

Муниципальное автономное образовательное учреждение – средняя  
общеобразовательная школа № 165  
620137, Екатеринбург, Садовая, 18, тел. (343) 341-76-21  
e-mail: [school\\_165@mail.ru](mailto:school_165@mail.ru)  
[http: //165.uralschool.ru](http://165.uralschool.ru)

---

Утверждена приказом № 270 от 30.08.2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

**«ХОРЕОГРАФИЯ»**

**Возраст обучающихся: 7-17 лет,**

**Срок реализации: 3 года.**

**Автор-составитель: Волнухина Светлана Алексеевна,**

**педагог дополнительного**

**образования**

**первой квалификационной категории**

г. Екатеринбург  
2023г.

## Паспорт программы

Название программы	«Хореография»
Автор-составитель	Волнухина Светлана Алексеевна
Вид программы	Типовая
Направленность	Художественно-эстетическая
Форма реализации	Очная
Срок реализации	года
Возраст обучающихся	- 1
Категория детей	Учащиеся средней школы
Уровень освоения программы	Базовый
Краткая аннотация	<p>Программа содержит комплекс занятий по основам хореографического искусства, направленный на развитие общефизических, артистических, исполнительских способностей. Формирует выразительные движенческие навыки, умение легко, грациозно и координировано танцевать, а также ориентироваться в пространстве. Развивает познавательные интересы детей, творческое мышление.</p> <p>На обучение принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний по физическому здоровью, в возрасте от 7 лет.</p>

## **Пояснительная записка**

Данная образовательная программа составлена на основе нормативных документов:

- Концепции развития дополнительного образования/распоряжение Правительства РФ от 4.09 2014 г. № 1726-р 2014/;
- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России/А.Я. Данилюк, А.М. Кондаков, В.А. Тишков. –М.: Просвещение, 2010/;
- Федеральной целевой программы развития дополнительного образования детей в РФ до 2020 года;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»/распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. N 996р-г/./;
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Устава организации;
- Положения о структуре, порядке разработки и утверждения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы организации;
- Положения о формах, периодичности и порядке контроля и аттестации обучающихся организации.

Программа направлена на обучение детей практическим навыкам в области танцевального искусства и развитие творческих способностей.

На занятиях используются различные виды деятельности: ритмика и элементы музыкальной грамоты, танцевальная азбука и элементы художественной, танцевальные этюды, игры и танцы, партерная гимнастика.

В целях создания положительной мотивации используются игровые моменты, ролевые игры, направленные на переключение внимания, разгрузку и отдых.

Данная программа составлена на основе типовых авторских программ художественно – эстетического направления Л.Н. Михеевой «Хореография», И.Э.Бриске «Хореография», Боголюбская М. «Хореографический кружок».

### ***Направленность программы.***

Образовательная программа художественно-эстетической направленности. Она ориентирована на обучение обучающихся основам хореографического искусства, развитие общефизических, артистических, исполнительских способностей, а также воспитание высоких эстетических критериев, необходимых для достижения гармоничного социального, интеллектуального и нравственного развития индивида.

### ***Актуальность.***

Хореография является многогранным инструментом комплексного воздействия на личность ребёнка:

- формирует фигуру и осанку; устраняет недостатки физического развития тела; укрепляет здоровье;
- формирует выразительные движенческие навыки, умение легко, грациозно и координировано танцевать, а также ориентироваться в пространстве;
- воспитывает общую музыкальную культуру, развивает слух, темп, ритм, знания простых музыкальных форм, стиля и характера произведения;
- формирует личностные качества: силу, выносливость, смелость, волю, ловкость, трудолюбие, упорство и целеустремлённость;
- развивает творческие способности детей (внимание, мышление, воображение, фантазию), способствует активному познанию окружающей действительности;

- развивает коммуникативные способности детей, развивает чувства группового, коллективного действия;
- пробуждает интерес к изучению родной национальной хореографической культуры и воспитывает толерантность к национальным культурам других народов.

Таким образом, эти особенности хореографии определяют актуальность и востребованность данного вида искусства, как в общеобразовательных школах, так и в системе дополнительного образования детей.

**Педагогическая целесообразность программы** объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия.

**Цель программы:** формировать у обучающихся устойчивый интерес к хореографии, исполнительские танцевальные навыки через активную музыкально-творческую деятельность, приобщение к сокровищнице отечественного хореографического искусства. Развитие общей хореографической культуры детей в процессе творческого восприятия и исполнения танцевальных произведений, развитие творческого потенциала ребенка.

**Задачи программы:**

*Образовательные:*

- приобретение знаний в области хореографического искусства, изучение истории танцевальной культуры;
- приобретение исполнительских навыков основ классической, русской, народной и современной хореографии;

- изучение народных традиций и региональных особенностей хореографической культуры народов мира.

*Развивающие:*

- развитие творческого мышления детей;
- Развитие духовно-нравственных качеств личности;
- Развитие ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости, координации и пластики.

*Воспитательные:*

- воспитание у детей активности и самостоятельности общения;
- воспитание умения контролировать своё поведение, рефлексии своих действий;
- формирование сценической культуры и художественного вкуса.

**Отличительной особенностью** данной программы является ориентация обучающихся на процесс воспитания и развития личности по средствам хореографии. Для этого используются различные виды хореографии. В программу включены разделы: ритмика, гимнастика, народный танец, классический танец, многообразие современной хореографии.

**Основная идея программы** состоит в целенаправленной работе по расширению возможностей творческой реализации детей, соответствующей их духовным и интеллектуальным потребностям посредством приобщения к миру хореографии: классический танец, народно-сценический, современный танец.

**Формы и режим занятий**

Программа предполагает групповую форму обучения, а также может быть реализована в дистанционной форме.

Возраст детей, участвующих в реализации программы: 7-17 лет.

Срок реализации образовательной программы 3 года.

### Режим занятий

Группы	Продолжительность занятий	Периодичность в неделю	Количество часов в неделю	Кол-во часов в год
1	1 час	2 раза	2 часа	72 часа
2	1 час	2 раза	2 часа	72 часа
3	2 часа	2 раза	4 часа	144 часов
4	2 час	2 раза	4 часа	144 часов
5	2 часа	2 раза	4 часа	144 часов
6	2 часа	2 раза	4 часа	144 часов
7	2 часа	2 раза	4 часа	144 часов
8	1 час	3 раз	3 часов	108 часов

Всего: 972 часа в год.

Периодичность занятий: 2 раза в неделю по 2 часа для 3,4,5, 6 и 7 групп, 2 раза в неделю по 1 часу для 1 и 2 групп, 3 раза в неделю по 1 часу для 8 группы.

Для группы № 8 программа предусмотрена на 1 год.

Наполняемость учебной группы – от 10 до 25 человек.

Данная программа подходит для всех возрастов, она составлена с учетом возрастных особенностей детей.

### **Ожидаемые результаты.**

*Предметные результаты:*

В результате обучения по программе обучающиеся будут знать:

- основные стили современной хореографии;
- специальную терминологию;
- основы техники безопасности на учебных занятиях и концертной площадке;
- принципы взаимодействия музыкальных и хореографических средств выразительности.

иметь представление:

- об основных направлениях и этапах развития современной

хореографии;

- о тенденциях развития современного танца.

*Обучающиеся будут уметь:*

• исполнять основные танцевальные движения в современных молодежных направлениях танца

- владеть мелкой техникой, уметь справляться с быстрыми темпами;

• выполнять упражнения на развитие физических данных, владеть навыками сохранения и поддержки собственной физической формы;

• определять средства музыкальной выразительности в контексте хореографического образа

• отражать в танце особенности исполнительской манеры разных стилей современной хореографии;

• творчески реализовать поставленную задачу;

• владеть навыками музыкально-пластического интонирования, исполняя движения и комбинации артистично и музыкально;

• владеть навыками коллективного исполнения танцевальных номеров;

• владеть навыками сценической практики.

*Метапредметные (общеучебные) результаты:*

- повышение уровня культурного развития личности, развитие учебно-интеллектуальных умений и навыков (использование специальной литературы и компьютерных источников информации);

- высокая степень развития коммуникативности и эмпатии;

- владение технической и эмоциональной уверенностью в танце, в т.ч. в ситуации сценического выступления;

- развитие учебно-организационных умений и навыков (организация рабочего пространства, соблюдение техники безопасности, аккуратность в выполнении работы).

*Личностные:*

- проявление трудолюбия и самодисциплины, воли и выносливости;
- навыки самооценки;
- ответственность за собственный и коллективный результат;
- способность справиться с конфликтной ситуацией;
- установление и укрепление дружеских взаимоотношений в коллективе.

**Формы аттестации:** концерты; открытые уроки; праздники, как итог работы за определённый период.

### КАЛЕНДАРНО-УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Рабочих недель по ДО	Периоды обучения + каникулы			
I - 8 недель	01.09.2023 – 27.10.2023	Осенние каникулы	30.10.2023 – 05.11.2023	7 дней
II - 8 недель	06.11.2023 – 29.12.2023	Зимние	01.01.2024 – 08.01.2024	8 дней
III - 11 недель	09.01.2024 – 22.03.2024	Весенние	25.03.2024 – 31.03.2024	7 дней
IV - 7 недель	01.04.2024 – 24.05.2024	Дополнительные каникулы для обучающихся 1 классов	25.05.2024 – 31.08.2024 (для обучающихся 5-8 классов)	Продолжительность летних каникул не менее 8 недель
Итого 36 недель				

Неучебные дни, связанные с государственными праздниками:  
06.11.2023г., 23.02.2024г., 08.03.2024г., 28.04.2024-01.05.2024г., 09-10.05 2024г.

**Учебно-тематический план для групп № 1 и № 2:**

<b>1 год обучения</b>			
<b>Название разделов и тем</b>	<b>Всего</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>
<b>I. Введение в образовательную программу</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>
<b>II. Знакомство с азбукой ритмики</b>	<b>20</b>	<b>2</b>	<b>18</b>
2.1. «Музыка и танец»	1		1
2.2. «От простого хлопка – к притопу»- азбука танцевального движения	4	<b>1</b>	3
2.3. Музыкально-танцевальные игры	5		5
2.4. «Танцевальная мозаика» - танцевальные элементы, этюды, танцы	8	1	7
2.5. Итоговое занятие за 1-е полугодие	1	<b>-</b>	1
2.6. Итоговое занятие за год	1	<b>-</b>	1
<b>III. Партерная гимнастика</b>	<b>20</b>	<b>2</b>	<b>18</b>
3.1. Основы образно-игровой партерной гимнастики	4	<b>1</b>	3
3.2. Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	8	<b>-</b>	8
3.3. Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стойка на лопатках	8	1	7
<b>IV. Азбука классического танца</b>	<b>15</b>	<b>1</b>	<b>14</b>
4.1. Подготовительный комплекс на ковриках	8	<b>-</b>	8
4.2. Основы классического танца (занятия лицом к станку)	7	1	6
<b>V. Русский народный танец</b>	<b>15</b>	<b>1</b>	<b>14</b>
5.1. Основы русского народного танца (формы позиций и положений рук)	7	1	6
5.2. Простые элементы народного танца	8	<b>-</b>	8

<b>VI.Итоговое занятие за год</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>
<b>ИТОГО:</b>	<b>72</b>	<b>10</b>	<b>52</b>

<b>2 год обучения</b>			
<b>Название разделов и тем</b>	<b>Всего</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>
<b>I. Вводное занятие</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>
<b>II. Детский танец</b>	<b>16</b>	<b>2</b>	<b>14</b>
2.1. Элементы ритмики и музыкальной грамоты	2	1	1
2.2. Игры	4	-	4
2.3. Комбинации	4	-	4
2.4. Постановка номеров	4	1	3
2.5. Итоговое занятие за 1-е полугодие	1	-	1
2.6. Итоговое занятие за год	1	-	1
<b>III. Партерная гимнастика</b>	<b>16</b>	<b>2</b>	<b>14</b>
3.1. Основы образно-игровой партерной гимнастики	2	1	1
3.2. Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	7	-	7
3.3. Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стойка на лопатках	7	1	6
<b>IV. Азбука классического танца</b>	<b>15</b>	<b>1</b>	<b>14</b>
4.1. Подготовительный комплекс на ковриках	4	-	4
4.2. Основы классического танца (занятия лицом к станку)	11	1	10
<b>V. Русский народный танец</b>	<b>15</b>	<b>1</b>	<b>14</b>
5.1 Элементы народного танца	8	1	7
5.2. Парный танец	7	-	7

<b>VI. Современный танец</b>	<b>8</b>	<b>1</b>	<b>7</b>
6.1. Основы современного танца	4	1	3
6.2. Работа в партере	4	-	4
<b>VII. Итоговое занятие за год</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>
<b>ИТОГО:</b>	<b>72</b>	<b>7</b>	<b>65</b>

<b>3 год обучения</b>			
<b>Название разделов и тем</b>	<b>Всего</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>
<b>I. Вводное занятие</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>
<b>II. Партерная гимнастика и акробатика</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>6</b>
2.1. Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	4	-	4
2.2. Основные элементы акробатики	2	1	1
2.3. Трюковые элементы	2	1	1
<b>III. Классический танец</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>
3.1. Упражнения у станка	4	1	3
3.2. Упражнения на середине зала	4	1	3
3.3. Итоговое занятие за 1-е полугодие	1	-	1
3.4. Итоговое занятие за год	1	-	1
<b>IV. Народный танец</b>	<b>22</b>	<b>2</b>	<b>20</b>
4.1. Упражнения у станка	8		8
4.2. Элементы народного танца на середине зала	8	1	7
4.3. Постановка номеров	2	1	5
4.4. Итоговое занятие за 1-е полугодие	1	-	1
4.5. Итоговое занятие за год	1	-	1
<b>V. Современный танец</b>	<b>20</b>	<b>2</b>	<b>18</b>
5.1 Уличный танец	8	-	8
5.2. Комбинации и постановки.	7		7

5.3. Современный танец	8	1	7
5.4. Комбинации и постановки.	8	1	7
<b>VI. Творческая лаборатория</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>
6.1. Тело	1		1
6.2. Усилие	1		1
6.3. Форма	1		1
6.4. Пространство	1		1
6.5. Индивидуальные и групповые творческие работы	6	2	4
<b>VII. Итоговое занятие за год</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>
<b>ИТОГО:</b>	<b>72</b>	<b>10</b>	<b>62</b>

#### Учебно-тематический план для групп № 3 и № 4:

<b>1 год обучения</b>			
<b>Название разделов и тем</b>	<b>Всего</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>
<b>I. Введение в образовательную программу</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>
<b>II. Знакомство с азбукой ритмики</b>	<b>28</b>	<b>4</b>	<b>24</b>
2.1. «Музыка и танец»	4	1	3
2.2. «От простого хлопка – к прыжку»- азбука танцевального движения	6	1	5
2.3. Музыкально-танцевальные игры	8	1	7
2.4. «Танцевальная мозаика» - танцевальные элементы, этюды, танцы	8	1	7
2.5. Итоговое занятие за 1-е полугодие	1	-	1
2.6. Итоговое занятие за год	1	-	1
<b>III. Партерная гимнастика</b>	<b>38</b>	<b>4</b>	<b>34</b>
3.1. Основы образно-игровой партерной гимнастики	4	1	3

3.2. Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	16	2	14
3.3. Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стойка на лопатках	18	1	17
<b>IV. Азбука классического танца</b>	<b>38</b>	<b>4</b>	<b>34</b>
4.1. Подготовительный комплекс на ковриках	18	1	17
4.2. Основы классического танца (занятия лицом к станку)	20	3	17
<b>V. Русский народный танец</b>	<b>38</b>	<b>4</b>	<b>34</b>
5.1. Основы русского народного танца (формы позиций и положений рук)	18	2	16
5.2. Простые элементы народного танца	19	2	17
<b>VI. Итоговое занятие за год</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>
<b>ИТОГО:</b>	<b>144</b>	<b>16</b>	<b>132</b>

<b>2 год обучения</b>			
<b>Название разделов и тем</b>	<b>Всего</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>
<b>I. Вводное занятие</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>
<b>II. Детский танец</b>	<b>22</b>	<b>2</b>	<b>20</b>
2.1. Элементы ритмики и музыкальной грамоты	2	-	2
2.2. Игры	6	-	6
2.3. Комбинации	6	-	6
2.4. Постановка номеров	6	2	4
2.5. Итоговое занятие за 1-е полугодие	1	-	1
2.6. Итоговое занятие за год	1	-	1
<b>III. Партерная гимнастика</b>	<b>32</b>	<b>2</b>	<b>30</b>
3.1. Основы образно-игровой партерной гимнастики	5	1	4

3.2. Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	12	-	12
3.3. Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стойка на лопатках	15	1	14
<b>IV. Азбука классического танца</b>	<b>32</b>	<b>2</b>	<b>30</b>
4.1. Подготовительный комплекс на ковриках	15	1	14
4.2. Основы классического танца (занятия лицом к станку)	17	1	16
<b>V. Русский народный танец</b>	<b>30</b>	<b>4</b>	<b>26</b>
5.1. Элементы народного танца	16	2	14
5.2. Парный танец	14	2	12
<b>VI. Современный танец</b>	<b>26</b>	<b>2</b>	<b>24</b>
6.1. Основы современного танца	13	1	12
6.2. Работа в партере	13	1	12
<b>VII. Итоговое занятие за год</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>
<b>ИТОГО:</b>	<b>144</b>	<b>12</b>	<b>132</b>

<b>3 год обучения</b>			
<b>Название разделов и тем</b>	<b>Всего</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>
<b>I. Вводное занятие</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>
<b>II. Партерная гимнастика и акробатика</b>	<b>26</b>	<b>2</b>	<b>24</b>
2.1. Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	8	-	8
2.2. Основные элементы акробатики	8	1	7
2.3. Трюковые элементы	6	1	5
<b>III. Классический танец</b>	<b>31</b>	<b>2</b>	<b>29</b>
3.1. Упражнения у станка	12	1	11

3.2. Упражнения на середине зала	17	1	16
3.3. Итоговое занятие за 1-е полугодие	1	-	1
3.4. Итоговое занятие за год	1	-	1
<b>IV. Народный танец</b>	<b>32</b>	<b>2</b>	<b>20</b>
4.1. Упражнения у станка	10	1	9
4.2. Элементы народного танца на середине зала	8	-	8
4.3. Постановка номеров	12	1	11
4.4. Итоговое занятие за 1-е полугодие	1	-	1
4.5. Итоговое занятие за год	1	-	1
<b>V. Современный танец</b>	<b>31</b>	<b>3</b>	<b>28</b>
5.1 Уличный танец	8	-	8
5.2. Комбинации и постановки.	7		7
5.3. Современный танец	8	1	7
5.4. Комбинации и постановки.	8	2	6
<b>VI. Творческая лаборатория</b>	<b>26</b>	<b>2</b>	<b>14</b>
6.1. Тело	4		4
6.2. Усилие	4		4
6.3. Форма	4		4
6.4. Пространство	4		4
6.5. Индивидуальные и групповые творческие работы	10	2	8
<b>VII. Итоговое занятие за год</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>
<b>ИТОГО:</b>	<b>144</b>	<b>11</b>	<b>133</b>

**Учебно-тематический план для групп №5, №6, №7:**

<b>1 год обучения</b>			
<b>Название разделов и тем</b>	<b>Всего</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>
<b>I. Введение в образовательную программу</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>
<b>II. Знакомство с азбукой ритмики</b>	<b>28</b>	<b>2</b>	<b>26</b>
2.1. «Музыка и танец»	6	1	5

2.2. «От простого хлопка – к прыжку»- азбука танцевального движения	6	-	6
2.3. Музыкально-танцевальные игры	8		8
2.4. «Танцевальная мозаика» - танцевальные элементы, этюды, танцы	6	1	5
2.5. Итоговое занятие за 1-е полугодие	1	-	1
2.6. Итоговое занятие за год	1	-	1
<b>III. Партерная гимнастика</b>	<b>34</b>	<b>4</b>	<b>30</b>
3.1. Основы образно-игровой партерной гимнастики	6	1	5
3.2. Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	14	1	13
3.3. Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стойка на лопатках	14	2	12
<b>IV. Азбука классического танца</b>	<b>40</b>	<b>4</b>	<b>36</b>
4.1. Подготовительный комплекс на ковриках	20	2	18
4.2. Основы классического танца (занятия лицом к станку)	20	2	18
<b>V. Русский народный танец</b>	<b>40</b>	<b>4</b>	<b>36</b>
5.1. Основы русского народного танца (формы позиций и положений рук)	20	2	18
5.2. Простые элементы народного танца	20	2	18
<b>VI.Итоговое занятие за год</b>	<b>1</b>		<b>1</b>
<b>ИТОГО:</b>	<b>144</b>	<b>14</b>	<b>130</b>

<b>2 год обучения</b>			
<b>Название разделов и тем</b>	<b>Всего</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>
<b>I. Вводное занятие</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>
<b>II. Детский танец</b>	<b>20</b>	<b>2</b>	<b>18</b>
2.1. Элементы ритмики и музыкальной грамоты	6	1	5
2.2. Игры	2	-	2
2.3. Комбинации	2	-	2
2.4. Постановка номеров	8	1	7
2.5. Итоговое занятие за 1-е полугодие	1	-	1

2.6. Итоговое занятие за год	1	-	1
<b>III. Партерная гимнастика</b>	<b>32</b>	<b>2</b>	<b>30</b>
3.1. Основы образно-игровой партерной гимнастики	10	1	9
3.2. Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	10	-	10
3.3. Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стойка на лопатках	12	1	11
<b>IV. Азбука классического танца</b>	<b>32</b>	<b>2</b>	<b>30</b>
4.1. Подготовительный комплекс на ковриках	15	1	14
4.2. Основы классического танца (занятия лицом к станку)	17	1	16
<b>V. Русский народный танец</b>	<b>32</b>	<b>2</b>	<b>30</b>
5.1 Элементы народного танца	17	1	16
5.2. Парный танец	15	1	14
<b>VI. Современный танец</b>	<b>26</b>	<b>2</b>	<b>24</b>
6.1. Основы современного танца	14	1	13
6.2. Работа в партере	12	1	11
<b>VII. Итоговое занятие за год</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>
<b>ИТОГО:</b>	<b>144</b>	<b>10</b>	<b>134</b>

<b>3 год обучения</b>			
<b>Название разделов и тем</b>	<b>Всего</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>
<b>I. Вводное занятие</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>
<b>II. Партерная гимнастика и акробатика</b>	<b>22</b>	<b>2</b>	<b>20</b>
2.1. Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	10	-	10
2.2. Основные элементы акробатики	6	1	5
2.3. Трюковые элементы	6	1	5
<b>III. Классический танец</b>	<b>30</b>	<b>2</b>	<b>28</b>

3.1. Упражнения у станка	14	1	13
3.2. Упражнения на середине зала	14	1	13
3.3. Итоговое занятие за 1-е полугодие	1	-	1
3.4. Итоговое занятие за год	1	-	1
<b>IV. Народный танец</b>	<b>30</b>	<b>2</b>	<b>28</b>
4.1. Упражнения у станка	10	1	9
4.2. Элементы народного танца на середине зала	10	1	9
4.3. Постановки номеров	8	-	8
4.4. Итоговое занятие за 1-е полугодие	1	-	1
4.5. Итоговое занятие за год	1	-	1
<b>V. Современный танец</b>	<b>30</b>	<b>2</b>	<b>28</b>
5.1 Уличный танец	4	-	4
5.2. Комбинации и постановки.	8	1	7
5.3. Современный танец	8	-	8
5.4. Комбинации и постановки.	10	1	9
<b>VI. Творческая лаборатория</b>	<b>30</b>	<b>4</b>	<b>26</b>
6.1. Тело	5	1	4
6.2. Усилие	5	1	4
6.3. Форма	5	1	4
6.4. Пространство	5	1	4
6.5. Индивидуальные и групповые творческие работы	10	-	10
<b>VII. Итоговое занятие за год</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>
<b>ИТОГО:</b>	<b>144</b>	<b>12</b>	<b>132</b>

### Учебно-тематический план для групп № 8

1 год обучения			
Название разделов и тем	Всего	Теория	Практика
<b>I. Введение в образовательную программу</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>
<b>II. Знакомство с азбукой ритмики</b>	<b>38</b>	<b>2</b>	<b>36</b>
2.1. «Музыка и танец»	8	1	7
2.2. «От простого хлопка – к притопу»- азбука танцевального движения	8	-	8
2.3. Музыкально-танцевальные игры	10		10
2.4. «Танцевальная мозаика» - танцевальные элементы, этюды, танцы	10	1	9
2.5. Итоговое занятие за 1-е полугодие	1	-	1

2.6. Итоговое занятие за год	1	-	1
<b>III. Партерная гимнастика</b>	<b>44</b>	<b>4</b>	<b>40</b>
3.1. Основы образно-игровой партерной гимнастики	4	1	3
3.2. Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса	20	1	19
3.3. Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стойка на лопатках	20	2	18
<b>IV. Азбука классического танца</b>	<b>48</b>	<b>4</b>	<b>44</b>
4.1. Подготовительный комплекс на ковриках	24	2	22
4.2. Основы классического танца (занятия лицом к станку)	24	2	22
<b>V. Русский народный танец</b>	<b>48</b>	<b>4</b>	<b>44</b>
5.1. Основы русского народного танца (формы позиций и положений рук)	24	2	22
5.2. Простые элементы народного танца	24	2	22
<b>VI.Итоговое занятие за год</b>	<b>1</b>		<b>1</b>
<b>ИТОГО:</b>	<b>108</b>	<b>14</b>	<b>166</b>

## Содержание 1 год обучения

### I. Введение в образовательную программу

Цель: Ознакомить с понятием «хореография» Танец и его виды. Пробудить интерес к занятиям хореографии.

Практика: Поклон. Разминка. Парные игровые упражнения.

### II. Знакомство с азбукой ритмики

**ТЕМА.** Музыка и танец

Включает в себя знакомство с основными выразительными средствами музыки (темп, характер, длительность звуков, ритмический рисунок, жанр). А также рассматривается понятие танцевального движения – его длительность, характер, настроение, темп. Выявляется взаимосвязь музыки и движения – совместное вступление и окончание мелодии и танцевального движения, передача единого характера и настроения.

**ТЕМА.** «От простого хлопка – к притопу»- азбука танцевального движения.

Азбука танцевального движения включает в себя знакомство детей с музыкой. Раскрывает такие понятия как темп (быстро, медленно, умеренно); контрастность (быстрая-медленная; весёлая-грустная); характер(задорная,

весёлая, печальная, яркая. Знание музыкального размера 2/2; 3/4; 4/4. Умение скоординировать движения с музыкой.

Простейшие виды хлопков-притопов в различных метроритмических сочетаниях.

Задачи: Развитие метроритма, слуха и навыков элементарного исполнительства, умение слушать и слышать ритмический рисунок музыки.

**ТЕМА.** Музыкально-танцевальные игры.

Игры: «Рассыпуха», «Гуси у бабуси», «Музыкальный оркестр», «Перетанцовки», «Волшебный остров», «Гусеница», «Сделай сам- покажи другим», «Паровозики», «Весёлый поход», «Морская фигура», «Зеркало».

Задачи: Ориентация в пространстве танцевального зала; развитие интереса отразить в пластике различные образы. Творческий поиск. Освоение актёрской игры, мимики . Релаксация.

**ТЕМА.** «Танцевальная мозаика» - танцевальные этюды, композиции, танцы. Включает в себя разучивание танцевальных этюдов, композиций и танцев, согласно репертуарному плану. А также самостоятельную этюдную работу.

Задачи: развивать творческие способности детей; умение создавать танцевальные образы самостоятельно, используя полученные навыки и умения; развивать наблюдательность зрительную, мышечную и эмоциональную память.

**ТЕМА.** Итоговое занятие за 1-е полугодие

Практика: Открытый урок по пройденному материалу за 1-ое полугодие.

**ТЕМА.** Итоговое занятие за год

Практика: Открытый урок по пройденному материалу за год.

### **III. Партерная гимнастика**

**ТЕМА.** Основы образно-игровой партерной гимнастики.

Элементарные формы растяжек, наклонов и слитных движений.

Задачи: Выработка шага, гибкости, эластичности мышц и связок; укрепление «мышечного корсета».

**ТЕМА.** Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса.

Упражнения партерного тренажа включают в себя упражнения, направленные на растягивание и силу мышц спины, ног, пресса.

Задачи: развивать у детей «мышечное чувство» - сознательное отношение к своим движениям; развивать необходимые двигательные навыки и умения.

**ТЕМА.** Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стойка на лопатках.

Упражнения на эластичность мышц, подвижность суставов, формирование мышц брюшного пояса, гибкость. Растяжка. Шпагаты. Выполнение индивидуальных трюков: «кувырок» (вперёд и назад), «колесо», «стоечка на лопатках», «мостик».

Задачи: научиться выполнять основные элементы акробатики.

#### **IV. Азбука классического танца.**

**ТЕМА.** Подготовительный комплекс на ковриках.

Комплекс упражнений на напряжение и расслабление мышц. Упражнения на улучшение выворотности. Упражнения по исправлению недостатков осанки. Упражнения, подводящие к экзерсису упражнения.

Задачи: подготовить мышечный аппарат детей к занятиям у станка.

**ТЕМА.** Основы классического танца. (занятия лицом к станку)

На начальном этапе, упражнения у станка разучиваются лицом к станку, держась за него двумя руками.

Теория: понятие опорной и работающей ноги, знакомство с терминологией классического танца.

Практика: формирование правильной осанки, обеспечивающей устойчивость (апломб)

1. Постановка корпуса (отработка, стоя лицом к станку).
2. Позии ног (I, II, III, V, IV). Смена позиций у станка.
3. Полуприседание (деми-плие) в I, II, III позициях
4. Позии рук (подготовительное положение, 1, 2, 3 позиции). Переходы рук (порт де бра) у станка.

#### **V. Русский народный танец**

**ТЕМА.** Основы русского народного танца (формы позиций и положений рук)

Цель – достижение академической формы народного танца.

Теория: изучение поклона; знакомство с элементами народного танца; прослушивание музыки в разных жанрах (хоровод, кадрили и др.); положение рук и ног в народном танце.

Практика: «озорные» и «лирические» руки; притопы и хлопки; «присядка».

**ТЕМА.** Простые элементы народного танца

Основные шаги: простой танцевальный шаг, шаг с подскоком, приставной шаг, топающий шаг.

Основные движения: «ковырялочка», «моталочка», «гармошечка», «ёлочка».

## **VI. Итоговое занятие за год.**

Практика: Открытый урок по пройденному материалу за год (на усмотрение педагога).

### **Содержание программы**

#### **2 год обучения**

##### **I. Вводное занятие**

**Цель**: ознакомить детей со спецификой работы на 2-ом году обучения, формировать мотивацию к занятиям по разным направлениям хореографии.

Практика: Разминка, работа в группах по заданию. Творческая самостоятельная работа всей группой по созданию этюда в любом танцевальном направлении.

##### **II. Детский танец**

**ТЕМА**. Элементы ритмики и музыкальной грамоты

**Задачи**: освоить понятия: «ритмический рисунок»; длительность, акцент, строение музыкального произведения: вступление, части, музыкальные фразы; особенности танцевальных жанров: вальс, полька, марш.

Практика: хлопки громкие и тихие, в темпе музыки; воспроизведение хлопками ритмического рисунка, состоящего из четвертей, восьмых, половинных и целых.

**ТЕМА**. Игры.

Повторение некоторых пройденных игр: «Музыкальный оркестр», «Перетанцовки», «Волшебный остров», «Сделай сам- покажи другим», «Зеркало». Изучение новых игр «Солнце, воздух и вода», «Ручеёк».

**Задачи**: Ориентация в пространстве танцевального зала; развитие интереса отразить в пластике различные образы. Творческий поиск. Освоение актёрской игры, мимики. Релаксация.

**ТЕМА**. Комбинации

Практика: Комбинации из подскоков, галопа, прыжков, хлопков, шагов и бега.

**ТЕМА**. Постановка номеров

**Задачи**: научиться создавать и воплощать образы с помощью ритмического рисунка.

Практика: Постановка простого ритмического детского танца, создание сценического образа, понятного детям.

**ТЕМА.** Итоговое занятие за 1-е полугодие

Практика: Открытый урок по пройденному материалу за 1-ое полугодие.

**ТЕМА.** Итоговое занятие за год

Практика: Открытый урок по пройденному материалу за год.

### **III. Партерная гимнастика**

**ТЕМА.** Основы образно-игровой партерной гимнастики.

Элементарные формы растяжек, наклонов и слитных движений.

Задачи: Выработка шага, гибкости, эластичности мышц и связок; укрепление «мышечного корсета».

**ТЕМА.** Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса

Упражнения партерного тренажа включают в себя упражнения, направленные на растягивание и силу мышц спины, ног, пресса.

Задачи: развивать у детей «мышечное чувство» - сознательное отношение к своим движениям; развивать необходимые двигательные навыки и умения.

**ТЕМА.** Основные элементы акробатики: мостик, колесо, кувырок, стойка на лопатках.

Цель: Уметь выполнять основные элементы акробатики и простые трюки.

Теория: 1. Понятие «акробатика». 2. Техника безопасности.

Практика: Выполнение индивидуальных трюков: «кувырочек» (вперёд и назад), «колесо», «стойка на лопатках», «мостик»

Упражнения на эластичность мышц, подвижность суставов, формирование мышц брюшного пояса, гибкость. Растяжка. Шпагаты.

### **IV. Азбука классического танца.**

**ТЕМА.** Подготовительный комплекс на ковриках.

Комплекс упражнений на напряжение и расслабление мышц. Упражнения на улучшение выворотности. Упражнения по исправлению недостатков осанки. Подводящие к экзерсису упражнения.

Задачи: подготовить мышечный аппарат детей к занятиям у станка.

**ТЕМА.** Основы классического танца. (занятия лицом к станку). На начальном этапе, упражнения у станка разучиваются лицом к станку, держась за него двумя руками.

Теория: Продолжение знакомства с терминологией классического танца.  
Разучивание позиций рук и ног.

Практика: Упражнения лицом к станку.

1. Постановка корпуса
2. Позиции ног
3. Полуприседание (деми-плие) в I, II, III позициях
4. Полное приседание (гранд-плие в I, II позициях)
5. Позиции рук (подготовительное положение, I, II, III позиции)

## **V. Русский народный танец**

**ТЕМА.** Элементы народного танца

Теория: продолжение знакомства с элементами народного танца.

Практика: Основные шаги: простой танцевальный шаг, шаг с подскоком, приставной шаг, топающий шаг. Основные движения: «ковырялочка», «моталочка», «гармошечка», «ёлочка», хлопки и притопы.

**ТЕМА.** Парный танец

Изучение различных положений рук в паре. Простые этюды в паре.

## **VI. Современный танец**

**ТЕМА.** Основы современного танца

Современный танец изучается по разделам:

В разделе разогрев используется:

- движение по кругу (бег, шаги, подскоки, галоп и т.д.);
- движение на середине (работа с пространством, шаги, прыжки т.д.).

В разделе изоляция изучаются следующие движения:

- голова: наклоны, повороты, круги, zundari;
- плечи: прямые направления одним и двумя плечами, полукруги и круги;
- грудная клетка: вперед-назад; в стороны, крест, квадрат;
- пелвис: из стороны в сторону, вперед-назад, крест, квадрат;
- руки: основные позиции и их варианты, переводы из положения в положение, круги кистью.

-ноги: переводы стоп из параллельного в выворотное положение, исполнение основных движений как по параллельным, так и по выворотным позициям

**ТЕМА.** Работа в партере.

Основы изученные по современному танцу мы переносим в партер. Разогрев в партере. Изоляция в партере. Перекаты. Простые элементы: «книжечка».

**VI. Итоговое занятие за год.**

Практика: Открытый урок по пройденному материалу за год (на усмотрение педагога).

## **Содержание программы**

### **3 год обучения**

#### **I. Вводное занятие**

**Цель:** ознакомить детей с планом работы на 3-ем году обучения.

Ознакомить с новыми направлениями работы. Пробудить интерес к дальнейшим занятиям.

Практика:

Разминка. Работа в группах по заданию. Показ индивидуальных и групповых работ.

#### **II. Партерная гимнастика и акробатика**

**ТЕМА.** Упражнения на развитие эластичности мышц, подвижности суставов, гибкости, формирование мышц брюшного пояса.

Растяжка. Шпагаты.

**ТЕМА.** Основные элементы акробатики

**Цель:** Уметь выполнять основные элементы акробатики и простые трюки.

Теория: 1. Понятие «акробатика». 2. Техника безопасности.

Практика: Выполнение индивидуальных трюков: «кувырочек» (вперёд и назад), «колесо», «стойка на лопатках», «мостик»

**ТЕМА.** Трюковые элементы.

Теория: Техника безопасности при выполнении трюковых элементов.

Практика: Парные трюковые элементы: поддержки танцевальные.

#### **III. Классический танец**

**ТЕМА.** Упражнения у станка

Теория: методика исполнения элементов классического танца у станка, держась одной рукой за станок.

Практика: Переходы рук (порт де бра) Полуприседание (деми-плие) в I, II, V позициях

Полное приседание (гранд-плие в I, II, V позициях)

Выставление ноги на носок - вытянутый батман (батман тандю)

Маленькие броски работающей ногой на высоту 45° (батман тандю жите)

Круг ногой по полу по четверти круга от себя и к себе (ронд де жамб партер)

Приседание на одной ноге, другая согнута (прижата) к щиколотке (батман фондю)

Гранд батман жите (большой бросковый батман)

Лицом к станку: Реливе. Прыжки. (соте по I, II позициям). Растяжка.

**ТЕМА.** Упражнения на середине зала

Теория: методика исполнения элементов классического танца на середине зала.

Практика: Переходы рук (порт де бра); деми-плие и гранд-плие в I, II, III позициях; реливе pas chasse; подскоки, шаг польки, вальса.

**ТЕМА.** Итоговое занятие за 1-е полугодие.

Практика: Контрольный урок по пройденному материалу за 1-ое полугодие.

**ТЕМА.** Итоговое занятие за год

Практика: Контрольный урок по пройденному материалу за год.

#### **IV. Народный танец**

**ТЕМА.** Упражнения у станка

Теория: методика исполнения элементов народного танца.

Практика: полуприседания быстрые и медленные, по I и VI-й позициям, с подъёмом на полупальцы, с наклоном корпуса; перевод ноги с носка на пятку и обратно.

**ТЕМА.** Элементы народного танца на середине зала.

Практика: поклон в русском характере; пружинистое приседание с поворотом корпуса; «моталочка», «гармошечка», «ёлочка», «ковырялочка» с притопом и подскоком; «мячики», «присядка», «хлопушки» простые; тройной шаг; притопы в комбинации; «припадания»; шаг кадрили.

**ТЕМА.** Постановки номеров.

Теория: Знакомство с разными жанрами народного танца и их построением, с просмотром видеоматериалов и прослушиванием музыки; знакомство с элементами народного костюма.

Практика: Постановка несложных танцев с народной хореографией.

**ТЕМА.**

Итоговое занятие за 1-е полугодие

Практика: Контрольный урок по пройденному материалу за 1-ое полугодие.

**ТЕМА.** Итоговое занятие за год

Практика: Контрольный урок по пройденному материалу за год.

## **V. Современный танец**

**ТЕМА.** Уличный танец.

Практика: с начала проучиваем:

-основные раскачки (вперед, назад);

-раскачки с шагами;

-основные прыжки на двух и на одной ноге, с поворотами на 180 и 360 градусов;

-соединение движений ног с руками;

-простейшие партерные комбинации.

-изучение понятий kike, slaid.

Осваиваем комплекс разминки на середине:

1. Наклоны, повороты шеи

2. Разминка для плеч

3. Разминка верхней части туловища (смещения вправо, влево, вперёд, назад)

4. Разминка тазобедренного сустава (вращения, восьмёрки)

5. Разминка ног (вращения в коленях, приседания)

**ТЕМА.** Комбинации и постановки.

Отработка комбинаций, простые постановки.

**ТЕМА.** Современный танец

Практика: Раздел - изоляция. Изучаются следующие движения:

-голова: наклоны, повороты, круги, zundari;

-плечи: прямые направления одним и двумя плечами, полукруги и круги;

-грудная клетка: вперед-назад; в стороны, крест, квадрат;

-пелвис: из стороны в сторону, вперед-назад, крест, квадрат;

-руки: основные позиции и их варианты, переводы из положения в положение, круги кистью.

-ноги: переводы стоп из параллельного в выворотное положение, исполнение основных движений как по параллельным, так и по выворотным позициям.

Упражнения для развития позвоночника. Здесь должны быть усвоены следующие положения:

- flat back вперед, в сторону, полукруги и круги торсом;
- contraction, release, high release.

Координация. Координация простейших движений рук и ног, свинговое раскачивание двух центров.

Уровни.

- основные уровни: «стоя», «сидя», «лежа»;
- упражнения stretch-характера в различных положениях;
- упражнения на contraction и release в положении сидя;

Кросс. Перемещение в пространстве.

- шаги по квадрату.
- основные шаги афротанца.
- шаги с трамплинным сгибанием коленей при передвижении из стороны в сторону и вперед-назад.
- прыжки: hop, jump

**ТЕМА.** Комбинации и постановки.

Комбинации. В этом разделе изучаются комбинации на 32 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней, в джазовом и уличном танце

## **VI. Творческая лаборатория**

Цель: Изучить азы анализа движения Лабана.

**ТЕМА.** Тело.

Теория и Практика: Как организовано тело в целом и взаимосвязи в нём. Что постоянно сохраняется в теле. Где в теле начинается движение. Как движение распространяется в теле.

**ТЕМА.** Усилие. Каково динамическое качество движения. Каков его тон и характер.

**ТЕМА.** Форма.

Теория и Практика: Какие формы принимает тело. Как изменяется форма. Что влияет на процесс изменения формы.

**ТЕМА.** Пространство.

Теория и Практика: Насколько велика киносфера двигающегося. Как определить киносферу. Каково направление движения. Активные

пространственные силы. Какую кристаллическую форму образуетдвигающееся тело.

**ТЕМА.** Индивидуальные и групповые творческие работы.

**VII. Итоговое занятие за год.**

### **Методическое обеспечение**

На занятиях хореографией используются следующие технологии:

- технология сотрудничества (реализуют демократизм, равенство, партнёрство в субъект-субъектных отношениях педагога и ребёнка; педагог и воспитанники совместно вырабатывают цели, определяют содержание, дают оценки, находясь в состоянии сотрудничества и сотворчества);

- личностно-ориентированные технологии (ставят в центр образования личности ребёнка, обеспечение комфортных, бесконфликтных и безопасных условий её развития, реализации её природных потенциалов, т.е. имеют целью свободное и творческое развитие ребёнка);

- игровые технологии (учащиеся воссоздают и усваивают общественный опыт, знания, овладевают умениями и навыками в соответствии с поставленной целью посредством игровой деятельности);

- технология КТД (коллективных творческих дел).

*Методы:*

-методы репродуктивной группы:

- объяснительно-иллюстративные (*объяснение, рассказ, беседа, лекция, иллюстрация, демонстрация*);

- побуждающие репродуктивные (*работа по образцу, упражнение, практическая работа*);

- методы продуктивной группы (*педагогические игры, творческая самостоятельная работа*).

## **Материально-техническое обеспечение программы**

1. Помещение для занятий (хореографический кабинет).
2. Техническое оснащение (ноутбук, колонки).
3. Форма для занятий: купальник, лосины, юбка, шорты, футболка, специальная обувь.
4. Дидактические материал: методические рекомендации, методические разработки авторских программ, аудиозаписи, видеозаписи, журналы, специальная литература.

## **Информационное обеспечение**

Занятия могут быть организованы с помощью информационных ресурсов:

- <http://dancehelp.ru/>
- [https://dvpion.ru/article.asp?id\\_text=448](https://dvpion.ru/article.asp?id_text=448)  
<https://gigamass.ru/uprazhneniya/uprazhneniya-na-rastyazhku-dlya-detej-celi-zadachi-metodologiya.html>

### **Список использованной литературы**

– *Методическая литература*

– 1. Антропова Л.В. Теория и методика преподавания классического танца.- Орел: ОГИИК, 2000.

– 2. Антропова Л.В. Эволюция экзерсиса классического танца.- Орел: ОГИИК, 2001.

– 3. Барышникова Т. Азбука хореографии. - С-Пб., 1996 .

– 4. Бондаренко Л. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях.- Киев, 1968 .

– 5. Бухвостова Л.В., Щекотихина С.А. Композиция и постановка танца.- Орел: ОГИИК, 2001.

– 6. Бухвостова Л.В., Щекотихина С.А. Мастерство хореографа.- Орел: ОГИИК, 2004.

– 7. Васильева-Рождественская М. Историко-бытовой танец.- М., 1968 .

– 8. Васильева Е. Танец. - М., 1968 .

– 9. Давайте танцевать! – М.: Молодая гвардия, 2004.

- 10. Заикин Н., Заикина Н. Областные особенности русского народного танца. В 2-х ч. Ч.1.- Орел, 2003.
- 11. Заикин Н., Заикина Н. Областные особенности русского народного танца. В 2-х ч. Ч.2.- Орел, 2004.
- 12. Климов А. Основы русского народного танца. - М., 1994.
- 13. Костровицкая. В. 100 уроков классического танца. - Л., 1981.
- 14. Митрохина Л.В. Основы актерского мастерства в хореографии.- Орел: ОГИИК, 2001.

#### **Сведения о составителе:**

Волнухина Светлана Алексеевна.

Ирбитский гуманитарный колледж.

Специальность «Педагогика дополнительного образования »

Дата окончания: 2016 год.

1 валификационная категория.



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 29506604513842569967847282462287250401048067649

Владелец Васильева Вера Владимировна

Действителен с 10.03.2023 по 09.03.2024