

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Гимназия № 3»  
школа искусств Творческого Центра «Визит»

Рассмотрена на педагогическом совете  
МАОУ «Гимназия № 3»  
протокол № 71 от 01.06.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ  
«Гимназия № 3»  
А.В. Жмурко



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

**«ЭСТРАДНЫЙ ТАНЕЦ»**

Возраст обучающихся: 8-14 лет  
Срок реализации программы: 6 лет  
Педагог дополнительного  
образования:  
Смирнов Р.А.

Великий Новгород

2021 год

## Пояснительная записка

Программа «Эстрадный танец» углублённого уровня, имеет **художественную направленность** и разработана на основе методической разработки «Модерн-джаз танец» (автор - В.Ю.Никитин, 1999 г.).

Данная программа оформлена в соответствии с Федеральным законом от 30 декабря 2020 года № 517-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 8 сентября 2015 г. № 613н. Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», Письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. N 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», Распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 года № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года», Постановлением Правительства РФ от 26.12.2017г. №1642 «Об утверждении государственной программы РФ «Развитие образования» на 2018-2025 годы».

Данная программа является **актуальной**, так как целью обучения является эстетическое воспитание средствами танца. Эстрадный танец является наиболее популярным видом искусства, в котором каждый получает возможность самореализоваться, исходя из индивидуальности характера, темперамента и творческой предрасположенности. Все направления современного эстрадного танца способствуют подъёму общей танцевальной культуры учащихся.

**Педагогическая целесообразность** данной образовательной программы обусловлена тем, что эстрадный танец готовит воспитанников к свободе выражения в танцевальных композициях. Поэтому данная дисциплина вводится на более позднем этапе обучения, чтобы обучающийся был физически и эмоционально подготовлен к восприятию и воплощению материала.

Движение в ритме, заданном музыкой, способствует работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведёт к общему оздоровлению организма. Немаловажным является и то, что систематические занятия эстрадным танцем формируют и соразмерно развивают фигуру, способствуют устранению ряда физических недостатков, вырабатывают правильную и красивую осанку, придают внешнему облику человека собранность, элегантность.

**Отличительной особенностью** программы является то, что она модифицированная и адаптирована к условиям образовательного процесса данного учреждения. Связь эстрадного танца с другими предметами хореографии осуществляется по линии согласованного прохождения элементов и технических приёмов, определённых программой. При планировании сроков прохождения программного материала педагог по эстраднему танцу учитывает, с какими из изучаемых элементов учащийся будет иметь дело на предметах: «Классический танец», «Народно-сценический танец», «Гимнастика», «Ансамблевое исполнительство».

**Ценностными ориентирами программы являются:**

- ознакомление учащихся с разновидностью хореографического искусства - эстрадным танцем;
- приобретение определенных навыков по исполнению эстрадных движений.

**Цель программы** - воспитание и развитие учащихся посредством эстрадного танца, создание мотивации к самостоятельному творчеству.

**Для достижения данной цели формируются следующие задачи:**

**Обучающие:**

- обучение самовыражению, как в творчестве, так и в межличностных отношениях;
- обучение культуре движений и их выразительности;
- обучение манере исполнения элементов эстрадного танца;
- обучение свободному движению под музыку с различным ритмическим рисунком.

**Развивающие:**

- более полное физическое и пластическое развитие мышечного аппарата;
- развитие индивидуального уровня исполнительского мастерства;
- развитие координации движения;
- развитие творческой активности и артистизма.

**Воспитывающие:**

- воспитание художественного вкуса;
- воспитание артистизма и выразительности.

**Возраст детей**, участвующих в реализации данной программы дополнительного образования - **8-14 лет**.

**Сроки реализации** образовательной программы - **6 лет**.

**Формы и режим занятий.** Содержание программы ориентировано на **добровольные** одновозрастные группы детей от 10 до 15 человек.

Наполняемость учебных групп выдержана в соответствии с

Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 №41 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

**Продолжительность занятий:**

**1-6 год обучения** - 1 академический час (40 минут) в неделю, 36 учебных часов в год, 216 часа за весь период обучения.

**Ожидаемый результат и способы определения их результативности**

**По окончании 1 года учащийся должен знать:**

- специфику эстрадной хореографии;
- движения и элементы, укрепляющие суставы и мышечно-связочный аппарат;
- терминологию эстрадного танца.

**Учащийся должен уметь:**

- хорошо владеть своим телом;
- согласованно двигаться под музыкальный материал;
- исполнять чётко и точно изучаемые движения и элементы.

**По окончании 2 года учащийся должен знать:**

- различные направления эстрадной хореографии;
- правила координации движений;
- правила исполнения танцевальных связок.

**Учащийся должен уметь:**

- хорошо двигаться под современную музыку;
- выразительно исполнять движения;
- технически грамотно исполнять отдельные движения, танцевальные связки.

**По окончании 3 года учащийся должен знать:**

- определения и основные правила исполнения движений;
- правила исполнения композиций на сценической площадке.

**Учащийся должен уметь:**

- технически грамотно и музыкально исполнять движения;
- хорошо ориентироваться в пространстве;
- хорошо владеть своим телом;
- исполнять танцевальные композиции;
- владеть навыками самостоятельного творчества.

**По окончании 4 года учащийся должен знать:**

- основные стили и направления современной хореографии.

**Учащийся должен уметь:**

- свободно ориентироваться в пространстве;
- владеть высокой техникой исполнения;
- владеть навыками самостоятельного творчества;
- исполнять движения в различных стилевых направлениях;
- эмоционально выразительно воплощать сценический образ.

**По окончании 5 года учащийся должен знать:**

- правила поведения на сцене и за кулисами;
- элементы и движения разучиваемых хореографических номеров;
- технику и манеру исполнения современных танцев;
- сложные комбинации элементов и движений;
- характер и стиль танцевальных комбинаций;
- о роли мимики, жеста, костюма, реквизита в хореографической постановке.
- правила ансамблевого исполнения;
- правила исполнения поклона;

**Учащийся должен уметь:**

- технично исполнять элементы и движения хореографического номера;
- передать характер и манеру исполнения танцевальной композиции;
- технично и выразительно исполнять композиции с учётом характерных национальных особенностей танца;
- исполнять танцевальные композиции, умело двигаясь в заданных направлениях, работая над движением и образом;
- пользоваться мимикой, жестами, реквизитом;

**По окончании 6 года учащийся должен знать:**

- правила поведения во время постановочной работы и на репетициях,
- стили и танцевальные направления современной хореографии;
- средства актерской выразительности;
- хореографические номера из репертуара коллектива;
- танцевальный материал в любом месте композиции;
- сольные партии из концертного репертуара.

**Учащийся должен уметь:**

- исполнять танцевальные номера из репертуара коллектива;
- исполнять технически сложные трюковые элементы и вращения;
- исполнять танцевальные композиции, умело двигаясь в заданных направлениях, работая над движением и образом.
- уметь сопереживать и помогать в творческом процессе;
- включаться в сюжет действия пластикой, мимикой, жестами, раскрывающими характер и настроение вокального номера;
- эмоционально подготовиться к выходу на сцену;
- 

**Обучение ведется по следующим разделам:**

- Тренаж к эстраднему танцу;
- Фольк танец;
- Кантри танец;
- Диско танец;
- Ритмический танец;
- Эксцентрический танец;
- Новинки танцевальной эстрады;
- Степ;
- Акробатический танец;
- Эстрадный танец в мюзик –холле;
- Модерн и джаз танец.

**Формы подведения итогов:**

Для обучающихся первого - шестого годов обучения - *зачётное занятие* в первом полугодии и *экзамен* во втором полугодии.

**Учебный план  
1 год обучения**

№	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Инструктаж по технике безопасности. Введение в предмет	1	1	-
2	Тренаж к эстрадному танцу	14	2	12
3	Фольк танец	6	2	4
4	Кантри танец	7	2	5
5	Лиско танец	8	2	6
		<b>36</b>	<b>9</b>	<b>27</b>

**2 год обучения**

№	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Вводное занятие: инструктаж по технике безопасности	1	1	-
2	Тренаж к эстрадному танцу	11		11
3	Эксцентрический танец	7	2	5
4	Акробатический танец	7	2	5
5	Степ (элементы)	5	1	4
6	Ритмический танец	5	1	4
		<b>36</b>	<b>7</b>	<b>29</b>

**3 год обучения**

№	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		всего	практика	теория
1	Вводное занятие: инструктаж по технике безопасности	1	1	
2	Тренаж к эстрадному танцу	14		14
3	Эстрадный танец в Мюзик - Холле	7	2	5
4	Джаз - модерн танец	11	2	9
5	Современный эстрадный танец	3	1	2
		<b>36</b>	<b>6</b>	<b>30</b>

#### 4 год обучения

№	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		всего	практика	теория
1	Вводное занятие: инструктаж по технике безопасности	1	1	
2	Тренаж к эстраднему танцу	14		14
3	Эстрадный танец	7	2	5
4	Джаз - модерн танец	11	2	9
5	Современный эстрадный танец	3	1	2
		<b>36</b>	<b>6</b>	<b>30</b>

#### 5 год обучения

№ п/п	Название разделов и тем	Количество часов		
		Всего часов	Теоретические занятия	Практические занятия
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	1	1	-
2.	Эстрадный тренаж.	15	1	14
3.	Постановочная работа	15	2	13
4.	Репетиционная работа	4	1	3
5.	Зачетное занятие	1	-	1
<b>Итого:</b>		<b>36</b>	<b>5</b>	<b>31</b>

#### 6 год обучения

№ п/п	Название разделов и тем	Количество часов		
		Всего часов	Теоретические занятия	Практические занятия
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	1	1	-
2.	Эстрадный тренаж.	15	1	14
3.	Постановочная работа	15	2	13
4.	Репетиционная работа	4	1	3
5.	Зачетное занятие	1	-	1
<b>Итого:</b>		<b>36</b>	<b>5</b>	<b>31</b>

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 1 год обучения

Выработка определённых навыков, характерных для эстрадной хореографии.

**Тема 1. Инструктаж по технике безопасности. Введение в предмет (1 час)**

**Теория (1 час)**

Инструктаж по технике безопасности для учащихся в кабинете хореографии; правила поведения на занятии и после его окончания, а также в чрезвычайных ситуациях.

Введение в предмет: История танцевальной эстрады.

**Тема 2. Тренаж к эстрадному танцу (14 часов)**

**Теория (2 часа)**

Знакомство с эстрадным танцем и его спецификой.

Выразительность и артистичность исполнителя.

Виды упражнений с нагрузкой на различные группы мышц в эстрадной хореографии.

**Практика (12 часов)**

*Упражнения, разогревающие мышцы тела:*

- **Голова.** Виды движений:
  - наклон вперёд и назад;
  - наклоны вправо и влево;
  - повороты вправо и влево;
  - *sundari* вперёд - назад и из стороны в сторону.
- **Плечи.** Виды движений:
  - подъём одного или двух плеч вверх;
  - движение плеч вперёд – назад;
  - твист плеч;
  - шейк плеч.
- **Грудная клетка.** Виды движений:
  - движения из стороны в сторону;
  - движения вперёд – назад;
  - подъём и опускание;
  - твист;
  - упражнения для выработки подвижности позвоночника, укрепления мышц спины;
  - повороты корпуса «спираль»;



- наклоны корпуса;
- упражнения на полу для разогрева позвоночника и его отделов.
- **Руки.** Виды движений различны.
- **Ноги.** Виды движений различны.

### **Тема 3. Фольк танец (6 часов)**

#### **Теория (2 часа)**

Характеристика танцевального направления:

- история возникновения,
- стилевые особенности.

Знакомство с музыкальным материалом - стилизованной народной музыкой групп "Золотое кольцо", "Балаган лимитед".

#### **Практика (4 часа)**

*Фольк танец* (по выбору педагога на любом народном материале).

На русском материале:

#### ***Основные движения:***

- ход на высоких полупальцах;
- броски на 45 °; 90 °;
- вращения;
- поддержки;
- трюки;
- движения с увеличением амплитуды.

***Композиция этюда.***

### **Тема 4. Кантри танец (7 часов)**

#### **Теория (2 часа)**

Характеристика танцевального направления:

- история возникновения,
- стилевые особенности.

Прослушивание эстрадной музыки в стиле "кантри" (гр. "Reolrex")

#### **Практика (5 часов)**

#### ***Основные движения:***

- ход с выносом стопы на ребро;
- широкий бег;
- «перетяжки»;
- шаг польки;
- галоп;
- прыжки;
- трюки; поддержки.

***Композиция этюда.***

### **Тема 5. Диско танец (8 часов)**

#### **Теория (2 часа)**

Характеристика танцевального направления:

- история возникновения,
- стилевые особенности.

Прослушивание музыки в стиле "диско" (гр. "Back boys blue").

### **Практика (6 часов)**

**Основные движения:**

- диагональный ход с поворотом;
- различные наклоны;
- «маятник»;
- прыжки, подскоки;
- «регулирующий»;
- «карате»;
- импульсивный ход;

**Композиция этюда** - проявление творческой фантазии в трактовке той или иной танцевальной темы.

## **2 год обучения**

Совершенствование навыков и технических способностей обучающихся.

### **Тема 1. Вводное занятие: инструктаж по технике безопасности (1 час)**

#### **Теория (1 час)**

Инструктаж по технике безопасности для учащихся в кабинете хореографии; правила поведения на занятии и после его окончания, а также в чрезвычайных ситуациях.

### **Тема 2. Тренаж к эстраднему танцу (11 часов)**

#### **Практика (11 часов)**

*Тренаж* проводится по такому же принципу, но движения составляются в комбинации.

- **Голова.** Виды комбинаций:
  - крест;
  - квадрат;
  - круг;
  - фиксированный полукруг;
  - свинговый полукруг.
- **Плечи.** Виды комбинаций:
  - крест;
  - полукруг;
  - круг;
  - «восьмерка».
- **Грудная клетка:**
  - крест;
  - квадрат;
  - полукруг;
  - круг.

- **Руки.** Различные комбинации.
- **Ноги.** Различные комбинации.

### **Тема 3. Эксцентрический танец (7 часов)**

#### **Теория (2 часа)**

Характеристика танцевального направления:

- история возникновения,
- стилевые особенности.

Знакомство с музыкальным материалом в стиле «Чарльстон», «Танго».

#### **Практика (5 часов)**

*Основные движения:*

- glissade;
- степовой ход;
- вращение;
- поддержки; трюки;
- пружинистый шаг с переносом ноги вперёд – назад;
- гротескные движения «Чарльстона».

*Композиция этюда.*

### **Тема 4. Акробатический танец (7 часов)**

#### **Теория (2 часа)**

Характеристика танцевального направления:

- история возникновения,
- стилевые особенности.

Прослушивание роковых композиций, музыкального материала в стиле рок-н-ролла (Элвис Пресли), брейка.

#### **Практика (5 часов)**

*Основные движения:*

- прыжки с ноги на ногу («Ник»);
- прыжок на левой ноге, правая вперёд на пятку;
- бег с высоко поднятыми коленями;
- поворот коленей вправо, влево;
- поочерёдные перекаты с носка на всю стопу каждой ногой;
- «робот»;
- «лунная походка»;
- «волна»;
- «целостная волна»;
- партерный брейк.

*Композиция этюда.*

### **Тема 5. Степ (элементы) (5 часов)**

#### **Теория (1 час)**

Характеристика танцевального направления:

- история возникновения,
- стилевые особенности.

Прослушивание музыкального материала группы «Чай вдвоём».

#### **Практика (4 часа)**

- основные удары;
- композиция основных ударов.

## **Тема 6. Ритмический танец (5 часов)**

### **Теория (1 час)**

Прослушивание музыкальных произведений с чёткой ритмической структурой в стиле «хип- хоп»; «техно»; «реп» (группа «D.Y.Hits»).

### **Практика (4 часа)**

#### ***Основные движения:***

- «пружина»;
- выпады;
- скольжение;
- «волна»;
- движения бёдрами;
- «кошка»;
- «флюгер»;
- прыжки, трюки.

#### ***Композиция этюда.***

## **3 год обучения**

Закрепление навыков и знаний по предмету.

Совершенствование технических способностей.

Выработка пластичности и раскованности.

Раскрытие творческого потенциала.

### **Тема 1. Вводное занятие: инструктаж по технике безопасности (1 час)**

#### **Теория (1 час)**

Инструктаж по технике безопасности для учащихся в кабинете хореографии; правила поведения на занятии и после его окончания, а также в чрезвычайных ситуациях.

### **Тема 2. Тренаж к эстраднему танцу (14 часов)**

#### **Практика (14 часов)**

Тренаж к эстраднему танцу проводится в той же последовательности, но на новом витке сложности. Возможно комбинирование движений разных центров:

- голова – плечи;
- грудная клетка – рука;
- руки – ноги;
- cftch step - перенос веса тела с одной ноги на другую;
- kick («пинок»);
- lay ont - отклонение торса от работающей ноги;
- demi и grand plie по параллельным и выворотным позициям, возможно изменение динамики движения, а также сочетание с движением торса (спираль, поклон)

- battment tendu и battment tendu jete по параллельным позициям, с сокращённой стопой и координацией рук.

### **Тема 3. Эстрадный танец в Мюзик–Холле (7 часов)**

#### **Теория (2 часа)**

Особенности построения танца и подбор сценического материала («Канкан», «Цилиндры»).

#### **Практика (5 часов)**

##### ***Основные движения:***

- различные махи;
- kick;
- port de bras;
- трюки;
- шаги;
- варианты бега;
- повороты;
- вращения;
- движения рук.

##### ***Танцевальная композиция.***

### **Тема 4. Джаз - модерн танец (11 часов)**

#### **Теория (2 часа)**

Характеристика танцевального направления:

- история возникновения,
- стилевые особенности.

#### **Практика (9 часов)**

##### ***Основные движения и положения:***

- свитовое раскачивание двух центров;
- «импульсные цепочки»;
- параллель и оппозиция в движении двух центров;
- contraction (в положении стоя и сидя);
- release (в положении стоя и сидя);
- твист;
- спирали;
- полукруги и круги торсом;
- положение arch;
- движения изолированных центров;
- шаги с трамплинным сгибанием коленей;
- шаги с мультипликацией;
- трехшаговые повороты и полуповороты на двух ногах;
- прыжки: hop, jump, leap;
- смена уровней.

### **Тема 5. Современный эстрадный танец (3 часа)**

#### **Теория (1 час)**

Различные направления современной популярной хореографии.

#### **Практика (2 часа)**

- танец Майкла Джексона;
- «Макарена».

Самостоятельные работы обучающихся по подбору лексического материала и составлению комбинаций.

#### **4 год обучения**

Совершенствование технических и исполнительских способностей.

Формирование навыков самостоятельного творчества.

#### **Тема 1. Вводное занятие: инструктаж по технике безопасности (1 час)**

##### **Теория (1 час)**

Инструктаж по технике безопасности для учащихся в кабинете хореографии; правила поведения на занятии и после его окончания, а также в чрезвычайных ситуациях.

#### **Тема 2. Тренаж к эстраднему танцу (14 часов)**

##### **Практика (14 часов)**

Тренаж к эстраднему танцу разучивается в логической последовательности, усложняется и совершенствуется.

Комбинирование движений разных центров:

- голова – плечи;
- грудная клетка – руки;
- руки – ноги;
- cftch step - перенос веса тела с одной ноги на другую;
- kick («пинок»);
- lay ont - отклонение торса от работающей ноги;
- demi и grand plie по параллельным и выворотным позициям, возможно изменение динамики движения, а также сочетание с движением торса (спираль, поклон)
- battment tendu и battment tendu jebe по параллельным позициям, а также с сокращенной стопой и координацией рук.

#### **Тема 3. Эстрадный танец (7 часов)**

##### **Теория (2 часа)**

Особенности построения танца и подбор сценического материала.

Прослушивание разнообразного музыкального материала, разделение музыкального произведения на фрагменты для создания танцевальной композиции, подбор хореографической лексики.

##### **Практика (5 часов)**

**Основные движения:**

- различные махи;
- kick;
- port de bras;
- трюки;
- шаги;
- варианты бега;
- повороты;

- вращения;
- движения рук.

#### **Тема 4. Джаз - модерн танец (11 часов)**

##### **Теория (2 часа)**

Особенности исполнения отдельных элементов в джазовой композиции.

##### **Практика (9 часов)**

###### **Основные движения и положения:**

- свитовое раскачивание двух центров;
- «импульсные цепочки»;
- параллель и оппозиция в движении двух центров;
- contraction (в положении стоя и сидя);
- release (в положении стоя и сидя);
- твист;
- спирали;
- полукруги и круги торсом;
- положение arch;
- движения изолированных центров;
- шаги с трамплинным сгибанием коленей;
- шаги с мультипликацией;
- трехшаговые повороты и полуповороты на двух ногах;
- прыжки: hop, jump, leap;
- смена уровней.

#### **Тема 5. Современный эстрадный танец (3 часа)**

##### **- Теория (1 час)**

- Знакомство с различными направлениями современной популярной хореографии.

##### **- Практика (2 часа)**

- Самостоятельные работы обучающихся по подбору лексического материала и составлению комбинаций.

В процессе обучения используются **методы:**

- показа
- рассказа
- импровизации

Для реализации программы необходимы некоторые **средства:**

- хореографический класс
- раздевалка
- аудиоаппаратура
- видеотека
- фонотека
- фортепиано
- методическая литература

## 5 год обучения

### **Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности (1 час) Теория (1 час)**

Инструктаж по технике безопасности для обучающихся в кабинете хореографии; правила поведения на занятии и после его окончания, а также в чрезвычайных ситуациях.

### **Тема 2. Эстрадный тренаж (15 часов)**

#### **Теория (1 час)**

Виды упражнений с нагрузкой на различные группы мышц в эстрадной хореографии.

#### **Практика (14 часов)**

Тренаж к эстрадному танцу проводится в той же последовательности, но на новом витке сложности. Возможно комбинирование движений разных центров:

- голова – плечи;
- грудная клетка – рука;
- руки – ноги;
- cftch step - перенос веса тела с одной ноги на другую;
- kick («пинок»);
- lay ont - отклонение торса от работающей ноги;
- demi и grand plie по параллельным и выворотным позициям, возможно изменение динамики движения, а также сочетание с движением торса (спираль, поклон)
- battment tendu и battment tendu jete по параллельным позициям, с сокращённой стопой и координацией рук.

### **Тема 2. Постановочная работа (15 часов)**

#### **Теория (2 часа)**

Анализ хореографического номера

Разбор музыкального материала.

Правила исполнения танцевальных связок в различных темпах.

Положение корпуса и рук в комбинациях. Характер и стиль исполнения.

Виды трюков и поддержек в современном танце.

#### **Практика (13 часов)**

***Работа с хореографическими номерами и танцевальными партиями к ним***

Разучивание танцевального материала.

Работа над основными движениями танцевального номера.

Работа над рисунком танца.

Работа над исполнением танцевальных связок в различных темпах.

Работа над сложными комбинациями и техникой исполнения.

Работа над танцевальными комбинациями:

Работа над чистотой исполнения, эмоциональностью, выразительностью, над мимикой и жестом.



#### **Тема 4. Репетиционная работа (4 часа)**

##### **Теория (1 час)**

Технические, художественно-эстетические и педагогические задачи репетиции.

##### **Практика (3 часа)**

- совершенствование технических возможностей исполнительства;
- выработка навыков концентрации духовных и физических сил;
- воспитание чувства долга и серьезного отношения к репетиционному процессу;
- работа над техникой исполнения;
- работа над музыкальностью исполнения;
- работа над сценическим образом, над развитием сценической свободы над движением в песне, мимикой, жестами.
- репетиция номера в костюмах.
- разучивание поклона и ухода со сцены;
- работа над финалом;

#### **Тема 5. Зачетное занятие (1 час)**

##### **Практика (1 час)**

Показ хореографического номера. Разбор, обсуждение.

### **6 год обучения**

#### **Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности (1 час)**

##### **Теория (1 час)**

Инструктаж по технике безопасности для обучающихся в кабинете хореографии; правила поведения на занятии и после его окончания, а также в чрезвычайных ситуациях.

#### **Тема 2. Эстрадный тренаж (15 часов)**

##### **Теория (1 час)**

Виды упражнений с нагрузкой на различные группы мышц в эстрадной хореографии.

##### **Практика (14 часов)**

Тренаж к эстрадному танцу проводится в той же последовательности, но на новом витке сложности. Возможно комбинирование движений разных центров:

- голова – плечи;
- грудная клетка – рука;
- руки – ноги;
- cftch step - перенос веса тела с одной ноги на другую;
- kick («пинок»);

- lay ont - отклонение торса от работающей ноги;
- demi и grand plie по параллельным и выворотным позициям, возможно изменение динамики движения, а также сочетание с движением торса (спираль, поклон)
- battment tendu и battment tendu jete по параллельным позициям, с сокращённой стопой и координацией рук.

## **Тема 2. Постановочная работа (15 часов)**

### **Теория (2 часа)**

Анализ хореографического номера

Разбор музыкального материала.

Правила исполнения танцевальных связок в различных темпах.

Положение корпуса и рук в комбинациях. Характер и стиль исполнения.

Виды трюков и поддержек в современном танце.

### **Практика (13 часов)**

*Работа с хореографическими номерами и танцевальными партиями к ним*

Разучивание танцевального материала.

Работа над основными движениями танцевального номера.

Работа над рисунком танца.

Работа над исполнением танцевальных связок в различных темпах.

Работа над сложными комбинациями и техникой исполнения.

Работа над танцевальными комбинациями:

Работа над чистотой исполнения, эмоциональностью, выразительностью, над мимикой и жестом.

## **Тема 4. Репетиционная работа (4 часа)**

### **Теория (1 час)**

Технические, художественно-эстетические и педагогические задачи репетиции.

### **Практика (3 часа)**

- совершенствование технических возможностей исполнительства;
- выработка навыков концентрации духовных и физических сил;
- воспитание чувства долга и серьезного отношения к репетиционному процессу;
- работа над техникой исполнения;
- работа над музыкальностью исполнения;
- работа над сценическим образом, над развитием сценической свободы над движением в песне, мимикой, жестами.
- репетиция номера в костюмах.
- разучивание поклона и ухода со сцены;
- работа над финалом;

## **Тема 5. Зачетное занятие (1 час)**

### **Практика (1 час)**

Показ хореографического номера. Разбор, обсуждение.

## **Методическое обеспечение программы**

### ***Обеспечение программы методическими видами продукции:***

1. Записи музыкальных композиций;
2. Материалы к развитию импровизации.

### ***Рекомендации по организации занятий***

Программа предусматривает различные формы проведения занятий - теоретические и практические.

### ***Методы, применяемые при подготовке к занятиям, подразделяются на***

- словесные (беседа, рассказ-объяснение);
- наглядные (демонстрация педагогом, показ действия, показ упражнения, показ видеозаписей);
- практические (выполнение упражнений, приобретение навыков, овладение приёмами работы);
- разучивание (повторение упражнения, анализ выполненных движений);
- закрепление материала.

Предполагается посещение концертов и открытых занятий других творческих коллективов.

### ***Дидактический материал представлен:***

1. аудиоаппаратура
2. видеотека
3. фонотека

### ***Материально-техническое оснащение занятий:***

1. Хореографический зал;
2. Зеркала;
3. Станки для занятий хореографией;
4. Коврики;
5. Маты;
6. Ноутбук;
7. Фортепиано;
8. Хореографическая форма.

## Список литературы для педагога

1. Алексеева Л. Н. Двигаться и думать: сб. материалов/ Л. Н. Алексеева. - М., 2000.
2. «Учите детей танцевать» Авторы: Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Москва «Век информации» 2009
3. Кулагина И. Е. Художественное движение. Метод Л.Н.Алексеевой: Пособие для преподавателей общеобразовательных школ и учреждений дополнительного образования. В 2 ч. / И.Е. Кулагина. — М., 1999, 2000.
4. Методическое пособие по модерн – джаз танцу В.Ю. Никитина, доцента Российской академии театрального искусства, кандидата искусствоведения. М, 1987г.
5. Джазовый танец Иевлева Л.Д. Учебное пособие для студентов и преподавателей институтов искусства и культуры. (Челябинский государственный институт искусства и культуры, кафедра хореографии. Челябинск, 1996.)
6. Семинар «Перспективные направления и формы обучения танцам» (из опыта ведущих танцевальных объединений учителей танцев Великобритании). – Лондон-С-Пб., 1995.

**Календарный учебный график  
на 2021-2022 учебный год  
программа «Эстрадный танец»**

**2 год обучения  
группа 211Э**

№ п/п	Месяц число	Время проведения занятий	Форма занятий	Кол- во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	09.09	16.50-17.30	Беседа	1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	Каб.128	Беседа
2.	16.09	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб.128	Наблюдение
3.	23.09	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб.128	Наблюдение
4.	30.09	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб.128	Наблюдение
5.	07.10	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб.128	Наблюдение
6.	14.10	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб.128	Наблюдение
7.	21.10	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб.128	Наблюдение
8.	28.10	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб.128	Наблюдение
9.	11.11	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб.128	Наблюдение
10.	18.11	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб.128	Наблюдение
11.	25.11	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб.128	Наблюдение
12.	02.12	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб.128	Наблюдение
13.	09.12	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Эксцентричный танец	Каб.128	Наблюдение
14.	16.12	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Эксцентричный танец	Каб.128	Наблюдение
15.	23.12	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Зачетное занятие	Каб.128	Зачет
16.	30.12	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Эксцентричный танец	Каб.128	Наблюдение
17.	13.01	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Эксцентричный танец	Каб.128	Наблюдение
18.	20.01	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Эксцентричный танец	Каб.128	Наблюдение
19.	27.01	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Эксцентричный танец	Каб.128	Наблюдение
20.	03.02	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Эксцентричный танец	Каб.128	Наблюдение
21.	10.02	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Акробатический танец	Каб.128	Наблюдение
22.	17.02	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Акробатический танец	Каб.128	Наблюдение
23.	24.02	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Акробатический танец	Каб.128	Наблюдение

24.	03.03	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Акробатический танец	Каб.128	Наблюдение
25.	10.03	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Акробатический танец	Каб.128	Наблюдение
26.	17.03	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Акробатический танец	Каб.128	Наблюдение
27.	24.03	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Акробатический танец	Каб.128	Наблюдение
28.	31.03	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Акробатический танец	Каб.128	Наблюдение
29.	07.04	16.50-17.30	Итоговое занятие	1	Степ (элементы)	Каб.128	Наблюдение
30.	14.04	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Степ (элементы)	Каб.128	Наблюдение
31.	21.04	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Степ (элементы) Ритмический танец	Каб.128	Наблюдение
32.	28.04	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Степ (элементы) Ритмический танец	Каб.128	Наблюдение
33.	05.05	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Степ (элементы) Ритмический танец	Каб.128	Наблюдение
34.	12.05	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Ритмический танец	Каб.128	Наблюдение
35.	19.05	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Ритмический танец	Каб.128	Наблюдение
36.	26.05	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Экзамен	Каб.128	Экзамен

**3 год обучения  
группа 311Э**

№ п/п	Месяц число	Время проведения занятий	Форма занятий	Кол- во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	07.09	16.50-17.30	Беседа	1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	Каб. 205	Беседа
2.	14.09	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб. 205	Наблюдение
3.	21.09	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб. 205	Наблюдение
4.	28.09	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб. 205	Наблюдение
5.	05.10	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб. 205	Наблюдение
6.	12.10	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб. 205	Наблюдение
7.	19.10	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб. 205	Наблюдение
8.	26.10	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб. 205	Наблюдение
9.	02.11	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб. 205	Наблюдение
10.	09.11	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб. 205	Наблюдение
11.	16.11	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Тренаж к эстрадному танцу	Каб. 205	Наблюдение

12.	23.11	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Тренаж к эстраднему танцу	Каб. 205	Наблюдение
13.	30.11	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Тренаж к эстраднему танцу	Каб. 205	Наблюдение
14.	07.12	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Тренаж к эстраднему танцу	Каб. 205	Наблюдение
15.	14.12	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Тренаж к эстраднему танцу	Каб. 205	Наблюдение
16.	21.12	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Зачетное занятие	Каб. 205	Зачет
17.	28.12	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Эстрадный танец в Мюзик-Холле	Каб. 205	Наблюдение
18.	11.01	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Эстрадный танец в Мюзик-Холле	Каб. 205	Наблюдение
19.	18.01	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Эстрадный танец в Мюзик-Холле	Каб. 205	Наблюдение
20.	25.01	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Эстрадный танец в Мюзик-Холле	Каб. 205	Наблюдение
21.	01.02	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Эстрадный танец в Мюзик-Холле	Каб. 205	Наблюдение
22.	08.02	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Эстрадный танец в Мюзик-Холле	Каб. 205	Наблюдение
23.	15.02	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Эстрадный танец в Мюзик-Холле	Каб. 205	Наблюдение
24.	22.02	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Джаз-модерн танец	Каб. 205	Наблюдение
25.	01.03	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Джаз-модерн танец	Каб. 205	Наблюдение
26.	15.03	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Джаз-модерн танец	Каб. 205	Наблюдение
27.	22.03	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Джаз-модерн танец	Каб. 205	Наблюдение
28.	29.03	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Джаз-модерн танец	Каб. 205	Наблюдение
29.	05.04	16.50-17.30	Итоговое занятие	1	Джаз-модерн танец	Каб. 205	Наблюдение
30.	12.04	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Джаз-модерн танец	Каб. 205	Наблюдение
31.	19.04	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Джаз-модерн танец	Каб. 205	Наблюдение
32.	26.04	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Джаз-модерн танец	Каб. 205	Наблюдение
33.	10.05	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Джаз-модерн танец (повторение) Современный эстрадный танец	Каб. 205	Наблюдение
34.	17.05	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Джаз-модерн танец (повторение) Современный эстрадный танец	Каб. 205	Наблюдение
35.	24.05	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Современный эстрадный танец	Каб. 205	Наблюдение
36.	31.05	16.50-17.30	Практическое занятие	1	Экзамен	Каб. 205	Экзамен

**5 год обучения  
группа 511Э**

№ п/п	Месяц число	Время проведения занятий	Форма занятий	Кол- во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	07.09	19.20-20.00	Беседа	1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	Каб. 205	Беседа
2.	14.09	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Эстрадный танец	Каб. 205	Наблюдение
3.	21.09	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Эстрадный танец	Каб. 205	Наблюдение
4.	28.09	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Эстрадный танец	Каб. 205	Наблюдение
5.	05.10	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Эстрадный танец	Каб. 205	Наблюдение
6.	12.10	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Эстрадный танец	Каб. 205	Наблюдение
7.	19.10	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Эстрадный танец	Каб. 205	Наблюдение
8.	26.10	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Эстрадный танец	Каб. 205	Наблюдение
9.	02.11	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Эстрадный танец	Каб. 205	Наблюдение
10.	09.11	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Эстрадный танец	Каб. 205	Наблюдение
11.	16.11	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Эстрадный танец	Каб. 205	Наблюдение
12.	23.11	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Эстрадный танец	Каб. 205	Наблюдение
13.	30.11	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Эстрадный танец	Каб. 205	Наблюдение
14.	07.12	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Эстрадный танец	Каб. 205	Наблюдение
15.	14.12	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Эстрадный танец	Каб. 205	Наблюдение
16.	21.12	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Зачетное занятие	Каб. 205	Зачет
17.	28.12	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Эстрадный танец Постановочная работа	Каб. 205	Наблюдение
18.	11.01	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Постановочная работа	Каб. 205	Наблюдение
19.	18.01	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Постановочная работа	Каб. 205	Наблюдение
20.	25.01	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Постановочная работа	Каб. 205	Наблюдение
21.	01.02	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Постановочная работа	Каб. 205	Наблюдение
22.	08.02	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Постановочная работа	Каб. 205	Наблюдение
23.	15.02	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Постановочная работа	Каб. 205	Наблюдение
24.	22.02	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Постановочная работа	Каб. 205	Наблюдение
25.	01.03	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Постановочная работа	Каб. 205	Наблюдение
26.	15.03	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Постановочная работа	Каб. 205	Наблюдение



27.	22.03	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Постановочная работа	Каб. 205	Наблюдение
28.	29.03	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Постановочная работа	Каб. 205	Наблюдение
29.	05.04	19.20-20.00	Итоговое занятие	1	Постановочная работа	Каб. 205	Наблюдение
30.	12.04	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Постановочная работа	Каб. 205	Наблюдение
31.	19.04	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Постановочная работа	Каб. 205	Наблюдение
32.	26.04	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Репетиционная работа	Каб. 205	Наблюдение
33.	10.05	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Репетиционная работа	Каб. 205	Наблюдение
34.	17.05	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Репетиционная работа	Каб. 205	Наблюдение
35.	24.05	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Репетиционная работа	Каб. 205	Наблюдение
36.	31.05	19.20-20.00	Практическое занятие	1	Экзамен	Каб. 205	Экзамен

### **Список литературы для учащихся**

1. Школьников Л.С. О танцах в шутку и всерьез.- М.: Сов. Россия, 1975
2. Барщинникова Т. Азбука хореографии. М., Респекс, Люкси, 1996
3. Череховская Р.Л. Танцевать могут все. – Минск, 1973, с. 6-11