-ukazaniya-k-vedeniyu-uroka-narodnogo-tanca_aee2d9fead6.html)

25. Андерсон Б. Растяжка для каждого. – Минск, 2010. – Режим доступа: <https://mexalib.com/view/135664>
26. Ваганова А.Я. Основы классического танца. – СПб.: Лань, 2000. – 192 с. – Режим доступа: <https://freedocs.xyz/pdf-471677429>
27. Васильева-Рождественская М.В. Историко-бытовой танец. Учеб. пособие. – 2-е изд., пересмотр.- М.: Искусство, 1987. – 382 с. – Режим доступа: [https://www.studmed.ru/vasileva-rozhdestvenskaya-mv-istoriko-bytovoy-tanec\\_24b8adb5b11.html](https://www.studmed.ru/vasileva-rozhdestvenskaya-mv-istoriko-bytovoy-tanec_24b8adb5b11.html)
28. Онлайн-журнал о танцах. – Режим доступа: <https://dance-cafe.ru/onlajn-zhurnal/>
29. Видео и фото танцев на сайте Divadance.ru. – Режим доступа: [http://www.divadance.ru/dvi\\_00\\_videos.htm](http://www.divadance.ru/dvi_00_videos.htm)
30. Портал Dj-land.ru: прогрессивная музыка и танцы. – Режим доступа: <http://dj-land.ru>
31. Книги по танцам на сайте R-dance.club. – Режим доступа: <https://r-dance.club>
32. Сайт «Всё для хореографов». – Режим доступа: <http://www.horeograf.com/>
33. Сайт «Балет на Фонтанке». – Режим доступа: <https://www.youtube.com/channel/UCRU5FQMmQ69eQfKjOkeulhA>
34. Сайт «Про Балет | Pro Ballet». – Режим доступа: <https://www.youtube.com/channel/UCWpjKglD29XizsdYQCCEJRg>

**Воспитательная работа в коллективе.**

Процесс воспитания направлен на воспитание и развитие свободной, жизнелюбивой, талантливой личности, обогащенной знаниями, эстетически развитой, готовой к созидательной, творческой деятельности и нравственному поведению. Воспитание средствами хореографии, являясь составной частью всего воспитательного процесса, развивает способности чувствовать и любить, движение, музыку, формирует художественный вкус, побуждает к творческой деятельности.

Необходимо регулярно знакомить обучающихся с новинками танцевального искусства. По возможности посещать концерты профессиональных хореографических ансамблей.

Начальным условием воспитательного процесса является создание в коллективе атмосферы доброжелательности, уважения, атмосферы взаимного доверия. Создание воспитательной среды, строящейся на гуманных отношениях между людьми, важная задача педагогу реализующего данную образовательную программу. Педагог может использовать следующие группы методов воспитания:

- методы формирования сознания личности (взглядов, убеждений, идеалов), (лекции, беседы, рассказы, доклады, диспуты);
- методы организации деятельности и формирования опыта общественного поведения (педагогические требования, поручение, создание воспитывающих ситуаций);
- методы стимулирования деятельности и поведения (поощрения, порицания, соревнование).

Для создания определённого эмоционального настроения обучающихся, возможности общения и сопереживания успехов других используются и разные формы. Проведение отчётных концертов для родителей, в которых участвуют все учащиеся хореографического класса даёт возможность им увидеть друг друга, сравнить свои успехи с успехами других, а педагогу, анализируя работу обучающихся, увидеть, прежде всего, положительные моменты в продвижении каждого ученика и определить перспективы дальнейшей работы. Концерты сплачивают коллектив, дают возможность каждому видеть результаты своего труда, воспитывают исполнительскую волю и уверенность в себе.

№	Название мероприятия	Время и место проведения	Для кого проводится
1.	Знакомство с традициями, законами и обычаями коллектива (для каждого года обучения разное).	Сентябрь ДУМ «Магнит»	1-4 год обучения
2.	Час общения: «Мы одна дружная семья», «Старший, помощник и друг младшему!».	В течение года ДУМ «Магнит»	2-4 год обучения
3.	Беседы: «История коллектива», «История ДУМ «Магнит», «Правила ГАИ-это правила твои», «Алгоритм поведения воспитанников в стрессовых и чрезвычайных ситуациях в жизни и в коллективе», «Правила пожарной безопасности и техники безопасности на тренировке», «Как избежать травмы на занятиях».	В течение года ДУМ «Магнит», концертные площадки, гастрольные поездки	1-4 год обучения
4.	Индивидуальная работа: «Воспитание увлечением» - работа с одарёнными	В течение года ДУМ	1-4 год обучения

	детьми, «Танец – воспитание культуры общения», «Уважайте и берегите друг друга!» - культура поведения между партнёром и партнёршей и внутри коллектива, «Помоги каждому, и все помогут тебе!».	«Магнит», концертные площадки	
5.	Посещение концертных программ, хореографических спектаклей, танцевальных коллективов разных жанров хореографии.	В течение года	1-4 год обучения
6.	Проведение развлекательных мероприятий (День именинника, Новый год, День защитника Отечества, 8 Марта).	В течение года	1-4 год обучения
7.	Выезд в летние лагеря отдыха и оздоровления для участия в тематических сменах.	Июль-август	2-4 год обучения

#### **Работа с родителями.**

Одним из важных средств воспитательной работы является воспитание общественной активности и самостоятельности учащихся, организация общественно-полезных дел. Участие родителей, особенно в первоначальный период, является важным фактором для достижения успехов в обучении и воспитании. Неоценимую помощь могут оказать родители своим детям, знакомя их с лучшими достижениями художественной культуры, через совместное посещение театров и концертных залов.

<b>№</b>	<b>Форма</b>	<b>Время и место проведения</b>	<b>Для кого проводится</b>
1.	«День открытых дверей» (показательные выступления коллектива, Презентации).	Сентябрь	Родители и дети 1 год обучения
2.	Родительские собрания «Развитие творческой активности детей и подростков посредством искусства хореографии». «Какие изменения произошли с ребёнком (подростком) за время обучения в коллективе?» «Заинтересованность ребёнка!»	Сентябрь Декабрь Май ДУМ «Магнит»	Родители 1-4 год обучения
3.	Совместные праздники: «Новогодний капустник», «Здравствуй, лето!», «День защитника Отечества», «8 Марта», День защиты детей.	Декабрь Февраль Март Май ДУМ «Магнит»	Родители и дети 1-4 год обучения
4.	Родительское собрание: «Результативность работы коллектива. Влияние коллектива на развитие личности ребёнка».	Май ДУМ «Магнит»	Родители 1-4 год обучения
5.	Мастер-класс по изготовлению аксессуаров и росшиву костюма.	Январь Февраль ДУМ «Магнит»	Родители 2-4год обучения
6.	Оказание благотворительной материальной помощи по обеспечению коллектива: костюмы, поездки, инвентарь и т.д.	В течение года	Родители 1-4 год обучения

Репертуар план Школы танца «Оникс»

- |     |                             |     |                                |
|-----|-----------------------------|-----|--------------------------------|
| 1.  | АВВА. Танцующая королева.   | 45. | Мамба.                         |
| 2.  | Англия. Слоуfox.            | 46. | Мани-мани.                     |
| 3.  | Андалузский.                | 47. | Матрица.                       |
| 4.  | Антре (4 шт.)               | 48. | Мексика.                       |
| 5.  | Антре Фиего.                | 49. | Монтажники высотники.          |
| 6.  | Армия любовников.           | 50. | Мулен Руж.                     |
| 7.  | Африканская свадьба.        | 51. | На побывку едет молодой моряк. |
| 8.  | Барыня.                     | 52. | Новое поколение. Флешмоб.      |
| 9.  | Белль.                      | 53. | Ой, то не вечер.               |
| 10. | Бразильская самба.          | 54. | Пасодобль.                     |
| 11. | Бременские музыканты.       | 55. | Под солнцем.                   |
| 12. | Буяна.                      | 56. | Полонез. Менуэт.               |
| 13. | В каждом маленьком ребёнке. | 57. | Порушка.                       |
| 14. | Валенки.                    | 58. | Потолок ледяной.               |
| 15. | Вальс (8 шт.)               | 59. | Пресли.                        |
| 16. | Вальс «Нежность».           | 60. | Рада.                          |
| 17. | Варенька.                   | 61. | Рапсодия для фортепиано.       |
| 18. | Венгерский бальный.         | 62. | Рапсодия любви.                |
| 19. | Весёлое ранчо.              | 63. | Рикки Мартин.                  |
| 20. | Весна 45-го года.           | 64. | Родина моя.                    |
| 21. | Восток.                     | 65. | Рок-н-ролл.                    |
| 22. | Дед Морозы и Снегурочки.    | 66. | Ромео и Джульетта.             |
| 23. | Джентельменши удачи.        | 67. | Русский.                       |
| 24. | Еврейский.                  | 68. | Сиртаки.                       |
| 25. | Ёлки. Верка Сердючка.       | 69. | Снег кружится.                 |
| 26. | Золотце моё.                | 70. | Там нет меня (дуэт).           |
| 27. | Изаура.                     | 71. | Танго (3 шт.)                  |
| 28. | Испания.                    | 72. | Танго разбитых сердец.         |
| 29. | Исповедь.                   | 73. | Танец страсти.                 |
| 30. | Кабардино-Балкарский.       | 74. | Три белых коня.                |
| 31. | Кабардинский.               | 75. | Тундра.                        |
| 32. | Кабаре.                     | 76. | Улыбайся. Флешмоб.             |
| 33. | Канкан.                     | 77. | Фигурная полька.               |
| 34. | Карнавальная ночь.          | 78. | Фрукты.                        |
| 35. | Ковбои.                     | 79. | Хьюстон (дуэт).                |
| 36. | Когда я закрываю глаза.     | 80. | Цыганский.                     |
| 37. | Коко Шанель.                | 81. | Чао, бамбино.                  |
| 38. | Кони привередливые.         | 82. | Чарльстон.                     |
| 39. | Кукарелла.                  | 83. | Шизгарес.                      |
| 40. | Латинаданс.                 | 84. | Широка река.                   |
| 41. | Легенда морей.              | 85. | Юнона и Авось. (Дуэт).         |
| 42. | Люди в белом.               | 86. | Я люблю тебя до слёз.          |
| 43. | Мазурка.                    | 87. | Япония.                        |
| 44. | Маленький принц.            | 88. | Ящер.                          |
|     |                             | 89. | Лебединая верность.            |
|     |                             | 90. | Зелёный свет.                  |