

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ДВОРЕЦ ДЕТСКОГО (ЮНОШЕСКОГО) ТВОРЧЕСТВА ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО

Протокол педагогического совета №3  
от «26» мая 2022

УТВЕРЖДЕНА

Приказом №149 от «26» мая 2022

И.о. директора ДДЮТ \_\_\_\_\_ О.А. Петров

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

**«Первые шаги»**

Возраст обучающихся 7-11 лет

Срок реализации 4 года

Разработчик –  
Левинская Алена Валерьевна,  
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург  
2022

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Первые шаги на сцене» (далее Программа) имеет **художественную направленность и базовый уровень освоения.**

**Актуальность** программы вызвана тем, что современных детей трудно увлечь чем-то одним, они нацелены на получение разнообразных знаний, охватывающих различные сферы жизни. В хореографии также прослеживается такая тенденция: юные танцоры хотят попробовать себя в абсолютно различных стилях танца. И данная программа позволяет изучить максимально необходимое, соответствующее возрасту, количество танцевальных направлений на разных годах обучения: детский, эстрадный, народно-стилизированный и современный танец.

Также систематические занятия хореографией способствуют разрешению у детей проблем физического и эмоционального характера через развитие координации и передачи эмоций с помощью движений. Движение и музыка, одновременно влияя на ребенка, формируют его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность. Воздействуют на его двигательный аппарат, развивают слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память.

Занятия хореографией формируют в детях стремление к познанию прекрасного мира танца, что позволяет раскрывать творческие способности детей: от техничного исполнения хореографического материала и артистичного исполнения концертных номеров к созданию собственных номеров – импровизаций.

Хореография оказывает также большое влияние и на формирование внутренней культуры человека, воспитывает трудолюбие, умение добиваться поставленных целей.

Систематическая работа над развитием физических данных, техничным исполнением хореографического материала, музыкальностью, координацией, пространственной ориентацией помогает детям понять себя, лучше воспринимать окружающую действительность. Свободно и активно использовать свои знания и умения не только на занятиях и на сцене, но и в повседневной жизни.

Выступления перед зрителями являются главным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение и веру в свои силы, помогает в реализации его творческого потенциала.

Хореография развивает ассоциативное мышление, побуждает к творчеству, раскрывая творческую фантазию ребенка: воспитанник учится сам создавать пластические образы через импровизацию.

Соприкосновение с танцем учит детей слушать, воспринимать, оценивать и любить музыку. Совместная деятельность и общение в коллективе рождает чувство ответственности, дружбы, товарищества.

Танцевальное искусство обладает огромной силой в воспитании творческой и всесторонне развитой личности.

### **Отличительные особенности программы**

Содержание программы предполагает введение учащихся в изучение репертуара студии, развитие творческих способностей, формирование у них устойчивого интереса к танцу. В ходе изучения программы дети осваивают детскую хореографию, эстрадный танец, стилизацию народного танца, основы современного танца, делают первые попытки в искусстве импровизации и учатся сценической культуре.

### **Адресат программы**

Данная программа разработана для мальчиков и девочек 7 - 11 лет, не имеющих противопоказаний к занятиям хореографией.

### **Объем и срок реализации программы**

Программа рассчитана на **4 года**, общее количество **592 часа (148 часа в год)**.

**Целью программы** является развитие творческих способностей ребёнка через сценическую деятельность.

## **Задачи**

### Обучающие:

- Познакомить с терминами разных хореографических жанров;
- Формировать первоначальные исполнительские навыки хореографических номеров (научить правильно исполнять основные движения, комбинации и хореографические рисунки в танцевальных номерах, освоить синхронное исполнение движений в составе группы, соблюдая хореографические рисунки);
- Развивать музыкальное исполнение номеров в зависимости от ритмических особенностей разных жанров;
- Научить исполнять хореографические композиции из репертуара студии;
- Познакомить с творчеством известных коллективов и ведущих танцовщиков разных жанров.

### Развивающие:

- Развивать творческие способности детей в процессе обучения искусству хореографии (воображение, образное мышление и желание импровизировать).
- Формировать навыки выразительного исполнения хореографических номеров;
- Развивать мотивацию к концертной деятельности;
- Развивать критическое мышление (анализ исполнения)

### Воспитательные:

- Воспитывать интерес к хореографическому искусству, раскрывая его многообразие и красоту.
- Прививать необходимые для занятий качества: выносливость, концентрацию внимания, трудолюбие, добросовестность и достижение поставленных целей.
- Формировать коммуникативные навыки общения в коллективе.
- Воспитывать уважение к профессиональной деятельности других людей и коллективов.
- Приобщить учащихся к здоровому образу жизни и гармонии тела.

## **Условия реализации программы**

### ***Условия приема в коллектив***

В группу 1 года обучения принимаются дети с 7 лет, не имеющие противопоказаний к занятиям хореографией (медицинское заключение)

### ***Условия комплектования групп***

По результатам прохождения просмотра, где выявляются физические, музыкальные и координационные данные ребенка (См. приложение №2) происходит формирование групп соответствующего уровня подготовки. Зачисление в группы второго и последующих годов обучения происходит по итогам освоения программных требований предыдущего года обучения.

### ***Наполняемость групп:***

- 1 год обучения — от 15 человек;
- 2 год обучения — от 12 человек;
- 3 год обучения — от 10 человек;
- 4 год обучения — от 10 человек.

## ***Особенности организации образовательного процесса***

Для реализации программы необходим большой хореографический зал с зеркалами для того, чтобы дети могли следить за собой и за грамотным исполнением хореографических композиций

**Формы организации деятельности на занятиях:**

- фронтальная;
- групповая;
- индивидуально-групповая;
- индивидуальная.

На занятиях по программе «Первые шаги на сцене» учащиеся учат хореографические номера, которые построены на материале детского, эстрадного, народно-стилизованного и современного танцев.

**Формы занятий:**

- Практическая работа
- Мастер-классы
- Лекция
- Занятие-конкурс
- Тренинг
- Видео практикум

**Материально-техническое оснащение программы:**

- Наличие хореографического зала со специальным напольным покрытием, зеркалами, станками;
- Фортепиано;
- Музыкальный центр.
- Видеотехника.
- Видео-, фонотека.
- Коврики для занятий на полу.

**Кадровое обеспечение:**

**1. Педагог**, соответствующий профессиональному стандарту педагога дополнительного образования в области хореографии

**2. Концертмейстер (не обязательно)**. Необходим для частичного музыкального сопровождения занятий (в основном разминка и растяжка)

**Материально-техническое обеспечение:**

- Класс хореографии (зеркала, хореографические станки, профессиональное покрытие).
- Музыкальный инструмент (фортепиано).
- Музыкальный центр.
- Видеотехника.
- Видео-, фонотека.
- Коврики для занятий на полу.

**Планируемые результаты**

В результате освоения программы, учащиеся будут:

Предметные результаты

- Знать термины разных хореографических жанров;
- Иметь первоначальные исполнительские навыки хореографических номеров (правильно исполнять основные движения, комбинации и хореографические рисунки в танцевальных номерах, освоят синхронное исполнение движений в составе группы, соблюдая хореографические рисунки);

- Уметь музыкально исполнять номера в зависимости от ритмических особенностей разных жанров;
- Уметь исполнять хореографические композиции из репертуара студии;
- Знать творчество известных коллективов и ведущих танцовщиков разных жанров.

#### Метапредметные:

- Иметь творческие способности в области хореографии (воображение, образное мышление и желание импровизировать).
- Проявлять навыки выразительного исполнения хореографических номеров;
- Проявлять мотивацию к концертной деятельности;
- Владеть критическим мышлением (анализ исполнения)

#### Личностные:

- Проявлять интерес к хореографическому искусству, раскрывая его многообразие и красоту.
- Иметь необходимые для занятий качества: выносливость, концентрацию внимания, трудолюбие, добросовестность и достижение поставленных целей.
- Владеть коммуникативными навыками общения в коллективе.
- Проявлять уважение к профессиональной деятельности других людей и коллективов.
- Проявлять интерес к здоровому образу жизни и гармонизации тела.

## ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

### ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Основной формой фиксации образовательных результатов является диагностика, как промежуточная форма контроля освоения программы.

<b>Задачи</b>	<b>Результаты (диагностические показатели)</b>	<b>Диагностические методы</b>	<b>Формы представления результатов</b>	<b>Периодичность диагностики</b>
<b>Обучающие:</b>	<b>Предметные:</b>			
Познакомить с терминами разных хореографических жанров	О1 Теоретическая база	Беседа Тест	Творческий отчет	2 раза в год
Формировать первоначальные исполнительские навыки хореографических номеров (научить правильно исполнять основные движения, комбинации и хореографические рисунки в танцевальных номерах, освоить синхронное исполнение движений в составе группы, соблюдая хореографические рисунки)	О2 Исполнительские навыки	Тест Наблюдение	Зачетное занятие Выступление	Постоянно, фиксация 2 раза в год
Развивать музыкальное исполнение номеров в разных жанрах	О3 Музыкальность исполнения	Наблюдение	Зачетное занятие Выступления	Постоянно, фиксация 2 раза в год

Научить исполнять хореографические композиции из репертуара студии	О4 Знание хореографического текста	Наблюдение	Текущие занятия Выступления	Постоянно, фиксация 2 раза в год
Познакомить творчеством известных коллективов ведущих танцовщиков разных жанров	О5 Танцевальная эрудиция	Беседа Тест	Творческий отчет	2 раза в год
<b>Развивающие:</b>	<b>Метапредметные:</b>			
Развивать творческие способности детей в процессе обучения искусству хореографии (воображение, образное мышление, желание импровизировать)	Р1 Творческий потенциал	Наблюдение Тесты на импровизацию	Этюд на заданную (свободную) тему	Постоянно, фиксация 2 раза в год
	Р2 Творческие достижения	Наблюдение	Текущие занятия Выступления	Постоянно, фиксация 2 раза в год
Формировать навыки выразительного исполнения хореографических номеров	Р3 Выразительность исполнения	Наблюдение	Текущие занятия Выступления	Постоянно, фиксация 2 раза в год

Развивать мотивацию к концертной деятельности	P4 Уровень мотивации к концертной деятельности	Наблюдение Анкета	Текущие занятия Выступления	Постоянно, фиксация 2 раза в год
Развивать критическое мышление (анализ исполнения)	P5 Уровень аналитических способностей	Наблюдение	Текущие занятия Выступления	Постоянно, фиксация 2 раза в год
<b>Воспитательные:</b>	<b>Личностные:</b>			
Воспитывать интерес к хореографическому искусству, раскрывая его многообразие и красоту	B1 Уровень сформированности художественно-эстетического вкуса	Беседа	Отзыв о посещении концертов, конкурсов и т.д.	2 раза в год
Прививать необходимые для занятий качества: выносливость, концентрацию внимания, трудолюбие и достижение поставленных целей.	B2 Уровень Развития волевых качеств	Наблюдение беседа	Дневник учащегося	Постоянно, фиксация 2 раза в год
Формировать коммуникативные навыки общения в коллективе.	B3 Коммуникативная культура	Наблюдение беседа	Текущие занятия	Постоянно, фиксация 2 раза в год
Приобщить учащихся к здоровому образу жизни и гармонии тела.	B4 Установка к ЗОЖ	Наблюдение беседа	Каждый день	Постоянно, фиксация 2 раза в год



Воспитывать уважение к профессиональной деятельности других людей и коллективов.	В5 Уровень сформированности этических качеств учащихся	Наблюдение беседа	Текущие занятия	Постоянно, фиксация 2 раза в год
--	--	-------------------	-----------------	----------------------------------

Успехи отдельных детей и группы в целом отслеживаются через выступления на открытых занятиях. А также, по желанию родителей, на конкурсах и фестивалях. Исполнение детьми хореографических номеров помогает установить качество усвоенных знаний, определить уровень их развития.

#### **Отслеживание результативности образовательной деятельности по программе.**

<b>Виды контроля</b>	<b>Формы проведения</b>	<b>Сроки</b>
Входной	Прослушивание. Собеседование	Сентябрь
Текущий	Наблюдение педагога.	В течение года
Промежуточный	Отчетный концерт	Декабрь. Май.
Итоговый	Отчётный концерт.	Май.

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ**

### **Используемые на занятиях педагогические технологии:**

- личностно-ориентированное обучение;
- технология сотрудничества;
- развивающее обучение;
- информационные технологии;
- игровые технологии;
- технология проектного обучения;
- здоровье сберегающее обучение;
- арт-технология.

### **Методы и приемы обучения:**

#### **Словесные:**

- рассказ
- объяснение
- инструкция
- лекция
- беседа
- анализ и обсуждение
- словесный комментарий педагога по ходу исполнения
- прием раскладки хореографического па
- прием закрепления целостного танцевального движения-комбинации
- прием словесной репрезентации образа хореографического движения

#### **Наглядный:**

- Образный показ педагога
- Эталонный образец-показ движения лучшим исполнителем
- Прием тактильно-мышечной наглядности
- Наглядно-слуховой прием
- Демонстрация эмоционально-мимических навыков
- Использование наглядных пособий

### Практический:

- игровой прием
- детское «сотворчество»
- соревновательность
- использование ассоциаций-образов, ассоциаций-метафор
- выработка динамических стереотипов (повторяемости и повторности однотипных движений)
- фиксация отдельных этапов хореографического движения
- сравнение и контрастное чередование движений и упражнений
- прием пространственной ориентации
- развитие основных пластических линий
- музыкальное сопровождение танца как методический прием
- хореографическая импровизация

### Применение ИКТ:

Работа с ЭОР (использование мультимедийных материалов, презентаций, фрагментов фильмов, работа с электронными источниками: сайты, словари, энциклопедии.)

### Дистанционная поддержка

Тема (Раздел)	Учебно-методические материалы	Проверочные задания	Срок (период)	Форма обратной связи
Вводное занятие	DVD Видео-фильм на танцевальную тему «Шаг вперед»	Вопросы: 1. Что вы увидели нового для себя? 2. Какие ошибки вы заметили? 3. Кто из учащихся на видео, больше понравился? 4. Вспомнили все упражнения, которые мы с вами делали?	В течение учебного года	Обсуждение на занятиях
Основные движения хореографических номеров	Видеозаписи выступлений коллектива	1. Делать движения вместе с видео 2. Повторить перед зеркалом	В течение учебного года	Видеоотчет о проделанной работе в соцсети ВКонтакте
Комбинации из хореографических номеров	Видеозаписи выступлений коллектива	Заниматься вместе с видео, соблюдать все правила исполнения упражнений, если требуется, повторить перед зеркалом	В течение учебного года	Проверка техники исполнения на занятиях Видеоотчет педагогу.
Хореографические рисунки	Видеозаписи выступлений коллектива	Заниматься вместе с видео, соблюдать все правила исполнения упражнений, если требуется, повторить перед зеркалом	В течение учебного года	Проверка техники исполнения на занятиях Видеоотчет педагогу.

Техника исполнения хореографических номеров	<p>Видео-занятие: Учим танцевальный этюд. <a href="https://cloud.mail.ru/public/Ub7b/Dm797soVh">https://cloud.mail.ru/public/Ub7b/Dm797soVh</a> - <a href="https://cloud.mail.ru/public/4j7J/2HAtMzhgk">https://cloud.mail.ru/public/4j7J/2HAtMzhgk</a> - <a href="https://cloud.mail.ru/public/Bv3q/kJtt62aZP">https://cloud.mail.ru/public/Bv3q/kJtt62aZP</a> - <a href="https://cloud.mail.ru/public/HQtG/NAJsFTbt5">https://cloud.mail.ru/public/HQtG/NAJsFTbt5</a> - <a href="https://cloud.mail.ru/public/4MuH/3kCtdW9qt">https://cloud.mail.ru/public/4MuH/3kCtdW9qt</a> - <a href="https://cloud.mail.ru/public/5yzq/5FaLj7S6i">https://cloud.mail.ru/public/5yzq/5FaLj7S6i</a> - <a href="https://cloud.mail.ru/public/28Nk/3cfnEf1Ei">https://cloud.mail.ru/public/28Nk/3cfnEf1Ei</a> - <a href="https://cloud.mail.ru/public/3rv8/BAFYdePLf">https://cloud.mail.ru/public/3rv8/BAFYdePLf</a></p>	Учим или повторяем движения вместе с видео.	В течение учебного года	Проверка техники исполнения на занятиях Видеоотчет педагогу.
Подготовка к выступлению, отработка хореографических номеров	Видеозаписи выступлений коллектива	Заниматься вместе с видео, соблюдать все правила исполнения упражнений, если требуется, повторить перед зеркалом	В течении учебного года	Проверка техники исполнения на занятиях Видеоотчет педагогу.

### Методика проведения занятий

Каждое занятие танца опирается на закономерности его развития и строится по принципу *от простого к сложному, от малого к большому и является очередным, последовательно усложняющимся звеном в цепи всего курса обучения.*

Каждое занятие состоит из следующих блоков. Первый блок – разминочный. Включает в себя упражнения для разогрева всех групп мышц и связок, ритмических упражнений, развивающих слух, пространственное восприятие, координацию движений.

Второй блок – тематический. Включает в себя освоение и отработку основных движений, комбинаций, рисунков хореографических номеров, исполнительского мастерства, техники исполнения и др.

Третий блок - релаксации. Направлен на то, чтобы организм учащихся после напряженной работы пришел в состояния покоя с помощью упражнений снимающих эмоциональное и мышечное напряжение.

Учитывая, что выполнение различных движений также вызывает у учащихся различную степень психофизического напряжения в каждой части занятия, сначала выполняются движения не сложные по своей структуре, не вызывающие у детей особого напряжения внимания и памяти, но постепенно повышающие физическую трудность исполнения. Затем идет переход к сложным движениям, которые вызывают более высокую степень напряженности внимания и затрату физических сил. И только потом учащиеся переходят к движениям, выполнение которых требует максимального напряжения внимания, но позволяет уменьшить физическую нагрузку в каждой части занятия, кроме последней. Сложные силовые упражнения чередуются с более легкими,

чтобы в процессе занятий ученики могли восстанавливать свои силы и легче преодолевать дальнейшие трудности занятия. Постепенно возрастающая нагрузка вызывает у учащихся максимальное напряжение не только мышечного аппарата, но и центральной нервной системы. Чем больше напряжение, тем более утомляется организм. Чтобы избежать этого, необходимо

периоды напряжения чередовать с периодами отдыха. Например, период отдыха наступает для учащихся тогда, когда педагог делает им устные замечания в простой, краткой, утвердительной и логически последовательной форме. Сначала указываются недостатки, относящиеся к движению ног, затем рук, корпуса и головы. Слишком пространственные и многословные замечания идут в ущерб практической работы, приводят к непроизводительной потере времени, учащиеся «остывают».

*Подготовка к занятию включает в себя несколько моментов:*

1) намечаются новые примеры в соответствии с задачами каждой части занятия для дальнейшего укрепления и совершенствования знаний и навыков учащихся;

2) определяется новый материал для изучения, если учащиеся достаточно подготовлены для его восприятия;

3) вводится новый материал в различные комбинированные задания для дальнейшего укрепления исполнительских навыков;

4) определяются совместно с концертмейстером соответствующие размеры и характер музыкального сопровождения каждой части занятия.

Готовясь к занятиям, педагог обдумывает, что, зачем и как следует сказать учащимся не только по вопросам исполнительской техники, но и об искусстве танца, о творчестве, о музыке, о жесте и т.д. Таким образом, теоретические знания подаются небольшими дозами во время практической работы или короткой беседы.

Обучение построено по спирали, в каждом последующем году совершенствуются знания и умения предыдущего.

## **Информационные источники**

- *Для детей:*

### 7-8 лет

1. Барышникова Т. Азбука хореографии

2. Яковлева Ю. «Азбука балета»

### 9-11 лет

1. Баланчин Д., Мэйсон Ф. 101 рассказ о большом балете/Пер.с англ. У. Сапциной.-М: КРОН-ПРЕСС, 2000-494с.

2. Худеков С.Н. Искусство танца: История. Культура. Ритуал/Худеков С.Н.-М.: Эксмо, 2010.-544с.

- *Для родителей*

1. Баланчин Д., Мэйсон Ф. 101 рассказ о большом балете/Пер.с англ. У. Сапциной.-М: КРОН-ПРЕСС, 2000-494с.

• *Для педагога*

1. Альшиц Ю.Л. Тренинг forever! – М.: РАТИ-ГИТИС, 2009.-256с.
2. Александрова Н.А. Балет. Танец. Хореография. – СПб: Лань, Планета музыки, 2008.-416с.
3. Базарова Н.П. Классический танец. - Л.: Искусство, 1984. -199с.
4. Базарова Н.П. Мей В. Азбука классического танца. - М.: Искусство, 1983. -208с.
5. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. – М.: Айрис-пресс, 2000.
6. Васильева Н. Танец. – Москва, 2000.- 100с.
7. Васильева Т.И. Тем, кто хочет учиться балету. – М.: ГИТИС, 1994.
8. Вихрева Н.А. Экзерсис на полу для подготовки к занятиям классическим танцем. – М.: Театралис, 2004.-82с.
9. Головкина С.Н. Уроки классического танца в старших классах. – М.: Искусство, 1989.-123с
10. Зихлинская Л. Мей В. Первые шаги. – Киев: Логос, - 2004.- 358с.
11. Костровицкая В. Писарев А. Школа классического танца. – М.: Искусство, - 1976.- 272с.
12. Костровицкая В. 100 уроков классического танца. – Л.: Искусство, - 1972.-239с.
13. Королевская академия танца. Балет. Уроки. Иллюстрированное руководство по официальной программе. – М.: АСТ, - 2003.-143с.
14. Мессерер А. М. Уроки классического танца. – СПб: Лань,- 2004.- 376с.
15. Нельсон А. Коккен Ю. Анатомия упражнений на растяжку. -Мн.:Попурри. –2008.-
16. Нагайцева Л. Г. Балетная гимнастика. – Краснодар: Книжное издательство, - 2004.- 23с.
17. Перлина Л. В. Танец модерн и методика его преподавания. – Барнаул:Издательство АлтГАКИ, - 2010.- 123с.
18. Тарасов Н. Классический танец. – М.: Искусство, - 1971.-

**Научная, методическая, специальная литература**

(источник: личная библиотека педагога)

• *Классический танец*

- Т. Барышникова. Азбука хореографии. Методические указания и помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. – СПб.: «ЛЮКСИ», «РЕСПЕКС».-256с.
- Ю.А. Бахрушин «История русского балета»
- Мессерер А. Уроки классического танца.-СПб.: Издательство «Лань»,2004.-400с.
- Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца: Учебно-методическое пособие. 2-е изд.-Л.: Искусство. 1983.-207с.
- Андерсон Б, Андерсон Дж(илл) Растяжка для каждого/Пер с англ. О.Г. Белошеев; Худ. обл. М.В. Драко.- Мн.: ООО «Попурри», 2002.-224с.
- Н.Серебренников «Поддержка в дуэтном танце»
- А. Ваганова «Основы классического танца» 1980 г.
- Блок Л. Д Классический танец: История и современность / Вступ. ст. В. М. Гаевского. - М.: Искусство, 1987. — 556 с.
- Лукьянова Е. А. Дыхание в хореографии: Учеб. пособие для высших и средних учеб. заведений искусства и культуры.- М.: Искусство, 1979, -184 с.
- Васильева Т.И. Тем, кто хочет учиться балету. Правила приема детей в балетные школы и методика обучения классическому танцу: Учебно-методическое пособие.- М.: Издательство «ГИТИС»,1994.-160 с.
- Нельсон, А., Кокконен, Ю. Анатомия упражнений на растяжку/ А. Нельсон, Ю. Кокконен; пер. с англ. С. Э. Борич.-Мн.: «Попурри». 2008. -160 с.
- Тобиас М, Стюарт М .Растягивайся и расслабляйся.1994г.
- Костровицкая В. Писарев А. Школа классического танца. – М.: Искусство, -1976.-272с.

- Г.Альберт «Александр Пушкин. Школа классического балета»
- Красовская В.Статьи о балете.1967
- Есаулов И. Г. Устойчивость и координация в хореографии. Ижевск : Изд-во Удм. ун-та, 136 с.
- *Современный танец*
  - Полятков С.С Основы современного танца.- Ростов н/Д: Феникс, 2005.- 80с.
  - Никитин В.Ю Модерн-джаз танец. История. Методика. Практика.- М.: Изд-во «ГИТИС», 2000-440 с.
  - Перлина Л. В. Танец модерн и методика его преподавания. – Барнаул: Издательство АлтГАКИ, - 2010.- 123с.
- *Разное*
  - Бурцева Г.В. Технология профессионального обучения педагога – хореографа в контексте инновационной деятельности /Г.В. Бурцева.- Барнаул,Изд-во АлтГАКИ,2006,-315с.
  - Кипнис М. Актерский тренинг. Более 100 игр, упражнений и этюдов, которые помогут вам стать первоклассным актером /Михаил Кипнис.- М.:АСТ:ФАстрель,СПб.:Прайм-Еврознак,2011-249,[7]с.:ил.- (золотой фонд актерского мастерства)
  - Актерский тренинг для детей.-М.:АСТ:Астрель;Владимир:ВКТ,2012.- 352
  - Станиславский К.С. Искусство представления: классические этюды актерского тренинга.-СПб.:Азбука,Азбука-Аттикус,2012-192с.
  - Гиппиус С. «Гимнастика чувств. Тренинг творческой психотехники»
  - Коркин В. П. Акробатика.— М.: Физкультура и спорт, 1983.— 127 с, ил.— (Азбука спорта).
  - Андреева Ю. Танцетерапия. -СПб.: «Издательство «ДИЛЯ», 2005. – 256с.
  - Дан О. Пилатес – гимнастика звезд.- СПб.: Питер, 2007. -192 с.
  - Каминская Н.М. История костюма. Учебное пособие для средн. спец. учеб. заведений швейной пром-сти. М., «Легкая индустрия», 1977. – 128 с.
  - Захаржевская Р.В. История костюма: От античности до современности.— 3-е изд., доп.—М.: РИПОЛ классик, 2005,— 288 с.
  - Уральская В.И. Рождение танца.- М.: Сов. Россия, 1982. - 144 с.
  - Смирнов И.В.Искусство балетмейстера: Учеб. пособие для студентов культ.-просвет. фак. вузов культуры и искусств. — М.,Просвещение, 1986. — 192 с.
  - Джозеф С. Хавилер .Тело танцора. Медицинский взгляд на танцы и Тренировки, - М.: ООО «Издательство «Новое слово»,2004-114с.
  - Баланчин Д., Мэйсон Ф. 101 рассказ о большом балете/Пер. с англ. У.Сапциной.- М.:КРОН-ПРЕСС,2000.-494с.
  - Худеков С.Н. Искусство танца: История. Культура. Ритуал/Худеков С.Н.- М.:Эксмо,2010.-544 с.
  - Зайферт Д. Педагогика и психология танца. Заметки хореографа: Учебное пособие/Пер. с нем. В. Штакенберга. -СПб.: Издательство «Лань»; Издательство «Планета музыки»,2012.-128 с.
  - Лукьянова Е.Я. Дыхание в хореографии. М.: Искусство, 1979г.,- 184с.

Подборка средств обучения. Пособия, ориентированные на поддержку освоения тем программы.

- CD
  - Музыкальный материал для занятия классическим танцем.
  - Музыкальный материал для занятия джаз-модерн.
  - Музыкальный материал для разминки.
  - Музыка для хореографических номеров с отчетного концерта за 2008-2009г.г., 2009-2010г.г., 2010-2011г.г., 2011-2012г.г.

- DVD

- Классический танец:*

- Урок классического танца 1-й класс училище им. Вагановой.
  - Урок классического танца 2-й класс училище им. Вагановой.
  - Урок классического танца 3-й класс АРБ им. Вагановой.
  - Урок классического танца 4-й класс АРБ им. Вагановой.
  - Урок классического танца 5-й класс АРБ им. Вагановой.
  - Урок классического танца выпускной 2010г. педагог Ситникова АРБ им. Вагановой.

- Джаз-модерн танец:*

- Балет Марты Грэхем.
  - техника Лестера Хортон
  - Техника Хосе Лимон
  - контактная импровизация
  - Contemporary Dance
  - Техника Хоукинс
  - Техника Каннингхэм
  - Техника Хамфри-Вейдман

- *Подборка нот*

- Безуглая Г. «Концертмейстер балета» часть 1
  - Безуглая Г. «Концертмейстер балета» часть 2
  - В. Малашева, К. Потапов «Музыкальная хрестоматия для уроков классического танца»
  - И. Климович, В. Малышева «Музыкальная хрестоматия для уроков классического танца» выпуск 2
  - Хрестоматия для уроков классического танца выпуск 1
  - Б. Ефименкова «Танцевальные жанры»
  - С. Катанова «Музыка в балете»
  - А. Н. Зимина «Музыкальные игры и этюды»
  - К. Потапов «Адажио для классического танца»
  - Л. Ярмолович «Принципы музыкального оформления урока классического танца»
  - Граммер «Музыкальное сопровождение к уроку классического танца»
  - Пример урока с музыкальным оформлением А. Ваганова, Н. Бродская
  - Е. Васильева «Музыкальные примеры к уроку классического танца»
  - Ярмолович «Пример урока классического танца для первого класса»
  - Ярмолович «Пример урока классического танца второго класса»

- *Электронные образовательные ресурсы*

- личная электронная библиотека педагога
  - презентации в PowerPoint к:

- отчетному концерту:

- по группам, родители в образовательном процессе, отчет по поездкам на конкурсы, достижения.

- к занятиям:

- балетные кумиры, развитие данных, растяжки, образец для подражания.

- родительскому собранию:

- поездка в лагерь, что нужно брать с собой на конкурс

- *Интернет ресурсы*

- Лицензионные*

- <http://dancehelp.ru/> Хореографу в помощь

- <http://www.horeograf.com/> Все для хореографов и танцоров

созданные самостоятельно

<http://vk.com/club3099214> Хореографическая студия «Grand»

- *Рекламная продукция*
  - авторский логотип хореографической студии «Гранд»
  - большие афиши
  - флаеры
  - обложки для CD и DVD дисков

### **Система психолого-педагогического сопровождения.**

- *Памятки для детей и родителей*
  - Памятка «Правила приема детей в студию «Grand».
  - Памятка «Внешний вид ребенка на занятии хореографии».
  - Памятка «Что нужно для концерта».
  - Памятка «Как правильно растягиваться».
  - Памятка «Адреса магазинов одежды и обуви для занятий хореографией».
  - Памятка «Наши правила»
- *Упражнения для тренинга на:*
  1. Внимание;
  2. Память;
  3. Наблюдательность;
  4. Фантазию;
  5. Быстроту реакции;
  6. Инициативность;
  7. Выдержку;
  8. Умение согласовывать свои действия с партнерами;
  9. Активация ассоциативного и образного мышления;
  10. Развитие естественности действий на сценической площадке.



### **«Противопоказания к занятиям хореографией»**

Занятия хореографией на сегодняшний день приближены к занятиям спортом. Под этим подразумеваются большие физические и эмоциональные нагрузки. Все хронические заболевания в процессе занятий хореографией могут усугубиться. В связи с этим хореографией рекомендуется заниматься детям с хорошим физическим и психическим здоровьем.

Список заболеваний, которые являются противопоказанием для занятий хореографией:

(пороки сердца, нарушения ритма сердца и проводимости, синдром вегетативной дистонии, артериальная гипертензия, варикозное расширение вен нижних конечностей, флебит и тромбофлебит поверхностных и глубоких вен нижних конечностей, врожденные деформации верхней и нижней челюсти, хронический гастрит, эрозивный гастродуоденит, язва желудка, язва 12-п. кишки (язвенная болезнь), хронический гепатит, грыжи, ожирение, хронический гепатит, хронический панкреатит, хронический холецистит, все болезни крови, туберкулез органов дыхания и других систем организма, аллергический и хронический ринит, хронические болезни миндалин и аденоидов, хронический синусит, искривление носовой перегородки с нарушениями дыхания, носовые кровотечения, хронический трахеит, хронический отит, глухота на одно или оба уха, нарушения вестибулярной функции, вестибулярные синдромы, фобические тревожные расстройства, неврастения, неврозы, невротические реакции, связанные со стрессом, психические расстройства вследствие повреждения или дисфункции головного мозга, расстройства личности и поведения, вызванные употреблением психоактивных веществ, эмоциональные расстройства (тики, энурез, логоневроз, др.), специфические расстройства личности (психопатии), шизофрения, бредовые расстройства, мания с психотическими симптомами, нервная анорексия, эпилепсия, специфическое расстройство развития моторных функций, детский аутизм, расстройства поведения, задержка психического развития, органические заболевания центральной нервной системы, а также последствия перенесенных заболеваний (энцефалит, менингит, арахноидит, закрытых травм черепа, и др.), детский церебральный паралич, поражения периферической нервной системы, болезни нервно-мышечного синапса и мышц, поражения отдельных нервов, нервных корешков и сплетений, болезни спинного мозга, косоглазие, слепота, болезни век, заболевания сосудистой оболочки и сетчатки, болезни зрительного нерва и зрительных путей, врожденные пороки развития почек и мочевыводящих путей, мочекаменная болезнь, хронические болезни женских тазовых органов, увеличение щитовидной железы, сахарный диабет, дерматит, экзема,

**Условия приема на дополнительную образовательную программу «Первые шаги»**

На 1-год обучения принимаются дети 7 лет, которые проходят входную диагностику (с целью формирования групп,) где выявляется уровень физических данных, музыкальные и координационные данные ребенка, а также эмоциональность и выразительность.

Балетные данные:

- Осанка
- Выворотность
- Танцевальный шаг
- Подъем стопы
- Гибкость
- Прыжок

Музыкально-ритмические данные

- Чувство ритма
- Координация движений (нервная, мышечная, двигательная, музыкально-ритмическая)

Сценическая культура

- Эмоциональная выразительность
- Создание сценического образа

