

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

«ДВОРЕЦ ДЕТСКОГО (ЮНОШЕСКОГО) ТВОРЧЕСТВА
ВСЕВОЛОЖСКОГО РАЙОНА»

Принято

на заседании экспертно-методического
совета (протокол от 25.08.2023 №1)

Утверждено

приказом от 31.08.2023
№ 484

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«НОВОЕ ДВИЖЕНИЕ»**

Авторы (составители): **Крищук Евгений Александрович,**
Власенко Ксения Ивановна,
педагоги дополнительного образования

Направленность программы: **художественная**

Уровень: **базовый**

Возраст детей, осваивающих программу: **10-16 лет**

Срок реализации программы – **4 года:**

1 год обучения – 144 часа;

2 – 4 год обучения – по 252 часа

Всеволожск
2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативно-правовая база

Дополнительная общеразвивающая программа художественной направленности «Новое движение» (далее - программа) базового уровня разработана на основе следующих нормативных актов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Основы государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей (утв. Указом Президента РФ от 9 ноября 2022 г. № 809);
- Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утв. распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);
- Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей (утв. Приказом Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467);
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утв. Приказом Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629);
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28);
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Устав МБОУДО ДДЮТ;
- Рабочая программа воспитания МБОУДО ДДЮТ;
- Положение о дополнительных общеразвивающих программах, реализуемых в МБОУДО ДДЮТ;
- Положение о реализации программы (системы) наставничества в МБОУДО ДДЮТ.

Актуальность программы

Современное танцевальное искусство, в котором в настоящее время доминируют динамичные и яркие стили, востребовано среди подростков. Современный танец избирается большинством молодых людей для самовыражения и получения той энергетике, которая соответствует современной эпохе XXI века. Занятия по современному танцу позволяют методически настойчиво направлять энергию обучающихся в русло красивых сценических форм, отвлекая от стихийно рожденной вычурности, некрасивости, безвкусицы. Получив возможность осваивать импровизации, подросток избавляется от физических и психологических зажимов, у него изменяются движенческие привычки, в повседневной жизни появляются новые,

более гармоничные движения, он получает удовольствие от выражения эмоций и свободы мысли средствами пластики.

Программа реализуется в МБОУ ДО ДДЮТ с 2019 года.

Отличительные особенности программы

Освоение содержания учебной программы учитывает интересы и потребности детей, способствует формированию общей и художественно-эстетической культуры учащихся, помогает учащимся приблизиться к осознанию значения современного искусства и их личного творчества, обеспечивает развитие мотивации к познавательной и творческой деятельности.

Программа может реализовываться с применением технологий наставничества.

Цель и задачи программы

Цель: создание условий для гармоничного развития и успешной личностной реализации посредством обучения современному танцу.

Задачи:

Обучающие:

- познакомить воспитанников с теоретическими основами танцевальной культуры;
- обучить практическим умениям и техническим навыкам различных направлений современного танца.

Развивающие:

- развивать чувство ритма и координацию, хореографическую память, внимание и музыкальный вкус;
- способствовать развитию творческих способностей и индивидуальных потребностей обучающихся.

Воспитательные:

- воспитывать уважение к художественной культуре, искусству народов России;
- прививать культуру общения и конструктивного взаимодействия в коллективе студии, а также с людьми различного социального статуса;
- воспитывать стремление к творческому самовыражению в искусстве;
- воспитывать трудолюбие, дисциплинированность и чувство ответственности за свой труд.

Организационно-педагогические условия

Сроки реализации программы – 4 года. Для более успешного прохождения программы вводится модуль «Подготовительный год». По окончании освоения образовательной программы выдается свидетельство. Выпускники, желающие продолжить занятия, после окончания основного срока обучения объединяются в группу ансамбля.

Возраст учащихся, на который рассчитана образовательная программа – 10-16 лет. Набор в группы 1-го года обучения осуществляется для детей, достигших

10 лет. Группа может быть разновозрастной. Запись в студию проводится по желанию ребенка и медицинскому допуску. Могут приниматься новички в группы 2-го и 3-го годов обучения при наличии определенных хореографических способностей.

Наполняемость групп:

В группе 1-го года предполагается наличие не менее 15 человек, в группах 2-го, 3-го годов обучения – не менее 10 человек, в группах 4-го года обучения – не менее 8 человек.

Календарный учебный график

Год обучения	Период обучения		Период каникул	Кол-во учебных недель / часов	Режим занятий	Вид и сроки проведения аттестации
	начало	окончание				
1	01.09	31.05	В соответствии с календарным учебным графиком учреждения на текущий учебный год	36 / 144	2 занятия в неделю по 2 академических часа (45 минут)	Промежуточная (май)
2	01.09	31.05		36 / 252	2-3 занятия по 1-2 академических часа (45 минут)	Промежуточная (май)
3	01.09	31.05		36 / 252		Промежуточная (май)
4	01.09	31.05		36 / 252		Итоговая (май)

Формы обучения – очная.

Форма организации образовательной деятельности учащихся -групповая, подгрупповая, индивидуальная, всем составом.

Формы занятий

- *Учебное занятие, групповое или индивидуальное:*
 - занятие-изучение нового материала (изучение нового движения, игры, танцевальной связки, композиции танца, отработка по одному и в группе);
 - занятие-практика по различным направлениям танцев (отработка танцевальных вариаций или композиций, самостоятельная отработка танцевальных элементов и вариаций с коррекцией педагога; могут проходить в виде мини-конкурса).
 - открытое занятие для родителей (на нем обучающиеся получают первые опыты публичных выступлений для благожелательных зрителей: учатся преодолевать волнение при исполнении изученных танцевальных композиций, собирать внимание);
 - занятие-репетиция (постановка, отработка и коррекция номеров по определенной теме к различным мероприятиям, к школьным проектам; обучающиеся учатся трудолюбию, терпению в достижении целей, снисходительности друг ко другу);
 - занятие-сценическая практика (показательное выступление на конкурсе студии «Весенняя капель»; участие с отдельными номерами в концертах и проектах на различных площадках; выступления доставляют детям настоящее творческое удовлетворение от возможности служить своими талантами другим

людям, приносить им радость; выступления способствуют также повышению интереса обучающихся к освоению программы);

– занятие-спектакль (итог творческого проекта студии по художественно-эстетическому воспитанию);

– занятие «Игровая гостиная» (проходит в рамках Рождественского бала; дети имеют возможность приобрести благодатный опыт совместных танцевальных игр, культуры общения друг с другом и со старшими – родителями, педагогами и друзьями).

• *Познавательные-воспитательные мероприятия:*

– творческая проектная деятельность по художественно-эстетическому воспитанию и расширению кругозора обучающегося (выполнение творческих заданий по подготовке итогового спектакля студии);

– проектная деятельность по духовно-нравственному воспитанию (участие в исторических беседах, тематических творческих заданиях, поэтических чтениях, мастер-классах, экскурсиях; знакомство с авторской и поэтической песней и другим музыкальным материалом);

– беседы по истории танца;

– посещение выставок и поездки в театр;

– просмотр фильмов-балетов и документального кино, видеозаписей хореографических номеров и личных выступлений на танцевальных конкурсах с последующим обсуждением;

– занятие «Историко-литературная гостиная» (проходит в рамках Рождественского бала; это итоговое занятие по проектной деятельности по духовно-нравственному воспитанию для обучающихся всех групп студии);

– «Танцевальные марафоны» (просмотр танцевальных видеороликов разных направлений хореографии – от классики до модерна; мини-доклад с презентацией об известных танцорах или балетмейстерах; разучивание массовых и социальных танцев; танцевальный баттл на импровизацию между командами в 3 этапа, в том числе – битва капитанов);

– творческие встречи с другими коллективами.

– Занятие-«круглый стол» (обмен мнениями, где ребята учатся формулировать и высказывать свои суждения, прислушиваться к мнению других, оценивая свое выступление на празднике или на конкурсе, а также выступления других коллективов, выражать благодарность друг другу и организаторам, еще раз переживая радостные минуты или учась правильно относиться к неудачам; при просмотре фото и видеоматериалов разбираются исполнительские и ситуативные ошибки).

Условия реализации программы:

Минимально необходимый для реализации программы перечень учебных аудиторий, специализированных кабинетов и материально-технического обеспечения включает в себя:

• учебный класс для занятий – хорошо проветриваемое и освещенное помещение;

• оборудование учебного кабинета: балетные станки, зеркала, проектор.

- гимнастические коврики;
- аудиоаппаратура для обеспечения звучания фонограммы;
- костюмерная, располагающая необходимым количеством костюмов для учебных занятий, репетиционного процесса, сценических выступлений;
- раздевалки для учащихся и преподавателей.

Планируемые результаты:

Предметные:

- обучающийся овладеет теоретическими и практическими основами различных направлений современного танца: джаз и модерн (теория и практика), вакинг и хип-хоп (элементы);
- обучающийся сможет развить в меру своих способностей чувство ритма, координацию, хореографическую память, внимание и музыкальный вкус.

Метапредметные:

- обучающийся приобретет осознание своих творческих способностей и научится реализовывать индивидуальные потребности;
- обучающийся приобретет навыки культуры общения и конструктивного взаимодействия в коллективе и с людьми разного социального статуса в ходе занятий, проектной деятельности, участия в конкурсах, подготовки и проведения различных мероприятий студии.

Личностные:

- обучающийся осознает ценность таких качеств, как трудолюбие, дисциплинированность и чувство ответственности за свой труд.

Система оценки результатов освоения программы:

Данная программа предполагает следующие виды контроля:

Виды контроля и аттестации	Формы контроля	Оценочные материалы
Входной контроль	Диагностирование	Диагностическая карта (карта входного контроля)
Текущий контроль	Педагогическое наблюдение, видеосрезы, обсуждение, викторины, опросы, батлы., участие в конкурсах и мероприятиях различного уровня,	Трехуровневая система оценки по диагностическим критериям
Итоговая аттестация	Открытый урок	Протоколы итоговой аттестации

Входной контроль

Цель контроля: выявление степени владения учащимися танцевальными способностями. Оценка учащихся проводится по трем уровням (предметные умения и навыки, метапредметные, личностные). Результаты заносятся в диагностическую карту входного контроля.

Текущий контроль

Цель контроля: выявление уровня овладения обучающимися танцевальными

способностями в рамках выбранного модуля, степени достижения результатов обучения, закрепления знаний, полученных в ходе обучения за истекший период. Контроль осуществляется посредством педагогического наблюдения, анализа участия учащихся в различных конкурсах и мероприятиях. Для оценки используется трехуровневая система по диагностическим критериям, указанным в Приложении 1.

Итоговая аттестация проходит в мае в форме открытого урока. На него приглашаются представители администрации ДДЮТ и детского учреждения, педагоги-хореографы отдела художественного творчества, родители учащихся.

В работе используются следующие формы контроля:

открытые уроки для родителей; итоговый спектакль по проектной деятельности, мастер-классы, Рождественский бал студии (выступление перед родителями); викторины; мини-конкурсы на практических занятиях; показательные выступления на итоговом конкурсе студии «Весенняя капель»; городские конкурсы современного танца («Танцевальная метель» и др.); выступления на школьных праздниках, проектах, творческих встречах коллективов, «круглые столы» по итоговым мероприятиям, педагогическое наблюдение. Анализ продуктивности творческой деятельности осуществляется посредством диагностирования (исходного, промежуточного, итогового).

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Наименование разделов	Количество часов			
	I год	II год	III год	IV год
Основы классического танца	36	36	36	36
Джаз танец	30	60	72	72
Модерн	30	36	36	36
Хип-Хоп	6	6	–	–
Вакинг	6	6	–	–
Репетиционно-постановочная работа	24	72	72	72
Познавательные-воспитательные мероприятия	12	36	36	36
Итого групповых занятий	144	252	252	252

Основы классического танца

Этот раздел содержит элементы классического танца, которые в результате постепенного изучения образуют небольшой экзерсис на середине зала. В экзерсисе разносторонне развивается мускулатура ног, их выворотность, постановка корпуса, рук, головы, координация движений; фигура приобретает подтянутость, вырабатывается устойчивость корпуса.

Джаз танец

Джазовый танец тесно связан с классическим танцем, но в нем выделены свои позиции рук, кистей, корпуса. Урок джазового танца состоит из определенных этапов, среди которых: *разогрев* (приводит двигательный аппарат в рабочее состояние); *изоляция* (глубокая работа с мышцами конкретных частей тела – центров); *координация* (одновременная работа двух и более центров); *упражнения на середине* (заимствованы из классического танца, но отличаются по координации, положению рук, головы); *кросс* (передвижения в пространстве или диагонали, составленные из различных шагов, прыжков и вращений); *комбинации* состояются из всех изученных движений, положений тела, рук и корпуса; *партер* способствует развитию эластичности мышц тела; *импровизация* (самостоятельное создание обучающимися музыкально-двигательных образов) развивает творческое начало.

Модерн

Танец модерн – одно из направлений современной хореографии. В основу модерн танца входят элементы классического танца, упражнения на растяжку, упражнения на сжатие и расслабление корпуса и других частей тела, работа с полом (основы партеринга), работа с весом (скольжения, раскачивания, прыжки, падения), упражнения на смену уровня, работа с партнером, навыки импровизации.

Хип-Хоп

Хип-хоп танец (англ. Hip-hop dance) относится к уличным танцевальным стилям. Комбинации этого раздела помогают овладеть первоначальными навыками координации и чувством ритма, способствуют развитию физических данных обучающихся на интересном для детей танцевальном материале.

Вакинг

Вакинг (англ. waacking, от англ. waack – махать руками) – популярное танцевальное направление, позволяющее развить координацию и силу рук.

Репетиционно-постановочная работа

Этот раздел направлен на повышение исполнительского мастерства участников студии через создание творческих номеров для концертов, тематических вечеров и др. Участие в коллективных постановках или подготовке сольных номеров стимулирует у ребёнка дальнейшее развитие мотивации к познавательной деятельности и способствует приобретению сценического опыта и опыта коллективного творчества.

Познавательные-воспитательные мероприятия

Беседы по истории танца расширяют знания о танцевальном искусстве. Беседы об искусстве, поездки в театр, просмотр видеофильмов воспитывают любовь к

прекрасному. Участие в проектах студии по духовно-нравственному воспитанию, самостоятельная подготовка презентаций, творческих заданий расширяют возможности детей для самореализации.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

1 год

№ п/п	Разделы, темы	Количество часов			Форма контроля, промежуточной аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Основы классического танца <i>Партерный экзерсис, Экзерсис у палки; Экзерсис на середине, Диагонали, Allegro</i>	36	5	31	Открытый урок для родителей
2	Джаз танец <i>Движения на середине зала: позиции рук (I-IV), Demi и grandplie; Batementtendu и др.; Диагонали: jump, hop.</i>	30	4	26	Открытый урок для родителей
3	Модерн: <i>rollup, roll down; Понятия об уровнях; Движения: «Звездочка», «Рисование на песке», «Растекание», «Следы», и др., роллы, кувырки через плечо вперед.</i>	30	6	24	Педагогическое наблюдение, выступления на школьных проектах
4	Хип-Хоп <i>История возникновения направления; базовые движения; танцевальные комбинации</i>	6	1	5	Педагогическое наблюдение, выступления на школьных проектах
5	Вакинг <i>Движения: «Выброс рук», «Роллы», «Резкие удары», «Позы»; танцевальные комбинации: «На седьмом небе», «Беги к мечте».</i>	6	1	5	Баттлы
6	Репетиционно-постановочная работа <i>Постановка номеров, сценическая практика.</i>	24	1	23	«Весенняя капель», городские конкурсы
8	Познавательные-воспитательные мероприятия <i>(беседы о танцевальных направлениях, о выдающихся танцорах и хореографах, просмотр видео)</i>	12	11	1	Викторины, Рождественский бал, Танцевальные марафоны
	ИТОГО	144	29	115	

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

2 год

№ п/п	Разделы, темы	Количество часов			Форма контроля, промежуточной аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Основы классического танца <i>Партерный экзерсис, Экзерсис у палки; Экзерсис на середине, Диагонали, Allegro</i>	36	5	31	<i>Открытый урок для родителей</i>
2	Джаз танец <i>Середина: позиции рук V-VIII, Batementfondu; Batementdevelope; demirond и др.; Диагонали: pasdebourre; chaînés на plie,</i>	60	6	54	<i>Открытый урок для родителей</i>
3	Модерн <i>Движения: «Спираль»; «Крабики», различные виды кувырков; «Березка» с порой переносом веса на руки, «Хищники» с усложнением и сменой уровней, перекаты; танцевальные комбинации.</i>	36	6	30	Педагогическое наблюдение, выступления на школьных проектах
4	Хип-Хоп <i>Движения: «Ранинмен», «Гучи», «Стив мартин», «Риджес», «Пати машин», «Хепи-фит», «Фристайл»; танцевальные комбинации</i>	6	1	5	Педагогическое наблюдение, выступления на школьных проектах
5	Вакинг <i>Движения: «Покачивания»; «Кач» и др.; танцевальные комбинации и импровизации.</i>	6	1	5	Баттлы
6	Репетиционно-постановочная работа <i>Постановка номеров, сценическая практика.</i>	72	4	68	«Весенняя капель», городские конкурсы
8	Познавательные воспитательные мероприятия <i>(беседы о танцевальном искусстве)</i>	36	31	5	Викторины, Рождественский бал, Танцевальные марафоны
	ИТОГО	252	52	200	

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН.

3 год.

№ п/п	Разделы, темы	Количество часов			Форма контроля, промежуточной аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Основы классического танца <i>Экзерсис у палки; Экзерсис на середине, Диагонали, Allegro</i>	36	5	31	Открытый урок для родителей
2	Джазтанец <i>Движения на середине зала: renverse, rond de jambe par terre, tep ball change; диагонали: soute, sison, tour.</i>	72	7	65	Открытый урок для родителей
3	Модерн <i>Движения: подготовка к стойке на руках, «Слайд», «Обезьяны», Roll в разных направлениях; contraction и release корпуса; расслабление частей тела; составление своих мини-комбинаций; импровизации на смену уровней.</i>	36	6	30	Педагогическое наблюдение, выступления на школьных проектах
4	Хип-Хоп	–	–	–	–
5	Вакинг	–	–	–	–
6	Репетиционно-постановочная работа <i>Постановка номеров, сценическая практика.</i>	72	4	68	«Весенняя капель», городские конкурсы
8	Познавательные-воспитательные мероприятия <i>(беседы о танцевальном искусстве)</i>	36	30	6	Викторины, Рождественский бал, Танцевальные марафоны
ИТОГО		252	52	200	

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

4 год

№ п/п	Разделы, темы	Количество часов			Форма контроля, промежуточной аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Основы классического танца <i>Экзерсис у палки; Экзерсис на середине, Диагонали, Allegro</i>	36	5	31	Открытый урок для родителей
2	Джазтанец <i>Движения на середине зала: battement releve lent, body roll, battement frappe; диагонали: Pas echappe, Pas assemble; Fouette и др.</i>	72	7	65	Открытый урок для родителей, Рождественский бал, конкурсы
3	Модерн <i>Движения: стойка на руках, «Колесо» на двух уровнях, Contraction и Release корпуса с добавлением рук, Bodyroll, «Качалка», «Полет»; Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release; импровизация на смену уровней; составление своих мини-комбинаций.</i>	36	6	30	Педагогическое наблюдение, выступления на школьных проектах
4	Хип-Хоп	–	–	–	–
5	Вакинг	–	–	–	–
6	Репетиционно-постановочная работа <i>Постановка номеров, сценическая практика.</i>	72	4	68	«Весенняя капель», городские конкурсы
8	Познавательные-воспитательные мероприятия <i>(беседы о танцевальном искусстве)</i>	36	30	6	Викторины, Рождественский бал, Танцевальные марафоны
	ИТОГО	252	52	200	

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1 год обучения

Основы классического танца (36 часов)

Вводное занятие. Инструктаж по охране жизни, здоровья и безопасности обучающихся. Знакомство детей с техникой безопасности при работе в танцевальном зале (ТБ), безопасным маршрутом от дома до школы (БМ); танцевально-ритмические упражнения и игры.

Партнерный экзерсис: «Бабочка», «Лягушка», «лодочка», «ножницы», поочередная работа стоп со сменой положения (flex, point)», «Выпад», «Полу шпагат».

Экзерсис лицом к палке:

- Demi-plie, grand- plie в I, II, V и IV позициях;
- Battements tendus из I и V позиций в сторону, вперед и назад;
- Passé par terre;
- Demi rond de jambe par terre;
- Battements tendus jetes из I и V позиций в сторону, вперед и назад;
- Releve lent на 45°, вперед и назад;
- положение ноги sur le sou-de-pied впереди (основное и условное) и сзади;
- Battement frappe в сторону, вперед и назад;
- Battement fondu в сторону, вперед и назад на 45°;
- Releve на полупальцы по I, II и V позициям;
- Preparation к rond de jambe par terre en dehors et en dedans;
- Grands battements jetes из I и V позиций в сторону, вперед и назад;
- Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans;
- Battement developpe в сторону, вперед и назад;
- Port de bras;
- Pas de bourree с переменной ног en dehors et en dedans;
- Перегибы корпуса назад и в сторону лицом к палке в I и V позициях;
- Полуповороты.

Экзерсис на середине зала (упражнения те же, что у палки с добавлением epaulement):

- Epaulement croise et efface в V и IV позициях;
- Port de bras первое второе и третье;
- Releve на полупальцах по I, II, V позициям на вытянутых ногах и с окончанием в demi plie;
- Повороты на полупальцах вокруг себя на одном месте по V позиции.

Allegro:

- Temps leve по I, II, V позициям;

- Changement de pied;
- Pas echange
- Трамплинные прыжки по I позиции.

Джаз танец (30 часов)

Движения на середине зала: Основные позиции рук I, II, III, IV; Flat back вперед, Body roll на прямых ногах, на plie; Arch; Flex стопы и колена; Demi grand plie; Battement tendu; Battement jete; Grand battement jete.

Диагонали: jump: во время взлета arch торса; hop: рабочая нога в положении passé, во время взлета arch торса; leap с трамплинным зависанием в воздухе; chaînés на plie, на полной стопе.

Модерн (30 часов)

Понятия об уровнях (верхний – стоя, средний – на коленях, нижний – сидя на полу, горизонтальный – лежа на полу).

Движения: «Звездочка», «Рисование на песке», «Растекание», «Следы», «Хищники», «Галка», «Березка»; roll up, roll down; roll с перекатами, кувырки через плечо вперед, упражнение «Склеивание» (работа в парах).

Комбинации на изученные движения, импровизации на смену уровней.

Хип-Хоп (6 часов)

Изучение истории возникновения направления и культуры.

Базовые движения: «Bounce»; «Кач»; «Гуф»; «Кэмел-вок»; «Рибок»; «Крис кросс»; «Скейт»; «Гучи».

Танцевальные комбинации: «Солнце, радость, позитив», «Лови ритм», «Стань сильнее», «Я могу» и/или др.

Вакинг (6 часов)

Движения: «Выброс рук», «Роллы», «Резкие удары», «Позы»;

Танцевальные комбинации: «На седьмом небе», «Беги к мечте».

Репетиционно-постановочная работа (24 часов)

Подготовка к городским конкурсам и к школьным проектам, используя хореографический материал, который был проучен во время занятий.

Познавательные-воспитательные мероприятия (12 часов)

Беседы по истории различных направлений танца. Беседы о современном искусстве. Поездки в театр или просмотр видеофильмов-балетов. Выполнение творческих заданий: эссе, докладов, презентаций, иллюстрированного и художественного материала. Участие в мастер-классах, экскурсиях. Проведение различных танцевальных и актерских тренингов.

Ожидаемые результаты

Обучающимся освоена правильная манера и характер исполнения современных направлений хореографии; развита пластичность и выразительность движений рук, корпуса и головы, сила и натянута ног; у танцора развито умение «видеть на паркете»; расширен кругозор учащихся посредством знакомства с историей развития современного танца и связанных с ним других видов искусств, в первую очередь, музыки, а также просмотра видеофильмов-балетов; обучающийся принял участие в основных мероприятиях студии (итоговый

конкурс «Весенняя капель», Рождественский бал), выступал хотя бы на одном городском конкурсе по современной хореографии.

2 год обучения

Основы классического танца (36 часов)

Вводное занятие. Инструктаж по охране жизни, здоровья и безопасности обучающихся.

Знакомство детей с техникой безопасности при работе в танцевальном зале (ТБ), безопасным маршрутом от дома до школы (БМ); танцевально-ритмические упражнения и игры.

Повторение и развитие навыков первого года обучения; выработка силы ног за счет увеличения повторений однородных движений в более подвинутом музыкальном темпе; укрепление стопы - ряд движений у палки изучается на полупальцах; введение в экзерсис и адажио больших поз на 90°, attitude и arabesque; развитие координации движений ног, рук и головы в каждой части урока.

Партерный экзерсис: Повторение движений 1-го года обучения, «Шпагат», «Перекаты».

Экзерсис у палки: (повторение упражнений первого года обучения с добавлением epaulement. Изучение больших поз на 90°, attitude и 2-й arabesque.

- Маленькие позы (croisee, effacee, ecartee);
- Battement tendu
- Battement tendu jetes
- Battement retire;
- Полуповороты в V позиции (с переменной ног на полупальцах к палке и от палки на 2/4;
- Третье port de bras;
- Battement fondu (во всех направлениях);
- Battement frappe (во всех направлениях);
- Petit battement sur le sou-de-pied;
- Battement developpe во всех направлениях и в больших позах;
- Attitude croisee et efface;
- Demi rond de jambe par terre на 90° en dehors et en dedans;
- Grand battement jete во всех направлениях и в больших позах;

Экзерсис на середине зала:

- Основные позы классического танца;
- 1, 2, 3 arabesques;
- Temps lie par terre
- Те же упражнения, что и у палки en face и epaulement, исполняются на всей стопе.
- Battements tendu (в маленьких позах croisee, efface, ecartee вперед и назад и 3-й arabesque);
- Battement tendu jete (в больших и маленьких позах croisee, effacee, ecartee вперед и назад и 3-й arabesque);

- Grand battement jete (вперед, в сторону и назад);
- Releve на полупальцы по IV позиции croisee et effacee (на вытянутых ногах и с demi plie);
- Temps lie par terre с перегибом корпуса;
- Preparation к pirouette sur le cou-de-pied en dehors et en dedans (с V и II);
- Полуоборот в V позиции с переменной ног на полупальцах.

Allegro:

Продолжается изучение прыжков трамплинного характера (исполняются восьмыми долями).

- Pas assemble;
- Pas jete в сторону;
- Pas echange на II позицию с окончанием на одну ногу;
- Сценический sissonne в 1-й arabesque по диагонали в сочетании с pas de chat;
- Pas sauté по IV позиции;

Джаз танец (60 часов)

Движения на середине зала: Основные позиции рук V, VI, VII, VIII; Flat back вперед в сочетании с работой рук, Body roll на прямых ногах, на plie; Arch; Curve; Flex стопы и колена; twist торса; Battement fondu; frappe; Battement developpe; retire; coupe; curve; deep body bend; degage; demi rond; drop; tour
 Диагонали: Demi plie, grand plie; pas de bourree; jump: во время взлета arch торса; hop: рабочая нога в положении passé, во время взлета arch торса; leap с трамплинным зависанием в воздухе; chaînés на plie, на полной стопе; вращения: повороты, полуобороты по кругу, по прямой.

Модерн (36 часов)

Движения: разминка из движений 1-го года, «Спираль» в положении лежа и сидя; упражнение «Крабики», кувырки вперед, кувырки назад; кувырки с добавлением упражнения «Крабики»; упражнение «Березка» с опорой на вытянутые на полу руки; перебаты; упражнение «Хищники» с усложнением и сменой уровней; танцевальные комбинации на изученные фигуры.

Вакинг (6 часов)

Движения: повторение движений 1-го года; «Покачивания»; «Кач».

Танцевальные комбинации: «Лететь» и/или др. Импровизации.

Хип-Хоп (6 часов)

Изучение направления и истории зарождения хип-хоп культуры.

Движения: «Ранинмен»; «Гучи»; «Стив мартин»; «Риджек»; «Пати машин»; «Хепи-фит»; «Фристайл».

Танцевальные комбинации в стиле «Хип-хоп».

Репетиционно-постановочная работа (72 часа)

Подготовка к городским конкурсам и к школьным проектам с использованием хореографического материала, который был проучен во время занятий.

Познавательные-воспитательные мероприятия (36 часов)

Беседы по истории различных направлений танца. Беседы о современном искусстве. Поездки в театр или просмотр видеофильмов-балетов. Подготовка творческих проектов: эссе, докладов, презентаций, иллюстрированного и художественного материала. Участие в мастер-классах, экскурсиях. Проведение различных танцевальных и актерских тренингов.

Ожидаемые результаты

Обучающимся освоена правильная манера и характер исполнения современных направлений хореографии; развита пластичность и выразительность движений рук, корпуса и головы, сила и натянутасть ног; у танцора развито умение «видеть на паркете»; расширен кругозор учащихся посредством знакомства с историей развития современного танца и связанных с ним других видов искусств, в первую очередь, музыки, а также просмотра видеофильмов-балетов; обучающийся принял участие в основных мероприятиях студии (итоговый конкурс «Весенняя капель», Рождественский бал), выступал хотя бы на одном городском конкурсе по современной хореографии.

3 год обучения

Основы классического танца (36 часов)

Инструктаж по охране жизни, здоровья и безопасности обучающихся.

Дальнейшее развитие природных данных, силы ног, устойчивости; введение полупальцев в экзерсис на середине зала; ускорение темпа исполнения движений; начало освоения движений en tournant, заносок; изучение pirouette; развитие координации движений во всех разделах урока; работа над выразительностью. Особое внимание уделяется сценической практике.

Вводное занятие. Знакомство детей с техникой безопасности при работе в танцевальном зале (ТБ)

Экзерсис у палки:

- Grand plie в комбинации с Port de bras;
- Battement tendu pour batteries;
- Rond de jamb на 45° en dehors et en dedans на полупальцах и на demi-plie;
- Battement fondu c plie и releve;
- Battement fondu doubles c demi rond de jambe en face;
- Pas tombe;
- Rond de jambe en l'air с окончанием в demi-plie;
- Grand Battement jete passes par terre;
- Battement releve lent на 90° во всех направлениях;
- Третье Port de bras;
- Полный поворот на полупальцах на двух ногах по V позиции;
- Полуоборот с подменной ноги на целой стопе и на полупальцах;
- Preparation и pirouette с V позиции en dehors et en dedans;

Экзерсис на середине зала:

- Battement releve lent на 90° (вперед, в сторону и назад и в позы:

croisee, effacee и в 1-й, 2-й и 3-й arabesque);

- Battement developes (вперед, в сторону и назад в позы: croisee, effacee и в 1-й, 2-й и 3-й arabesque, attitude croisee et effacee);
- Demi rond de jambe на 45° en dehors et en dedans
- Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans на полупальцах;
- Battement releve lent et battements developpe en face
- Grand battement jete passes par terre с окончанием на носок вперед и назад en face;
- Третье port de bras;
- Preparation к pirouette и pirouette с IV позиции en dehors et en dedans с окончанием в V позицию;
- Preparation к pirouette и pirouette со II и V позиций en dehors et en dedans с окончанием в V позицию;
- Adagio из изученных движений

Allegro

- Temps saute в V позиции;
- Changement de pied с продвижением в сторону, вперед и назад;
- Pas assemble с продвижением en face;
- Pas jete с продвижением во всех направлениях;
- Pas echappe на II и IV позиции en tournant по ¼ и ½ поворота;
- Sissonne fermee;
- Pas de chat вперед и назад;
- Pas saute по IV позиции;
- Grand echappe на II и IV позиции;
- Grand changement de pied по 1/4 поворота.

Джаз танец (72 часа)

Движение на середине зала: Swing; Jazz Dance Fifth, Jerk Position, locomotor; low back; Pas faille; pique; pirouette; plie releve; point; prance; press-position; releas; renverse; rond de jambe par terre; shimmi; side stretch; square; step ball change; touch; zundari; flat step; swastika; flex; flik; frog position; high release; hinge; hip lift; jack knife; jelly roll;

Диагонали: прыжки – sauté; sissonne; sissonne ouverte; pas de chat; pas de bourree; pas chasse; pas balance; tombe; tour, tour chaines; jumb;

Модерн (36 часов)

Движения: подготовка к стойке на руках (отработка в парах с накатом), «Слайд» с продвижением и выходом в стойку на руках; «Обезьяны» (по одному и в парах); contraction и release корпуса; активное расслабление всех частей тела (поочередное или хаотичное); Roll в разных направлениях; творческие задания на составление своих мини-комбинаций.

Репетиционно-постановочная работа (72 часа)

Подготовка к городским конкурсам и к школьным проектам, используя хореографический материал, который был проучен во время занятий.

Познавательные-воспитательные мероприятия (36 часов)

Беседы о современном искусстве. Поездки в театр или просмотр видеофильмов-балетов. Подготовка творческих проектов: эссе, докладов, презентаций, иллюстрированного и художественного материала. Участие в мастер-классах, экскурсиях. Проведение различных танцевальных и актерских тренингов.

Ожидаемые результаты

Обучающимся освоена правильная манера и характер исполнения современных направлений хореографии; развита пластичность и выразительность движений рук, корпуса и головы, сила и натянутасть ног; у танцора развито умение «видеть на паркете»; расширен кругозор учащихся посредством знакомства с историей развития современного танца и связанных с ним других видов искусств, в первую очередь, музыки, а также просмотра видеофильмов-балетов; обучающийся принял участие в основных мероприятиях студии (итоговый конкурс «Весенняя капель», Рождественский бал), выступал хотя бы на одном городском конкурсе по современной хореографии.

4 год обучения

Основы классического танца (36 часов)

Инструктаж по охране жизни, здоровья и безопасности обучающихся.

Задачи четвёртого года обучения: работа над устойчивостью на полупальцах в больших позах; подготовка к вращению в больших позах; *tour lent* в больших позах; освоение техники *tours* (женский класс), *pirouettes* (мужской класс); исполнение упражнений на середине зала *en tournant*; изучение заносок с окончанием на одну ногу; начало изучения больших прыжков; усложнение координации, работа над пластичностью рук и корпуса.

Вводное занятие. Знакомство детей с техникой безопасности (ТБ) при работе в танцевальном зале (ТБ)

Повторение ранее пройденного материала.

Экзерсис у палки:

- Поворот *fouette en dehors et en dedans* вытянутой ногой на 45° вперёд или назад
- *Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans* с *plie-releve* и *releve* на полупальцы
- *Preparation* к *tours* и *tours* с *temps releve* на 45°
- *Grand rond de jambe jete*
- *Battement releve et Battement developpe* с *plie-releve* и *demi rond de jambe en face* и в позах
- *Battement fondu* на 90°
- *Battement soutenu* на 90° *en face*
- *Releve* на полупальцы - работающая нога поднята в любом направлении на 90°
- *Battement developpe tombe en face*
- *Grand Battement jete* с подъёмом на полупальцы

- Grand Battement jete developpe с подъёмом на полупальцы

Экзерсис на середине зала:

- Battement tendu et Battement tendu jete en tournant с поворотом на 1/8 круга
- Rond de jambe par terre en tournant с поворотом на 1/4 круга
- Battement fondu на 90° en face и в позах на полупальцах
- Battement frappe в позах на полупальцах
- Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans с окончанием в demi-plie
- Поворот fouette en dehors et en dedans, начиная из положения ноги вперёд или назад на 45°
- Grand rond de jambe jete
- Battements releve et Battements developpe
- Releve на полупальцах – работающая нога на 90°
- Battements developpe tombe en face
- Grand Battement jete с подъёмом на полупальцы

Allegro:

- Pas echappe battu
- Pas assemble battu
- Grand sissonne ouverte
- Pas chassee вперёд, назад и в сторону

Джаз танец (72 часа)

Движения на середине зала: Jack Knife; kick; lay out; battement releve lent; bruch; body roll; deep contraction; drop; battement frappe; Isolation; Relax; Release; Coordination; Collapse; Combination; Impulse; Shake; Bump; Rubber legs; Thrust; Kick step; Ketch step; Step boll chinch; Limbo; Jazz oak;

Диагонали и прыжки: Slides; Walking turn; Skipping turn; Pivot turn; Air turn; Teach; Flat step; Lip; Pas echappe; Pas assemble; Cabriole; Chain; Pas ciseaux; Fouette; Galloper; Glissade.

Модерн (36 часов)

Комплекс для разминки (roll, plie, выпады и т.д.): исполнение в 2-х характерах «песок» (рассыпчато) – «вода» (плавно, текуче)

Движения: стойка на руках, «Колесо» на двух уровнях, Contraction и Release корпуса с добавлением рук, Body roll, «Качалка», «Полет»; дыхательная гимнастика с использованием contraction, release; комбинации, импровизация на смену уровней; составление своих мини-комбинаций.

Репетиционно-постановочная работа (72 часа)

Подготовка к городским конкурсам и к проектам студии и школы с использованием хореографического материала, который был проучен во время занятий. По возможности поддерживаются номера предыдущих годов обучения. Повышение исполнительского мастерства отработка танцевальных номеров.

Познавательные-воспитательные мероприятия (36 часов)

Беседы о современном искусстве. Поездки в театр или просмотр видеофильмов-балетов. Подготовка творческих проектов: эссе, докладов, презентаций, иллюстрированного и художественного материала. Участие в

мастер-классах, экскурсиях. Проведение различных танцевальных и актерских тренингов.

Ожидаемые результаты

Обучающимся освоена правильная манера и характер исполнения современных направлений хореографии; развита пластичность и выразительность движений рук, корпуса и головы, сила и натянутаость ног; у танцора развито умение «видеть на паркете»; расширен кругозор учащихся посредством знакомства с историей развития современного танца и связанных с ним других видов искусств, в первую очередь, музыки, а также просмотра видеофильмов-балетов; обучающийся принял участие в основных мероприятиях студии (итоговый конкурс «Весенняя капель», Рождественский бал), выступал хотя бы на одном городском конкурсе по современной хореографии.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

№	Раздел тема	Форма занятий	методы	Комплекс средств обучения
1.	Основы классического танца	Групповая, подгрупповая; индивидуальная	Наглядный, словесный, репродуктивный, практический, частично поисковый, стимулирования и мотивации, контроля, самоконтроля и взаимоконтроля	Зеркальная стенка, проектор, камера для видеосрезов, экран; разработанные упражнения для отработки элементов классического танца; видео мастер-классов и семинаров по основам классического танца
2.	Джаз танец	Групповая, подгрупповая; индивидуальная	Наглядный, словесный, репродуктивный, практический, частично поисковый, стимулирования и мотивации, контроля, самоконтроля и взаимоконтроля	Зеркальная стенка, проектор, камера для видеосрезов, экран; разработанные упражнения для отработки элементов джаз-танца; видео мастер-классов и семинаров по джаз-танцу
3.	Модерн	Групповая, подгрупповая; индивидуальная	Наглядный, словесный, репродуктивный, практический, частично поисковый, стимулирования и мотивации, контроля, самоконтроля и взаимоконтроля	Зеркальная стенка, проектор, камера для видеосрезов, экран; разработанные упражнения для отработки элементов модерн; видео мастер-классов и семинаров по модерну
4.	Хип-Хоп	Групповая, подгрупповая; индивидуальная	Наглядный, словесный, практический, частично поисковый, стимулирования и мотивации, контроля, самоконтроля и взаимоконтроля	Зеркальная стенка, проектор, камера для видеосрезов, экран; разработанные упражнения для отработки элементов хип-хопа; видео мастер-классов и семинаров по хип-хопу
5.	Вакинг	Групповая, подгрупповая;	Наглядный, словесный, практический, частично	Зеркальная стенка, проектор, камера для видеосрезов, экран; разработанные упражнения

		индивидуальная	поисковый, стимулирования и мотивации, контроля, самоконтроля и взаимоконтроля	для отработки элементов вакинга; видео мастер-классов и семинаров по вакингу
6.	Репетиционно-постановочная работа	Групповая, подгрупповая; индивидуальная, всем составом	Наглядный, словесный, практический, частично поисковый, стимулирования и мотивации, контроля, самоконтроля и взаимоконтроля	Зеркальная стенка, проектор, камера для видеосрезов, экран;
7.	Познавательные воспитательные мероприятия	Групповая, подгрупповая; всем составом	Наглядный, словесный, практический, частично поисковый, стимулирования и мотивации, контроля, самоконтроля и взаимоконтроля	Учебный класс для занятий, балетные станки, зеркала, проектор, гимнастические коврики, аудиоаппаратура для обеспечения звучания фонограммы; костюмерная, располагающая необходимым количеством костюмов для учебных занятий, репетиционного процесса, сценических выступлений;

- **Основные принципы построения программы:**

- Принцип доступности (учебный материал соответствует возрастным и психологическим особенностям детей).
- Принцип последовательности (овладение новыми знаниями, умениями и навыками опирается на то, что ранее освоено).
- Принцип комплексности, системности (учебная деятельность связана со всеми направлениями воспитательной работы).
- Принцип сознательности (обеспечение заинтересованного, а не «механического» освоения детьми необходимых знаний и умений).
- Принцип коллегиальности (взаимодействие всех участников учебного процесса: ученика, педагога, классного руководителя, администрации, родителей, которое принимает различные формы – содружество, соучастие, сопереживание, сотворчество; взаимодействие с другими творческими детскими коллективами).
- Принцип взаимодействия на нескольких уровнях (взаимодействие между взрослым и ребенком в процессе занятий и студийных мероприятий, взаимодействие детей как партнеров по творческой деятельности, взаимодействие различных возрастных групп как участников одного коллектива, взаимодействие всех учебных направлений, входящих в содержание курса).

- **Приемы обучения:**

- Прием параллельности (изучение нового материала идет с постепенным усложнением одновременно нескольких новых танцев (или их элементов), имеющих различные или аналогичные ритмические рисунки, но на разных стадиях изучения).

Прием быстрой смены деятельности (изучения нового материала – на игру, отработки практических навыков – на конкурс между исполнителями и т. д., при этом конец одного этапа является перестроением на следующий).

Прием подтекстовки (педагог, а затем и обучающиеся, танцуя, проговаривают счет или названия танцевальных элементов вслух).

Прием «канон» (последовательное подключение различных подгрупп или пар к исполнению того или иного движения).

Прием игры (изучение и отработка определённых навыков и умений во время игры, а также игры на развитие внимания, памяти, воображения).

Мини-конкурс (конкурс между подгруппами для концентрации внимания на лучших образцах исполнения, коррекция ошибок исполнения).

Примерное построение занятия

1. Разогрев (привести двигательный аппарат в рабочее состояние, разогреть все мышцы)
2. Изоляция (происходит глубокая работа с мышцами различных частей тела)
3. Адажио (комбинация построена на медленном темпе)
4. Кросс, диагонали (шаги, прыжки, вращения)
5. Комбинация.
6. Партер (движение на полу)

Занятия джаз танцем начинают с освоения изолированных движений, после чего переходят к их координации. Постепенно в урок вводятся танцевальные комбинации.

1.Разогрев

- на середине класса,
- в партере.
- Можно выделить несколько групп движений:
- движения центрами
- движения для разогрева и развития подвижности позвоночника.
- упражнения stretch характера (растяжки).
- упражнения свингового характера для расслабления позвоночника и суставов.

2. Экзерсис у станка:

- Demi и grand plie с переводом стоп и коленей из выворотного положения в параллельное и наоборот, корпус выполняет резкие движения вперед –назад.
- Demi и grand plie в сочетании с releve.
- Battement tendu с переводом из параллельного положения в выворотное и наоборот.
- Battement tendu с использованием танцевальных элементов стиля «рок-н-ролл».
- Battement tendu jete с переводом из параллельного в выворотное положение и наоборот. Так же использование движений «рок-н-ролл», «kick».
- Rond de jambe par terre по параллельной позиции, по полу , раскладке – en dehors и en dedans, «восьмёркой»
- Battement fondu по параллельным позициям, крестом по 3 раза. Корпус выполняет волнообразные движения.
- Grand battement jete выполняется на середине (шаги на demi-plie по квадрату).

3.Кросс (диагональ)

- Шаги с Demi, grand plie.
- Grand battement на шагах, вперед, в сторону, назад.
- Вращения: повороты, полуповороты по кругу, по прямой.

4.Адажио

Комбинация «адажио» включает в себя различные танцевальные движения и элементы:

Движения корпуса:

- twist торса.
- Body roll
- Flat back вперед в сочетании с работой рук.
- stretch.
- roll down и roll up.
- curve, arch
- Contraction, release

Движения ног:

- Demi и grand plie
- Battement developpe
- Battement fondu
- Battement releve lent
- Demi и grand rond
- Grand battement jete
- Flex стопы и колена

5. Упражнения в партере

- вторая позиция (ноги разведены в стороны);
- третья позиция (положение «swastika», но столпы плотно прижаты к ягодицам);
- четвертая позиция или «swastika»;
- пятая позиция (ноги согнуты в коленях, щиколотки скрещены);
- колени согнуты и соединены вместе (стопы стоят на полу параллельно);
- джазовый шпагат (нога впереди вытянута, а сзади согнута);
- сидя на одном бедре (колено опорной ноги согнуто, на ней тяжесть корпуса,
- свободная нога открыта назад или в сторону);
- crossed swastika (скрещенная свастика).

6. Комбинация

Последним разделом урока современного танца является комбинация: джаз, модерн или вакинг и хип-хоп. Различные виды шагов, движения изолированных центров, вращения. Главное требование комбинации – её танцевальность, использование определенного рисунка движения, различных ракурсов, чередования сильных и слабых движений, кувырки, перекаты, твисты, спирали. Комбинации выстраиваются на 32 или 64 такта. По мере усвоения усложняется как технически, так и ритмически.

Базовые движения Хип-хопа, используемые для подготовки танцевальных комбинаций и флэш-модов к проектам школы и студии

1-2-й годы обучения: Lock it Down, The Reebok , The Prep, Happy Feet, Bart Simpson, Party Duke, Criss Cross, The V, TLC, Monastery, Big Markie, Brooklyn Bounce, Kick Step, V Step back, Att Stomp, Horse Move, Harlem Shake, Variations.

3-4-й годы обучения: Sham Rock, Rodger Rabbit, Party Machine, The Charleston, Flinstone, Running man, Shuffle & Dodge, Walk it out, Heel Toe, Shuffle, Stick & Roll Barbie Reject, Sponge Bob.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список рекомендуемой литературы для педагога

1. Ваганова А. Основы классического танца. М.; Л., 1963, 1980

2. Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца. Первые три года обучения: Учебное пособие. 3-е изд., испр. и доп. – СПб.: Издательство «Лань», 2006. – 240с.: ил. – (Учебники для вузов. Специальная литература).
3. Барышников Т. Азбука хореографии – Ральф, 2000.
4. Вихрева Н.А. Экзерсис на полу – Москва, 2004.
5. Гиршон А. «Импровизация в хореографии», М., 1999.
6. Даниц Е.В. Джазовые танцы – Донецк, 2002.
7. Ивановский Н. П. Бальный танец XVI-XIX веков. Худ. С. Горячев. Оформл. С. Плаксина. Калининград. «Янтарный сказ», 2004.
8. Ивлева Л.И. Джазовый танец – Челябинск, 1996.
9. Клейтон П., Гэммонд П. Джаз. Притворись его знатоком. – СПб, Амфора, 2000.
10. Костровицкая В.С., Писарев А.А. Школа классического танца. – Л., Искусство, 1968
11. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Начало обучения. – М.: ВЦХТ, 1998
12. Роберт Т.Е. 5 минут растяжки – Минск, 1999.
13. Шестакова Ю. Современный танец для детей. – Новосибирск, 2004.
14. Щербакова Н.А. От музыки к движению. – Москва, 2001.

Список рекомендуемой литературы для детей:

1. Александрова Н.А., Голубева В.А. Танец модерн. Пособие для начинающих.– М.: Лань, Планета музыки, 2011.
2. Андерсон Б., Андерсон Дж. Растяжка для каждого/ Пер. с англ. Белошеев О.Г. – Мн.: ООО «Попурри», 2002.
3. Еремина М.Ю. Роман с танцем. – СПб., ООО ТФ "Созвездие", "Танец", 1998.
4. Нельсон А., Конконен Ю. Анатомия упражнений на растяжку. Пер. с англ. Борич С.Э.– Мн.: «Попурри», 2008
5. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Начало обучения. – М.: ВЦХТ, 1998.
6. Статьи сообщества «Студия «Эдельвейс» п. Бугры»: <https://vk.com/@studiiatantsaedelweis>
7. Полятков С.С. Основы современного танца. – Ростов н/Д: Феникс.