

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №3 г.Алзамай»

Утверждено
приказом МКОУ «СОШ №3 г.Алзамай»
от 1.09.2023г. №270-од

**Дополнительная
общеобразовательная общеразвивающая
программа
по хореографии**

«Удивительный мир танца»

Форма организации образовательной деятельности –
творческое объединение «Dance Life Style»

Адресат программы: обучающиеся 11-17 лет
Срок реализации: 3 года

Программу составил :
Пономаренко С.С.,
педагог дополнительного образования

Г.Алзамай
2023г.

Пояснительная записка

В современном обществе умение красиво танцевать является признаком хорошего тона, а владение различными направлениями танцев позволит всегда быть на высоте, чувствовать уверенность в себе. Особенность искусства танца в том, что содержание любого танцевального произведения раскрывается через пластику человеческого тела. Пластическая природа танца через своеобразную и сложную технику этого искусства раскрывает внутренний мир человека, его лирико-романтические отношения, героические поступки, показывает национальную, стилевую и историческую принадлежность.

Направленность программы: художественная

Актуальность и педагогическая целесообразность программы:

Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой, всесторонне развитой личности. Занятия хореографией приобщают детей к миру прекрасного, воспитывают художественный вкус. Соприкосновение с танцем учит детей слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. Музыка - это опора танца. Движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность. Воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память. Занятия танцами способствуют не только развитию внешних данных ребенка, но и формированию его внутреннего мира. Искусство танца - искусство коллективное. Хореографические занятия совершенствуют детей физически, укрепляют их здоровье. Они способствуют правильному развитию костномышечного аппарата, избавлению от физических недостатков, максимально исправляют нарушения осанки, формируют красивую фигуру. Эти занятия хорошо снимают напряжение, активизируют внимание, усиливают эмоциональную реакцию и, в целом, повышают жизненный тонус. В танце находит выражение жизнерадостность и активность ребенка, развивается его творческая фантазия, творческие способности. Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества. Систематическая работа над музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает детям понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях танцем, но и в повседневной жизни. Это является и социальной значимостью программы.

Практическая значимость программы заключается в том, что изучение хореографии, как и других видов искусства, помогает развить те стороны личностного потенциала обучающегося, на которые содержание других предметов имеет ограниченное влияние: воображение, активное творческое мышление, способность рассматривать явления жизни с разных позиций. Как и другие виды искусства, танец развивает эстетический вкус, воспитывает возвышенные чувства, но, в отличие от других искусств, оказывает существенное влияние и на физическое развитие ребенка.

Необходимость и актуальность программы обусловлена образовательными потребностями конкретной категории обучающихся. Эта объективная заинтересованность в определённых образовательных услугах субъективно выражена в обращённых к системе

образования интересах и ожиданиях в отношении современного танца. Современный танец является одним из основных предметов, он развивает физические данные детей, укрепляет мышцы ног и спины, сообщает подвижность суставно-связочному аппарату, формирует технические навыки и основы правильной осанки, тренирует сердечно-сосудистую и дыхательную системы, корректирует физические недостатки строения тела – в этом его значение и значимость. Общеразвивающая программа «Удивительный мир танца» способствует разрешению этих вопросов, чем и обусловлена её актуальность

Отличительные особенности, новизна программы «Удивительный мир танца» заключаются в самой структуре программы, в её содержательной части, в организационно- педагогической основе обучения:

- групповая форма работы в сочетании с индивидуальным подходом;
- обучение, развитие и воспитание на основе современных педагогических технологий личностно-ориентированной направленности, методов, форм, приёмов, способствующих наибольшей заинтересованности детей в этом виде деятельности, а также более полному раскрытию их творческого потенциала и формированию стремления к саморазвитию и дальнейшему самосовершенствованию.

Адресат программы: обучающиеся 11-17 лет

Запись в коллектив осуществляется без специальных отборочных мероприятий, желание мальчиков и девочек танцевать – это и есть основной отборочный критерий.

Объем программы программа рассчитана на 204 часа в год, общее количество, отведенное на реализацию программы- 612 часов за 3 года

Срок освоения программы - 3 года

Форма обучения: очная.

Режим занятий Занятия проводятся по 6 часов в неделю (по 2 часа в день, обозначенный в расписании), продолжительность занятия 45 минут с перерывом 10 минут.

Цель программы: формирование и развитие природных задатков и творческого потенциала ребенка в процессе обучения искусству хореографии..

Задачи:

обучающие:

1. формировать знания об основных хореографических понятиях;
2. формировать знания по исполнению экзерсиса у станка и на середине;
3. обучить выполнять простейшие танцевальные движения, осваивать комбинации, рисунки, перестроения, хореографические композиции на базе проученных движений;
4. обучить навыкам эмоционального и образного исполнения хореографических композиций (танцев);
5. обучить навыкам постановочной и концертной деятельности;

развивающие:

1. формировать и развивать специальные навыки и умения по хореографии, познавательный интерес к хореографическому искусству и общей культуре личности;
2. формировать и развивать способности к самостоятельной и коллективной работе;
3. развивать коммуникативные способности обучающихся через учебно-практическую деятельность;

4. развивать способности творческого выполнения практической деятельности;
5. развивать способности использовать приобретённые предметные знания и опыт практической деятельности для решения задач реальной жизни;
6. развивать двигательную и музыкально – ритмическую координацию, внимание, слуховую, зрительную, двигательную память;
7. развивать эмоциональное восприятие, эмоциональную отзывчивость, фантазию.
8. укреплять опорно – мышечный аппарат, формировать правильную осанку;

воспитательные:

1. воспитывать эстетическое восприятие, художественный вкус;
2. воспитывать всесторонне развитую личность, стремящуюся к саморазвитию и самосовершенствованию;
3. формировать интерес к хореографическому искусству;
4. воспитывать трудолюбие, упорство, настойчивость, умение добиваться поставленной цели.

Для достижения цели образовательной программы необходимо опираться на:

- постепенность в развитии природных способностей детей;
- строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приемами;
- систематичность и регулярность занятий;
- целенаправленность учебного процесса.

Планируемые результаты

Личностные:

- уважительное отношение к танцевальной культуре посредством изучения различных танцевальных направлений;
- аккуратность, трудолюбие, самоконтроль;
- коммуникативные умения и навыки, обеспечивающие совместную деятельность в коллективе;
- стремление к здоровому образу жизни.

Метапредметные:

- развитие чувства ритма ребенка;
- совершенствование координации движений ребенка;
- формирование у обучающихся потребность в творческой реализации.

Ожидаемые результаты:

В конце первого года обучения обучающиеся будут знать:

- специальную терминологию хореографического искусства;
- основы техники безопасности на учебных занятиях и концертной площадке;
- основные сведения по истории современного танца;
- сведения по истории балльных танцев;
- основные элементы русского народного танца;
- современные формы, стили и техники танца.

В конце первого года обучения обучающиеся будут уметь:

- выполнять движения и комбинации у станка и на середине зала в ускоренном темпе;
- согласовывать движения корпуса, рук, ног при переходе из позы в позу;
- выражать образ с помощью движений;

- самостоятельно и грамотно выполнять изученные элементы современного, бального и народного танца.

В конце второго года обучения обучающиеся будут знать:

- специальную терминологию хореографического искусства;
- основные сведения по истории современного танца;
- принципы взаимодействия музыкальных и хореографических средств выразительности;
- основные стили и жанры современной хореографии.
- современные формы, стили и техники танца.

В конце второго года обучения обучающиеся будут уметь:

- свободно и грамотно ориентироваться в терминологии современного танца
- самостоятельно и грамотно выполнять изученные элементы современного, бального и народного танца;
- владеть исполнительским мастерством сценического танца.

В конце третьего года обучения обучающиеся будут знать:

- специальную терминологию хореографического искусства;
- основные сведения по истории современного танца
- основы техники исполнения движений джаз танца, танца модерн, современных уличных направлений танца.

В конце третьего года обучения обучающиеся будут уметь:

- работать над выразительностью исполнения танцевального репертуара.
- эмоционально и технически верно выступать перед зрителями.
- самостоятельно и грамотно выполнять движения современного, бального, уличного и народного танца.

В результате реализации программы обучающиеся будут уметь:

- исполнять основные движения современного, уличного, бального, и народного танца;
- грамотно подходить к изучению лексики разных жанров и стилей танца;
- определять средства музыкальной выразительности в контексте хореографического образа;
- использовать знания современного лексического материала в хореографических произведениях коллектива;
- отражать в танце особенности исполнительской манеры разных стилей хореографии;
- исполнять движения и комбинации артистично и музыкально.

В результате реализации программы обучающиеся будут иметь представление:

об основных направлениях и этапах развития хореографии;
о тенденциях развития современного, бального и народного танца.

В ходе реализации программы школьники расширят знания в области танцевальной культуры, разовьют танцевальные способности, приобретут большой опыт межличностного общения в условиях практической деятельности, освоят и накопят танцевальный материал для осуществления собственных постановок.

Учебно-тематический план

1 год обучения

№		Количество часов			Форма промежуточной (итоговой) аттестации
		всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	Входной контроль
2	Партерная гимнастика	26	1	25	Наблюдение . Контроль исполнения упражнений.
3	Эстрадный танец	24	1	23	Наблюдение. Контроль исполнения элементов. Практический показ.
4	Уличный танец (хип-хоп, папинг)	24	1	23	Наблюдение. Контроль исполнения элементов. Практический показ
5	Основы народного танца (хоровод)	24	1	23	Наблюдение. Контроль исполнения элементов. Практический показ
6	Современный танец (джаз-фанк)	24	1	23	Наблюдение. Контроль исполнения элементов. Практический показ
7	Бальные танцы (вальс)	24	1	23	Наблюдение. Контроль исполнения элементов. Практический показ
8	Постановочная работа	34		34	Работа над танцевальным репертуаром. Постановка хореографических номеров. Генеральная репетиция.
9	Концертная деятельность	18		18	Групповые выступления на мероприятиях различного уровня. Участие в концертных программах, конкурсах, фестивалях.
10	Промежуточная аттестация	4		4	
	Итого:	204	8	196	

2 год обучения

№		Количество часов			Форма промежуточной (итоговой) аттестации
		всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	Входной контроль
2	Партерная гимнастика	26	1	25	Наблюдение . Контроль исполнения упражнений.
3	Эстрадный танец	24	1	23	Наблюдение. Контроль исполнения элементов. Практический показ.
4	Уличный танец (локинг, хаус)	24	1	23	Наблюдение. Контроль исполнения элементов. Практический показ
5	Основы народного танца (пляска, перепляс)	24	1	23	Наблюдение. Контроль исполнения элементов. Практический показ
6	Современный танец (вог)	24	1	23	Наблюдение. Контроль исполнения элементов. Практический показ
7	Бальные танцы (самба)	24	1	23	Наблюдение. Контроль исполнения элементов. Практический показ
8	Постановочная работа	34		34	Работа над танцевальным репертуаром. Постановка хореографических номеров.

					Генеральная репетиция.
9	Концертная деятельность	18		18	Групповые выступления на мероприятиях различного уровня. Участие в концертных программах, конкурсах, фестивалях.
10	Промежуточная аттестация	4		4	
	Итого:	204	8	196	

3 год обучения

№		Количество часов			Форма промежуточной (итоговой) аттестации
		всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	Входной контроль
2	Партерная гимнастика	26	1	25	Наблюдение . Контроль исполнения упражнений.
3	Эстрадный танец	24	1	23	Наблюдение. Контроль исполнения элементов. Практический показ.
4	Уличный танец (крамп, джамп-стайл)	24	1	23	Наблюдение. Контроль исполнения элементов. Практический показ
5	Основы народного танца (кадриль)	24	1	23	Наблюдение. Контроль исполнения элементов. Практический показ
6	Современный танец (контемп)	24	1	23	Наблюдение. Контроль исполнения элементов.

					Практический показ
7	Бальные танцы (ча-ча-ча)	24	1	23	Наблюдение. Контроль исполнения элементов. Практический показ
8	Постановочная работа	34		34	Работа над танцевальным репертуаром. Постановка хореографических номеров. Генеральная репетиция.
9	Концертная деятельность	18		18	Групповые выступления на мероприятиях различного уровня. Участие в концертных программах, конкурсах, фестивалях.
10	Промежуточная аттестация	4		4	
	Итого:	204	8	196	

Содержание программы

1 год обучения

Вводное занятие (2ч)

Целевая направленность: знакомство с обучающимися, определение работы в коллективе решение организационных вопросов, определение музыкальных и танцевальных данных обучающихся; знакомство с техникой безопасности на занятиях.

Форма работы: групповая.

Теория. В занятие входит рассказ педагога о программе обучения, знакомство с родителями, требования к танцевальной форме, обуви, о культуре поведения в коллективе и в танцевальном зале. Беседа по технике безопасности. Формирование групп по возрасту, медицинские показания для занятий танцами, расписание занятий.

Практика. Игры на знакомства, на сплочение коллектива

Разминка и партерная гимнастика(26ч)

Теория: Устное теоретическое объяснение всех упражнений. Техника безопасности при выполнении упражнений партерного экзерсиса.

Практика:

- Упражнения для улучшения гибкости шеи.
- Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья.
- Развитие подвижности локтевого и плечевого суставов.
- Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.

- Упражнения на улучшение гибкости позвоночника.
- Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и мышц бедра.
- Упражнения для гибкости коленных суставов, для развития подвижности голеностопного сустава, голени и стопы.
- Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага.
- Растяжка.

Разминка

Теория. Теоретические основы хореографических движений. Хореографические термины.

- *Практика.*
- **Ритмическая разминка:** комплекс упражнений, рассчитанный на разминку, растяжку и разогрев необходимых групп мышц. Отличается от многих разминок тем, что выполняется под музыку, т.е. изучение танцевальных элементов начинается уже в разминке.
- Изучаемые элементы разминки:
 - - Движения головы. Соединение движений головы с движениями других центров.
 - - Плечи: комбинация из движений, изученных ранее, разные по ритму комбинации.
 - - Грудная клетка: круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскостях, соединение в комбинации движений.
 - - Контракция.
 - - Прыжки.

3. Эстрадный танец(24ч)

«Эстрадный танец».

Является основным изучаемым танцем, в последствие переплетаясь в постановках с современными направлениями. В этом стиле можно бесконечно варьировать, сочинять, учитывая возможности, особенности темперамента детей, максимально выявляя индивидуальные возможности каждого.

Теория: Теоретическое содержание танцевальных упражнений и движений.

Практика: Разучивание хореографических композиций (исполнение отдельных фигур, элементов, отработка и соединение в рисунок) детского эстрадного танца. .

4. Уличный танец(24ч)

Хип-хоп

Теория : история возникновения танца хип-хоп, особенности и манера исполнения.

Практика:

Old school (1979 – 1990) Базовые элементы старой школы:

- Smurf, Prep (Pretty Boys), The wop ,Cabbage patch, Reebok, The Fila, Happy Feat

Middle school (1990-2000) Базовые элементы средней школы:

Party, Machine Running Man: Reverse, With touch, Up, Steve Martin, Pepper seed, BK Bounce (Peter Paul), Roger Rabbit: Bobby Brown, Janet Jackson, Henry Link. Bart Simpson, Butterfly

New school (2000 ...) Базовые элементы новой школы:

- Monetary, C-walk, Bank head Bounce, Walk-it-out, Harlem Shake, ATL Stomp, Tone-whop, Wreckin Shop, Heel-toe (ragga version), Robocop (2 version), Chicken head, Erby,

New school (2000 ...) Базовые элементы новой школы:

- Aunt Jackie, Pop, lock & drop it, Chicken noodle soup, Camel walk ,Push-and-Pull, Trammpps, Bounce rock skate, Golf, Bizmarkie, Beneton, Tone Wop, Chicken Head.

Локинг

Теория: История возникновения танца локинг

Локинг – это целая субкультура танцевального искусства. Это один из самых позитивных фанковых стилей танца. Отличается шуточно – комической манерой исполнения, большую роль в нем играют пантомима и мимика. Локинг переполнен эмоциями, динамичными и четкими движениями. Основой всего танца являются замыкающиеся позиции замки, от этих движений и образовалось название стиля – Locking от слова замок “Lock”

Отличительные черты локинга: различные фишки с киданием рук, резкие движения, разнообразные прыжки, петли руками, фишки с покачиванием ногами и руками и т.д.

Основные движения локинга, которые являются его базой:

Lock – «замок», - основное движение танца;

Race – определенное, характерное для локинга, сложение кистей рук в форме бинокля;

Point – локер указывает на кого-то пальцем;

Wrist roll – крутящие движения вверх - вниз запястьями.

Существует еще множество базовых движений локинга, например, таких : Double lock; Stop and go; Scooby doo; Skeeter Rabbit; Wich-a-way; Funky chicken; The Watergate; Funky Broadway; Scoo box

Практика: Выполнение базовых элементов танца.

5. Основы народного танца(24ч)

Хоровод.

Теория: русская танцевальная культура. Формирование интереса и уважения к русской культуре и народному творчеству.

Практика: освоение хороводных рисунков: «круг», «двойной круг», «звездочка», «карусель» «крест», «корзинка», «улитка». Разновидности хороводов. Хоровод «Летел кулик». Основной ход «Лебедушка».

Осанка – правильное положение корпуса: лопатки, взгляд, шея. Позиции и положения ног: I, II, III, - свободные позиции. IV позиция рук. Движения плеч. Движения головы. Перегибы корпуса. Повороты. Положение тазобедренного сустава относительно выворотности. Варианты возможных сочетаний основных движений с элементами различных народных танцев.

Элементы русского танца.

1. Положение ног, рук, позы.
2. Поклоны.
3. Ходы: бытовой с притопом, переменный, девичий плавный ход
4. Припадание.
5. Ковырялочки.
6. Дробные ходы.
7. Вращения.
8. Присядки: на каблук по II позиции, «мяч», «ползунок».
9. Хлопушки.

6. Бальные танцы (24ч)

«Бальный танец».

Знакомство с характерными чертами и историей танцев различных эпох и народов, а также знакомство с элементами бальных танцев

Теория: Краткое содержание танцевальных упражнений.

Практика: Разучивание хореографических композиций (исполнение отдельных фигур, элементов, отработка и соединение в рисунок) танцев «Вальс», «Самба», «Ча-ча-ча»

Вальс

Теория: знакомство с видами историко-бытового танца, с его особенностями и манерой исполнения.

Венский «Вальс», Вальс Бостон

Практика: разучивание основного шага, основных элементов и фигур танца

Квадрат

Повороты

Шаги в танце

Дорожка вальса

Партия мужчины

Партия женщины

Вальс, схема шагов

7. Современный танец(24ч)

Джаз фанк

Теория: История возникновения танца. Основные особенности.

С самого начала поп-фанк и джаз развивались и существовали отдельно, джаз был достаточно известен, а слово "фанк" было жаргонным, впервые его употребил пианист и композитор Хорас Сильвер, в 1952 году одна из его пьес называлась "Funky Hotel". Спустя небольшое количество времени джаз-фанк стал популярным, а конец 60-х прошлого столетия стал периодом, когда фанк стал отстаивать свои права и становиться самостоятельным направлением.

К основным фанк-стилям относятся:

Popping; Animation; Strobing; Floating (gliding); Dimestop; Bopping; Locking; Waving; Robot (botting); Saccing; Slowmo; Hitting (ticking); King tut; Digits (finger waving) 3D; Strutting.

Практика:

Базовые движения.

Основные ступи.

Положение рук и корпуса.

8.Постановочная деятельность (34 ч)

Практика.

- Эстрадный танец
- Танец в стиле хип-хоп, локинг
- Народный танец(хоровод)
- Бальный танец (Вальс)
- Танец в стиле джаз фанк

9. Концертная деятельность (18 ч)

Практика.

- Выступления на школьных мероприятиях (День учителя, осенний бал, День матери, вечер встречи выпускников, смотр художественной самодеятельности, последний звонок), конкурсах (Мы-молодые, Ступеньки к успеху).

- Новогодние выступления.

- Отчетный концерт по итогам 3 года обучения.

10.Промежуточная аттестация (4 ч)

Танцевальные произведения из репертуарного плана могут меняться в зависимости от контингента обучающихся, их способностей, интересов, творческого видения педагога и детей.

2 год обучения

Вводное занятие (2ч)

Целевая направленность: знакомство с обучающимися, определение работы в коллективе решение организационных вопросов, определение музыкальных и танцевальных данных обучающихся; знакомство с техникой безопасности на занятиях.

Форма работы: групповая.

Теория. В занятие входит рассказ педагога о программе обучения, знакомство с родителями, требования к танцевальной форме, обуви, о культуре поведения в коллективе и в танцевальном зале. Беседа по технике безопасности. Формирование групп по возрасту, медицинские показания для занятий танцами, расписание занятий.

Практика. Игры на знакомства, на сплочение коллектива

Партерная гимнастика и разминка(26ч)

Теория: Устное теоретическое объяснение всех упражнений. Техника безопасности при выполнении упражнений партерного экзерсиса.

Практика:

- Упражнения для улучшения гибкости шеи.
- Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья.
- Развитие подвижности локтевого и плечевого суставов.
- Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.
- Упражнения на улучшение гибкости позвоночника.
- Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и мышц бедра.
- Упражнения для гибкости коленных суставов, для развития подвижности голеностопного сустава, голени и стопы.
- Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага.
- Растяжка.

3 Эстрадный танец(24ч)

Эстрадный танец».

Теория: Теоретические основы экзерсиса и основных движений.

Практика: Экзерсис на середине.

1. Техника изоляции.

Один из основных принципов современного танца. Изолированные движения всех частей тела – головы, плеч, рук, корпуса, бедер, ног. На первом этапе обучения координируется 1, а затем 2 центра в одновременном параллельном или разнонаправленном движении, ритмический рисунок ровный, без синкоп.

2. Основные шаги

- приставной шаг с plié. Сначала изучается в чистом виде, а потом соединяется с работой корпуса;
- выпады в сторону, сначала изучаются в чистом виде, а затем с поворотом корпуса;
- подъем на носки, разворот стоп «краб».

3. Основные движения корпусом

Раскачивание корпусом вперед-назад, из стороны в сторону. 4. Прыжки

- прыжки на месте;
- прыжки вперед – назад;
- прыжки вправо-влево;
- прыжки «крестом»;
- прыжки «ноги вместе - ноги врозь».

5. Танцевальная комбинация.

Танцевальная комбинация строится на основе изученных элементарных движений.

4.Уличный танец(24ч)

Попинг

Основные виды попинга:

1. Waving

Стиль предполагает использование в танце техники «пускания волны» по корпусу и рукам.

2. Gliding

Техника скольжения ногами по поверхности, перекатываясь с носка на пятку.

3. Robot

Вид поппинга, в котором происходит имитация роботизированных движений. Этот стиль на определенных этапах был необычайно популярен. Зрителей и исполнителей завораживало действие, в котором стирались границы между искусством и реальностью. Стиль Robot, как никакой другой, оправдывал сущность поппинга, как танцевального направления, творящего иллюзию. В определенный момент зрители попадают под магию танца и перестают воспринимать исполнителя как человека, но ассоциируют его с роботом.

4. King Tut

Популярное в постсоветских странах (в отличие от США) направление поппинга. Этот вид иначе называется «стиль египетских фараонов» и основан на создании частями тела танцора углов в 90 градусов.

5. Strobing

Стиль поппинга, напоминающий движения в свете стробоскопа.

6. Puppet

Кукольный стиль. Движения копируют кукол или мультипликационных героев.

7. Glow Motion

Этот вид поппинга представлен движениями, которые выглядят, как замедленная съемка.

House (хаус)

Теория: История возникновения танца. Основные особенности.

Подстили хауса:

- скейтинг;
- стомпинг;
- шаффлинг;

Практика:

Разновидности: jacking (работа корпусом), footwork (работа ног), stomping (прыжковые элементы), lofting (работа в партере), а также stocking - игра с партнером.

- Jacking (The Jack, джекинг) – движение характеризуется расслабленным раскачиванием центра груди, оно напоминает волну. Элемент много раз повторяется, и, все время ускоряясь, «ловит» основной бит в музыке. Музыка хаус имеет быстрый темп, поэтому джекинг помогает танцору создать свою схему, это определяет характер танца, а исполнитель добавляет пластики. Чикаго считается родиной элемента. Джекинг является основой хауса, в которую включаются работа ног и сложные элементы.

- Footwork (работа, техника ног, футворк) – вариации сочетаний движений ног, которые напоминают внешне джаз и чечетку. Техника работы ног предполагает присутствие постоянного эксперимента. Можно при помощи движений отмечается четкость ритма в треке, также танцор может создать собственный рисунок.

- Lofting (лофтинг, волна) – это сочетание акробатического стиля и нижнего брейка (полусиловые и силовые элементы, которые выполняются на полу). Лофтинг – это плавные и мягкие движения, во время него танцор движется сквозь биты в музыке и не подчиняется звучащей музыке. Движение к полу – дайв – относится к лофтингу. Lofting – яркий и экспрессивный, каждое движение контролируется, исполняющий танец добивается изящности в исполнении. Это самый поздний элемент в хаус-танце.

5. Основы народного танца (24ч)

Пляс, перепляс.

Теория: русская танцевальная культура. Формирование интереса и уважения к русской культуре и народному творчеству.

Практика: освоение рисунков плясовых переплясов: «шторки», «коробка», «шеренги», «клин». Разновидности плясовых, переплясов. Манера исполнения. Пляска «Веселуха».

Основной ход: «задорный», «парный». Основные элементы плясок: «дробь», «каблучные», «парные». Перепляс «Девчата».

Осанка – правильное положение корпуса: лопатки, взгляд, шея. Позиции и положения ног: I, II, III, - свободные позиции. IV позиция рук. Движения плеч. Движения головы. Перегибы корпуса. Повороты. Положение тазобедренного сустава относительно выворотности. Варианты возможных сочетаний основных движений с элементами различных народных танцев.

Элементы русского танца.

1. Положение ног, рук, позы.
2. Поклоны.
3. Ходы: бытовой с притопом, переменный, девичий плавный ход
4. Припадание.
5. Ковырялочки.
6. Дробные ходы.
7. Вращения.
8. Присядки: на каблук по II позиции, «мяч», «ползунок».
9. Хлопушки.

6. Бальные танцы(24ч)

Самба

Теория: История возникновения танца. Основные особенности.

Музыкальный размер Самбы 2/4 с преобладающим ударным акцентом на втором ударе каждого такта.

Темп 52-54 такта в минуту.

Особенность танца в постоянном баунсе (пружинистом действии) в коленях.

Дальше нас ждёт небольшая вариация, поэтому не ленимся, поднимаемся и повторяем за мной...

Практика: **Основные движения связки**

Первое движение – теньевая ботафого с правой ноги. Исходное положение: стоим на левой ноге, правая вынесена в сторону на носочке. Делаем первый шаг диагональю вперед правой ногой. Далее выносим левую ногу в сторону, стоим на двух носках и возвращаемся на правую ногу.

Второе движение – корта джага. Выносим левую ногу вперед и ставим ее на каблук. Затем переносим ее на двух ногах. Это был счет – три и четыре.

Третье движение – теньевая ботафого с левой ноги. Делаем шаг диагональю вперед левой ногой на счет пять. Выносим правую ногу в сторону и на счет шесть возвращаемся на левую ногу.

Четвертое движение – кик правой ногой (выбрасываем ногу в воздух, будто ударяем по мячу) на счет семь. И возвращаем ногу назад на счет восемь.

Пятое движение – круговая вольта. Исходное положение: правая нога ровно, левая впереди. Подымаемся на носки и начинаем закручиваться влево. На счет раз опускаемся полностью на левую стопу, левая нога скрещивается за правой. Продолжаем вращение и еще два раза опускаемся полностью на левую стопу на счет два и три. На счет четыре завершаем вращение по кругу и вытягиваем правую ногу на носок в сторону.

Шестое движение – вольта спот поворот вправо и влево. Правую ногу закрепляем перед левой. Делаем полное вращение и останавливаемся с вытянутой на носке левой ногой на счет раз и два. И повторяем это же движение в обратную сторону на счет три и четыре.

7. Современный танец (24ч)

Вог

Теория: История происхождения. Особенности танца вог.

Подстили: Femme, Old Way «старая школа», New Way «Новая школа»

Практика:

Изучение базовых элементов, шагов, позировок.

Элементы: duckwalk и catwalk, spinning, floor performance, drop. Duckwalk . Floor performance
Spins ,drop

8. Постановочная деятельность (34 ч)

Практика.

- Эстрадный танец
- Танец в стиле хаус и поппинг
- Народный танец(перепляс)
- Бальный танец (самба)
- Танец с элементами Вога.

9. Концертная деятельность (18 ч)

Практика.

- Выступления на школьных мероприятиях (День учителя, осенний бал, День матери, вечер встречи выпускников, смотр художественной самодеятельности, последний звонок), конкурсах (Мы-молодые, Ступеньки к успеху).

- Новогодние выступления.

- Отчетный концерт по итогам 3 года обучения.

10. Промежуточная аттестация (4 ч)

Танцевальные произведения из репертуарного плана могут меняться в зависимости от контингента обучающихся, их способностей, интересов, творческого видения педагога и детей.

3 год обучения

1. Вводное занятие (2ч)

Целевая направленность: знакомство с обучающимися, определение работы в коллективе решение организационных вопросов, определение музыкальных и танцевальных данных обучающихся; знакомство с техникой безопасности на занятиях.

Форма работы: групповая.

Теория. В занятие входит рассказ педагога о программе обучения, знакомство с родителями, требования к танцевальной форме, обуви, о культуре поведения в коллективе и в танцевальном зале. Беседа по технике безопасности. Формирование групп по возрасту, медицинские показания для занятий танцами, расписание занятий.

Практика. Игры на знакомства, на сплочение коллектива

2. Партерная гимнастика и разминка (26ч)

Теория: Устное теоретическое объяснение всех упражнений. Техника безопасности при выполнении упражнений партерного экзерсиса.

Практика:

- Упражнения для улучшения гибкости шеи.
- Упражнения для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья.
- Развитие подвижности локтевого и плечевого суставов.
- Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса.
- Упражнения на улучшение гибкости позвоночника.
- Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и мышц бедра.
- Упражнения для гибкости коленных суставов, для развития подвижности голеностопного сустава, голени и стопы.
- Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага.
- Растяжка.

3. Эстрадный танец (24ч)

Теория: Дискомызыка, дискотанец. Истоки дискотеки.

Практика:

Упражнения небольшой амплитуды:

- Неглубокие приседания.
- Пружинные шаги.
- Подъем на полупальцы.
- Движения руками.
- Прыжки и упражнения, стабилизирующие дыхание.
- Гибкость тела.
- Волна рук.
- Волна корпуса.
- Перегибы корпуса.

Музыкально-ритмическая координация. Работа на координацию движений головы, рук и ног. Растяжка. Прыжок.

3. Уличный танец (24ч)

Krump

Теория. Характеристика направления Krump

Практика:

Основные движения: Krump-up, Tricks, Power moves, Kill-offs Stomp, Chest pop, Arm swing.

Подпрыгивания.

Изолированные движения отдельными частями тела.

Движения, передающие эмоции.

Комбинации широких шагов, наклонов.

Простые поддержки.

«Контактные» комбинации движений.

Связки танцевальных элементов движений данного танцевального направления.

Джампстайл (Jumpstyle)

Теория. Характеристика направления Jumpstyle

Практика:

Old Skool/Basis Jump - Это простейшая форма джампстайла, буквально все движения можно узнать при первом обучении. Этот вид танца может исполнить буквально каждый, что и делает джампстайл настолько доступным для масс. Он основывается на 5 основных шагах.

Hardjump - является более сложной версией из 6 основных шаглев. Соответственно, он более сложный в освоении. Однако этот вид является основным и наиболее часто используемым стилем джампстайла. И хотя те же шаги можно исполнять и в Old Skool, hardjump, как правило, сочетает в себе более продвинутые ходы. Для hardjump также характерны более сильные удары ног о землю, а не выбрасывание ног в воздух.

Sidejump- это практически тот же hardjump с различным набором ходов. Большинство из которых включает поворот в сторону во время прыжка. В то же время эта версия танца включает в себя те же основные 6 шагов hardjump. Более продвинутые танцоры, как правило, не используют эти шаги вообще и полностью полагаются на трюки и повороты.

Freestyle (теперь широко известный как ownstyle в некоторых частях мира) — версия джампстайла, в которой, как правило, танцоры делают все, что им придет в голову, поэтому в нем могут быть использованы любые шаги и любые позиции. Эта версия последнее время становится самым популярным стилем среди более продвинутых танцоров, так как она не имеет никаких ограничений, но по этой же причине она менее популярна на конкурсах по джампстайлу.

Успех стиля в первую очередь кроется именно в простоте и понятливости направления и движений для всех слоёв населения. Мелодия заставляет двигаться в ритм уже с первых минут. Однако, что бы полюбить Jumpstyle, необходимо немного привыкнуть к непривычному стилю и музыке в целом.

5. Основы народного танца (24ч)

Кадриль.

Теория: русская танцевальная культура. Формирование интереса и уважения к русской культуре и народному творчеству.

Практика: освоение рисунков кадрили: «квадрат», «звездочка», «шеренги». Кадриль «Городская». Основной ход: «с удара», элементы кадрили «парные» и фигуры кадрили.

Осанка – правильное положение корпуса: лопатки, взгляд, шея. Позиции и положения ног: I, II, III, - свободные позиции. IV позиция рук. Движения плеч. Движения головы. Перегибы корпуса. Повороты. Положение тазобедренного сустава относительно выворотности. Варианты возможных сочетаний основных движений с элементами различных народных танцев.

Элементы русского танца.

1. Положение ног, рук, позы.
2. Поклоны.
3. Ходы: бытовой с притопом, переменный, девичий плавный ход
4. Припадание.
5. Ковырялочки.
6. Дробные ходы.
7. Вращения.
8. Присядки: на каблук по II позиции, «мяч», «ползунок».
9. Хлопушки.

6. Бальные танцы (24ч)

Ча-ча-ча

Теория: История возникновения танца. Основные особенности.

Ча-ча-ча – популярный афро-кубинский танец, который часто исполняют на мероприятиях бальных танцев, а также в латинских клубах. Музыка для ча-ча-ча написана в размере такта 4/4 и около 30 тактов в минуту (120 ударов в минуту) в средне-быстрой, синкопированной теме.

Повороты корпуса: в некоторых фигурах повороты есть (четверть поворота, целый поворот). Наклоны корпуса: наклонов нет (иногда применяется изменение линии плечевого пояса при сохранении растяжки бока).

Практика:

Руки.

Основное положение для партнерши: левую руку свободно опустить вниз, а затем поднять предплечье так, чтобы получился прямой угол с корпусом; правая рука отведена в сторону параллельно полу, кисть отвернута от себя. Часто встречаются и другие позиции. Руки в этом танце, как и во всей латине активно работают.

Направление шагов: точно в сторону, вперед (каблук передней ноги находится напротив носка задней), назад (носок задней ноги находится напротив каблука передней).

Стопы.

Стопы, как уже говорилось, только едва касаются паркета каблуком. При выполнении позиции "Чек" носочки развернуты вовне, что напоминает третью позицию. Все повороты выполняются только на подушечке.

Колени.

Колени работают, очень красиво, когда колено не просто выпрямляется, но как бы втягивается и нога становится ровной как струнка.

Подъемы и опускания: при наличии работы коленей отсутствуют. Это несколько необычно, но возможно и очень красиво..

Ритмический рисунок.

Основной ритмический рисунок: четыре, и, раз, два, три. Часто применяют счет "ча, ча, ча, два, три".

Этот счет относится к нашим шагам (ногам), как он связан с долями такта – смотрите дальше.

7. Современный танец (24 ч)

Контемпорари (contemporary dance)

Теория: История происхождения. Особенности танца вог.

Практика:

Вертикальный контемп (танец в положении стоя)

Партер (танец на полу)

В паре (танец с партнером)

8. Постановочная деятельность (34 ч)

Практика:

- Эстрадный танец
- Синтез стилей крамп и джамп-стайл
- Народный танец(кадриль)
- Бальный танец (Ча-ча-ча)
- Танец с элементами контемпорари

9. Концертная деятельность (18 ч)

Практика.

- Выступления на школьных мероприятиях (День учителя, осенний бал, День матери, вечер встречи выпускников, смотр художественной самодеятельности, последний звонок), конкурсах (Мы-молодые, Ступеньки к успеху).

- Новогодние выступления.
- Отчетный концерт по итогам 3 года обучения.

10.Промежуточная аттестация (4 ч)

Танцевальные произведения из репертуарного плана могут меняться в зависимости от контингента обучающихся, их способностей, интересов, творческого видения педагога и детей.

Календарный учебный график

1 год обучения

Раздел (тема)/ месяц	сентя брь	октяб рь	нояб рь	дека брь	янва рь	февр аль	март	апре ль	май	всего
Раздел 1 Вводное занятие	2									2
Раздел 2 Партерная гимнастика	4	3	2	3	2	3	3	3	3	26
Раздел 3 Эстрадный танец	14	10								24
Раздел 4 Уличный танец		5	11	8						24
Раздел 5 Основы народного танца				5	11	8				24
Раздел 6 Современный танец						7	15	2		24
Раздел 7 Бальные танцы								13	11	24
Раздел 8 Постановочная работа	4	4	3	4	3	4	4	4	4	34
Раздел 9. Концертная деятельность		2	2	2	2	2	2	2	4	18
Промежуточная аттестация				2					2	4
Всего	24	24	18	24	18	24	24	24	24	204

2 год обучения

Раздел (тема)/ месяц	сентя брь	октяб рь	нояб рь	дека брь	янва рь	февр аль	март	апре ль	май	всего
Раздел 1 Вводное занятие	2									2
Раздел 2 Партерная гимнастика	4	3	2	3	2	3	3	3	3	26

Раздел 3 Эстрадный танец	14	10								24
Раздел 4 Уличный танец		5	11	8						24
Раздел 5 Основы народного танца				5	11	8				24
Раздел 6 Современный танец						7	15	2		24
Раздел 7 Бальные танцы								13	11	24
Раздел 8 Постановочная работа	4	4	3	4	3	4	4	4	4	34
Раздел 9. Концертная деятельность		2	2	2	2	2	2	2	4	18
Промежуточная аттестация				2					2	4
Всего	24	24	18	24	18	24	24	24	24	204

3 год обучения

Раздел (тема)/ месяц	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	всего
Раздел 1 Вводное занятие	2									2
Раздел 2 Партерная гимнастика	4	3	2	3	2	3	3	3	3	26
Раздел 3 Эстрадный танец	14	10								24
Раздел 4 Уличный танец		5	11	8						24
Раздел 5 Основы народного танца				5	11	8				24
Раздел 6 Современный танец						7	15	2		24
Раздел 7 Бальные танцы								13	11	24
Раздел 8 Постановочная работа	4	4	3	4	3	4	4	4	4	34
Раздел 9. Концертная деятельность		2	2	2	2	2	2	2	4	18
Промежуточная аттестация				2					2	4
Всего	24	24	18	24	18	24	24	24	24	204

Оценочные материалы

За период обучения в хореографическом коллективе обучающиеся получают определенный объем знаний, умений и навыков, качество которых проверяется диагностическими методиками. Согласно нормативным документам по дополнительному образованию, диагностика проводится на трёх этапах: в начале, в середине и в конце учебного года. Дополнительными средствами контроля являются участие в концертах, фестивалях, конкурсах, промежуточный и итоговый контроль.

Диагностика по программе включает: начальную, промежуточную, итоговую. Начальная диагностика проводится при приеме детей и в начале учебного года. Промежуточная диагностика проводится в середине года (декабрь) и при переходе на следующий год обучения (май). Итоговая – при окончании программы.

Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный курс. Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков и зачетов. Контрольные уроки и зачёты могут проходить в виде концертных программ, письменных работ и устных опросов. Контрольные уроки и зачеты в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный курс.

Диагностика охватывает предметные, метапредметные, личностные результаты (*самостоятельность, социальная и творческая активность, старание и прилежание*) и качества исполнительской деятельности – творческого продукта – танца.

Основной формой предъявления результата является танцевальный номер. В диагностике по программе танцевальный номер оценивается по следующим критериям:

- музыкальность и ритмичность исполнения,
- техничность исполнения,
- синхронность исполнения,
- линии и пластика,
- артистизм исполнения,
- культура артиста.

Способы и формы выявления результатов	Способы и формы фиксации результатов	Способы и формы предъявления результатов
Беседа, опрос, наблюдение Прослушивание на репетициях Праздничные мероприятия Концерты, фестивали Зачеты Конкурсы	Грамоты Дипломы Журнал Портфолио Анкеты Тестирование Протоколы диагностики	Конкурсы, фестивали Праздники Концерты Зачеты

Формой подведения итогов реализации данной программы предполагаются: зачёты, итоговые занятия, выступления в концертах, участие в фестивалях и конкурсах различного уровня.

Формы диагностики ожидаемых результатов

Вводный контроль	Текущий (промежуточный) контроль	Итоговый контроль	Итоги реализации образовательной программы

Собеседование при приеме в группу Педагогическое наблюдение	Итоговое занятие Педагогическое наблюдение Самооценка обучающихся - Беседы с обучающимися	Итоговое занятие Зачет (седа) Педагогическое наблюдение Участие в концертах Коллективно е обсуждение	Итоговое занятие Зачет (беседа) Участие в концертах, конкурсах Коллективное обсуждение
--	--	--	---

Параметры и критерии оценки освоения образовательной программы

Параметры	Уровень освоения программы		
	Высокий	Средний	Низкий
Овладение техническими навыками и умениями.	Полностью владеет техническими навыками и умениями.	Испытывает затруднения в применении технических навыков и умений.	Пользуется помощью педагога.
Развитие эмоционально - художественного восприятия, творческого исполнительства.	Отражает свое эмоциональное состояние в работе, в танце. Увлечен выполнением работы, создает образы самостоятельно, использует в полной мере приобретенные навыки.	Испытывает затруднения в передаче своего эмоционального состояния через танец. Не в полной мере использует приобретенные навыки.	Не может самостоятельно выразить свое эмоциональное состояние через танец.
Освоение теоретического материала	Освоил термины по основным предметам, знания систематизированы.	Знания не систематизированы.	Освоил фрагментарно.
Эмоционально-ценностные отношения (готовность к сотрудничеству, качество отношения к учебным занятиям)	Активно сотрудничает с педагогом и детьми, проявляет инициативу в общей деятельности.	Участвует в общих делах при побуждении педагога.	Закрывает для участия в общих мероприятиях.
Творческая деятельность	Обладает опытом творческой деятельности, результаты ее оригинальны, имеют качественную выразительность.	Обладает опытом творческой деятельности, но не имеет качественную выразительность	Имитация творчества.

Оценочные средства программы предполагают их дифференциацию по принципу уровней сложности.

Диагностика охватывает предметные, метапредметные, личностные результаты и качества исполнительской деятельности.

Критерии диагностики по программе (посредством профессионального наблюдения педагога):

- Мотивы деятельности – социальные или познавательные (есть/нет);
- Музыкальность и ритмичность (высокий, средний, низкий уровень);
- Координация (высокий, средний, низкий уровень);
- Пространственная ориентация (высокий, средний, низкий уровень);
- Предметные результаты освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы (высокий, средний, низкий уровень);
- Старание и прилежание (высокий, средний, низкий уровень).

Социальная активность и достижения обучающихся оцениваются посредством анализа их участия в творческих мероприятиях (конкурсы, концерты, праздники и проч.).

Итогом реализации данной программы является освоение базовых основ народной хореографии, приобщение к народной культуре, социализация в коллективе.

Методические материалы

Формы организации образовательного процесса: фронтальная, индивидуально-групповая и групповая.

Коллективная форма работы – основополагающая, представляет собой творческий процесс, в котором избираются разнообразные варианты решения исполнительских задач, связанных с выявлением идейно-художественного содержания изучаемого хореографического произведения, его творческим воплощением, а также способствует достижению исполнительского мастерства ансамбля в целом.

Учебные занятия в объединении «Удивительный мир танца» проходят в традиционных и нетрадиционных формах.

Традиционные	Нетрадиционные
1. вводное занятие;	1. занятие – игра;
2. изучение нового материала;	2. занятие – сказка;
3. формирование умений и навыков;	3. занятие – путешествие;
4. закрепление и развитие знаний, умений и навыков;	4. занятие – конкурс;
5. практическая работа;	5. видеопрактикум;
6. самостоятельная работа;	6. аукцион знаний;
7. комбинированное занятие;	
8. повторительно-обобщающее занятие;	
9. контрольное занятие (срез знаний).	

Основные методы обучения:

Наглядный:

- показ педагогом движений под счет и под музыку;
- показ правильного исполнения или ошибок на конкретном ребенке;
- просмотр видеоматериала о хореографическом искусстве, обучение на основе видеоматериала народной, классической и современной хореографии.

Словесный: обращение к сознанию ребенка, добиваясь не автоматического, а осмысленного выполнения и исполнения.

Мотивации и стимулирования.

Формирования сознания.

(Методические рекомендации по проведению занятий)

№ п/п	Раздел или тема программы	Форма занятий	Приемы и методы организации образовательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Форма подведения итогов

Условия реализации программы

Материальные условия реализации программы:

Для реализации данной программы необходимы:

- Оборудованный балетными станками и зеркалами просторный класс со специальным покрытием пола (паркет, линолеум);
- Наличие специальной танцевальной формы;
- Музыкальный материал для проведения занятий;
- Наличие аудиоаппаратуры с флеш-носителем;
- Наличие музыкальной фонотеки;
- Наличие танцевальных костюмов.
- Наглядные пособия и методические разработки, специальная литература.

Основными условиями реализации программы являются:

- высокий профессиональный уровень педагога;
- грамотное методическое изложение материала;
- личный выразительный показ педагога;
- преподавание от простого движения к сложному;
- целенаправленность, доступность, систематичность, регулярность учебного процесса;
- позитивный психологический климат в коллективе;

Список литературы

Для педагога:

1. Барышникова, Т.А, Азбука хореографии [Текст]: учеб.- метод. пособие / Т.А. Барышникова.– Санкт-Петербург: ВЛАДОС, 2013. – 128с., 21 см. – 2000 экз.
- 2.Бурмистрова, И., Силаева К. Школа танца для юных. [Текст]: учеб.- метод. пособие И. Бурмистрова , К.Силаева.– Москва: Искусство, 2016г.- 210с.; 21 см. – 1000 экз.
- 3.Шульгина, А. Н. Бальные танцы с конца XIX века до наших дней / А.Н. Шульгина. - М.: ГИТИС, 2018. - 304 с.
- 4.Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца: Упражнения у станка: учеб. пособие для вузов искусств и культуры / Г.П. Гусев. - М.: Гуманит. изд. центр «ВЛАДОС», 2002.
- 5.Михайлова М. А., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. [Текст]: учеб.- метод. пособие / М.А. Михайлова, Н. В. Воронина - М: Ярославль, 2017.– 340с. ; 21 см. – 2000 экз.
- 6.Джазовый танец на эстраде: Учебное пособие. - СПб.: Издательство «Лань»; Издательство «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2012. - 240 с.
7. Пуртова, Т.В., Учите детей танцевать [Текст]: учеб.- метод. пособие / Т.В. Пуртова; - М.: ВЛАДОС, 2013. – 234 с. 24 см. – 3000 экз.

Для обучающихся:

1. Барышникова, Т.А, Азбука хореографии [Текст]: учеб.- метод. пособие /Т.А. Барышникова.– Санкт-Петербург: ВЛАДОС, 2013. – 128с., 21 см. – 2000 экз.

2. Бурмистрова, И., Силаева К. Школа танца для юных. [Текст]: учеб.- метод. пособие / И. Бурмистрова, К.Силаева.– Москва: Искусство, 2016г.- 210с.; 21 см. – 1000 экз.
- 3.Васильева, Т.К. Секрет танца. [Текст]: учеб.- метод. пособие /Т.К.Васильева. – СанктПетербург: Диамант, 2016– 180с. ; 21 см. – 1000 экз.
- 4.Козлов, В.В. Физическое воспитание детей в учрежденияхдополнительного образования: Акробатика. [Текст]: учеб.- метод. пособие / Козлов В.В. – М.: ВЛАДОС 2013.- 64 с.; 21 см. – 10 000 экз. ISBN 5-691- 00798-Х
- 5.Коренева, Т.Ф. Музыкальные ритмопластические спектакли для детей дошкольного и младшего школьного возраста. [Текст]: учеб.- метод. пособие / Т. Ф Корнеева .- М: ВЛАДОС 2015.– 136с,149 с. ; 28см. – 10 000 экз. 1,2 часть.
- 6.Миллер, Э., Блэкмэн, К. Упражнения на растяжку. [Текст]: учеб.- метод. пособие / Э. Миллер, К. Блэкмэн - М: Москва, 2016.– 100. ; 21 см. – 2 000 экз.
- 7.Михайлова М. А., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. [Текст]: учеб.- метод. пособие / М.А. Михайлова, Н. В. Воронина - М: Ярославль, 2017.– 340с. ; 21 см. – 2000 экз.
- 8.Попова Е. Г. Общеразвивающие упражнения в гимнастике. [Текст]: книга для учителей / Е. Г. Попова - М: Искусство, 2017.– 240с. ; 21 см. – 1000 экз.

Информационные ресурсы:

<http://www.danceorsk.narod.ru/estrاد.htm>

<https://var-veka.ru/blog/category/enciklopediya-tanca.html>

<http://www.openclass.ru/node/47746>

<http://pedsovet.org/>

www.ast.ru

www.uchitel-izd.ru

www.dilya.ru

<https://kopilkaurokov.ru>

<https://vk.com/dancerussia>

<https://vk.com/dancederevnya>