

Муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования  
Центр детского творчества «Витязь»  
(МОУ ДО ЦДТ «Витязь»)



"УТВЕРЖДАЮ"  
М.В. Мирошникова

Приказ № 01-07/87 от 06.04.2021 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Современная хореография»

Направленность программы – художественная

Срок реализации программы: 3 года

Возраст обучающихся: 7 – 16 лет

Автор – составитель:  
Москвина Ольга Викторовна,  
педагог дополнительного образования

Ярославль, 2021 г.

## Оглавление

1. Пояснительная записка .....	3
2. Учебно-тематический план .....	9
3. Содержание программы .....	11
4. Методическое обеспечение программы .....	17
5. Контрольно-измерительные материалы .....	18
6. Список информационных источников .....	21
7. Приложения .....	24

## 1. Пояснительная записка

*«Свобода тела и духа рождает творческую мысль, движения тела должны быть выражением внутреннего импульса. Танцор должен привыкнуть двигаться так, словно движение никогда не заканчивается, оно всегда есть результат внутреннего осмысления. Тело в танце должно быть забыто, оно лишь инструмент, хорошо настроенный и гармоничный. В гимнастике движениями выражается только тело, в танце же чувства и мысли сквозь тело».*

*Айседора Дункан*

Программа «Современная хореография» модифицирована и соответствует нормативно-правовым требованиям Российской Федерации в сфере образования:

1. Концепция развития дополнительного образования детей, утв. распоряжением Правительства РФ от 4.09.2014 года № 1726-р. 2.
2. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 года.
3. Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрировано в Минюсте России 29.11.2018 № 52831).

В духовной культуре человечества хореографическое искусство занимает свое особое значимое место. Являясь одним из самых древних видов искусства, появившись с рождением человечества, танец всегда неразрывно связан с жизнью. Уже в наскальных рисунках, созданных несколько тысячелетий тому назад, встречаются изображения пляшущих людей. «Танец возник тогда, когда искусство, выраженное в движении и жесте подчинилось ритму и музыке». Танцы первобытных людей сменили сценические танцы древних греков и римлян, затем «хороводы», «бранли», появились первые балеты.

Изменялось общество - изменялось и танцевальное искусство. XX век принес с собой новую, более сложную технику, новые специальности, и новое отношение к хореографическому искусству. Танец стал больше, чем красивое зрелищное представление. На данном этапе развития танец раскрывает духовно-нравственный потенциал человека, его способность ценить красоту, совершенство мира природы и гармонично взаимодействовать с ним. «В танце есть элемент и легенды и жизни, Танец есть мост, перекинутый из нашей обыденной жизни к воздушным замкам свободного творчества. И, именно, потому, что в танце есть нечто от искусства, и нечто от жизни, в нем должна раскрываться та таинственная связь, которая сковывает творчество жизни со свободным творчеством...»

Танец пронизывает самые разнообразные области культуры и искусства. Танец – искусство многогранное, объединяющее искусство действия с музыкой, художественными образами, произведениями литературы. Дополнительное образование является одной из немногих возможностей человека вхождения в социальную деятельность через собственный выбор сфер творчества. Оно направлено на развитие творческого потенциала детей, обеспечение условий для творческого роста и создание возможностей творческого развития, этому служит художественно-эстетическое воспитание, в частности, занятия хореографией.

Дополнительная образовательная программа хореографической студии «Чувства» **направлена** на получение детьми знаний и основ хореографического искусства, развитие артистических, исполнительских способностей обучающихся, повышение общефизического, социального, интеллектуального, нравственного уровня. **Разработана** для обучающихся муниципального образовательного учреждения дополнительного образования Центра детского творчества «Витязь». **Срок существования объединения** 3 года. Рассчитана на детей, разных по уровню умения и вне зависимости от их природных способностей, не имеющих перед собой явной цели сделать в дальнейшем хореографию своей основной профессией, не имеющих ограничений на двигательную деятельность в связи с проблемами в состоянии здоровья. Программа «Современная хореография» намечает определенный объем материала, который может быть использован или изменен с учетом состава групп, физических данных и возможностей каждого обучающегося, а также с учетом особенностей организации учебного процесса: разновозрастных, разноуровневых групп детей, нестандартностью индивидуальных результатов обучения. Программа предназначена для **детей в возрасте от 7 до 16 лет.**

**Концептуальная идея** предполагает целенаправленную работу по обеспечению обучающихся дополнительной возможностью удовлетворения творческих и образовательных потребностей для духовного, интеллектуального развития, посредством приобщения их к миру танца, современной, классической музыки.

**Содержание** программы разработано в соответствии с требованиями программ нового поколения и соответствует стандартам министерства образования.

**Педагогическая целесообразность** заключается в представлении хореографии в ее многообразии, дав возможность ребенку попробовать себя в различных направлениях, мы тем самым открываем более широкие перспективы для самоопределения и самореализации.

**Тип программы** – модифицированная. Она представляет собой синтез классической и современной хореографии, то есть широкий спектр хореографического образования.

**Актуальность** данной программы заключается в следующем. В профессиональных и коммерческих объединениях и учреждениях педагоги имеют возможность отобрать наиболее талантливых детей. Это дает возможность добиваться более высоких результатов. В условиях учреждения дополнительного образования и при наличии большого выбора хореографических объединений и студий в районе и городе задачи хореографа усложняются; встает вопрос конкурентоспособности при поездках на конкурсы и фестивали; в соответствии с социальными заказами на разные проводимые мероприятия приходится обращаться к разным направлениям танца:

- к классическому танцу, как к основной учебной дисциплине (в форме тренажа для развития техники и выразительности);
- к современной хореографии, как к виду танца, который позволяет на более свободно лексически и философски выражать художественный замысел.

Именно эти направления танца являются основными разделами данной программы.

**Классический танец** – это главная система выразительных средств балетного искусства, выработанная великим педагогом классического танца А. Вагановой. Предмет «классический танец» является фундаментом всего комплекса танцевальных дисциплин, источником высокой исполнительской культуры. В процессе обучения развиваются физические данные обучающихся, формируются необходимые технические навыки,

накапливается определенный запас лексики. Занятия классическим танцем оказывают также воспитательное воздействие, вырабатываются такие качества, как трудолюбие, целеустремленность, творческая дисциплина, аккуратность.

**Современная хореография** – динамичная развивающаяся система, включающая в себя технику джаз-модерн и такие новые направления как contemporary и street dance, это смесь самых модных и энергичных танцевальных направлений, таких как: House, Disco, Funk, Vogue, Hip-Hop, R'n'B, Freestyle и т.д. Она создает достаточную свободу в выборе лексического материала, именно эта особенность позволяет создать свой выразительный язык движений. Занятия джаз-модерн танцем способствуют не только физическому развитию детей, но и создают возможность для творческой самореализации личности, так как танец позволяет создавать свою собственную философию, дает возможность представить свой взгляд на мир. В связи с тем, что в современной хореографии нет достаточно выработанной обучающей программы, то за основу взята методика преподавания известного педагога модерн-джаз танца В.Никитина и информация, полученная на мастер-классах.

Кроме этих основных разделов программа включает в себя такие **разделы** как: «Постановочная и индивидуальная работа», «История танца».

**Отличительной особенностью**, в связи с изучением разных направлений танца, также является ее комплексность и мобильность. По возможности, учитывается фактор как опережающего, так и отстающего развития. Если отдельные обучающиеся легко овладевают программой, то у них есть возможность освоить последующие этапы обучения, и, наоборот, если не справляются, не смотря на все усилия и дополнительные занятия (возможно, из-за отсутствия природных данных или по состоянию здоровья), меняется круг интересов ребенка или увеличивается нагрузка в школе, то всегда есть возможность закончить обучение на определенном этапе. По окончании занятий выдается **сертификат об обучении**.

**Характерные особенности** данной программы: достижение максимального усвоения материала за счет темпоритма занятий и наличие собственной системы хореографической работы с детьми с использованием инновационных приемов и методов обучения:

- мастер-классов с приглашением педагогов других танцевальных коллективов,
- применение психофизических тренингов для создания комфортной обстановки и развития креативности;
- презентации самостоятельных работ обучающихся – творческие танцевальные конкурсы внутри коллектива и показ этих работ на концертах.

Эти особенности определяют новизну программы.

**Цель программы «Современная хореография»** – создание условий для формирования и развития индивидуальных возможностей, творческих способностей и физической выносливости обучающихся, средствами хореографического искусства.

Основными **задачами** педагогической деятельности данной программы являются:

#### **1. Образовательные:**

- сформировать практические умения и навыки;
- дать определенные теоретические знания;
- научить лучше прочувствовать собственное тело, как в физических аспектах, так и духовных его проявлениях;
- сформировать умение терпимо относиться к любым видам искусства, в том числе и к национальному, правильно их оценивать в собственном сознании;

– научить самостоятельно пользоваться полученными практическими навыками и теоретическими знаниями.

## **2. Воспитательные:**

- воспитать человека, способного существовать в современном мире с максимальной пользой;
- создать дружный коллектив;
- сформировать нравственную культуру;
- выработать у детей чувство энергетической наполненности, помогающей им преодолевать сложные жизненные ситуации;

## **3. Развивающие:**

- приобщить детей к танцевальному искусству;
- сформировать определенную эстетическую танцевальную культуру;
- развить выраженное желание и сформировать умения самостоятельного образовательного, творческого и духовного развития;
- развить нравственно-эстетическую отзывчивость на прекрасное и безобразное жизни и в искусстве;
- укрепить здоровье и развить физическую выносливость.

### **Условия реализации программы**

**Соблюдение** правил охраны труда, норм санитарной гигиены в помещении и правил противопожарной безопасности.

**Режим занятий для групп:** – 2 раза в неделю по 1 академическому часу.

### **Формы и методы организации учебно-познавательной деятельности**

В программе использованы приоритетные формы занятий: интегрированные, интегрированные с элементами импровизации, по необходимости возможны индивидуальные. В репетиционно-постановочные занятия педагог включает количество разделов программы самостоятельно, интегрируя их в зависимости от сложности постановки танца или его тематики.

### **Формы:**

1. Коллективная – обучающиеся рассматриваются как целостный коллектив, имеющих своих лидеров (самостоятельная постановка хореографических композиций).
2. Групповая – осуществляется с группой состоящих из трех и более человек, которые в свою очередь имеют общие цели, и активно взаимодействуют между собой.
3. Парная – общение с двумя детьми, которые в свою очередь взаимодействуют (дуэтный танец).
4. Индивидуальная - оказание помощи по усвоению сложного материала. Подготовка к сольному номеру.

### **Программа предлагает разные виды занятий:**

- учебное занятие;
- занятие-игра;
- открытое занятие;
- класс-концерт;
- занятие-экскурсия.

### **Основные методы обучения:**

1. Наглядный.

- а) непосредственно показ педагогом движений под счет и под музыку;
- б) опосредованный показ правильного исполнения или ошибок на конкретном ребенке;
- в) использование графических материалов, различных приспособлений при объяснении;
- г) дидактическая игра;

2. Словесный.

Обращение к сознанию ребенка, добиваясь не автоматического, а осмысленного выполнения и исполнения.

3 Практический.

В его основе лежит много кратное повторение и отработка движений.

4. Видеометод.

Просмотр видеоматериала о хореографическом искусстве, обучение на основе видеоматериала народной, классической и современной хореографии.

5. Стимулирование,

6. Анализ конкретной ситуации,

7. Создание ситуации успеха,

8. Метод рефлексии.

#### **Формы оценки качества реализации программы:**

За период обучения в хореографической студии «Чувства» дети получают определенный объем знаний, умений и навыков, качество которых проверяется диагностикой три раза в год. Для этой цели промежуточный контроль – участие в концертах, фестивалях, конкурсах и итоговый контроль. Ежегодно танцевальном объединении проводится творческий отчет о работе педагога и детей, проделанной за весь учебный год. Отчет проводится в форме концерта для родителей. Педагог подводит итог всей учебно-воспитательной работы, делает анализ творческих достижений детей.

Реализация этой программы возможна на основе **следующих принципов:** целенаправленность учебного процесса; систематичность и регулярность занятий; постепенность развития природных данных; строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приемами танца; доступность учебного материала; учет возрастных физических и технологических возможностей детей; результативность обучения; индивидуальный подход в обучении; учет специфических особенностей региональной культуры; комфортная

#### **Ожидаемые результаты**

##### **Ожидаемые результаты 1-го года обучения:**

- 1. Повышение у обучающихся интереса к хореографическому искусству.
- 2. Ознакомление обучающихся со специальной лексикой, терминологией, с основами музыкальной грамоты.
- 3. Формирование танцевальных навыков и умений в соответствии с программными требованиями;
- 4. Развитие музыкальных навыков (умение слушать и слышать музыку, понимать ее настроение, характер) и использовать эти умения в исполнительской практике.

##### **Ожидаемые результаты 2-го года обучения:**

- 1. Повышение у обучающихся интереса к хореографическому искусству.
- 2. Углубление знаний обучающихся специальной лексики, терминологии, основ музыкальной грамоты.

3. Развитие координационных и двигательных способностей учащихся (силы, гибкости, быстроты, пластичности).
4. Развитие волевых качеств обучающихся: силы, выносливости, ловкости, быстроты и эмоциональной сферы обучающихся.

**Ожидаемые результаты 3-го года обучения:**

1. Повышение у обучающихся интереса к хореографическому искусству.
2. Углубление знаний обучающихся специальной лексики, терминологии, основ музыкальной грамоты.
3. Развитие координационных и двигательных способностей учащихся (силы, гибкости, быстроты, пластичности).
4. Формирование умения работать в команде.
5. Воспитание потребности у учащихся в активной физической деятельности; культуре поведения и общения.

В результате обучения по программе дети будут иметь представление о хореографическом искусстве; владеть практическими умениями и навыками, теоретическими знаниями в объеме данной программы; научатся чувствовать собственное тело как в физических аспектах, так и духовных его проявлениях; приобретут общую эстетическую и танцевальную культуру; научатся самостоятельно пользоваться полученными практическими навыками и теоретическими знаниями (эти результаты будут отслеживаться в процессе концертных выступлений и зачетных формах подведения итогов обучения).

**2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**  
**Учебно-тематический план 1 года обучения**

№	Название темы	Всего часов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	1	1	0
2.	Классический танец	14	1	13
3.	Ритмика и музыкальная грамота	16	1	15
4.	Элементы современного танца	16	1	15
5.	Постановка сценических движений	16	1	15
6.	Постановка и отработка номеров	8	1	7
7.	Резервное время	1	0	1
8.	Итого	72	6	66

**Учебно-тематический план 2 года обучения**

№	Название темы	Всего часов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	1	1	0
2.	Классический танец	14	1	13
3.	Ритмика и музыкальная грамота	16	1	15
4.	Элементы современного танца	16	1	15
5.	Постановка сценических движений	16	1	15
6.	Постановка и отработка номеров	8	1	7
7.	Резервное время	1	0	1
8.	Итого	72	6	66

**Учебно-тематический план 3 года обучения**

№	Название темы	Всего часов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие	1	1	0
2.	Классический танец	14	1	13
3.	Ритмика и музыкальная грамота	16	1	15
4.	Элементы современного танца	16	1	15
5.	Постановка сценических движений	16	1	15
6.	Постановка и отработка номеров	8	1	7

7.	Резервное время	1	0	1
8.	Итого	72	6	66

### 3. Содержание программы

#### 1. Вводное занятие

Введение в программу. Входящая диагностика. Проведение инструктажа по охране труда, правила поведения на занятиях в танцевальном коллективе, ПДД, ППБ. Организационное начало, игры на знакомство «У тебя, у меня...», «Ты + Я», «Снежный ком». Просмотр видеоматериала выступлений танцевального коллектива «Этюд», фото альбома коллектива.

**Целевая направленность:** знакомство с детьми, определение работы в объединении решение организационных вопросов, определение музыкальных и танцевальных данных; знакомство с техникой безопасности на занятиях, ПДД, ППБ.

**Форма работы:** групповая

#### 2. Классический танец

**Целевая направленность:** добиться целенаправленности физических усилий, прокладывая и осуществляя на каждом занятии глубокие внутренние связи между словом педагога и мышечным ощущением ребенка, добиться наиболее точного пластического выражения, услышанного в музыке.

**Форма работы:** коллективная, групповая, индивидуальная.

#### 3. Ритмика и музыкальная грамота

**Целевая направленность:** знакомство с законами драматургии, развитие эмоционально-творческой деятельности, художественного вкуса, волевых качеств, действенно-практических способностей, самоконтроля и самооценки, формирование личностных качеств обучающегося (умение работать в коллективе, решать творческие споры, оказывать помощь участникам деятельности), умение применять полученные знания с пользой для себя и окружающих. Приобщение к концертной деятельности, развитие мотивации и личностной успешности, внимания и выносливости, самостоятельности и творческой активности, навыков коллективного взаимодействия, воспитание культуры поведения на сцене и во время репетиций.

**Форма работы:** коллективная, групповая, индивидуальная.

Постановочная работа определяется в зависимости от пройденного объема программы и подготовленности участников объединения, а также наличия у педагога интересного танцевального и музыкального материала. В зависимости от этих факторов репертуар коллектива разнообразны и строятся не только на материале данной программы.

В период обучения происходит усложнение танцевальной лексики за счет более сложных комбинаций и сочетаний движений.

Музыкальный материал соответствует эмоциональной возрастной реакции детей на музыку, характер музыки – жизнерадостный, возможны различные обработки музыки. Материал: эстрадная, эстрадная обработка народной музыки, возможно обращение к различным музыкальным размерам. Любой музыкальный материал, соответствующий хореографическому замыслу.

Программа предполагает постановку танцевальных номеров на основе всего пройденного материала и всех разделов данной программы. В зависимости от подготовленности детей возможны обращения к дополнительному материалу. Обязательно присутствие в номерах хореографического замысла – идеи или воплощения определенного сюжета.

Количество танцевальных номеров зависит от этапа обучения, подготовленности обучающихся и материальных возможностей коллектива (пошив костюмов), а также наличия качественного музыкального материала. Возможно от 4 до 8 танцевальных номеров в год в группе, в том числе сольных.

#### **4. Современный танец**

**Целевая направленность:** овладение основами современной хореографии и техникой исполнения, умение ориентироваться в стилях и направлениях современного танца, развитие пластики, легкости движения, творческого потенциала воспитанников, воспитание художественного вкуса.

**Форма работы:** коллективная, групповая, индивидуальная.

#### **5. Постановка сценических движений. Система творческих заданий**

Большую роль в коллективе имеет доброжелательная обстановка. Чувство доброты, эмоциональная комфортность в данной среде воспитывается делами. Важно, чтобы каждый воспитанник мог расслабиться и почувствовать внутреннюю психологическую свободу и умел доверять своим товарищам. Детское творчество тесно связано с игрой, с поиском нового интересного и необычного, и, способствует больше саморазвитию ребенка, чем самореализации. В процессе творчества, как и в игре, ребенок стремится опробовать разные роли. Система творческих заданий помогает детям войти в образное содержание выбранной роли, а перевод образа из одного художественного ряда в другой уйти от общих шаблонов и развить ассоциативное мышление. Постороение заданий от частного к общему предполагает общение детей по поводу созданного, то есть его исполнения и восприятия.

##### ***Упражнения на доверие и релаксацию***

В процессе выполнения приведенных ниже упражнений дети обретают доверие друг к другу, становятся спокойнее и внимательнее.

• *Дети выстраиваются таким образом, чтобы один стоял спиной к тем, кто будет его ловить.*

За его спиной 4-5 человек договариваются, кто будет держать голову, кто ловит лопатки, кто "мягкое место" падающего. Задача падающего назад, доверить себя другим детям, и упасть "столбиком", не прогибаясь.

**Методический комментарий:** это упражнение можно использовать не только для развития доверия, но и как тест на доверие. По моим наблюдениям, дети, малообщительные в коллективе, не очень доверяют своим товарищам, а ребята, имеющие задатки лидера, падают, не раздумывая.

В старшем возрасте, когда дети физически сильнее, можно использовать падение со стула. Те, кто ловит должны четко исполнять свои роли ловящих. неся чувство ответственности за товарища.

• *Дети лежат на полу на спине, ноги и руки раскрыты в сторону.*

Задание 1.

Надо представить себя разбитым яйцом в состоянии, когда желток смешался с белком и получилась расплывающаяся и растекающаяся масса непонятно чего.

Задание 2.

Надо представить себя разбитым яйцом в состоянии, когда желток остался круглым, а белок растекся.

### Задание 3.

Надо представить себя разбитым яйцом в состоянии, когда яйцо внезапно разбили на раскаленную сковороду.

**Методический комментарий:** умение расслабляться поможет в последствии снять физические зажимы на сцене. А последнее задание, как правило, вызывает бурю эмоций. Можно дать возможность детям по очереди понаблюдать за фантазией друзей.

- *Дети делятся на пары.*

Задание 1. Один лежит на полу и представляет себя расплывшимся яйцом. Другой входит в роль скульптора и лепит лежащего, представляя его в роли пластилина или песка, как дети часто это делают на пляже. Начинает с ног, аккуратно проходя коленные чашечки, переходит на руки, вылепливая каждый пальчик, заканчивает головой. Потом дети меняются местами.

**Методический комментарий:** помимо релаксации, это упражнение развивает доверие того, кого лепят, к тому, кто лепит. Дети учатся доверять друг другу через физические ощущения. Это упражнение является начальным тренингом в технике контактной импровизации. Упражнение не такое скучное, как кажется с первого раза. У всех, практически, деток присутствует чувство щекотки, они начинают хихикать, в такие моменты снимается психологическое напряжение между мало общающимися детьми.

### Задание 2.

И.П. то же. Теперь стоящий отрывает медленно от пола по очереди ноги, руки, а потом и голову лежащего от пола, пытаюсь почувствовать, насколько лежащий расслабил эту часть тела. А тот, который лежит, пытается максимально расслабиться и довериться стоящему.

**Методический комментарий:** если лежащему удаются хорошо расслабиться, дети удивляются особенно тому, что голова бывает такой тяжелой.

- *Дети сидят на полу в свободной удобной позе.*

Делается глубокий вдох, взгляд в потолок, на выдохе голова опускается подбородком на грудь, при этом максимально расслабляются мышцы шеи и есть ощущение, что за головой тянется верхний отдел позвоночника. Это упражнение делается раз 7-8.

**Методический комментарий:** при правильном исполнении должно быть ощущение, что голова с каждым разом делается все тяжелее. В данном случае снимается шейный мышечный зажим. Умение расслаблять мышцы шеи избавит, в последствии, ребенка от последствий нагрузок на верхний и шейный отдел позвоночника.

- *Дети стоят по невыв. II поз. ног. свободно, руки опущены вниз.*

Поочередно в свинге расслабляем мышцы шеи, плечи, грудную клетку, поясницу, постепенно опускаясь вниз. В таком положении, полностью расслабляясь, медленно поднимаемся обратно. Здесь надо добиться достаточной свободы позвоночника. Релаксация позвоночника, распределение расслабления путем освоения технического принципа джаз-модерн танца: roll down, roll up.

## 6. Постановка и отработка номеров

### ПСИХОФИЗИЧЕСКИЙ ТРЕНИНГ НА СНЯТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ

**Методический комментарий:** Тренинг содержит элементы системы Станиславского, и был адаптирован к применению в детских творческих коллективах на базе Нижегородского театра «Листопад» педагогом дополнительного образования Ириной

Шварц.

В результате занятий снимается страх, раскрывается внутренний мир, рушатся стереотипы, штампы, формируется креативное индивидуальное мышление. Данный тренинг необходим для раскрытия творческого потенциала любого учащегося. Он развивает внимание, воображение, фантазию, свободу мышц, умение общаться, чувство партнера и импровизации и многие другие качества, необходимые юному артисту. Развивается креативное мышление, способность мгновенно проявлять на подсознательном уровне, даже вытаскивать из глубин своего «я» творческий образ.

#### ***Упражнение на развитие сценического внимания***

Задание 1. Повторяя движение за педагогом, дети должны хлопнуть в ответ - как бы поймать хлопок. В данном упражнении потом можно похулиганить – промахнуться в хлопке, сымитировать хлопок, но не хлопнуть. Теперь мы представляем, что нас связывают невидимые нити и надо поймать движения педагога. Это могут быть движения руками, хлопки, перемещения из стороны в сторону, вперед и назад.

Задание 2. По хлопку мы замираем в различных формах, фигурах, изображая какую – либо эмоцию, пытаясь поймать хлопок всем телом. Чем интереснее фигура, тем лучше, т.е. то, что первое придет в голову.

#### ***Упражнение на развитие творческой свободы***

Задание 1. Перед каждым ребенком как будто бы стоят баночки с разными красками, а все пространство вокруг - это большой холст. Под приятную детскую музыку дети начинают рисовать вокруг себя картины, импровизируя на ходу. Рисуем картины раскрытой ладонкой, показывая и процесс макания ладонки в краску.

Задание 2. Повторяет первое, но теперь мы включаем разные уровни пространства: лежа на полу, сидя на коленях, сидя на корточках, в plié, стоя, поднимаясь на полупальцы, включая прыжок.

#### ***Упражнения на работу в пространстве***

Задание 1. Начинаем двигаться по залу, занимая всю площадку так, чтобы не осталось ни одного свободного места. Всего 10 скоростей движения, 5ая – обычный шаг. Ходим на разных скоростях.

Задание 2. Ходим, изображая паутинку, гром и молнию, пластилин, утреннее облако, гусеницу, финтифлюрду.

**Методический комментарий:** Очень важно делать по хлопку, так нет возможности подумать - это рушит стереотипы. Выскакивает первый спонтанный образ, не дать успеть вспомнить, подумать, как это должно быть правильно, надо бояться повторяться. Что такое «финтифлюрда» не знает никто, но то, что вспыхивает первое, то и правда.

#### ***Упражнения на взаимодействие***

Задание 1. Разбиваемся на тройки и таким же образом, долго не думая, пытаемся изобразить: работающий вентилятор, бутерброд, кактус, жирафа.

Задание 2. В парах можно сделать упражнение «кукловод», изображая кукол – марионеток и кукловода.

Задание 3. Упражнение на групповое взаимодействие «Стоп кадр».

Делимся на две большие группы. В каждой группе распределяемся, кто на какой счет делает движение: на «раз»- выбегает один, замирая в позе, на «два» - выбегает следующий и замирает в позе, продолжая картинку и т. д. В конце мы посмотрим, какой стоп кадр получился, какое взаимодействие получилось и как мы друг друга понимаем.

В процессе репетиционной работы можно протанцевать свои номера с разными

масками.

Танцуя одну из постановок, дети держат звук "А" от начала и до конца танца. Следующий танцевальный кусок мы отрабатывается со звуком "О", следующий со звуком "У", далее со звуком "Ы".

Впоследствии, можно включить в зависимости от характера танцевального номера маски: "Улыбка", "Удивление", "Испуг", "Плач", "Злость".

**Методический комментарий:** Важно, чтобы дети держали звук или маску на протяжении всей танцевальной комбинации или номера, чтобы уставали мышцы лица. Детям этот процесс очень интересен, все проходит довольно весело. Кто-то не выдерживает и начинает смеяться. Со временем включается механизм ассоциаций. В процессе выступления на сцене, они вспоминают этот веселый момент на уроке, маску, которая у них ассоциируется именно с этим танцевальным номером, естественно передавая те или иные эмоции. Занятия по развитию мышц лица обогащают исполнительское мастерство детей, мышцы лица делаются более свободными, улыбка естественной. Это дает максимальную свободу для техничного исполнения номера.

Система творческих заданий помогает достичь следующих результатов:

- в процессе занятий дети научатся креативно мыслить,
- у детей проявится раскрепощенность и артистическая свобода в выражении своих эмоций на сцене;
- дети избавятся от многих комплексов и зажимов, получат свободу общения,
- сформируются микроклимат и условия для развития творческой свободы уникальной растущей личности ребенка, ее самореализации **«ФЭНТАЗИ-ДАНС»**

Данное занятие было создано для обучающихся 3-го года обучения, для детей, которые уже имеют определенный баланс знаний по хореографии, музыке, литературе. Занятия «Фэнтази-Данс» способствуют непринужденному получению навыков, развивают «самость», снимают перенапряжение и утомляемость за счет переключения на разнообразные виды деятельности. Вид деятельности ребенок может выбирать самостоятельно, педагог только предлагает. На занятиях учащиеся прослушивают мелодии, и возникшие ощущения выражают или через танцевальные движения, или через рисунок, или через художественное слово. Импровизация – один из главных элементов данного занятия. Предлагается придумать и смоделировать костюм, изобразив его на бумаге, или изобразить костюм для себя с учетом своей индивидуальности, а также предлагается пофантазировать о новой постановке танца, когда педагог предлагает новую мелодию или учащийся приносит на занятие понравившуюся ему музыку.

*Целевая направленность:*

- раскрыть потенциальные способности; закрепление музыкальных и хореографических знаний;
- увеличить границы самостоятельного творчества;
- содействовать личностному самоопределению.

*Форма занятия:* интегрированное с элементами импровизации.

**7. Итоговое занятие.** Итоговая диагностика. Подведение итогов за учебный год. Отчетный концерт, чаепитие.

*Целевая направленность:* развитие мотивации, личностной успешности; развитие навыков группового взаимодействия; отслеживание результата приобретения воспитанниками знаний, умений, творческих, личностных и социально значимых достижений.

*Формы работы:* коллективная.

#### **4. Обеспечение программы**

##### **Методическое обеспечение**

Любое обучение строится на методах и приемах – это точные и простые правила, которые помогают педагогу добиться от учащихся определенных результатов.

При проведении исследования развития хореографических способностей у младших школьников было установлено, что хореографические способности будут развиваться интенсивно, если обучение классическому танцу строится на методах:

- импровизации;
- слушания музыки (для развития чувства ритма и музыкальности);
- разучивания по частям;
- целостный метод (для простых упражнений);

*Метод разучивания по частям:* движение делится на простые части и каждая часть разучивается отдельно с последующей группировкой частей в нужной последовательности в единое целое.

*Целостный метод разучивания,* этим методом удобно разучивать простые движения, а также сложные движения, которые нельзя разложить на отдельные самостоятельные части. Движение проучивается целиком в замедленном темпе.

*Метод импровизации* предполагает выражение индивидуальности ребенка – это очень честные и точные спонтанные движения. С помощью импровизации педагог выявляет творческие способности учеников. Это позволяет им более свободно двигаться в силу своих эмоциональных и физических возможностей, придает уверенность в исполнении, раскрывает творческий потенциал исполнителя.

*Метод слушания музыки* включает в себя прослушивание музыкальных произведений предназначенных для хореографического искусства. Дети учатся слушать музыку, определять ритм, отражать в движении разнообразные оттенки характера музыкальных произведений. В процессе обучения происходит формирование художественно - образного мышления, что необходимо в исполнительской манеры танца.

##### **Музыкальное сопровождение занятия**

Музыкальный материал зависит от построения занятия. Для разогрева используется ритмическая музыка свингового характера.

Для «Изоляции» подходит быстрая ритмичная музыка с четким акцентом на первую долю.

В упражнениях возможны разные музыкальные размеры, но не особо усложненные. Ритм музыки зависит от характера комбинации, ритм зависит от типа шага. В дальнейшем используется более сложная музыка различных стилей. Музыкальный материал соответствует разделу тиязая, а комбинации выстраиваются в зависимости от целей и задач.

##### **Кадровое обеспечение**

В идеальном варианте – наличие двух педагогов и концертмейстера. Реально с коллективом работает один педагог.

## 5. Контрольно-измерительные материалы

С целью проверки знаний, умений и навыков педагог проводит контрольный этап.

С целью проверки эффективности развития хореографических способностей, были разработаны критерии и уровни.

Исходя из структуры хореографических способностей воспитанников мы выделили следующие критерии: технический, эмоциональный, поведенческий.

*Техническому критерию* соответствуют следующие показатели:

– наличие устойчивости (*aplomb*) — основное качество классического танца, способность сохранять устойчивость в различных позах и положениях: на всей ступне, на полупальцах и пальцах, на двух и на одной ноге. Правильно поставленный корпус — основа для всякого *pas*. ...Стержень устойчивости — позвоночник. Большое значение для сохранения устойчивости имеет правильная осанка, сила и эластичность ног, положение рук и головы.

– наличие выворотности ног – это способность развернуть ноги (бедра, голени и стопы) в положение *en dehors* (наружу), когда при правильно поставленном корпусе бедра, голени и стопы повернуты своей внутренней стороной наружу. При хорошей природной выворотности ног оба колена свободно уходят в стороны по линии надплечий, а тазобедренная часть и бедра образуют прямую линию с коленями. Выворотность ног позволяет совершенствовать технику, помогает вырабатывать такое качество, как артистизм;

– разработанность стопы и подъема, что является опорой тела человека и функции регулятора равновесия. Вытянутый подъем вместе с вытянутой ногой создает законченную линию в рисунке танца;

– наличие хорошо разработанного «балетного шага», который обеспечивает широту и свободу движений в танце. Амплитуда шага способствует высоте прыжка;

– правильная постановка рук и ног, которая определяется четким выполнением классических позиций;

– наличие гибкости тела, необходимой для придания выразительности танцу, что способствует созданию сценического образа. Гибкость зависит от гибкости позвоночного столба. Гибкость (или прогиб назад) должна быть в области нижних грудных и верхних поясничных позвонков. Наклон корпуса вперед и вниз совершается благодаря растяжению межпозвоночных дисков, а также икроножных, подколенных и тазобедренных мышц и связок.

– высота и сила прыжка, придает танцу легкость, чувство полета. Ребенок должен уметь высоко и эластично прыгнуть вверх и сохранить во время прыжка рисунок позы, оттягивая пальцы ног вниз. Высота прыжка зависит от силы мышц, согласованности работы всех частей тела, и, в частности, сгибателей и разгибателей суставов: тазобедренного, коленного, голеностопного, стопы и пальцев, их подвижности;

– умение хорошо запоминать и координировать движения, что зависит от работы вестибулярного аппарата и группового взаимодействия мышц, которое обеспечивает устойчивость тела;

– наличие способности к координированным движениям под музыку (танцевальность), что дает возможность исполнить импровизированный или известный небольшой танцевальный отрывок.

*Эмоциональный критерий* подразумевает передачу характера и настроения музыки, с помощью пластики и мимики, оказывает положительное влияние на эмоциональное состояние учащихся.

*Поведенческий* критерий определяет:

- уровень и наличие дисциплины;
- устранение «психологических комплексов» барьеров страха, неуверенности, стеснительности, робости;
- интерес и потребность к данному виду деятельности;
- активность самоорганизации и стремление к занятиям;
- умение устанавливать личностный смысл деятельности, мотивировать ее внутренней или внешней необходимостью;

Определены три уровня развития определенных качеств: **высокий, средний, начальный.**

**Высокому** уровню развития соответствуют:

- знание позиций рук и ног, правильная постановка корпуса, рук, ног и головы. Руки должны быть округлой формы за счет легкого сгибания предплечья в локтевом суставе. Кисть руки должна быть естественной, не напряженной (ни в коем случае не изогнутой в запястье), являясь как бы продолжением предплечья и всей руки и заканчиваясь небольшим сгибанием на кончиках фаланг пальцев. Спина должна быть прямой и подтянутой, без прогиба в пояснице. Голова является продолжением позвоночника. Наличие прямых ног, с хорошей выворотностью;
- умение слушать и воспринимать не сложный музыкальный материал, различать настроение и характер музыки (спокойная, веселая, игривая, торжественная, грустная, лирическая...)
- наличие хорошей памяти и восприимчивости к новому материалу. Знание порядка и терминологии классического экзерсиса, соответствующего уровню развития младших школьников;
- максимальная точность и легкость исполнения уже знакомых упражнений;
- умение самостоятельно из изученных движений составить простую комбинацию;
- наличие чувства ритма, умение передать эмоционально и пластически не сложный характер музыки.

**Средний уровень** развития характеризуется знанием позиций рук и ног, правильной постановки корпуса, рук, ног и головы. Умеет слушать и воспринимать музыкальный материал, слабо различает настроение и характер музыки. Путает порядок и название элементов. Среднее чувство ритма, слабо передает эмоцию и характер.

**Начальный уровень** развития: слабая спина, не точное знание позиций рук и ног, плохая выворотность или ее отсутствие. Нет чувства ритма, без эмоциональное, вялое исполнение элементов классического экзерсиса и постановок.

В ходе опытной работы мы применяли следующие методы: наблюдение, опрос, беседа, диагностика, обобщение педагогического опыта, опытная работа.

Сравнительный анализ результатов проводился посредством контрольных срезов.

Для выявления уровня развития хореографических способностей у младших школьников средствами классического танца по техническому, эмоциональному и поведенческому критериям мы разработали и предложили специальные задания.

Задание № 1. Для проверки целостного метода, каждому ребенку предлагается выполнить ряд простейших упражнений из классического экзерсиса, запомнить их последовательность и самостоятельно воспроизвести сначала на счет, затем под музыку. Упражнения выполняются по первой, второй и шестой позиции. Разучивание по частям предполагает более длительного времени и усложнения упражнениями. Два или три движения, состоящих из нескольких компонентов, ребенок должен разучить сначала по частям, а затем

выполнить все целиком. Так же используются не сложные комбинации, в ходе которых ребенок учится самостоятельно анализировать последовательность цепочки, запоминать и чувствовать свое тело.

Задание № 2. Метод импровизации мы проверяли в процессе игры. Дети на каждом занятии получали конверт, в котором находились картинки с различными изображениями, например, кактуса, паровоза, чайника... На основе этих картинок предлагалось придумать небольшой сюжет и обыграть с использованием тех хореографических движений, которые дети уже изучили на уроке. Допускалось также добавление самостоятельных элементов в уже изученные движения.

Задание № 3. Слушание музыки проходило в заключение занятия, на ковриках, лежа на полу с закрытыми глазами. Группе включали различные отрывки из музыкальных произведений, а затем предлагали охарактеризовать эти отрывки. Чем они отличаются, что выражают, какой характер, какие ассоциации вызывают. Дети должны отличать марш от польки и вальса..., минор от мажора, классическую музыку от народной.

Критерии оценок за выполнение заданий:

Выполнение заданий оценивается по пятибалльной системе.

Оценка «5» предполагает: высокий уровень

Оценка «4» предполагает: средний уровень

Оценка «3» предполагает: начальный уровень

## 6. Список информационных источников:

### Список нормативно-правовых документов:

1. Концепция развития дополнительного образования детей, утв. распоряжением Правительства РФ от 4.09.2014 года № 1726-р. [Электронный ресурс] — Режим доступа: <http://минобрнауки.рф/документы/ajax/4429> (официальный сайт Министерства образования и науки РФ).
2. Концепция персонифицированного дополнительного образования детей в Ярославской области, утв. постановлением Правительства области от 17.07.2018 года № 527-п. [Электронный ресурс] — Режим доступа: <http://www.gcro.ru/pfdo-doc> (официальный сайт МОУ «ГЦРО»).
3. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»). [Электронный ресурс] — Режим доступа: <https://sudact.ru/law/pismo-minobrnauki-rossii-ot-18112015-n-09-3242/>
4. Положение о персонифицированном дополнительном образовании детей в городе Ярославле, утв. постановлением мэрии города Ярославля от 11.04.2019 года № 428. [Электронный ресурс] — Режим доступа: [https://yarlad.edu.yar.ru/dokumenty/polozh\\_pers\\_dop\\_obr.pdf](https://yarlad.edu.yar.ru/dokumenty/polozh_pers_dop_obr.pdf).
5. Правила персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Ярославской области, утв. приказом департамента образования Ярославской области от 07.08.2018 года № 19-нп. [Электронный ресурс] — Режим доступа: <http://www.gcro.ru/pfdo-doc> (официальный сайт МОУ «ГЦРО»).
6. Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрировано в Минюсте России 29.11.2018 № 52831).
7. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 05 мая 2018 г. №298н 2 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» [Электронный ресурс].- Режим доступа: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/71932204/> (информационно-правовой портал «Гарант»).
8. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28; <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/74993644/> (информационно-правовой портал «Гарант»).
9. Сборник нормативно-правовых и информационно-методических материалов по организации внутреннего контроля образовательной деятельности в учреждениях дополнительного образования муниципальной системы образования г. Ярославля [Текст] / под редакцией Е.Г. Абрамовой, И.В. Лаврентьевой. – Ярославль: МОУ ДО Детский центр «Восхождение», 2017. – 44 с.
10. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ от 29.12.2012 года.— [Электронный ресурс].— Режим доступа: <http://base.garant.ru/70291362/> (информационно-правовой портал «Гарант»).

### Список литературы для педагога:

1. Классический танец. Программа (проект) для хореографических отделений музыкальных школ искусств. М.1987 г..
2. Приложение к журналу «Внешкольник». № 5 2001 г. Проектирование образовательных программ в учреждениях дополнительного образования детей.
3. Танец. Программа для культурно-просветительных училищ (Специальность «Хореографическая»). Вариант второй. М. 1977 г.
4. Андреев В.И. Педагогика творческого саморазвития. Инновационный курс. Книга 1. Казань, 1996.
5. Гиглаури В.Т. Программа по искусству движения для детей, занимающихся хореографией, танцем или другими видами и направлениями движенческого и пластического искусства.
6. Никитин В.Ю. Композиция урока и методика преподавания Модерн-Джаз Танца. – М.: Издательский дом «Один из лучших», 2006.
7. Р. Захаров. Сочинение танца. Страницы педагогического опыта. М. «Искусство», 1989 г.
8. Пинаева Е.А. Ритмика и танец. Примерная программа для детских хореографических школ и хореографических отделений детских школ искусств (подготовительные классы). – Москва, 2006.
9. Шершнева В.Г. От ритмики к танцу. Развитие художественно-творческих способностей детей 4-7 лет средствами ритмики и хореографии. Программа для образовательных учреждений дополнительного образования детей Московской области. – М.: Издательский дом «Один из лучших», 2008.
10. Лекции по спецдисциплинам преподавателей хореографии КГИИК, Горшкова В.Н., Цветковой Н.В., Сентябова С.Д., Синцова Е.Н.88-93гг.
11. Барышникова, Т.К. Азбука хореографии / Т.К. Барышникова. - М. : Айрис-Пресс : Рольф, 1999. – 262с.
12. Березина, В. А. Дополнительное образование детей России / В. А. Березин ; Министерство образования и науки Российской Федерации. - Москва : Диалог культур, 2007. - 511, с.
13. Евладова, Е. Б. Дополнительное образование детей : Учеб. пособие для студентов учреждений проф. образования, обучающихся по специальности 0317 "Педагогика доп. образования" / Е. Б. Евладова, Л. Г. Логинова, Н. Н. Михайлова. - М. : Владос, 2002. - 348, с.
14. Ерохина, О. В. Школа танцев для детей : [Фольклор, классика, модерн] / Ерохина О.В. - Ростов н/Д. : Феникс, 2003. - 223 с. :
15. Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец : История. Методика. Практика / В.Ю. Никитин. - М. : ГИТИС, 2000. - 438с.
16. Никитин, В.Ю. Модерн-джаз танец: Методика преподавания / В.Ю. Никитин. - М. : Всерос. Центр худож. творчества учащихся и работников нач. проф. образования, 2002. - 158 с.
17. От внешкольной работы - к дополнительному образованию детей : Сб. нормат. и метод. материалов для доп. образования детей / [Ред.-сост. И.В. Калиш]; Науч. ред. А.К. Бруднов. - М. : ВЛАДОС, 1999. - 541, [1] с.
18. Социальное воспитание в учреждениях дополнительного образования детей: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 050711 (031300) - Социал. педагогика / [Б.В. Куприянов и др.] ; Под ред. А. В. Мудрика. - М. : Academia, 2004. - 240 с.

19. Дополнительное образование детей : Учеб. пособие для студентов вузов / [Лебедев О.Е. и др.] ; Под ред. О. Е. Лебедева. - М. : Владос, 2003 (Петрозаводск : ГП Тип. им. П.Ф.Анохина). - 254 с
20. Шереметьевская Н. Танец на эстраде. М.: Искусство, 2010.
21. Балет. Журнал. М.: Министерство печати и информации, 2011- и т.д.
22. «Пяти Па». Журнал о балете для детей. М.: «Студия «Антре», 2002-2005.
23. Современные и эстрадные танцы. Журнал. Фонд «Здоровье. Культура. Спорт»: 2002-2003.
24. Студия «Антре». Журнал о балете для детей. М.: «Студия «Антре», 2003-2012

#### **Дополнительная литература.**

1. Богоявленская Т. Дополнительная образовательная программа танцевального ансамбля «Санта Лючия». – М.: web – издательство «Век информации», 2009.
2. Джеймс Ч. Добсон. Не бойтесь быть строгими. – М.: Центр общечеловеческих ценностей, 1997.
3. Сухомлинский В.А. О воспитании. Издание второе. – М.: Издательство политической литературы, 1975.
4. **«Примерные требования к программам дополнительного образования детей»** (Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 № 06-1844)

## Приложения

### Приложение 1

#### Разогрев

Разогрев обеспечивает разогревание организма, подготовка его к основной физической нагрузке. Подбор упражнений в комплексах и их структура тщательно продуманы. Каждое упражнение предназначено для конкретной части тела, учитывая возраст обучающегося.



### Основы классического танца

Экзерсис в хореографии является фундаментом танца. Экзерсис бывает классический, партерный, народно-сценический, джазовый в стиле «модерн». Так как объединение с эстрадным направлением, то в программу заложены джазовый, классический и партерный экзерсис.

Движения экзерсиса исполняются сначала у станка, затем на середине зала. У станка элементы исполняются в трех положениях: стоя лицом к станку и придерживаясь двумя руками за станок; стоя боком (левым, правым), придерживаясь за станок одной рукой; стоя спиной к станку.



### Основы джаз-модерн танца

Основные принципы джаз-модерн танца относятся, прежде всего, к технике движения. Они сложились в процессе эволюции различных систем танца. Эти принципы были заимствованы в основном из джазового танца и танца - модерн (современного), а также из классического балета.

В уроке джаз-модерн танца нет такой определенной последовательности разделов, как в классическом танце.



подвижность  
позвочника во всех  
его отделах.  
Используются:  
«волны», «спирали»,  
«тилт», «Наклоны  
торса»

другой – дополнительный  
тренаж на координацию.  
– Кросс  
Развивает танцевальность и  
позволяет приобрести  
манеру и стиль  
современного танца.  
Исполняются прыжки,  
шаги, вращения.

выразительности,  
раскрывающих  
индивидуальность  
исполнения.

### **Глоссарий**

**Джаз-модерн** - это смесь классической и современной хореографии. Модерн-танец, в время которого исполнитель выстраивает связь между формой танца и своим внутренним состоянием. А джаз-танец, который вобрал в себя экзерсис классического танца. Его основные принципы: импровизация, полиритмия и импульс. Эти два направления смешались и получился всем нам известный джаз-модерн, красотой которого мы можем всегда любоваться в мюзиклах.

### **Ragga Jam**

Неповторимое сочетание ямайских и африканских ритмов в танце. Характер стиля напоминает Hip-Hop, добавим энергичность и амплитудность, харизму под музыкальные ритмы Dance Hall, Ragga и Reggae – вот, что нужно для того, чтобы прочувствовать этот танец изнутри! Страсть и экзотичность! Хореография, которая не оставит вас равнодушными!

### **MTV Dance**

Танцевальный урок из видеоклипов популярных исполнителей, с элементами модных современных стилей: хип-хоп, латино, джаз-модерн, хаус.

### **House**

Это быстрые движения ног с элементами латины, чечетки, в сочетании с плавными, расслабленными движениями корпуса и головы. В этом стиле присутствует пружинка и кач. House является наиболее популярным стилем в современном танцевальном мире.

### **Dance Mix**

Класс, объединяющий многие стили, позволяющий научиться двигаться в музыку и под музыку! Свобода движений, полет фантазии, последние тенденции Hip-Hop, House, New Style соединим с модными ритмами клубных дискотек и получим зажигательный урок.