

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

«ДВОРЕЦ ДЕТСКОГО (ЮНОШЕСКОГО) ТВОРЧЕСТВА  
ВСЕВОЛОЖСКОГО РАЙОНА»

«ПРИНЯТО»

На заседании экспертно-  
методического совета  
протокол № 1  
от «27» августа 2021 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор А. Г. Моржинский  
приказ № 236  
от «31» августа 2021 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«НОВОЕ ДВИЖЕНИЕ»

Авторы (составители): **Кришук 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**

г. Всеволожск

2021

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### Нормативно-правовая база

Дополнительная общеразвивающая программа *базового уровня* «Новое движение» имеет *художественную* направленность и разработана на основе:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.12);
- Приказа Министерства просвещения РФ «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (№ 196 от 09.11.18);
- Концепции развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2030 года (Проект);
- Федерального закона «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (№ 124-ФЗ от 24.07.98);
- Постановления главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (СП 2.4.3648-20);
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (№ 996-р от 29.05.15);
- Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей от 03.09.2019 №467;
- Устава ДДЮТ;
- Положения о дополнительных общеразвивающих программах, реализуемых 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.

### **Отличительные особенности программы**

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

### **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:*

- прививать культуру общения и конструктивного взаимодействия в коллективе студии, а также с людьми различного социального статуса;
- воспитывать трудолюбие, дисциплинированность и чувство ответственности за свой труд.

### **Организационно-педагогические условия**

**Сроки реализации образовательной 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 детей, участвующих в реализации программы:** 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.

**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).

### **Режим занятий**

Групповые занятия проводятся 2-3 раза в неделю, продолжительность занятия – 1-2 академических часа. Познавательные-воспитательные мероприятия могут проходить как и в отдельный день, так и присоединяются к танцевальным занятиям. Продолжительность академического часа – 45 минут. Общее количество часов за год: 1-й год – 144 часа, 2-й год – 252 часа, 3-й год – 252 часа, 4-й год – 252 часа.

### **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:**

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

#### **Система оценки результатов освоения программы:**

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). Например:

№	Фамилия имя	Предметные			Метапредметные		Личностные	
		Ритмичность и координация	Техничность, Выворотность и натянутость ног	Теория	Умение организовывать и оценивать свою деятельность	Умение слышать и творчески выполнять задания педагога	Трудолюбие и прилежание	Коммуникабельность, умение сотрудничать
1	Иванов М.	4	4	4	4	4	5	4

## 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
<b>Итого групповых занятий</b>	<b>144</b>	<b>252</b>	<b>252</b>	<b>252</b>

### 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* состоят 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	Педагогическ ое наблюдение, выступления на школьных проектах
4	Хип-Хоп <i>История возникновения направления; базовые движения; танцевальные комбинации</i>	6	1	5	Педагогическ ое наблюдение, выступления на школьных проектах
5	Вакинг <i>Движения: «Выброс рук», «Ролы», «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, Рождественск ий бал, Танцевальные марафоны
	<b>ИТОГО</b>	<b>144</b>	<b>29</b>	<b>115</b>	

## 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	Педагогическ ое наблюдение, выступления на школьных проектах
4	Хип-Хоп <i>Движения: «Ранинмен», «Гучи», «Стив мартин», «Риджсек», «Пати машин», «Хепи-фит», «Фристайл»; танцевальные комбинации</i>	6	1	5	Педагогическ ое 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, Рождественск ий бал, Танцевальные марафоны
	<b>ИТОГО</b>	<b>252</b>	<b>52</b>	<b>200</b>	

## 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
	<b>ИТОГО</b>	<b>252</b>	<b>52</b>	<b>200</b>	

## 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 echarpe, 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
	<b>ИТОГО</b>	<b>252</b>	<b>52</b>	<b>200</b>	

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### *1 год обучения*

#### **Основы классического танца (36 часов)**

*Вводное занятие.* 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 echappe
- 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

igrand 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 прочтен 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.* Знакомство детей с техникой безопасности при работе в танцевальном зале (ТЗ), 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.

*Партнерный 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 cou-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);
- Полуповорот в V позиции с переменной ног на полупальцах.

*Allegro:*

Продолжается изучение прыжков трамплинного характера (исполняются

восьмыми долями).

- Pas assemble;
- Pas jete в сторону;
- Pas echappe 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, полуповороты 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; перекаты; 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 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.

## **3 год обучения**

### **Основы классического танца (36 часов)**

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 с plie и releve;
- Battement fondu doubles с 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;
- Полуповорот 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, efface и в 1-й, 2-йи 3-й arabesque, attitude croisee et efface);
- 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 echange 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 echange 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 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.

## ***4 год обучения***

### **Основы классического танца (36 часов)**

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 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.

## МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

### • *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).

### • *Методы обучения:*

– Наглядный метод (копирование образца, выполненного учителем или обучающимися, использование видеозаписей).

– Словесный и наглядный (объяснение, описание и воспроизведение, диалог использование презентаций).

– Репродуктивный (способствует формированию умений и навыков через систему упражнений и других заданий, которые подбирает педагог для обеспечения многократного воспроизведения по образцу).

– Частично-поисковый (обучающиеся самостоятельно решают задачу, поставленную педагогом).

– Практический (самостоятельное исполнение, репетиция, выступление и др.).

– Методы стимулирования и мотивации (поощрение, порицание, создание эмоционально-нравственных ситуаций, убеждение, предъявление требований).

– Методы контроля, взаимоконтроля и самоконтроля.

• **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 исполняется на середине (шаги на demi-plie по квадрату).

### **3.Кросс (диагональ)**

- Шаги с Demi, grand plie.
- Grand battement на шагах, вперёд, 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 (колени 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-мобов 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 ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:**

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 ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ:

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/@studiijatantsaedelveis>
7. Полятков С.С. Основы современного танца. – Ростов н/Д: Феникс,

В данном документе пронумеровано,  
прошнуровано и скреплено печатью

Документовед \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Т.Н. Соколова

31.08.2022г

) листы



СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Белкина Г. Основы хореографического танца. М.: Л., 1992
2. Батракова Е.И., Мей В.П. Албука классического танца. Пермь, 2002
3. Батракова Е.И. Учебное пособие. 2-е изд., переработанное. М.: Музыка, 2005. - 240 с. - (Учебники для вузов. Специальная литература)
4. Батракова Е.И. Албука хореографии. - Пермь, 2000
5. Вихрова Н.А. Эскизы на полу. - Москва, 2004
6. Гуркина Г. Импрессионизм в хореографии. М., 1999
7. Давыдова Е.В. Движение танца. - Дюссельдорф, 2002
8. Давыдова Е.В. Балетный танец XVI-XIX вв. - СПб.: Издательство «Лань», 2004
9. Давыдова Е.В. Танцевальное искусство. - СПб.: Издательство «Лань», 2004
10. Давыдова Е.В. Давыдова Е.В. Танцевальное искусство. - СПб.: Издательство «Лань», 2004
11. Давыдова Е.В. Давыдова Е.В. Танцевальное искусство. - СПб.: Издательство «Лань», 2004
12. Давыдова Е.В. Давыдова Е.В. Танцевальное искусство. - СПб.: Издательство «Лань», 2004
13. Давыдова Е.В. Давыдова Е.В. Танцевальное искусство. - СПб.: Издательство «Лань», 2004
14. Давыдова Е.В. Давыдова Е.В. Танцевальное искусство. - СПб.: Издательство «Лань», 2004