

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Гимназия № 8 «Лицей им. С.П. Дягилева»**

ПРИНЯТО:

на заседании педагогического совета
МАОУ Гимназия № 8
Протокол №1 от «26» августа 2026г.

УТВЕРЖДЕНО:

Директор МАОУ Гимназия №8
/Н.А. Швидко/
Приказ №78-О от «26» августа 2026г.



**Рабочая программа
по дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программе в области
хореографического искусства
«Хореографическое отделение»**

ПО.01. Художественно – творческая деятельность

ПО.01.УП.08. «Сценическая практика»

Возраст обучающихся: 6,5-16 лет

Срок реализации: 9 лет

Автор – составитель:

Малёва Татьяна Владимировна
педагог дополнительного образования
Лисицкая-Вдовина Татьяна Юрьевна
педагог дополнительного образования

г. Екатеринбург, 2026

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Современный танец» предназначена для развития творческого потенциала обучающихся на основе их интересов, способностей и приобщения детей к современному танцевальному творчеству.

Занятия современной хореографией проводятся в рамках учебного плана хореографического отделения, обучение предполагает совместное обучение юношей и девушек. Основу данного курса составляют методики, разработанные ведущими танцевальными школами США и Европы (Школа Марты Грехем, Лондонский Театр современного танца, Высшая Музыкальная и Театральная Школа в Роттердаме, Амстердамская Школа Искусств), представляющие техники танца модерн и релиз (освобожденная техника), а также джазового танца.

Базовая техника современной хореографии отчасти опирается на практические навыки, приобретенные обучающимися на занятиях классического, народно-сценического танцев. С другой стороны, необходимо уверенное исполнение движений и приемов, основанных на отличных от академической традиции принципах движения танцующего тела – параллельных позициях ног, изогнутом корпусе и смещенной вертикали тела. Накопленные в современной технике танца средства развития организма приносят огромную пользу, помогая решать на занятиях многие специальные задачи.

Джазовый танец использует дисциплинированную технику и делает акцент на точности движений, что делает его похожим на классический танец. Но есть вещи, свойственные только данной технике – тонкие смены ритма, акцент на изоляцию разных частей тела, полицентрия и физическая артикуляция мощной энергии, необходимые исполнителям джазового танца.

Танец модерн предполагает экспрессию при исполнении движения, подчеркнутую индивидуальность исполнения и личный эмоциональный отклик при исполнении современной хореографии.

Занятия современного танца помогают достичь легкости, свободы передвижения без лишних усилий, а также достичь высокого уровня устойчивости. Более того, свобода исполнения – это и средство выразительности, характеризующее артистичность исполнителя на сцене. Как в классическом, так и в современном танце свобода достигается одинаково: в ее основе лежит хорошая физическая подготовка – гибкость тела, его устойчивость, точность движений и музыкальность.

Основная форма организации занятий современным танцем – практическое занятие. Существующая типовая структура занятия – подготовительная часть, основная и заключительная - обеспечивает нормальное построение и проведение занятий. Первая часть занятия вводит обучающихся в работу, которая запланирована: мышцы разогреваются простыми упражнениями, внимание концентрируется. Основная часть занятия посвящена изучению новых элементов сначала отдельно, а потом включенных в комбинации с другими движениями. Задача заключительной части занятия – завершить работу постепенным снижением нагрузки на организм, привести обучающихся в более спокойное состояние.

Для удобства восприятия детьми новой техники упражнения даются по знакомой схеме (plie, tendu и т.д.). На втором этапе обучения постепенно в занятие включаются упражнения и комбинации, свойственные только технике современного танца.

Направленность программы – художественная.

Нормативно-правовые акты, на основе которых разработана программа:

—Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» в действующей редакции;

—Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;

—Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;

—Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и Организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей СанПиН 2.4.4.3172-14 (утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 № 41);

—Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";

—Письмо Минобрнауки России Методические рекомендации по проектированию общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) от 18 ноября 2015 г. № 09-3242;

—Устав ОО.

—Положение о дополнительном образовании, утвержденное приказом директора МАОУ Гимназии № 8 от 14.12.2018 № 230-У.

Уровень освоения программы – продвинутый.

Актуальность

Актуальность введения данной программы становится потребностью, продиктованной временем. Возможность владеть различными видами хореографии, в том числе современными танцевальными стилями, развивает навык личностной реализации и самовыражения в творчестве, позволяет найти индивидуально подходящий стиль танца, в котором обучающийся может реализовать свою активность в полной мере. Практическое овладение современными технологиями в танце формирует у обучающегося навык координировать движения и экспрессию тела с мыслью и чувством, тем самым формировать навык познания самого себя, и цельность восприятия самого себя и окружающей реальности.

Новизна

Освоение программы по современному танцу обучающимися с помощью современных технологий и подходов к движению и танцу, среди которых индивидуально ориентированный подход при обучении, игровые технологии, индивидуально ориентированные задания, задания на взаимодействие в группе, импровизация движения и другие.

Отличительные особенности программы

Всесторонний охват двигательных возможностей тела.

Одновременное изучение в течение курса различных стилей современного танца, а также возможность интеграции стилей.

Педагогическая целесообразность

Важной особенностью освоения данной образовательной программы является то, что она, имея художественную направленность, развивает комплекс способностей обучающегося: физические, двигательные-координационные, интеллектуальные, формирует поле познавательных интересов обучающихся. Знания, практические навыки, полученные при изучении дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Современный танец», обучающиеся могут использовать при создании танцевальных композиций, для осуществления исследований в различных областях знаний о танцевальном искусстве — проекты по

истории балета и художественной культуре, исполнительская танцевальная практика, творческая и концертная деятельность и др.

В ходе работы создана система подходов, направленная на здоровьесбережение обучающихся, и формирование навыка создания безопасной активности для себя и участников занятий.

Адресат программы: программа разработана для детей 13-18 лет.

Данная программа рассчитана на детей 13-18 лет, имеющих предварительную подготовку в области классического танца, и состоит из двух лет обучения.

Особенности данного возраста характеризуется следующими качествами личности: разумностью, терпимостью, чувством юмора, проявлением инициативы, заботой о внешности и интересом к противоположному полу, ростом автономии от семьи и одновременным влиянием сверстников, самокритичностью и чувствительностью к критике, заражающимся интересом к рефлексии, критическим отношением к родителям, избирательностью к дружбе, общительностью, потребностью к самоутверждению, ростом фантазии, интенсивным поиском нравственного идеала, возрастающей потребностью противостоять отрицательным влияниям среды, возникает юридическая ответственность за правонарушения, сохранением высокой зависимости от влияния взрослых.

Учитывая возраст детей, программа предполагает использование разных форм проведения занятий: практическое освоение двигательных навыков при активном объяснении и практическом показе педагога, просмотр тематических презентаций, просмотр видео- занятий, выполнение индивидуальных и коллективных работ. По ходу занятий обучающиеся посещают и участвуют в танцевальных конкурсах, мастер-классах разного уровня, получая как зрительский, так и сценический опыт, обсуждают особенности исполнительского мастерства профессионалов, знакомятся со специальной литературой, раскрывающей секреты танцевального искусства.

Цель: развитие творческих способностей на основе интереса подростков к танцу как к виду искусства, к двигательной практике, практике творчества, формирование у них потребности в самосовершенствовании и создании условий для реализации творческих возможностей

Дать базовые знания и навыки в области современного танца, овладение техникой и манерой исполнения современных танцев различных стилей, способствовать интеграции дисциплин современного танца в системе профессиональной подготовки специалистов артистов балета.

Задачи:

Обучающие

- научить основам современного танца;
- научить эффективно использовать теоретические и практические знания в творческой самореализации;
- расширить обзор профессиональных ориентаций обучающихся в области танцевального искусства;
- познакомить на практике с такими профессиями как танцовщик, педагог-хореограф, хореограф-постановщик;
- научить эффективно работать в команде при создании творческого проекта, используя полученные навыки.

Развивающие:

- развить художественный вкус, фантазию и креативность;
- раскрыть и развить потенциал каждого ребенка;

Воспитательные

- пробудить интерес к искусству танца и художественному творчеству;
- сформировать творческое отношение к жизни;
- сформировать творческий подход, при исполнении поставленных задач.

Основным средством обучения, воспитания и развития обучающихся являются выполнение учебных заданий, учебные индивидуальные и групповые работы, которые строятся на основе следующих принципов: постепенном усложнении, направленном на решение педагогических, технических и художественных задач, стремлении к высокохудожественному результату.

Срок и объем реализации

Программа рассчитана на 5 лет обучения, из расчета 2 часа в неделю, 68 часов в год. Программа включает в себя 34 учебных недели ежегодно.

Объем программы за весь период обучения составляет 1340 часов.

Условия реализации программы

Режим занятий следующий: 2 академических часа (40 минут) в неделю, 68 часов в год. По ходу занятий обучающиеся обсуждают особенности исполнительского мастерства профессионалов, знакомятся со специальной литературой, раскрывающей секреты искусства танца.

Форма обучения, форма проведения учебных занятий.

Форма обучения – очная.

Программа составлена в соответствии с возрастными возможностями и учетом уровня развития детей. Занятия проводятся в групповой форме, численность группы от 7 до 15 человек. Для развития навыков творческой работы обучающихся, программой предусмотрены методы дифференциации и индивидуализации на различных этапах обучения. Занятие по курсу «Современный танец» проводится в форме групповых занятий педагога с обучающимися (40 мин.). Занятие проводится два раза (по 40 мин.) или один раз в неделю (1 час 20 мин). Тема Занятия может объединяться в несколько занятий для более творческих долгосрочных работ. Форма отчета – просмотры для родителей (2 раза в учебном году).

Методы обучения. Для воспитания и развития навыков творческой работы обучающихся в учебном процессе применяются следующие основные методы:

1. Практический показ и объяснение. Объяснительно-иллюстративные (демонстрация методических пособий);
2. Частично-поисковые, исследовательские, креативные (выполнение вариативных заданий по пройденным темам);
3. Творческие (творческие задания, участие детей в конкурсах);
4. Исследовательские (исследование различных функций и качеств, художественно-образного содержания и потенциала материала).

Одним из распространенных приемов обучения современного танца является комбинированное по содержанию занятие, имеющее неоднородную структуру и обладающее рядом достоинств, таких как многократная смена видов деятельности, обратная связь, реализация индивидуального подхода к каждому обучающемуся, быстрое применение новых знаний.

Применяются следующие методы обучения: наглядный, словесный, практический. Во время демонстрации, учитель показывает практические задания самостоятельно, на мониторах видеоаппаратуры. Обучающиеся практически воспроизводят, повторяют увиденное движение, либо проделывают движение, ориентируясь на объяснение. Одновременно с объяснением теоретического и исполнением практического материала, обучающиеся соотносят полученные сведения с

практикой: анализируют своё исполнение, наблюдают и анализируют исполнение обучающихся класса и т.п. при описании теоретической части программы, преподаватель предлагает обучающимся использовать описываемые функции программы. Работа проводится пошагово и одновременно со всей группой. Показ-визуализация применяется как результат возможности реализации принципа наглядности, которая способствует более успешному восприятию и запоминанию учебного материала, позволяет проникнуть в суть познаваемых явлений.

Программа предлагает следующую схему проведения занятий:

1. Обзорная теоретическая беседа-знакомство с новой темой;
2. Освоение приемов работы на различных практических примерах;
3. Выполнение творческого задания по пройденной теме;
4. Итогом каждой пройденной темы становятся сольные или групповые задания и практики, демонстрируемые перед группой.

Планируемые результаты освоения программы

Обучающиеся в результате должны

знать:

- базовые элементы современного танца;
- базовый хореографический репертуар и танцевальные композиции по современному танцу;
- специальную терминологию;
- элементы и структуру занятия, основные комбинации современных видов хореографии;
- особенности постановки корпуса, ног, рук, головы в современном танце, виды и приемы исполнения поз, прыжков, вращений, поддержек;
- основные стили и жанры современного танца;
- специальную литературу по курсу;

уметь:

- создавать художественный сценический образ в постановках современных хореографов, отображать и воплощать музыкально-хореографическое произведение в движении, хореографическом тексте, жесте, пластике, ритме, динамике с учетом жанровых и стилистических особенностей произведения;
- исполнять элементы и основные комбинации современных видов хореографии;
- передавать стилевые и жанровые особенности при исполнении стилей современного танца;
- распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок танца;
- адаптироваться к условиям работы в конкретном хореографическом коллективе, на конкретной сценической площадке;
- видеть, анализировать и исправлять ошибки исполнения;

владеть:

- основными приемами исполнения танцевального движения, фразы, фрагмента, создания движения, воплощения в движении заложенного содержания и эмоциональной энергии.

Учебно - тематический план

Первый год обучения

Название раздела, темы	К-во часов			Формы аттестации/контроля
	Всего	Теор.	Практ.	
Раздел 1. Принципы движения в современном танце.	7	1	6	Наблюдение, просмотр практических групповых заданий
Раздел 2. Структура занятия: разогрев.	4	1	3	Наблюдение, просмотр практических заданий
Раздел 3. Структура занятия: экзерсис на середине.	21	1	20	Наблюдение, просмотр практических заданий
Раздел 4. Структура занятия: экзерсис в партере.	11	1	10	Наблюдение, просмотр практических заданий
Раздел 5. Адажио.	7	1	6	Наблюдение, просмотр практических заданий
Раздел 6. Кроссы.	6		5	Наблюдение, просмотр практических заданий
Раздел 7. Прыжки.	6		5	Наблюдение, просмотр практических заданий
Раздел 8. Танцевальные комбинации.	6		5	Наблюдение, просмотр практических заданий
	68	5	63	

Задачи:

- формировать культуру исполнения танцевального движения;
- воспитывать эмоционально-волевые качества, ответственность, работоспособность, собранность.

Содержание учебного плана

Раздел 1. Принципы движения в современном танце.

Теория: Основные понятия техники современного танца.

Практика: Движение в поле гравитации. Динамические характеристики движения. Импульс. Инерция. Функционирование структуры тела в практике современного танца. Использование и значение пола. Понятие опоры.

Раздел 2. Структура занятия: разогрев.

Теория: Значение и виды разогрева.

Практика: Разогрев динамический стоя на ногах. Разогрев в партере.

Раздел 3. Структура занятия: экзерсис на середине.

Теория: Значение и виды экзерсиса на середине.

Практика: плие, браш, кик, ронд, свинг, ролл ап, ролл даун, волны, ролл сайд, флат бэк, фондю, степс.

Раздел 4. Структура занятия: экзерсис в партере.

Теория: Значение экзерсиса в партере.

Практика: плие, браш, кик, ронд, свинг, ролл ап, ролл даун, волны, ролл сайд, флат бэк, фондю, степс.

Раздел 5. Адажио.

Теория: Значение и виды адажио.

Практика: подъем, разворачивания ног в направления. Открытые и параллельные положения и позиции в построении адажио. Вертикальные и наклонные положения и позиции корпуса при построении адажио. Исполнение элементов в балансе, вне баланса.

Раздел 6. Кроссы.

Практика: Шаги в направления. Шаги при комбинации направлений. Сочетания шагов. Шаги в координации с руками и корпусом.

Раздел 7. Прыжки.

Практика: Подготовительные упражнения к прыжкам. Динамика прыжка. Прямые прыжки, виды прямых прыжков. Прыжки с двух ног на одну, с одной ноги на другую, с одной ноги на две. Формы прыжков, характерные для современного танца. Прыжки на месте и с продвижением. Комбинирование прыжков.

Раздел 8. Танцевальные комбинации.

Практика: Разучивание танцевальных комбинаций на базе пройденного материала.

Учебно - тематический план

Второй год обучения

Название раздела, темы	К-во часов			Формы аттестации/ контроля
	Всего	Теор.	Практ.	
Раздел 1. Принципы движения в современном танце.	7	1	6	Наблюдение, просмотр практических заданий
Раздел 2. Структура занятия: разогрев.	4	1	3	Наблюдение, просмотр практических заданий

Раздел 3. Структура занятия: экзерсис на середине.	21	1	20	Наблюдение, просмотр практических заданий
Раздел 4. Структура занятия: экзерсис в партере.	11	1	10	Наблюдение, просмотр практических заданий
Раздел 5. Адажио.	7	1	5	Наблюдение, просмотр практических заданий
Раздел 6. Кроссы.	6		6	Наблюдение, просмотр практических заданий
Раздел 7. Прыжки.	6		6	Наблюдение, просмотр практических заданий
Раздел 8. Танцевальные комбинации.	6		6	Наблюдение, просмотр практических заданий
	68	5	63	

2 год обучения

Задачи:

- закрепить и развивать дальше умения и навыки, полученные ранее,
- осваивать более сложные хореографические приёмы;
- формировать творческое самовыражение;
- формировать исполнительскую культуру исполнения, отношения и поведения,
- воспитывать эмоционально-волевые качества, ответственность, работоспособность, собранность, осознанное, творческое отношение.

Содержание программы

Раздел 1. Принципы движения в современном танце.

Теория: Основные понятия техники современного танца.

Практика: Танцевальное движение в поле гравитации: композиция танцевальных элементов для разных частей тела. Динамические характеристики движения в разученных комбинациях движений. Применение импульса, инерции движения, изменения скорости движения. Движение в партере.

Раздел 2. Структура занятия: разогрев.

Теория: Виды разогрева: разогрев стоя, разогрев в партере, разогрев «бодиворк».

Практика: Виды разогрева: разогрев стоя, разогрев в партере, разогрев «бодиворк».

Раздел 3. Структура занятия: экзерсис на середине.

Теория: Экзерсис на середине: задачи, упражнения, последовательность.

Практика: плие, браш, кик, ронд, свинг, ролл ап, ролл даун, волны, ролл сайд, флат бэк, фондю, степс и др. Усложнение координации, ритмической схемы и темпа движения.

Раздел 4. Структура занятия: экзерсис в партере.

Теория: Особенности техники движения танцовщика при взаимодействии с опорой и пространством пола.

Практика: Разогревающие практики, практики на обнаружение структурных связей в теле, базовые движения техники в партере, целевые практики и комбинации.

Раздел 5. Адажио.

Теория: значение и приёмы движений в характере адажио.

Практика: Сочетание и координация элементов: подъем, разворачивания ног в направления. Открытые и параллельные положения и позиции в построении адажио. Вертикальные и наклонные положения и позиции корпуса при построении адажио. Исполнение элементов в балансе, вне баланса. Усложнение координации, ритмической схемы и темпа движения.

Раздел 6. Кроссы.

Практика: Шаги в направления. Шаги при комбинации направлений. Сочетания шагов. Шаги в координации с руками и корпусом. Усложнение координации, ритмической схемы и темпа движения.

Раздел 7. Прыжки.

Практика: Подготовительные упражнения к прыжкам. Динамика прыжка. Прямые прыжки с переменной направления, виды прямых прыжков с переменной направления. Прыжки с двух ног на одну, с одной ноги на другую, с одной ноги на две в комбинациях с различными положениями корпуса, головы. Формы больших прыжков, характерные для современного танца. Прыжки на месте и с продвижением. Прыжковые кроссы. Комбинирование прыжков.

Раздел 8. Танцевальные комбинации.

Практика: Разучивание танцевальных комбинаций на базе пройденного материала.

Учебно - тематический план

Третий год обучения

Название раздела, темы	К-во часов			Формы аттестации/ контроля
	Всего	Теор.	Практ.	
Раздел 1. Принципы движения в современном танце.	7	1	6	Наблюдение, просмотр практических заданий
Раздел 2. Структура занятия: разогрев.	4	1	3	Наблюдение, просмотр практических заданий
Раздел 3. Структура занятия: экзерсис на середине.	21	1	20	Наблюдение, просмотр практических заданий

Раздел 4. Структура занятия: экзерсис в партере.	11	1	10	Наблюдение, просмотр практических заданий
Раздел 5. Адажио.	7	1	5	Наблюдение, просмотр практических заданий
Раздел 6. Кроссы.	6		6	Наблюдение, просмотр практических заданий
Раздел 7. Прыжки.	6		6	Наблюдение, просмотр практических заданий
Раздел 8. Танцевальные комбинации.	6		6	Наблюдение, просмотр практических заданий
	68	5	63	

3 год обучения

Задачи:

- закрепить и развивать дальше умения и навыки, полученные ранее,
- осваивать более сложные хореографические приёмы;
- формировать творческое самовыражение;
- формировать исполнительскую культуру исполнения, отношения и поведения,
- воспитывать эмоционально-волевые качества, ответственность, работоспособность, собранность, осознанное, творческое отношение.

Содержание программы

Раздел 1. Принципы движения в современном танце.

Теория: Основные понятия техники современного танца.

Практика: Танцевальное движение в поле гравитации: композиция танцевальных элементов для разных частей тела. Динамические характеристики движения в разученных комбинациях движений. Применение импульса, инерции движения, изменения скорости движения. Движение в партере.

Раздел 2. Структура занятия: разогрев.

Теория: Виды разогрева: разогрев стоя, разогрев в партере, разогрев «бодиворк».

Практика: Виды разогрева: разогрев стоя, разогрев в партере, разогрев «бодиворк».

Раздел 3. Структура занятия: экзерсис на середине.

Теория: Экзерсис на середине: задачи, упражнения, последовательность.

Практика: плие, браш, кик, ронд, свинг, ролл ап, ролл даун, волны, ролл сайд, флат бэк, фондю, степс и др. Усложнение координации, ритмической схемы и темпа движения.

Раздел 4. Структура занятия: экзерсис в партере.

Теория: Особенности техники движения танцовщика при взаимодействии с опорой и пространством пола.

Практика: Разогревающие практики, практики на обнаружение структурных связей в теле, базовые движения техники в партере, целевые практики и комбинации.

Раздел 5. Адажио.

Теория: значение и приёмы движений в характере адажио.

Практика: Сочетание и координация элементов: подъем, разворачивания ног в направления. Открытые и параллельные положения и позиции в построении адажио. Вертикальные и наклонные положения и позиции корпуса при построении адажио. Исполнение элементов в балансе, вне баланса. Усложнение координации, ритмической схемы и темпа движения.

Раздел 6. Кроссы.

Практика: Шаги в направления. Шаги при комбинации направлений. Сочетания шагов. Шаги в координации с руками и корпусом. Усложнение координации, ритмической схемы и темпа движения.

Раздел 7. Прыжки.

Практика: Подготовительные упражнения к прыжкам. Динамика прыжка. Прямые прыжки с переменной направления, виды прямых прыжков с переменной направления. Прыжки с двух ног на одну, с одной ноги на другую, с одной ноги на две в комбинациях с различными положениями корпуса, головы. Формы больших прыжков, характерные для современного танца. Прыжки на месте и с продвижением. Прыжковые кроссы. Комбинирование прыжков.

Раздел 8. Танцевальные комбинации.

Практика: Разучивание танцевальных комбинаций на базе пройденного материала.

Учебно - тематический план

Четвертый год обучения

Название раздела, темы	К-во часов			Формы аттестации/ контроля
	Всего	Теор.	Практ.	
Раздел 1. Принципы движения в современном танце.	7	1	6	Наблюдение, просмотр практических групповых заданий
Раздел 2. Структура занятия: разогрев.	4	1	3	Наблюдение, просмотр практических заданий
Раздел 3. Структура занятия: экзерсис на середине.	21	1	20	Наблюдение, просмотр практических заданий
Раздел 4. Структура занятия: экзерсис в партере.	11	1	10	Наблюдение, просмотр практических заданий

Раздел 5. Адажио.	7	1	6	Наблюдение, просмотр практических заданий
Раздел 6. Кроссы.	6		5	Наблюдение, просмотр практических заданий
Раздел 7. Прыжки.	6		5	Наблюдение, просмотр практических заданий
Раздел 8. Танцевальные комбинации.	6		5	Наблюдение, просмотр практических заданий
	68	5	63	

Задачи:

- формировать культуру исполнения танцевального движения;
- воспитывать эмоционально-волевые качества, ответственность, работоспособность, собранность.

Содержание учебного плана

Раздел 1. Принципы движения в современном танце.

Теория: Основные понятия техники современного танца.

Практика: Движение в поле гравитации. Динамические характеристики движения. Импульс. Инерция. Функционирование структуры тела в практике современного танца. Использование и значение пола. Понятие опоры.

Раздел 2. Структура занятия: разогрев.

Теория: Значение и виды разогрева.

Практика: Разогрев динамический стоя на ногах. Разогрев в партере.

Раздел 3. Структура занятия: экзерсис на середине.

Теория: Значение и виды экзерсиса на середине.

Практика: плие, браш, кик, ронд, свинг, ролл ап, ролл даун, волны, ролл сайд, флат бэк, фондю, степс.

Раздел 4. Структура занятия: экзерсис в партере.

Теория: Значение экзерсиса в партере.

Практика: плие, браш, кик, ронд, свинг, ролл ап, ролл даун, волны, ролл сайд, флат бэк, фондю, степс.

Раздел 5. Адажио.

Теория: Значение и виды адажио.

Практика: подъем, разворачивания ног в направления. Открытые и параллельные положения и позиции в построении адажио. Вертикальные и наклонные положения и позиции корпуса при построении адажио. Исполнение элементов в балансе, вне баланса.

Раздел 6. Кроссы.

Практика: Шаги в направления. Шаги при комбинации направлений. Сочетания шагов. Шаги в координации с руками и корпусом.

Раздел 7. Прыжки.

Практика: Подготовительные упражнения к прыжкам. Динамика прыжка. Прямые прыжки, виды прямых прыжков. Прыжки с двух ног на одну, с одной ноги на другую, с одной ноги на две. Формы прыжков, характерные для современного танца. Прыжки на месте и с продвижением. Комбинирование прыжков.

Раздел 8. Танцевальные комбинации.

Практика: Разучивание танцевальных комбинаций на базе пройденного материала.

Учебно - тематический план

Пятый год обучения

N п /п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Раздел 1. Принципы движения в современном танце.	7	1	6	Наблюдение, просмотр практических заданий
	Раздел 2. Структура занятия: разогрев.	4	1	3	Наблюдение, просмотр практических заданий
	Раздел 3. Структура занятия: экзерсис на середине.	21	1	20	Наблюдение, просмотр практических заданий
	Раздел 4. Структура занятия: экзерсис в партере.	11	1	10	Наблюдение, просмотр практических заданий
	Раздел 5. Адажио.	7	1	5	Наблюдение, просмотр практических заданий
	Раздел 6. Кроссы.	6		6	Наблюдение, просмотр практических заданий
	Раздел 7. Прыжки.	6		6	Наблюдение, просмотр практических заданий
	Раздел 8. Танцевальные комбинации.	6		6	Наблюдение, просмотр практических заданий
		68	5	63	

5 год обучения

Задачи:

— закрепить и развивать дальше умения и навыки, полученные ранее,

- осваивать более сложные хореографические приёмы;
- формировать творческое самовыражение;
- формировать исполнительскую культуру исполнения, отношения и поведения,
- воспитывать эмоционально-волевые качества, ответственность, работоспособность, собранность, осознанное, творческое отношение.

Содержание учебного плана

Раздел 1. Принципы движения в современном танце.

Теория: Основные понятия техники современного танца.

Практика: Движение в поле гравитации. Динамические характеристики движения. Импульс. Инерция. Функционирование структуры тела в практике современного танца. Использование и значение пола. Понятие опоры.

Раздел 2. Структура занятия: разогрев.

Теория: Значение и виды разогрева.

Практика: Разогрев динамический стоя на ногах. Разогрев в партере.

Раздел 3. Структура занятия: экзерсис на середине.

Теория: Значение и виды экзерсиса на середине.

Практика: плие, браш, кик, ронд, свинг, ролл ап, ролл даун, волны, ролл сайд, флат бэк, фондю, степс.

Раздел 4. Структура занятия: экзерсис в партере.

Теория: Значение экзерсиса в партере.

Практика: плие, браш, кик, ронд, свинг, ролл ап, ролл даун, волны, ролл сайд, флат бэк, фондю, степс.

Раздел 5. Адажио.

Теория: Значение и виды адажио.

Практика: подъем, разворачивания ног в направления. Открытые и параллельные положения и позиции в построении адажио. Вертикальные и наклонные положения и позиции корпуса при построении адажио. Исполнение элементов в балансе, вне баланса.

Раздел 6. Кроссы.

Практика: Шаги в направления. Шаги при комбинации направлений. Сочетания шагов. Шаги в координации с руками и корпусом.

Раздел 7. Прыжки.

Практика: Подготовительные упражнения к прыжкам. Динамика прыжка. Прямые прыжки, виды прямых прыжков. Прыжки с двух ног на одну, с одной ноги на другую, с одной ноги на две. Формы прыжков, характерные для современного танца. Прыжки на месте и с продвижением. Комбинирование прыжков.

Раздел 8. Танцевальные комбинации.

Практика: Разучивание танцевальных комбинаций на базе пройденного материала.

Календарный учебный график

Начало учебного года **01.09.2026 года**.

Окончание учебного года в 1-8 и 10-х классах **26.05.2027 года**; для учащихся 9 и 11 классов сроки окончания учебного года определяются завершением итоговой аттестации в соответствии с расписанием государственной итоговой аттестации.

Продолжительность I четверти с 01.09.2026 по 24.10.2026 (8 недель)	
Осенние каникулы	с 26.10.2026 по 03.11.2026 (9 дней)

Продолжительность II четверти с 05.11.2026 по 30.12.2026 (8 недель)	
Зимние каникулы	с 31.12.2026 по 10.01.2027 (11 дней)
Продолжительность III четверти с 11.01.2027 по 26.03.2027 (11 недель)	
Дополнительные каникулы для первоклассников	с 15.02.2027 по 21.02.2027 (7 дней)
Весенние каникулы	с 27.03.2027 по 04.04.2027 (9 дней)
Продолжительность IV четверти 05.04.2027 - 26.05.2027 (7 недель)	
Для учащихся 1-8,10-х классов	с 05.04.2027 по 26.05.2027
Для обучающихся 9 и 11 классов	с 05.04.2027–завершение в соответствии с расписанием ГИА
Продолжительность летних каникул	
Для учащихся 1-8,10-х классов	с 27.05.2027 по 31.08.2027
Продолжительность полугодий	
I полугодие	с 01.09.2026 по 30.12.2026
II полугодие	с 11.01.2027 по 26.05.2027
Сроки промежуточной аттестации	
I четверть	с 19.10.2026 по 24.10.2026
II четверть, I полугодие	с 21.12.2026 по 26.12.2026
III четверть	с 22.03.2027 по 26.03.2027
IV четверть, II полугодие	с 17.05.2027 по 21.05.2027

Место проведения занятий: МАОУ Гимназия № 8, ул. Луначарского, 173

Время и дата в соответствии с утвержденным расписанием

Номер учебной недели	Даты учебной недели	Номер учебной недели	Даты учебной недели	Номер учебной недели	Даты учебной недели
1	01.09.2026 – 06.09.2026	13	07.12.2026 – 13.12.2026	25	08.03.2027 – 14.03.2027
2	07.09.2026 – 13.09.2026	14	14.12.2026 – 20.12.2026	26	15.03.2027 – 21.03.2027
3	14.09.2026 – 20.09.2026	15	21.12.2026 – 27.12.2026	27	22.03.2027 – 27.03.2027
4	21.09.2026 – 27.09.2026	16	28.12.2026 – 30.12.2026	28	05.04.2027 – 11.04.2027
5	28.09.2026 – 04.10.2026	17	11.01.2027 – 17.01.2027	29	12.04.2027 – 18.04.2027
6	05.10.2026 – 11.10.2026	18	18.01.2027 – 24.01.2027	30	19.04.2027 – 25.04.2027
7	12.10.2026 – 18.10.2026	19	25.01.2027 – 31.01.2027	31	26.04.2027 – 02.05.2027

8	19.10.2026 – 25.10.2026	20	01.02.2027 – 07.02.2027	32	03.05.2027 – 09.05.2027
9	05.11.2026 – 15.11.2026	21	08.02.2027 – 14.02.2027	33	10.05.2027 – 16.05.2027
10	16.11.2026 – 22.11.2026	22	15.02.2027 – 21.02.2027	34	17.05.2027 – 23.05.2027
11	23.11.2026 – 29.11.2026	23	22.02.2027 – 28.02.2027	35	24.05.2027 – 26.05.2027
12	30.11.2026 – 06.12.2026	24	01.03.2027 – 07.03.2027		

Оценочные материалы

Аттестация обучающихся по общеразвивающей программе дополнительного образования «Современный танец» позволяет оценить уровень, качество и реальную результативность освоения обучающимися содержания данной программы.

Аттестация выявляет начальный, текущий, промежуточный и итоговый уровни развития теоретических знаний, практических умений и навыков, их соответствие прогнозируемым результатам ДООП «Современный танец».

Начальная аттестация обучающихся устанавливает стартовый уровень представлений, знаний, умений и навыков по разделам ДООП.

Начальная аттестация проводится на первых занятиях каждого года обучения ДООП (начало учебного года).

Формы начальной аттестации: индивидуальная оценка уровня физической развитости и подготовки к занятиям народно-сценическим танцем (практические тестовые задания); оценка мотивации (интерес, результаты, ожидания) к занятиям народно-сценическим танцам (опрос, беседа).

Текущая аттестация обучающихся устанавливает фактический уровень теоретических знаний, практических умений и навыков по разделам ДООП.

Текущая аттестация проводится на каждом занятии.

Формы текущей аттестации: педагогическое наблюдение, практическое задание, опрос, самоанализ, взаимонаблюдение среди обучающихся.

Промежуточная аттестация обучающихся проводится с целью определения уровня освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы в рамках учебного года.

Промежуточная аттестация проводится в конце первого полугодия и в конце учебного года.

Формы промежуточной аттестации: открытое занятие, контрольное занятие, класс-концерт.

Итоговая аттестация проводится по итогам окончания всего курса обучения по программе.

Формы итоговой аттестации: открытое занятие, контрольное занятие, класс-концерт.

Уровень освоения ДООП оценивается в балльной системе.

высокий уровень (5 баллов) - успешное освоение обучающимся более 75% содержания программы;

средний уровень (45-60% - 3 балла, 60-75 % - 4 балла) - успешное освоение обучающимся от 50% до 75% содержания программы;

низкий уровень (2 балла) - успешное освоение обучающимся менее 45% содержания программы.

Оценка в соответствии с баллами выставляется педагогом и фиксируется в информационной карте обучающегося (начальная аттестация), в групповом журнале (текущая аттестация), ведомости (промежуточная аттестация), «Протоколе» (итоговая аттестация).

Высокий уровень - 5 баллов: свободное владение физическим аппаратом; технически качественное исполнение движений и элементов танца, проявление ритмической пульсации в движении; исполнение движений в различных ритмических рисунках, яркое динамическое исполнение движения, артистичное, увлеченное и выразительное исполнение элементов по учебной программе достаточного уровня сложности.

Средний уровень – 4 балла: неуверенное, скованное исполнение движений и элементов танца, незначительные поправки, недостаточная выразительность, грамотное исполнение с наличием мелких технических недочетов, небольшое несоответствие темпа, недостаточно убедительное донесение характера, настроения, образа исполняемого движения или элемента в соответствии году обучения.

Средний уровень – 3 балла: физический аппарат зажат, плохое владение основными техническими приемами движения, плохая координация, сбивчивое исполнение, медленный темп восприятия и реакции, плохая артикуляция жеста, неточное исполнение, непонимание настроения, характера, содержания исполняемого движения, танцевального элемента, хореографического произведения. Исполнение элементов учебной программы заниженной сложности, не соответствующей году обучения.

Низкий уровень – 2 балла: незнание танцевальных движений, элементов, незнание текста хореографических упражнений, фрагментарное исполнение учебного материала на крайне низком техническом и художественном уровне, не владение основными танцевальными приемами, сложность которых не соответствует году обучения.

Педагогический мониторинг результатов освоения программы

В начале учебных занятий педагогом проводится вводный контроль для определения начального уровня знаний обучающихся в форме опроса и простых практик движения и танцевальных элементов.

В течение всего курса обучения осуществляется текущий контроль в форме педагогических наблюдений, позволяющий определить уровень усвоения программы, творческую активность обучающихся, выявить коммуникативные склонности.

Итоговый контроль проводится по завершению каждого года обучения с учетом его особенностей. Педагог анализирует:

- усвоение обучающимся предметных знаний и умений;
- качество и способность учащегося работать самостоятельно и творчески;
- творческую активность по участию в мероприятиях (конкурс, сценическое выступление, участие в танцевальном проекте) различного уровня.

Для контроля освоения курса применяются следующие текущие формы: устный опрос, презентация, дискуссия, практический показ танцевального материала.

Формы проверки результатов

- наблюдение за обучающимся в процессе работы
- проверка практической работы
- творческая работа
- беседы с ребёнком и его родителями

Основные критерии оценки работы учащегося:

- аккуратность исполнения

- выбор правильной техники выполнения элементов и деталей движений
- самостоятельное знание порядка и последовательности танцевальных комбинаций
- проверка знания материала практического и теоретического, контрольные работы по окончанию учебного процесса.

Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы

- Наличие специальной методической литературы по искусству танца, современного танца, педагогике, психологии.
- Возможность повышения профессионального мастерства: участие в методических объединениях, семинарах, конкурсах; прохождение курсов.
- Разработка собственных методических пособий, дидактического и раздаточного материала.
- Обобщение и распространение собственного опыта работы.

Кадровое обеспечение

Реализовывать программу может педагог, имеющий среднее специальное или высшее образование в сфере педагогики хореографии, обладающий достаточными теоретическими знаниями и практическими умениями в области современного танца.

Учебно-методическое и информационное обеспечение курса

Для педагогов:

1. Александрова Н.А., Голубева В.А. Танец модерн: Пособие для начинающих. – СПб.: Изд-во «Лань»; «Издательство ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2007. – 128 с.: ил. (+DVD). – (Мир культуры, истории и философии).
2. Васенина Е.Н. Российский современный танец. – М.: Эксмо, 2005. – 237 с.
3. Волконский С.М. Выразительный человек: Сценическое воспитание жеста (по Дельсарту). Изд. 2-е. – М.: Книжный дом «ЛИБРОКОМ», 2012. – 248 с.
4. Волконский С.М. Художественные отклики: Статьи о театре, музыке, пантомиме. Изд. 2-е. – М.: Книжный дом «ЛИБРОКОМ», 2012. – 224 с.
5. Голос художника: Проблема синтеза в современной хореографии. Международная конференция. – Волгоград: Центр современной хореографии, 1999. – 86с.
6. Джексон Э. Джазовый и современный танец. – М.: Искусство, 1989. – 196 с.
7. Есаулов И.Г. Устойчивость и координация в хореографии: Методическое пособие. – Ижевск: Изд-во Удмуртского университета, 1992. – 134с.
8. Жак-Далькроз Э. Ритм. – М.: Классика-XXI, 2006. – 248 с.
9. Коллиер Д.Л. Становление джаза: Популярный исторический очерк. / Пер. с английского. / Предисл. и общая ред. А. Медведева. – М.: Радуга, 1984. – 200 с
10. Левинсон А.Я. Старый и новый балет. Мастера балета. – СПб.: Издательство «Лань», «Издательство ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2008. – 560 с.: ил. – (Мир культуры, истории и философии).
11. Пэкстон С. Заметки о внутренней технике. – М., 2000. – 268 с.
12. Современный танец в Нидерландах. Институт Театра Нидерландов. – М.: Флинта: Наука, 1999. – 336 с.

Литература для обучающихся

1. Краткий словарь танцев / Т.В. Летягова, Н.Н. Романова, А.В. Филиппов, В.М. Шетэля; под ред. А.В. Филиппова. – М.: Флинта: Наука, 2006. – 272 с.
2. Левин М.В. Гимнастика в хореографической школе. – М.: Терра-Спорт, 2001. – 96с.

Материально-техническое обеспечение курса

Хореографический класс (1 помещение на группу; 100% времени реализации программы)

- Аудиомагнитофон (или музыкальный центр) (1 штука на группу; 70% времени реализации программы)
- Фортепиано (1 штука на группу; 30% времени реализации программы)

Аннотация

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Современный танец» предназначена для развития творческого потенциала обучающихся на основе их интересов, способностей и приобщения детей к современному танцевальному творчеству.

Основу данного курса составляют методики, разработанные ведущими танцевальными школами США и Европы (Школа Марты Грехем, Лондонский Театр современного танца, Высшая Музыкальная и Театральная Школа в Роттердаме, Амстердамская Школа Искусств), представляющие техники танца модерн и релиз (освобожденная техника), а также джазового танца. Развиваясь в течение последних лет, современные танцевальные техники сформировали свой лексический модуль, форму занятия и методику преподавания.

Цель: развитие творческих способностей на основе интереса подростков к танцу как к виду искусства, к двигательной практике, практике творчества, формирование у них потребности в самосовершенствовании и создании условий для реализации творческих возможностей.

Дать базовые знания и навыки в области современного танца, овладение техникой и манерой исполнения современных танцев различных стилей, способствовать интеграции дисциплин современного танца в системе профессиональной подготовки специалистов артистов балета.

Задачи:

Образовательные:

- научить основам современного танца;
- научить эффективно использовать теоретические и практические знания в творческой самореализации;
- расширить обзор профессиональных ориентаций обучающихся в области танцевального искусства;
- познакомить на практике с такими профессиями как танцовщик, педагог-хореограф, хореограф-постановщик;
- научить эффективно работать в команде при создании творческого проекта, используя полученные навыки.

Развивающие:

- развить художественный вкус, фантазию и креативность;
- раскрыть и развить потенциал каждого ребенка;

Воспитательные

- пробудить интерес к искусству танца и художественному творчеству;
- сформировать творческое отношение к жизни;

— сформировать творческий подход, при исполнении поставленных задач.

Основным средством обучения, воспитания и развития обучающихся являются выполнение учебных заданий, учебные индивидуальные и групповые работы, которые строятся на основе следующих принципов: постепенном усложнении, направленном на решение педагогических, технических и художественных задач, стремлении к высокохудожественному результату.

Календарный учебный план первый год обучения

Форма занятия-групповое.

Уч. недел я	Тема занятия	Кол-во часов		Форма контроля
		Теор.	Практ.	
1	Инструктаж по технике безопасности и правилам поведения на занятие по современному танцу.	1		
	Постановка корпуса, позиции ног, позиции рук. Contraction&release – основные принципы движения.		1	
2	Collaps – особое держание тела.		1	Пед наблюден ие
	Координация движений частей тела, их ритмическая организация. Изоляция.	0,5	0,5	Самонабл юдение
3	Импровизация – варианты исполнения: – по параллельной позиции; – перевод стоп и коленей из выворотного положения в параллельное и обратно.		1	Взаимона блюдение
	Браш – варианты исполнения: – соединение с релеве, плие-релеве; – исполнение по параллельным позициям.		1	Взаимоан ализ
4	Еап- изменение динамики.		1	
	Браш, броски: – перевод из параллельного положения в выворотное и наоборот; – исполнение с сокращённой стопой.		1	
5	Ронд – варианты исполнения: – по параллельной позиции; – с деми плие.		1	Просмотр задания
	Фондю – варианты исполнения: – с сокращённой стопой; – по параллельным позициям; – в форме «восьмёрки».		1	

6	Фраппе – варианты исполнения: – с сокращённой стопой; – по параллельным позициям.		1	
	Подъемы ног – варианты исполнения: – с сокращённой стопой; – по параллельным позициям; – в форме «восьмёрки».		1	Пед наблюдение
7	Большие броски – варианты исполнения: – с сокращённой стопой; – по параллельным позициям; – с подъёмом опорной пятки во время броска.		1	Самонаблюдение
	Особенности использования положений кудепье, пасе: Пасе- выворотное положение; Пасе параллельное положение.		1	Взаимонаблюдение
8	Ритмическая организация движений. Синкопа.	0,5	0,5	Взаимоанализ
	Изоляция – функциональный и формообразующий принцип движения.	0,5	0,5	
9	Продвижение по горизонтали. Кросс.		1	
	Итоговое занятие 1 четверти.		1	Просмотр
10	Flatback, rolldown, rollup в комбинации с плие, релеве, исполнение по позициям.		1	
	Sidestretch, curve в комбинации с плие, релеве, исполнение по позициям.		1	
11	Изучение положения arch.	0,5	0,5	Пед наблюдение
	Deepbodybend, twist в комбинации с плие, релеве, исполнение по позициям.		1	Самонаблюдение
12	Позиции рук – варианты исполнения в сочетании с браш, бросками		1	Взаимонаблюдение
	Позиции рук – варианты исполнения в сочетании с шагами.		1	Взаимоанализ
13	Виды передвижений – скользящий шаг, триплет, боковой скользящий шаг, pasdebouree, kickballchange.		1	
	Упражнения stretch в партере.	0,5	0,5	

14	Составление последовательностей разогрева на основе упражнений для развития позвоночника по позициям в сочетании с видами plies.		1	Просмотр задания
	Up – маленькие прыжки по позициям.		1	
15	Комбинация ronddejambrarterre с координацией основных положений рук в синкопированном ритме.		1	
	Комбинация fondu и frappe, сочетая различные формы движений.		1	Пед наблюдение
16	Повторение пройденного материала.		1	Самонаблюдение
	Итоговое занятие 2 четверти.		1	Прсмотр
17	Разогрев на полу – комплекс упражнений.		1	Взаимоанализ
	Flex, point, contraction, release, pulse в партерном разогреве.		1	
18	Body roll, spiral, swing.		1	
	Последовательности на основе изученных элементов в положении стоя.		1	
19	Последовательности на основе изученных элементов в положении стоя.		1	
	Developpe в положении лежа на спине. Стойка на лопатках.		1	
20	Flex бедра, разворот-заворот в положении лежа на спине. Grandbattement в положении лёжа на спине.		1	
	Arch в положении лёжа, frog position и pulse.		1	Пед наблюдение
21	Клэш – свободное раскачивание ног в положении стоя.		1	Самонаблюдение
	Adagio. Прыжки с двух ног на две с продвижением.	0,5	0,5	Взаимонаблюдение
22	Adagio. Прыжки с двух ног на одну с продвижением.		1	Взаимоанализ
	Cross. Прыжок шаг pasе по параллельной позиции.		1	

23	Cross. Прыжок шаг pase с открытым положением бедра.		1	
	Комбинация.		1	
24	Комбинация.		1	
	Комбинация.		1	
25	Повторение пройденного материала.		1	
	Итоговое занятие 3 четверти.		1	Просмотр
26	Warm up на середине.	0,5	0,5	Пед наблюдение
	Downfacingdog – варианты исполнения.		1	Самонаблюдение
27	Drop.		1	Взаимонаблюдение
	Упражнения на изоляцию: элементы.		1	Взаимоанализ
28	Упражнения на изоляцию: комбинации.		1	
	Свинговый полукруг, zandari.	0,5	0,5	
29	Партер. Положение свастика.		1	
	Партер. Спираль. Highlift. Сочетание элементов.		1	
30	Партер – свинговые движения.		1	
	Партер: фразы на основе изученного материала.		1	
31	Adagio.		1	
	Adagio.		1	Просмотр
32	Упражнения на координацию. Координация двух центров, свинговое раскачивание.		1	
	Координация. Параллельное движение головы и таза. Оппозиция.		1	
33	Параллельные полукруги. Оппозиция.		1	
	Координация. Оппозиционный крест.		1	
34	Оппозиционный квадрат.		1	
	Итоговое занятие.		1	Просмотр
Итого		5	63	

второй год обучения

Форма занятия - групповое

Уч. неделя	Тема занятия	Кол-во часов		Форма контроля
		Теор.	Практ.	
1	Инструктаж по технике безопасности и правилам поведения в танцклассе	1		
	Разогрев у палки. Упражнения на изоляцию.		1	Пед наблюдение
2	Партер.		1	Самонаблюдение
	Свинг – голова, корпус, руки, ноги.	0,5	0,5	Взаимонаблюдение
3	Cross – шаги, шаги в повороте.		1	Взаимоанализ
	Прыжки – комбинация на месте и с продвижением.		1	
4	Полиритмические комбинации движений – подготовка к индивидуальной импровизации.		1	
	Полиритмические комбинации движений – подготовка к индивидуальной импровизации.		1	Просмотр
5	Adagio – работа над устойчивостью.		1	
	Adagio – работа с принципом баланса.		1	
6	Adagio – работа над устойчивостью.		1	
	Adagio – работа с принципом баланса.		1	Пед наблюдение
7	Вращение вокруг оси.		1	Самонаблюдение
	Вращение вокруг оси с продвижением.		1	Взаимонаблюдение
8	Комбинация и музыкальное сопровождение (соответствие и несоответствие).	0,5	0,5	Взаимоанализ
	Исполнение ритмических фигур в джазовом характере (хлопки, шаги, притопы).	0,5	0,5	
9	Повтор пройденного материала.		1	
	Итоговое занятие 1 четверти.		1	Просмотр
10	Партер.		1	
	Упражнения на изоляцию. Синкопа. Ритмический рисунок.		1	
11	Партер.	0,5	0,5	
	Свинг. Полиритмия.		1	

12	Cross – шаги, вращения.		1	Пед наблюдение
	Прыжки: виды и их сочетания. Ритмическое оформление прыжковых комбинаций.		1	Самонаблюдение
13	Cross – шаги, вращения.		1	Взаимонаблюдение
	Adagio – вращения в позах.	0,5	0,5	Взаимоанализ
14	Adagio – вращения в позах.		1	
	Adagio – пространственное расположение.		1	
15	Adagio – пространственное расположение.		1	Задание на оценку
	Упражнения на восстановление.		1	
16	Повторение пройденного материала.		1	
	Итоговое занятие 2 четверти.		1	Просмотр
17	Grandbattementkick – элемент в комбинации с шагами и поворотами.		1	
	Cross – шаги, прыжки, вращения, танцевальные элементы.		1	Пед наблюдение
18	Свинг. Полиритмия.		1	Самонаблюдение
	Партер.		1	Взаимонаблюдение
19	Adagio – работа с принципом баланса и пространственного расположения.		1	Взаимоанализ
	Adagio – баланс и вращение.		1	
20	Adagio – расположение над опорой и выход из баланса.		1	
	Работа над пройденным материалом.		1	
21	Закрепление навыков технического исполнения, координации.		1	
	Шаги африканского фольклорного танца.	0,5	0,5	
22	Свинг. Полиритмия.		1	
	Упражнения на смену уровней движения.		1	
23	Комбинация.		1	Пед наблюдение
	Комбинация.		1	Самонаблюдение
24	Комбинация.		1	Взаимонаблюдение

24	Принцип мультипликации в движении.		1	Взаимоанализ
25	Повторение пройденного материала.		1	
	Итоговое занятие 3 четверти.		1	
26	Flat step, tap step, camel walk.	0,5	0,5	Просмотр
	Spiderwalk, sugar leg.		1	
27	Африканский фольклорный танец: двойной flatstep, двойной flatstepс ударом и разворотом.		1	
	Разновидности flatstep.		1	
28	Движение рук «локомотор». Корпус-волна с pasdechat, zandari.		1	
	Комбинация.	0,5	0,5	
29	Комбинация.		1	
	Технический cross.		1	Пед наблюдение
30	Технический cross.		1	Самонаблюдение
	Танцевальный cross.		1	Взаимонаблюдение
31	Танцевальный cross.		1	Взаимоанализ
	Свинг. Полиритмия. Индивидуальная импровизация.		1	
32	Свинг. Полиритмия. Индивидуальная импровизация.		1	
	Композиция итогового показа.		1	Просмотр
33	Композиция итогового показа.		1	
	Просмотр и коррекция итогового показа.		1	
34	Композиция итогового показа.		1	
	Итоговое занятие.		1	Просмотр
Итого		5	63	

третий год обучения

Форма занятия- групповое.

Уч. неделя	Тема занятия	Кол-во часов		Форма контроля
		Теор.	Практ.	
1	Инструктаж по технике безопасности и правилам поведения в танцклассе	1		
	Разогрев у палки. Упражнения на изоляцию.		1	Пед наблюдение

2	Партер.		1	Самонаблюдение
	Свинг – голова, корпус, руки, ноги.	0,5	0,5	Взаимонаблюдение
3	Cross – шаги, шаги в повороте.		1	Взаимоанализ
	Прыжки – комбинация на месте и с продвижением.		1	
4	Полиритмические комбинации движений – подготовка к индивидуальной импровизации.		1	
	Полиритмические комбинации движений – подготовка к индивидуальной импровизации.		1	Просмотр
5	Adagio – работа над устойчивостью.		1	
	Adagio – работа с принципом баланса.		1	
6	Adagio – работа над устойчивостью.		1	
	Adagio – работа с принципом баланса.		1	Педнаблюдение
7	Вращение вокруг оси.		1	Самонаблюдение
	Вращение вокруг оси с продвижением.		1	Взаимонаблюдение
8	Комбинация и музыкальное сопровождение (соответствие и несоответствие).	0,5	0,5	Взаимоанализ
	Исполнение ритмических фигур в джазовом характере (хлопки, шаги, притопы).	0,5	0,5	
9	Повтор пройденного материала.		1	
	Итоговое занятие 1 четверти.		1	Просмотр
10	Партер.		1	
	Упражнения на изоляцию. Синкопа. Ритмический рисунок.		1	
11	Партер.	0,5	0,5	
	Свинг. Полиритмия.		1	
12	Cross – шаги, вращения.		1	Педнаблюдение
	Прыжки: виды и их сочетания. Ритмическое оформление прыжковых комбинаций.		1	Самонаблюдение
13	Cross – шаги, вращения.		1	Взаимонаблюдение
	Adagio – вращения в позах.	0,5	0,5	Взаимоанализ
14	Adagio – вращения в позах.		1	
	Adagio – пространственное расположение.		1	

15	Adagio – пространственное расположение.		1	Задание на оценку
	Упражнения на восстановление.		1	
16	Повторение пройденного материала.		1	
	Итоговое занятие 2 четверти.		1	Просмотр
17	Grandbattementkick – элемент в комбинации с шагами и поворотами.		1	
	Cross – шаги, прыжки, вращения, танцевальные элементы.		1	Пед наблюдение
18	Свинг. Полиритмия.		1	Самонаблюдение
	Партер.		1	Взаимонаблюдение
19	Adagio – работа с принципом баланса и пространственного расположения.		1	Взаимоанализ
	Adagio – баланс и вращение.		1	
20	Adagio – расположение над опорой и выход из баланса.		1	
	Работа над пройденным материалом.		1	
21	Закрепление навыков технического исполнения, координации.		1	
	Шаги африканского фольклорного танца.	0,5	0,5	
22	Свинг. Полиритмия.		1	
	Упражнения на смену уровней движения.		1	
23	Комбинация.		1	Пед наблюдение
	Комбинация.		1	Самонаблюдение
24	Комбинация.		1	Взаимонаблюдение
	Принцип мультипликации в движении.		1	Взаимоанализ
25	Повторение пройденного материала.		1	
	Итоговое занятие 3 четверти.		1	
26	Flat step, tap step, camel walk.	0,5	0,5	Просмотр
	Spiderwalk, sugar leg.		1	
27	Африканский фольклорный танец: двойной flatstep, двойной flatstepс ударом и разворотом.		1	
	Разновидности flatstep.		1	
28	Движение рук «локомотор». Корпус-волна с pasdechat, zandari.		1	

	Комбинация.	0,5	0,5	
29	Комбинация.		1	
	Технический cross.		1	Пед наблюдение
30	Технический cross.		1	Самонаблюдение
	Танцевальный cross.		1	Взаимонаблюдение
31	Танцевальный cross.		1	Взаимоанализ
	Свинг. Полиритмия. Индивидуальная импровизация.		1	
32	Свинг. Полиритмия. Индивидуальная импровизация.		1	
	Композиция итогового показа.		1	Просмотр
33	Композиция итогового показа.		1	
	Просмотр и коррекция итогового показа.		1	
34	Композиция итогового показа.		1	
	Итоговое занятие.		1	Просмотр
Итого		5	63	

четверный год обучения

Форма занятия - групповое

Уч. неделя	Тема занятия	Кол-во часов		Форма контроля
		Теор.	Практ.	
1	Инструктаж по технике безопасности и правилам поведения в танцклассе	1		
	Разогрев у палки. Упражнения на изоляцию.		1	Пед наблюдение
2	Партер.		1	Самонаблюдение
	Свинг – голова, корпус, руки, ноги.	0,5	0,5	Взаимонаблюдение
3	Cross – шаги, шаги в повороте.		1	Взаимоанализ
	Прыжки – комбинация на месте и с продвижением.		1	
4	Полиритмические комбинации движений – подготовка к индивидуальной импровизации.		1	
	Полиритмические комбинации движений – подготовка к индивидуальной импровизации.		1	Просмотр
-	Adagio – работа над устойчивостью.		1	

5	Adagio – работа с принципом баланса.		1	
6	Adagio – работа над устойчивостью.		1	
	Adagio – работа с принципом баланса.		1	Пед наблюдение
7	Вращение вокруг оси.		1	Самонаблюдение
	Вращение вокруг оси с продвижением.		1	Взаимонаблюдение
8	Комбинация и музыкальное сопровождение (соответствие и несоответствие).	0,5	0,5	Взаимоанализ
	Исполнение ритмических фигур в джазовом характере (хлопки, шаги, притопы).	0,5	0,5	
9	Повтор пройденного материала.		1	
	Итоговое занятие 1 четверти.		1	Просмотр
10	Партер.		1	
	Упражнения на изоляцию. Синкопа. Ритмический рисунок.		1	
11	Партер.	0,5	0,5	
	Свинг. Полиритмия.		1	
12	Cross – шаги, вращения.		1	Пед наблюдение
	Прыжки: виды и их сочетания. Ритмическое оформление прыжковых комбинаций.		1	Самонаблюдение
13	Cross – шаги, вращения.		1	Взаимонаблюдение
	Adagio – вращения в позах.	0,5	0,5	Взаимоанализ
14	Adagio – вращения в позах.		1	
	Adagio – пространственное расположение.		1	
15	Adagio – пространственное расположение.		1	Задание на оценку
	Упражнения на восстановление.		1	
16	Повторение пройденного материала.		1	
	Итоговое занятие 2 четверти.		1	Просмотр
17	Grandbattementkick – элемент в комбинации с шагами и поворотами.		1	
	Cross – шаги, прыжки, вращения, танцевальные элементы.		1	Пед наблюдение
18	Свинг. Полиритмия.		1	Самонаблюдение

18	Партер.		1	Взаимонаблюдение
19	Adagio – работа с принципом баланса и пространственного расположения.		1	Взаимоанализ
	Adagio – баланс и вращение.		1	
20	Adagio – расположение над опорой и выход из баланса.		1	
	Работа над пройденным материалом.		1	
21	Закрепление навыков технического исполнения, координации.		1	
	Шаги африканского фольклорного танца.	0,5	0,5	
22	Свинг. Полиритмия.		1	
	Упражнения на смену уровней движения.		1	
23	Комбинация.		1	Педнаблюдение
	Комбинация.		1	Самонаблюдение
24	Комбинация.		1	Взаимонаблюдение
	Принцип мультипликации в движении.		1	Взаимоанализ
25	Повторение пройденного материала.		1	
	Итоговое занятие 3 четверти.		1	
26	Flat step, tap step, camel walk.	0,5	0,5	Просмотр
	Spiderwalk, sugar leg.		1	
27	Африканский фольклорный танец: двойной flatstep, двойной flatstepс ударом и разворотом.		1	
	Разновидности flatstep.		1	
28	Движение рук «локомотор». Корпус-волна с pasdechat, zandari.		1	
	Комбинация.	0,5	0,5	
29	Комбинация.		1	
	Технический cross.		1	Педнаблюдение
30	Технический cross.		1	Самонаблюдение
	Танцевальный cross.		1	Взаимонаблюдение
31	Танцевальный cross.		1	Взаимоанализ
	Свинг. Полиритмия. Индивидуальная импровизация.		1	

32	Свинг. Полиритмия. Индивидуальная импровизация.		1	
	Композиция итогового показа.		1	Просмотр
33	Композиция итогового показа.		1	
	Просмотр и коррекция итогового показа.		1	
34	Композиция итогового показа.		1	
	Итоговое занятие.		1	Просмотр
Итого		5	63	

пятый год обучения

Форма занятия- групповое.

Уч. неделя	Тема занятия	Кол-во часов		Форма контроля
		Теор.	Практ.	
1	Инструктаж по технике безопасности и правилам поведения в танцклассе	1		
	Разогрев у палки. Упражнения на изоляцию.		1	Пед наблюдение
2	Партер.		1	Самонаблюдение
	Свинг – голова, корпус, руки, ноги.	0,5	0,5	Взаимонаблюдение
3	Cross – шаги, шаги в повороте.		1	Взаимоанализ
	Прыжки – комбинация на месте и с продвижением.		1	
4	Полиритмические комбинации движений – подготовка к индивидуальной импровизации.		1	
	Полиритмические комбинации движений – подготовка к индивидуальной импровизации.		1	Просмотр
5	Adagio – работа над устойчивостью.		1	
	Adagio – работа с принципом баланса.		1	
6	Adagio – работа над устойчивостью.		1	
	Adagio – работа с принципом баланса.		1	Пед наблюдение
7	Вращение вокруг оси.		1	Самонаблюдение
	Вращение вокруг оси с продвижением.		1	Взаимонаблюдение
8	Комбинация и музыкальное сопровождение (соответствие и несоответствие).	0,5	0,5	Взаимоанализ

°	Исполнение ритмических фигур в джазовом характере (хлопки, шаги, притопы).	0,5	0,5	
9	Повтор пройденного материала.		1	
	Итоговое занятие 1 четверти.		1	Просмотр
10	Партер.		1	
	Упражнения на изоляцию. Синкопа. Ритмический рисунок.		1	
11	Партер.	0,5	0,5	
	Свинг. Полиритмия.		1	
12	Cross – шаги, вращения.		1	Пед наблюдение
	Прыжки: виды и их сочетания. Ритмическое оформление прыжковых комбинаций.		1	Самонаблюдение
13	Cross – шаги, вращения.		1	Взаимонаблюдение
	Adagio – вращения в позах.	0,5	0,5	Взаимоанализ
14	Adagio – вращения в позах.		1	
	Adagio – пространственное расположение.		1	
15	Adagio – пространственное расположение.		1	Задание на оценку
	Упражнения на восстановление.		1	
16	Повторение пройденного материала.		1	
	Итоговое занятие 2 четверти.		1	Просмотр
17	Grandbattermentkick – элемент в комбинации с шагами и поворотами.		1	
	Cross – шаги, прыжки, вращения, танцевальные элементы.		1	Пед наблюдение
18	Свинг. Полиритмия.		1	Самонаблюдение
	Партер.		1	Взаимонаблюдение
19	Adagio – работа с принципом баланса и пространственного расположения.		1	Взаимоанализ
	Adagio – баланс и вращение.		1	
20	Adagio – расположение над опорой и выход из баланса.		1	
	Работа над пройденным материалом.		1	
21	Закрепление навыков технического исполнения, координации.		1	
	Шаги африканского фольклорного танца.	0,5	0,5	

22	Свинг. Полиритмия.		1	
	Упражнения на смену уровней движения.		1	
23	Комбинация.		1	Пед наблюдение
	Комбинация.		1	Самонаблюдение
24	Комбинация.		1	Взаимонаблюдение
	Принцип мультипликации в движении.		1	Взаимоанализ
25	Повторение пройденного материала.		1	
	Итоговое занятие 3 четверти.		1	
26	Flat step, tap step, camel walk.	0,5	0,5	Просмотр
	Spiderwalk, sugar leg.		1	
27	Африканский фольклорный танец: двойной flatstep, двойной flatstepс ударом и разворотом.		1	
	Разновидности flatstep.		1	
28	Движение рук «локомотор». Корпус-волна с pasdechat, zandari.		1	
	Комбинация.	0,5	0,5	
29	Комбинация.		1	
	Технический cross.		1	Пед наблюдение
30	Технический cross.		1	Самонаблюдение
	Танцевальный cross.		1	Взаимонаблюдение
31	Танцевальный cross.		1	Взаимоанализ
	Свинг. Полиритмия. Индивидуальная импровизация.		1	
32	Свинг. Полиритмия. Индивидуальная импровизация.		1	
	Композиция итогового показа.		1	Просмотр
33	Композиция итогового показа.		1	
	Просмотр и коррекция итогового показа.		1	
34	Композиция итогового показа.		1	
	Итоговое занятие.		1	Просмотр
Итого		5	63	

Приложение 2.

Критерии оценки результатов текущей, промежуточной, итоговой аттестации (для каждого года обучения).

Ф.И. обучающегося			
Высокий уровень (5 баллов)	Средний уровень		Низкий уровень
	4 балла	3 балла	2 балла
Выполнение практических упражнений в разделе «элементы, основные движения»			
Выполнение практических упражнений в разделе «танцевальные комбинации»			
Выполнение практических упражнений в разделе Адажио			
Выполнение практических упражнений в разделе Аллегро			
Выполнение практических упражнений в разделе Вращения			
Выполнение практических упражнений в разделе «танцевальные композиции»			
Танцевальная координация			
Способность запоминать движения и порядок движений			
музыкальность			
Танцевальная выразительность			
Индивидуальные особенности			

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 187598946305064097190711460653033521119524543992

Владелец Швидко Наталья Алексеевна

Действителен с 10.09.2026 по 10.09.2027