**Программа «Современный танец»**

Предназначена для детей 7 – 12 лет

**Пояснительная записка.**

За последние десятилетия кардинально изменились условия и процесс труда. Развитие транспорта, улучшение условий жизни и учебы привели к снижению двигательной активности большинства людей. Актуальной проблемой становится борьба с нервно-эмоциональными перенапряжениями.

Социальные и медицинские мероприятия не дают ожидаемого эффекта в деле сохранения здоровья людей.

Медицина идет путем от болезни к здоровью, превращаясь все более в чисто лечебную, госпитальную.

Каждый человек хочет сохранить свое здоровье. Добиться высокой работоспособности и наиболее оправданным путем достижения данных целей будут регулярные занятия различными видами физической культуры, то есть здоровый образ жизни. Воспитание здорового образа жизни возможно разными путями, в том числе и средствами хореографии. Ведь танец – это не только гибкость, грация, красивая походка и осанка, стройная фигура, но и уверенность в своих силах, новые ощущения. Танец – это тоже здоровье, а если ребенок мотивирован на регулярные тренировочные танцевальные занятия, то в жизни он всегда будет добиваться своей цели.

Современный танец, построенный на естественных движениях, позволяет ребенку расширить свое сознание, ребенок ищет и экспериментирует с Телом, Мыслью и Чувствами в Пространстве и Времени. Для детей, занимающихся современной хореографией, танцевальные достижения не должны быть самоцелью. Танцевальные занятия должны стать катализатором жизненной активности. Современный танец не только развлекает и иллюстрирует жизненные события, но и побуждает к эмоциональному переживанию. Современный танец является особым видом искусства, а не просто набором танцевальных движений, а требует физической подготовленности.

За последнее десятилетие резко возрос интерес детей к современному танцу, появились профессиональные коллективы, которые становятся все более популярными в нашей стране. В практике педагогов по современному танцу не всегда есть опыт обобщения работы с детьми, и опыт обобщения методики, описанной в литературе. Элементы современного танца часто каждый педагог называет по-своему. Процесс обучения детей носит творческий характер. Разработкой программ по современному танцу педагоги занимаются самостоятельно. Аналогичные программы, рекомендованные Минобрнауки РФ отсутствуют.

С целью удовлетворения возросшей потребности детей в занятиях современной хореографией была разработана программа «Современный танец». Данная программа разработана с учетом законодательных и нормативно-правовых документов:

* Концепция ООН «О правах ребенка»
* Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 21.12.2012.
* Концепция развития дополнительного образования детей в Российской Федерации от 04.09.2014.
* Устав Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №2»

Программа «Современный танец» является художественно-эстетической по своей направленности и реализуется на базе МАОУ «Лицей города Троицка».

**Цель программы:**

* создать условия для раскрытия и максимального развития творческих способностей ребенка средствами современной хореографии.

**Задачи:**

* развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости;
* улучшение физического развития и устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов среды;
* освоение жизненно необходимых двигательных умений и навыков;
* сохранение и укрепление здоровья;
* развитие способности передавать через движение эмоциональное состояние;
* воспитание креативности, трудолюбия, самокритичности, самостоятельности, самоконтроля;
* воспитание коммуникативной культуры;
* воспитание культуры внешнего вида.

Цели и задачи реализуются через содержание деятельности. Основными направлениями являются элементы

* классического танца;
* современной хореографии (джаз танца, фанка, хип-хопа, брейка, танца модерн).

Изучение элементов классического танца помогает правильно формировать осанку, исправлять физические недостатки. Из года в год в процесс обучения добавляются новые элементы и постепенно они усложняются. Принцип от «простого к сложному» соблюдается на протяжении всех лет обучения. Современный танец предоставляет детям неограниченные возможности для самовыражения.

Танец должен стать естественным продолжением человеческого движения, отражать характер исполнителя, а движение должно стать средством самовыражения человеческой души и раскрыть суть человека.

Последовательность занятий разной хореографической направленности имеет много вариантов. Конкретные сочетания в рамках микроциклов определяются методикой танцевального занятия, в том числе и в режиме нонстоп, и индивидуальными особенностями занимающихся.

Любое хореографическое занятие характеризуется определенной упорядоченностью своей структуры, что выражается в многоуровневой цикличности системы тренировочных воздействий. Цикличность характерна и для отдельных занятий, в процессе которых организму с определенной периодичностью задается нагрузка и отдых, и для упорядоченной совокупности занятий их циклам: малым, средним, большим.

Элементарными звеньями, из множества которых состоит вся подготовка, являются отдельные хореографические занятия различного вида. Они состоят из множества взаимосвязанных между собой микроциклов. Наиболее удобная продолжительность микроцикла одна неделя. Микроциклы служат блоками, из которых складываются более крупные – средние тренировочные танцевальные циклы.

***Принципы построения изучения и освоения современной хореографии в рамках данной программы***

Эффективной может быть такая система, которая обеспечивает постоянную взаимосвязь между отдельными занятиями. Нагрузка и отдых проходят так, что каждое последующее занятие проходит «по следам» предыдущего, углубляя и закрепляя положительные эмоциональные и физиологические сдвиги, то есть рациональной последовательностью дискретных тренировочных занятий создается непрерывность тренировочного процесса освоения современной хореографии.

Для развития выносливости применяются разнообразные методы занятий. Каждый из методов имеет свои особенности и используется для совершенствования тех или иных компонентов выносливости в зависимости от параметров применяемых упражнений. На занятиях могут варьироваться виды танцевальных элементов и связок, их продолжительность и интенсивность, количество повторений, продолжительность и характер отдыха.

Тренировочные нагрузки наращиваются постепенно. Постепенность увеличения нагрузок является гарантом развития тренированности. Принцип постепенности предусматривает необходимость наращивания величины нагрузки на организм на основе последовательной реализации усложняющихся двигательных заданий, планомерного увеличения объема и интенсивности тренировочных нагрузок танцевальных связок различных направлений современной хореографии по мере роста фенкциональных возможностей организма. Каждый ребенок, проходящий обучение по данной программе, учится постоянно наблюдать за собственным организмом, анализирует его реакции на всевозможные нагрузки.

Отличительной особенностью данной программы от имеющихся, является то, что некоторые занятия по современной хореографии проходят в режиме **нонстоп** (безостановочном), то есть разучивание проходит в том же режиме, как и сама танцевальная связка или танец, это более интересно для детей и полезно для сердечно-легочной системы, впоследствии для нервной, респираторной, сердечнососудистой систем.

Танцевальное занятие в режиме нонстоп почти всегда состоит из одинаковых фактических частей, но продолжительность и вариант исполнения каждой части может меняться и варьироваться.

**Формы обучения:**

1. Групповые занятия.
2. Индивидуальные занятия.
3. Концертная деятельность.
4. Сводные коллективные репетиции с детьми разных групп.
5. Просмотр видео с последующим анализом.

**Ожидаемыми результатами обучения детей** по данной программе являются

* развитие эмоциональной и спортивной формы;
* увеличение выносливости, гибкости, улучшение координации движений;
* сохранение и укрепление здоровья;
* умение взаимодействовать друг с другом и другими людьми;
* участие в хореографических концертах, конкурсах, форумах различного уровня.

**Показателем качества работы с детьми является концертная деятельность.** При успешном изучении данной программы после первого года обучения участники хореографического ансамбля смогут участвовать в некоторой концертно-конкурсной деятельности в конце года на открытых занятиях и школьных мероприятиях, во время и после второго года обучения дети уже смогут участвовать в концертах и конкурсах определенного уровня (внутришкольных, городских соревнованиях), во время и после третьего года обучения предполагается, что участники ансамбля смогут участвовать в концертно-конкурсной деятельности более высокого уровня (городских, областных, региональных и международных соревнованиях).

Программа разработана на 3 года, но предполагается разработать программу 4 и 5 года обучения.

В связи с развитием информационных технологий для реализации данной программы необходимо использовать аудио нонстоп альбомы, беспроводной микрофон, аудиоцентр, видеокамеру, фотоаппарат, ноутбук.

Режим работы по данной программе предполагает для первого года обучения занятия от 2 до 6 часов в неделю, для второго года обучения –от 3 до 6 часов в неделю, для третьего года обучения от 4 до 9 часов в неделю. Возраст детей от 7 до 14 лет.

**Учебно-тематический план**

**1 год обучения**

2 часа в неделю, 68 часов в год

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Перечень разделов, тем | Общее кол-во часов | В том числе |
| *Теоретические (час.)* | *Практические (час.)* |
| 1 | Введение в образовательную Программу | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Элементы классического танца (Позиции ног, рук, DemiPlie) | 8 | 1 | 7 |
| 3 | Элементы современной хореографии:Элементы джаз танца(Позиции рук, ног, контракция, релиз)Элементы фанка, хип-хопа, брейка (Шаги, прыжки)Стрейчинг | 13122 | 22 | 13102 |
| 4 | Танцевальная занятия в безостановночном режиме (нонстоп) | 16 | — | 16 |
| 5 | Постановочная и репетиционная работа(Постановки в стиле хип-хоп) | 8 | 1 | 7 |
| 6 | Просветительно-воспитательная и организационная работа | 4 | — | 4 |
| 7 | Концертно-конкурсная деятельность | 3 | — | 3 |
|  | Итого | 68 | 7 | 61 |

**Учебно-тематический план**

**2 год обучения**

4 часа в неделю, 136 часов в год

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Перечень разделов, тем | Общее кол-во часов | В том числе |
| *Теоретические (час.)* | *Практические (час.)* |
| 1 | Элементы классического танца (En dehors, En dedans, Bettement tendu simple, Bettement tendu jete) | 15 | 4 | 11 |
| 2 | Элементы современной хореографии:Элементы джаз танца(Изоляция, коллапс (сброс), импульс, волна)Элементы фанка, хип-хопа, брейка(«кач», волнообразные вращательные движения) | 3020 | 53 | 2517 |
| 3 | Танцевальная занятия в безостановночном режиме (нонстоп) | 40 | — | 40 |
| 4 | Постановочная и репетиционная работа(Постановки в стиле хип-хоп, джаз) | 20 |  | 20 |
| 5 | Просветительно-воспитательная и организационная работа | 5 | — | 5 |
| 6 | Концертно-конкурсная деятельность | 6 | — | 6 |
|  | Итого | 136 | 124 | 12 |

**Учебно-тематический план**

**2 год обучения**

6 часов в неделю, 204 часа в год

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Перечень разделов, тем | Общее кол-во часов | В том числе |
| *Теоретические (час.)* | *Практические (час.)* |
| 1 | Элементы классического танца (En dehors, En dedans, Bettement tendu simple, Bettement tendu jete) | 20 | 4 | 16 |
| 2 | Элементы современной хореографии:Элементы джаз танца(Изоляция, коллапс (сброс), импульс, волна)Элементы фанка, хип-хопа, брейка(«кач», волнообразные вращательные движения) | 4030 | 53 | 3527 |
| 3 | Танцевальная занятия в безостановночном режиме (нонстоп) | 50 | — | 50 |
| 4 | Постановочная и репетиционная работа(Постановки в стиле хип-хоп, джаз) | 30 | 3 | 27 |
| 5 | Просветительно-воспитательная и организационная работа | 16 | — | 16 |
| 6 | Концертно-конкурсная деятельность | 18 | — | 18 |
|  | Итого | 204 | 15 | 189 |

**Учебно-тематический план**

**3 год обучения**

9 часов в неделю, 306 часов в год

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Перечень разделов, тем | Общее кол-во часов | В том числе |
| *Теоретические (час.)* | *Практические (час.)* |
| 1 | Элементы классического танца (Grand bettement jete вперед, в сторону, назад, Rond de jamle par terre, en dehors, en dedans) | 30 | 4 | 26 |
| 2 | Элементы современной хореографии:Элементы джаз танца(Принцип джазового танца – полицентрия)Элементы фанка, хип-хопа, брейка(Верхние элементы брейка)Элементы танца модерн(Наклоны, перегибы, элементы подвижности плеч) | 403034 | 434 | 362730 |
| 3 | Танцевальная занятия в безостановночном режиме (нонстоп) | 60 | — | 60 |
| 4 | Постановочная и репетиционная работа(Постановки в стиле хип-хоп, джаз) | 60 | 6 | 54 |
| 5 | Просветительно-воспитательная и организационная работа | 22 | — | 22 |
| 6 | Концертно-конкурсная деятельность | 30 | — | 30 |
|  | Итого | 306 | 21 | 285 |

**Содержание курса (1 год)**

***Тема 1. Введение в образовательную программу.***

***Теория:***

Рассказ о предполагаемой программе.

***Практика:***

Первое практическое занятие с разными элементами программы.

***Тема 2. Элементы классического танца***

***Теория:***

Понятие «классический танец», грамотное выполнение элементов, техника безопасности при выполнении элементов классического танца.

***Практика:***

2.1 Изучение классических позиций ног.

2.2 Изучение классических позиций рук.

2.3 Изучение DemiPlie по всем позициям ног.

***Тема 3. Элементы современной хореографии***

***3.1 Элементы джаз танца.***

***Теория:***

История возникновения джазового танца.

***Практика:***

3.1.1 Изучение элементов джаз танца, контракция, релиз.

3.1.2 Изучение джазовых позиций рук.

3.1.3 Изучение джазовых позиций ног.

***3.2. Элементы фанка, хип-хопа и брейка.***

***Теория:***

История возникновения фанка, хип-хопа и брейка.

***Практика:***

3.2.1 Изучение основных шагов хип-хопа.

3.2.2 Изучение основных прыжков хип-хопа.

***Тема 4. Танцевальные занятия в безостановочном режиме (нон стоп)***

***Практика:***

Общая танцевальная разминка (различные виды специализированных шагов танцевальной аэробики (step, step touch, marсh).

Основная часть: разучивание танцевальной связки и совершенствование техники ее исполнения.

Заминка: упражнения невысокой интенсивности, дыхательные маховые, растягивающие и релаксационные упражнения, т.е. заключительный стрейч.

Для первого года обучения обычно разминка составляет 15 минут, основная часть 20 минут, заминка 10 минут.

Общая продолжительность основного танцевального занятия в безостановочном режиме составляет 45 минут.

***Тема 5. Постановочная и репетиционная работа.***

***Теория:***

5.1.1 Прослушивание музыки к танцу.

5.1.2 Разбор характера и настроения танца.

5.1.3 Культура исполнения, слаженность движений.

5.1.4 Выразительность исполнения.

***Практика:***

5.2.1 Разучивание и отработка музыкальной композиции в стиле хип-хоп.

5.2.2 Разучивание и отработка музыкальной композиции в джазовом стиле.

***Тема 6. Просветительно-воспитательная и организационная работа.***

6.1 Творческие встречи с интересными людьми.

6.2 Праздники внутри творческого коллектива – День Именинника, Новый год, начало и окончание творческого учебного года и т.д.

6.3 Посещение коллективом различных творческих хореографических мероприятий.

6.4 Работа с родителями:

* еженедельные консультации родителей о творческих успехах ребенка;
* родительские собрания перед концертными и конкурсными выступлениями;
* совместное проведение открытых занятий и концертов.

***Тема 7. Концертно-конкурсная деятельность.***

7.1 Участие в концертах для родителей в дни различных праздников.

7.2 Участие во внутришкольных концертах.

**Содержание курса (2 год)**

***Тема 1. Элементы классического танца.***

***Теория:***

Основные принципы построения классического эксзерсиса.

***Практика:***

1.1 Изучение элементов DemiPlie с меняющимися позициями рук

1.2 Изучение вращательных движений En dehors, En dedans.

1.3 Изучение Bettement tendu simple, Bettement tendu jete.

***Тема 2. Элементы современной хореографии.***

***2.1 Элементы джаз танца.***

***Теория:***

Основные принципы джазового танца.

***Практика:***

2.1.1 Изучение принципов исполнения джазового танца – изоляция, коллапс (сброс), импульс, волна.

2.1.2 Изучение принципа джаз танца полиритмии (движенгия разных частей тела в разных ритмах).

2.1.3 Разучивание элементарных джазовых связок.

***2.2 Элементы хип-хопа и брейка.***

***Теория:***

Возникновение прыжковых и волнообразных движений в хип-хопе и брейке.

***Практика:***

2.2.1 Изучение специфического движения хип-хопа «кач» пружина.

2.2.2 Изучение волнообразных вращательных движений хип-хопа, брейка.

2.2.3 Изучение простейших связок хип-хопа.

***Тема 3. Танцевальные занятия в безостановочном режиме (нон стоп).***

Практика:

Общая танцевальная разминка: различные виды элементов джаз танца.

Основная часть: разучивание танцевальной связки и совершенствование техники ее исполнения, включая физические упражнения на силу, ловкость и гибкость.

Заминка: танцевальная связка в медленном темпе невысокой интенсивности, а так же растягивающие и релаксационные упражнения.

Для второго года обучения обычно разминка составляет 20 минут, основная часть 35 минут, заминка 10 минут.

Общая продолжительность основного танцевального занятия в безостановочном режиме составляет 65 минут.

***Тема 4. Постановочная и репетиционная работа.***

***Теория:***

4.1. Прослушивание музыки к танцу.

4.2 Разбор характера и настроения танца.

4.3 Культура исполнения, слаженность движений.

4.4 Выразительность исполнения.

***Практика:***

Постановка новых композиций, отличающихся от первого года обучения, в стиле джаз и в стиле хип-хоп.

***Тема 5. Просветительно-воспитательная и организационная работа.***

5.1 Проведение общих собраний коллектива нескольких групп.

5.2 Проведение открытых уроков для всех групп коллектива.

5.3 Беседы:

* знакомство с работой на сцене коллектива (с показом видеоматериала);
* знакомство с работой других хореографических коллективов (с показом видеоматериала);
* культура движения.

5.4 Работа с родителями:

* еженедельные консультации родителей о творческих успехах ребенка;
* родительские собрания перед концертными и конкурсными выступлениями;
* совместное проведение открытых занятий и концертов;
* индивидуальные беседы с родителями детей, танцующих сольные номера.

***Тема 6. Концертно-конкурсная деятельность.***

Участие в концертах коллектива, концертов для родителей, внутришкольных концертах, концертах и конкурсах районного уровня.

**Содержание курса (3 год)**

***Тема 1. Элементы классического танца.***

***Теория:***

Различные школы классического танца.

***Практика:***

1.1 Изучение Grand battement jete вперед, в сторону, назад.

1.2 Разучивание связок с battement.

1.3 Изучение Rond de jamle par terre, en dehors, en dedans.

***Тема 2. Элементы современной хореографии.***

***2.1 Элементы джаз танца.***

***Теория:***

Различные современные течения джаз танца – этно джаз, афро джаз. Латина джаз.

***Практика:***

2.1.1 Изучение исполнения принципа джазового танца полицентрии – возникновения движения в разных частях тела (от головы, плеча, колена и других частей тела посредством импульса).

2.1.2 Разучивание различных джазовых связок.

***2.2 Элементы хип-хопа и брейка.***

***Теория:***

Возникновение новых течений в хип-хопе, например girl хип-хоп, под влиянием сальсы, рэгги.

***Практика:***

2.2.1 Изучение связок хип-хопа, соединяющих все характерные движения: прыжковые, пружинные, волнообразные и т.д.

2.2.2 Изучение верхних элементов брейка.

***2.3 Элементы танца модерн.***

***Теория:***

Возникновение модерна. Принципы модерна. Концепция модерна.

***Практика:***

2.3.1 Разучивание простейших элементов танца модерн (движения корпуса, наклоны)

2.3.2 Изучение приемов пластики.

***Тема 3. Танцевальные занятия в безостановочном режиме (нон стоп).***

***Практика:***

Общая танцевальная разминка: различные виды элементов джаз танца, хип-хопа.

Основная часть: разучивание танцевальной связки, соединяющей сразу несколько направлений современной хореографии, совершенствование техники ее исполнения, включая физические упражнения на силу, ловкость, гибкость, выносливость.

Заминка: танцевальная связка в медленном темпе невысокой интенсивности, соединяющая в себе несколько стилей современной хореографии, а так же растягивающие и релаксационные упражнения.

Для третьего года обучения обычно разминка составляет 20 минут, основная часть 40 – 50 минут, заминка 20 минут.

Общая продолжительность основного танцевального занятия в безостановочном режиме составляет 80 – 90 минут.

***Тема 4. Постановочная и репетиционная работа.***

***Теория:***

4.1. Прослушивание музыки к танцу.

4.2 Разбор характера и настроения танца.

4.3 Культура исполнения, слаженность движений.

4.4 Выразительность исполнения.

***Практика:***

Постановка композиций в стиле джаз (медленных и быстрых). Постановка композиций в стиле хип-хоп. Постановка композиций в смешанных стилях.

***Тема 5. Просветительно-воспитательная и организационная работа.***

5.1 Проведение открытых уроков для всех групп коллектива.

5.2 Проведение общих собраний коллектива нескольких групп.

5.3 Беседы:

* знакомство с работой коллектива в концертно-конкурсной деятельности (с показом видеоматериала);
* знакомство с работой других спортивно-танцевальных коллективов (с показом видеоматериала).

5.4 Просмотр видео материалов международных конвенций и конкурсов и их обсуждение.

5.5 Выходы в театры на хореографические спектакли.

5.6 Праздники внутри творческого коллектива.

5.7 Подготовка к участию коллектива в районных, городских конкурсах танца и городских праздничных площадках.

5.8 Работа с родителями:

* еженедельные консультации родителей о творческих успехах ребенка;
* родительские собрания перед концертными и конкурсными выступлениями;
* совместное проведение открытых занятий и концертов;
* индивидуальные беседы с родителями детей, танцующих сольные номера;
* индивидуальные беседы с родителями о танцевальных профессиональных будующих возможностях детей.

***Тема 6. Концертно – конкурсная деятельность.***

Участие в танцевальных конкурсах и концертах различного уровня (школьных, районных, городских и т.д.)

**Учебно-методический комплекс**

Аудиосистема, беспроводной микрофон, сборники танцевальных программ в безостановочном режиме, костюмы для концертной деятельности, коврики для упражнений на полу.

Учебно-методическое обеспечение на DVD-дисках:

1. Городские конкурсы современного танца (г. Екатеринбург, 2004-2010 гг.)
2. Семинары «Contemporaty dance» (г. Екатеринбург, 2004 г. «Дистанция»; г. Екатеринбург, 2006 г.).
3. Международные хореографические конкурсы («Юность», Москва, 2005, 2007 гг.; «Веселая радуга», Одесса, 2004 г.; «Северная Венеция», Санкт-Петербург, 2010 г.; «Dance Continent», Москва, 2013 г.).
4. Танцевальные фитнесс-конвенции «World Class» (Москва, 2005-2010 гг.).
5. Мастер-классы международных хореографических конкурсов («Юность», Москва, 2007 г.; «Юность», о. Майорка, 2006г.).
6. Сольные концерты ансамбля современного танца «Запад» (Екатеринбург, 2005-2011 г.).

**Список литературы**

**Нормативная:**

1. Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 21.12.2012.

2. Концепция развития дополнительного образования детей в Российской Федерации от 04.09.2014.

3.Устав Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №2»

**Психолого-педагогическая:**

4. Коваль М.Б., Белова В.В. Развитие личности ребенка во внешкольном объединении. М: 1994- с.

5. Учреждения дополнительного образования. Проблем и пути их решения. Вып. 1, Дворец Молодежи. – Екатеринбург, 1993.

6. Беспалько В. Слагаемые педагогических технологий. – М., 1989.

7. Ерофеева Т.И. Современные образовательные программы для дошкольных учреждений. М: Издательский центр «Академия», 1999.

8. Асмолов А.Г. Дополнительное образование как зона ближайшего развития образования в России: от традиционной педагогики к педагогике развития. Внешкольник, №9, 1997.

9. Пасынкова Н.Б. Влияние музыкального движения на эмоциональную сферу личности. Психол. Журнал. – 2002. - №4. – с. 142-146.

10. Роджерс Н. Творчество как усиление себя. Вопросы психологии. – 1999. - №1. – с. 164-168.

11. Руднева С.Д., Пасынкова Н.Б. Опчт работы по развитию эстетической активности методом музыкального движения. Психол. Журнал. – 1992. - №3 – с. 84-92.

**Специальная:**

12. Шишкина В.А. Движение плюс движение. Москва, 1992.

13. Современный танец. Методическая разработка для педагогов школ искусств. Челябинск, 1990.

14. Костровицкая В., Писарев А. Школа классического танца. Ленинград, 1976.

15. Васенина Е. Российский современный танец: диалоги/ Е. Васенина, - М.: Emergtncy exit, 2005. – 268 с.

16. Ермакова О.А. Академический балет и «современный танец» как направления в танцевальном пространстве начала XXI века / О.А. Ермакова, Ю.И. Громов// Проблемы совершенствования хореографического образования: материалы ежегодной межвузовской научно-практической конференции. – СПб.: СПбГУП, 2003, - с. 38-43.

17. Полятков С.С. Основы современного танца / С.С. Полятков. – Ростов на Дону: Феникс, 2006. – 79с.

18. Хореографическое искусство: теория, история, методика обучения: ученые записки / фак. Искусств Санкт-Петербургского Гуманитарного Университета Профсоюзов. – СПб.: СПбГУП, 2003. Вып. 1 (2001).

19. История русского танца. / Под ред. Аленковской А.А. – М. : Просвещение, 1995.

20. Эндрюс Т. Магия танца. – М.: Ваклер, 2003.

21. Дункан А., Танец будущего, М. 1908.

22.Сарабьянов Д.В. «Стиль модерн» М. 2000.

23. Современное искусство. – М. Берглюнд. – 1987.

24.Ю. Слонимский «В честь танца», М., 1983.

25. В.М. Красовская, ст. «О классическом танце», в кн. Н. Базарова, В. Мей «Азбука классического танца», Л., 1983.

26. А.М. Мессерер «Танец. Мысль. Время», М., 1990.

27. Е.П. Валукин «Проблемы наследия в хореографическом искусстве», М., 1992.

28. Фельденкрайз М. Искусство движения. Уроки мастера. М., ЭКСМО, 2003.

29. Фомин А.С. Танец: понятие, структура, функции. М.: Книга, 1990.

**Сведения об авторе**

Зборовская Татьяна Георгиевна

Педагог высшей квалификационной категории. Закончила аспирантуру Уральского педагогического Университета.

Прошла подготовку по различным танцевальным современным направлениям на семинарах в Санкт Петербургском университете, на Международных танцевальных фитнес конвенциях, в Координационном совете по фитнесу при комитете Российской Федерации по физической культуре, спорту и туризму.

Инструктор Международного класса по спортивным танцам, двукратная чемпионка Международной Ассоциации Аэробики.

Прошла обучение в Школах Современного Искусства Москвы и Екатеринбурга. Получила диплом Российского Института Культурных программ по специальности «Современная хореография».

 До 2013 года 18 лет руководила Шоу Данс Группой «Запад» (ансамбль современного танца) Дома Детства и Юношества Кировского района г. Екатеринбурга, с 2013 года является руководителем ансамбля современного танца МАОУ «Лицея города Троицка».

**Аннотация**

Данная программа рассчитана на детей в возрасте 7 – 14 лет. Срок реализации программы 3 года.

Программа способствует развитию творческих способностей ребенка, предусматривает физическое и духовное оздоровление ребенка. Позволяет сохранить свое здоровье, добиться высокой работоспособности. В ходе реализации программы прививаются необходимые двигательные навыки и умения, развивается выносливость, которая отражает общий уровень работоспособности человека. Развиваются гибкость, быстрота реакции, тонус мышц.

Программа позволяет проявить индивидуальный творческий подход к каждому ребенку. В ходе освоения программы формируется культура общения детей между собой, происходит знакомство с танцевальной и спортивной культурой. Дети принимают активное участие в концертно-конкурсной деятельности.

Программа может быть рекомендована для педагогов учреждений дополнительного образования.