

Оглавление

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы	3
1.1 Пояснительная записка	3
1.2 Цель и задачи программы	5
1.3 Учебно-тематический план стартового уровня	6
1.4 Содержание программы стартового уровня	8
1.5 Ожидаемые результаты	11
Раздел 2. Комплекс организационно –педагогических условий	12
2.1 Календарный учебный график	12
2.2 Условия реализации программы	16
2.2 Формы аттестации	17
2.3 Оценочные материалы	18
2.4 Методические материалы	19
2.6 Список литературы	20

Раздел №1. «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка

Настоящая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Основы сценического движения» относится к художественной направленности и предназначена для учащихся хореографических, вокальных и театральных студий.

Базовые нормативные документы

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
2. Указ Президента РФ от 07.05.2012 № 599 «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки».
3. Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р)
4. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629)
5. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242).
6. Национальный проект «Образование» (утвержден президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 03.09.2018 №10).
7. Стратегия развития информационного общества в Российской Федерации, утв. Указом Президента РФ от 09.05.2017 № 203 «О Стратегии развития информационного общества в Российской Федерации на 2017-2030 годы».
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
9. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
10. Устав ОУ МБОУ ДО «ЦРТДиЮ Кировского района»;
11. «Положение о дистанционном обучении учащихся МБОУ ДО «ЦРТДиЮ Кировского района» от 06.04.2020г.

Актуальность программы обусловлена запросом родителей и нацелена на развитие творческих способностей учащихся в области таких направлений исполнительского искусства, как вокал, хореография, театр. Все эти три направления связывает между собой единый элемент – сцена. А навыки передвижения на сцене – важнейшее умение для артиста, которым и учит данная программа.

Новизна программы заключается в том, что систематизированные средства и методы театрально-игровой деятельности, направлены на развитие фантазии и воображения обучающихся, формирование уверенности в себе, а также способствуют эффективному овладению навыками общения, способствуют развитию межличностного взаимодействия, помогают детям адаптироваться в обществе.

Педагогическая целесообразность программы заключается в грамотной интеграции трех направлений исполнительского искусства: вокал, театр и хореография. Для получения качественного результата по этим направлениям деятельности необходимо уверенно владеть телесным аппаратом, как главным инструментом самовыражения на сцене. Систематическая работа по совершенствованию телесного аппарата всегда играет важную роль — не только техническую, но и воспитательную, она дисциплинирует, прививает трудолюбие, развивает силу воли, формирует чувство ответственности за себя и партнера.

Отличительная особенность программы состоит в том, что она направлена на формирование у учащихся именно необходимых знаний в области объективных законов сценического движения и умения их использовать. Также программа ориентирована на развитие общей и эстетической культуры обучающихся, художественных способностей и склонностей, предусматривая возможность творческого самовыражения, творческой импровизации.

Адресат программы. Программа рассчитана на учащихся от 5 до 16 лет. Портрет учащегося: эмоциональный, энергичный, доброжелательный, раскрепощенный, легко находит контакт со сверстниками. Количество детей в группе 10-15 человек.

Объём программы. 144 часа.

Срок реализации программы: 1 год.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 часа (45 минут - перемена 10 минут -45 минут), в соответствии с СанПиН 2.4. 3648-20.

Форма обучения: очная.

Формы организации образовательного процесса. Занятия проводятся индивидуально, в парах (дуэты) и по группам.

Виды занятий по программе определяются содержанием программы и предусматривают практические занятия, ролевые игры, выполнение самостоятельной работы, открытые занятия, концерты, творческие отчеты.

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы: обучение основам сценического движения, развитие их пластической культуры через задачи различной степени сложности в процессе подготовки учебных спектаклей

Задачи

Обучающие:

- ознакомить с основами сценического движения;
- научить выполнять творческие этюды на заданные темы;
- способствовать развитию чувства партнерства, умения включаться в сюжет действия пластикой, мимикой, жестами.

Развивающие:

- развить пластические и танцевальные навыки;
- развить артистизм, достаточный для выступления на сцене, выразительность исполнения, основанный на осознанном анализе исполняемого произведения;

Воспитательные:

- воспитывать эстетические чувства, доброжелательность, искренность в передаче танцевального образа;
- воспитывать самодисциплину, трудолюбие, уверенность в своих силах.

1.3 Учебно-тематический план стартового уровня

Наименование тем	Количество часов			
	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Формы аттестации/ контроля
Раздел 1: Основы сценического движения. Простые двигательные навыки (походка, осанка, положение тела, пластика рук)				
1.1 Вводное занятие. Знакомство с предметом «Основы сценического движения». Основные понятия. Техника безопасности.	4	4		Наблюдение, опрос
1.2 «Правильная осанка», «арломбе»	4	1	3	Выполнение практического задания, наблюдение
1.3 Базовый артистический шаг по направлениям (вперед, назад, в сторону)	4	1	3	Наблюдение, опрос
1.4 Снятие мышечного напряжения	2	-	2	Наблюдение, опрос
1.5 Пластика рук	4	1	3	Наблюдение, опрос, выполнение практического задания
Раздел 2: Развитие психических и психофизических качеств.				
2.1 Индивидуальные двигательные навыки	4	0,5	3,5	Наблюдение, опрос, выполнение практического задания
2.2 Двигательные навыки паре, композиции	6	1	5	Наблюдение, опрос, выполнение практического задания
Раздел 3: Координация движений и равновесие				
3.1 Пространственная и двигательная координация	6	2	4	Наблюдение
3.2 Равновесие	4	1	3	Наблюдение
Раздел 4: Ритмопластика				
4.1 Метр, ритм, темп	6	2	4	Опрос
4.2 Музыкальный размер	6	2	4	Опрос
Раздел 5: Пластически зарисовки. Этюды				

5.1 Создание творческого образа в танцевальной импровизации	8	-	8	Выполнение практического задания, наблюдение
5.2 Взаимодействие на сцене с партнером	8	-	8	Выполнение практического задания, наблюдение
5.3 Пластические этюды, спектакли	16	4	12	Выполнение практического задания, наблюдение
5.4 Импровизация	10		10	Выполнение практического задания, наблюдение
5.5 Сценическая акробатика	8	2	6	Выполнение практического задания, наблюдение
Раздел 6: Тренинг				
6.1 Развивающий тренинг (координация, реакция)	6		4	Выполнение практического задания, наблюдение
6.2 Пластический тренинг	8	2	4	Выполнение практического задания, наблюдение
6.3 Психофизический тренинг	10	2	4	Выполнение практического задания, наблюдение
Раздел 7: Репетиционная и концертная деятельность				
7.1 Отработка танцевальных комбинаций, постановка концертных сольных и массовых номеров	20	-	20	Наблюдение
Итого	144			

1.4 Содержание программы стартового уровня

Раздел 1. Основы сценического движения. Простые двигательные навыки (походка, осанка, положение тела, пластика рук).

1.1 Вводное занятие. Техника безопасности.

Теория.

Знакомство с программой. Режим занятий. Инструктаж по технике безопасности. Общая разминка, работа с верхней частью тела. Общая разминка, работа с нижней частью тела

1.2 «Правильная осанка», «arłombe».

Теория

Понятие термина «arłombe», правильные положения корпуса на сцене.

Практика

Упражнения на развитие правильной осанки, укрепление мышц спины.

1.3 Базовый артистический шаг по направлениям (вперед, назад, в сторону).

Теория

Понятие «базовый артистический шаг». Техника его исполнения.

Практика

Разучивание базового артистического шага вперед, назад, в сторону.

1.4 Снятие мышечного напряжения.

Практика.

Упражнения на развитие умения регулировать мышечное напряжение.

1.5 Пластика рук.

Теория

Понятие «пластичность». Основные позиции и положения рук.

Практика

Упражнения на развитие пластичности рук. Передача характера музыкального материала через пластику рук.

Раздел 2. Развитие психических и психофизических качеств.

2.1. Упражнения на двигательные индивидуальные навыки

Теория

Понятие двигательных индивидуальных и групповых навыков. Понятие мышечно-двигательный аппарат.

Практика

Вводные упражнения. Упражнения на внимание, память, силу, выносливость, скорость, ловкость и др.

2.2. Упражнения на двигательные навыки в композиции

Теория

Понятие вводная композиция.

Практика

Упражнения на внимание, память, силу, выносливость, скорость, ловкость и др

Раздел 3. Координация движений и равновесие.

3.1 Пространственная и двигательная координация.

Теория

Понятие «координация». Ее виды.

Практика

Упражнения на развитие двигательной и пространственной координации.

3.2 Равновесие.

Теория

Понятие «равновесие».

Практика

Упражнения на развитие равновесия. Работа в группе и в парах.

Раздел 4. Ритмопластика.

4.1 Метр, ритм, темп.

Теория

Понятия «метр», «ритм», «темп», «размер».

Практика

Упражнения на развитие чувства ритма. Передача ритмических рисунков хлопками по кругу и в хаотическом порядке.

4.2 Музыкальный размер.

Теория

Понятие «музыкальный размер».

Практика

Воспроизведение хлопками записанных ритмических рисунков индивидуально и в группе.

Раздел 5. Пластические зарисовки. Этюды.

5.1 Создание творческого образа в танцевальной импровизации.

Практика

Создание образов в танцевальной импровизации в заданном музыкальном материале и при использовании правильной танцевальной лексики.

5.2 Взаимодействие на сцене с партнером.

Практика

Упражнения на развитие чувства партнерства. Основные принципы взаимодействия на сцене с партнером в пластическом номере.

5.3 Пластические этюды, спектакли

Теория

Понятие пластический этюд и спектакль. построение пластического этюда (определение темы, проблема в этюде, идеи, событийного ряда). Поиск пластической формы. Постановка. Работа над лучшими показанными этюдами. Доработка и оснащение этюдов

Практика

Подготовка и воплощение пластического спектакля на основе жизненной ситуации, прозаического произведения, пьесы

5.4 Импровизация

Практика

Этюды на заданную тему, музыку, ситуацию.

5.5 Сценическая акробатика

Теория

Знакомство с исторической трансформацией спортивной акробатики в сценическую.

Практика

индивидуальная акробатика, упражнения в балансировании, шпагаты, мосты, упоры, стойки, перекаты, кувырки, перекидки, перевороты, колесом; парная акробатика: поддержки, седы, стойки, выход на плечи; акробатические композиции и вариации (элементы эксцентрической акробатики; акробатические комбинации и фразы; этюды с использованием элементов акробатики).

Раздел 6. Тренинги

6.1. Развивающий тренинг (координация, реакция).

Практика

Упражнения на гибкость и растяжку; координацию и реакцию и др.

6.2. Пластический тренинг.

Теория

Понятие «пластика».

Практика

Упражнения на расслабление и напряжение; подвижность и выразительность.

6.3. Психофизический тренинг.

Теория

Объяснение понятия психофизические качества актёра.

Практика

Упражнения на развитие чувства пространства, формы, чувство партнёра, инерции движений.

Раздел 7. Репетиционная и концертная деятельность.

7.1 Отработка танцевальных комбинаций, постановка концертных сольных и массовых номеров.

Практика

Работа над техникой исполнения определенных движений, танцевальных элементов. Разучивание сольных и массовых номеров.

1.5 Ожидаемые результаты

Личностные

- Формируется самодисциплина, трудолюбие, способность к преодолению трудностей; воля и ответственность, добросовестность, усердие, уверенность в своих силах.
- Развивается мотивированная потребность к реализации саморазвития и самосовершенствования в сценической деятельности и жизни в целом.
- Формируется способность проявлять критичность к собственным намерениям, мыслям и поступкам; осуществлять нравственный самоконтроль, требовать от себя выполнения моральных норм, давать нравственную оценку своим и чужим поступкам.
- Приобретается позитивный опыт работы в коллективе, развивается чувство товарищества, личной ответственности, взаимопонимания и поддержки.
- Психосаморегуляция, свободное владение своим телом, раскрепощение в движениях.

Метапредметные

- Формируется способность определять цели и задачи творческой деятельности, а также развиваются навыки планирования и реализации решения творческих задач на пути достижения поставленной цели.
- Формируется умение самостоятельного поиска необходимой информации по направлению сценического движения артиста.
- Формируется стремление к творческому самовыражению.

Предметные:

- Формируется понимание основ сценического движения. Приобретается навык выполнения творческих этюдов на заданные темы.
- Приобретается навык координации движений и равновесия тела.
- Формируется понимание базовых понятий ритмопластики: метр, ритм, темп. Формируется умение повторять ритмический рисунок под музыкальное оформление в группе и индивидуально.
- Развивается чувство партнерства, умение включаться в сюжет действия пластикой, мимикой, жестами.

Раздел №2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1 Календарный учебный график программы

№ п/п	Месяц	Неделя	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма Контроля
1.	сентябрь	1	групповое	2	1.1 Вводное занятие. Знакомство с предметом «Основы сценического движения». Основные понятия. Техника безопасности.	наблюдение
2.	сентябрь	1	групповое	2	1.1 Вводное занятие. Знакомство с предметом «Основы сценического движения». Основные понятия. Техника безопасности.	наблюдение
3.	сентябрь	2	групповое	2	1.2 «Правильная осанка», «aplombe»	наблюдение
4.	сентябрь	2	групповое	2	1.2 «Правильная осанка», «aplombe»	наблюдение
5.	сентябрь	3	групповое	2	1.3 Базовый артистический шаг по направлениям (вперед, назад, в сторону)	наблюдение
6.	сентябрь	3	групповое	2	1.3 Базовый артистический шаг по направлениям (вперед, назад, в сторону)	наблюдение
7.	сентябрь	4	групповое	2	1.4 Снятие мышечного напряжения	наблюдение
8.	сентябрь	4	групповое	2	1.5 Пластика рук	наблюдение
9.	октябрь	1	групповое	2	1.5 Пластика рук	наблюдение
10.	октябрь	1	групповое	2	2.1 Индивидуальные двигательные навыки	наблюдение
11.	октябрь	2	групповое	2	2.1 Индивидуальные двигательные навыки	наблюдение
12.	октябрь	2	групповое	2	2.2 Двигательные навыки паре, композиции	наблюдение
13.	октябрь	3	групповое	2	2.2 Двигательные навыки паре, композиции	наблюдение
14.	октябрь	3	групповое	2	2.2 Двигательные навыки паре, композиции	наблюдение
15.	октябрь	4	групповое	2	3.1 Пространственная и двигательная координация	наблюдение
16.	октябрь	4	групповое	2	3.1 Пространственная и двигательная координация	наблюдение
17.	ноябрь	1	групповое	2	3.1 Пространственная и двигательная координация	наблюдение

18.	ноябрь	1	групповое	2	3.2 Равновесие	наблюдение
19.	ноябрь	2	групповое	2	3.2 Равновесие	наблюдение
20.	ноябрь	2	групповое	2	4.1 Метр, ритм, темп	наблюдение
21.	ноябрь	3	групповое	2	4.1 Метр, ритм, темп	наблюдение
22.	ноябрь	3	групповое	2	4.1 Метр, ритм, темп	наблюдение
23.	ноябрь	4	групповое	2	4.2 Музыкальный размер	наблюдение
24.	ноябрь	4	групповое	2	4.2 Музыкальный размер	наблюдение
25.	декабрь	1	групповое	2	4.2 Музыкальный размер	наблюдение
26.	декабрь	1	групповое	2	5.1 Создание творческого образа в танцевальной импровизации	наблюдение
27.	декабрь	2	групповое	2	5.1 Создание творческого образа в танцевальной импровизации	наблюдение
28.	декабрь	2	групповое	2	5.1 Создание творческого образа в танцевальной импровизации	наблюдение
29.	декабрь	3	групповое	2	5.1 Создание творческого образа в танцевальной импровизации	наблюдение
30.	декабрь	3	групповое	2	5.2 Взаимодействие на сцене с партнером	наблюдение
31.	декабрь	4	групповое	2	5.2 Взаимодействие на сцене с партнером	наблюдение
32.	декабрь	4	групповое	2	5.2 Взаимодействие на сцене с партнером	наблюдение
33.	Январь	1	групповое	2	5.2 Взаимодействие на сцене с партнером	наблюдение
34.	Январь	1	групповое	2	5.3 Пластические этюды, спектакли	наблюдение
35.	Январь	2	групповое	2	5.3 Пластические этюды, спектакли	наблюдение
36.	Январь	2	групповое	2	5.3 Пластические этюды, спектакли	наблюдение
37.	Январь	3	групповое	2	5.3 Пластические этюды, спектакли	наблюдение
38.	Январь	3	групповое	2	5.3 Пластические этюды, спектакли	наблюдение

39.	Январь	4	групповое	2	5.3 Пластические этюды, спектакли	наблюдение
40.	Январь	4	групповое	2	5.3 Пластические этюды, спектакли	наблюдение
41.	Февраль	1	групповое	2	5.3 Пластические этюды, спектакли	наблюдение
42.	Февраль	1	групповое	2	5.4 Импровизация	наблюдение
43.	Февраль	2	групповое	2	5.4 Импровизация	наблюдение
44.	Февраль	2	групповое	2	5.4 Импровизация	наблюдение
45.	Февраль	3	групповое	2	5.4 Импровизация	наблюдение
46.	Февраль	3	групповое	2	5.4 Импровизация	наблюдение
47.	Февраль	4	групповое	2	5.5 Сценическая акробатика	наблюдение
48.	Февраль	4	групповое	2	5.5 Сценическая акробатика	наблюдение
49.	Март	1	групповое	2	5.5 Сценическая акробатика	наблюдение
50.	Март	1	групповое	2	5.5 Сценическая акробатика	наблюдение
51.	Март	2	групповое	2	6.1 Развивающий тренинг (координация, реакция)	наблюдение
52.	Март	2	групповое	2	6.1 Развивающий тренинг (координация, реакция)	наблюдение
53.	Март	3	групповое	2	6.1 Развивающий тренинг (координация, реакция)	наблюдение
54.	Март	3	групповое	2	6.2 Пластический тренинг	наблюдение
55.	Март	4	групповое	2	6.2 Пластический тренинг	наблюдение
56.	Март	4	групповое	2	6.2 Пластический тренинг	наблюдение
57.	апрель	1	групповое	2	6.2 Пластический тренинг	наблюдение
58.	апрель	1	групповое	2	6.3 Психофизический тренинг	наблюдение
59.	апрель	2	групповое	2	6.3 Психофизический тренинг	наблюдение
60.	апрель	2	групповое	2	6.3 Психофизический тренинг	наблюдение
61.	апрель	3	групповое	2	6.3 Психофизический тренинг	наблюдение
62.	апрель	3	групповое	2	6.3 Психофизический тренинг	наблюдение
63.	апрель	4	групповое	2	7.1 Отработка танцевальных комбинаций, постановка концертных сольных и массовых номеров	наблюдение
64.	апрель	4	групповое	2	7.1 Отработка танцевальных комбинаций, постановка концертных сольных и массовых	наблюдение

					номеров	
65.	май	1	групповое	2	7.1 Отработка танцевальных комбинаций, постановка концертных сольных и массовых номеров	наблюдение
66.	май	1	групповое	2	7.1 Отработка танцевальных комбинаций, постановка концертных сольных и массовых номеров	наблюдение
67.	май	2	групповое	2	7.1 Отработка танцевальных комбинаций, постановка концертных сольных и массовых номеров	наблюдение
68.	май	2	групповое	2	7.1 Отработка танцевальных комбинаций, постановка концертных сольных и массовых номеров	наблюдение
69.	май	3	групповое	2	7.1 Отработка танцевальных комбинаций, постановка концертных сольных и массовых номеров	наблюдение
70.	май	3	групповое	2	7.1 Отработка танцевальных комбинаций, постановка концертных сольных и массовых номеров	наблюдение
71.	май	4	групповое	2	7.1 Отработка танцевальных комбинаций, постановка концертных сольных и массовых номеров	наблюдение
72.	май	4	групповое	2	7.1 Отработка танцевальных комбинаций, постановка концертных сольных и массовых номеров	наблюдение
				144 ч		

2.2 Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Для реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Основы сценического движения» необходимы следующие условия:

- ✓ хореографический класс, включающий в себя зеркала, станки, специальное половое покрытие;
- ✓ музыкальный центр или компьютер;
- ✓ CD-диски, флешкарта;
- ✓ сценическая площадка для репетиций;
- ✓ подсобное помещение для костюмов и декораций.

Информационное обеспечение

1. Развитие психических и психофизических качеств
https://www.youtube.com/watch?v=i_gPzX9iSS8&t=1s
2. Тренинги
https://www.youtube.com/watch?v=p6sAZ_GOzs4
3. Этюдная работа
<https://www.youtube.com/watch?v=CmMCtUW33So>
4. Упражнения в равновесии
<https://www.youtube.com/watch?v=L3pA-xWrr60>
<https://www.youtube.com/watch?v=PN1suqm0FIU>

2.3 Формы аттестации:

- зачет;
- контрольное занятие;
- концертные и показательные выступления;
- конкурсы.

Для полноценной реализации данной программы используются следующие **виды контроля**:

- текущий – осуществляется посредством наблюдения за деятельностью участников в процессе занятий;
- промежуточный – мониторинговые занятия, творческие выступления;
- итоговый – участие в конкурсах и показах разного уровня.

2.4 Оценочные материалы

Разработан инструментарий программы мониторинга результатов обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Основы сценического движения».

Главный показатель – личностный рост каждого ребенка, его творческих способностей, превращение группы в единый коллектив, способный к сотрудничеству и совместному творчеству.

Чтобы убедиться в прочности знаний и умений, эффективности обучения по данной образовательной программе проводится контроль:

- входящий - педагогическое наблюдение, собеседование с детьми и родителями;
- промежуточный – показательные выступления, участие в концертах и конкурсах;
- итоговый - творческий отчет в форме контрольного занятия или концерта.

При анализе уровня усвоения программного материала учащимися педагог использует таблицы достижений, где усвоение программного материала и развитие других качеств ребенка определяются по трем уровням:

✓ *минимальный* (учащийся освоил программу, но допускает существенные ошибки в знаниях предмета и при выполнении практических заданий);

✓ *средний* (полное освоение программы, но при выполнении заданий учащийся допускает незначительные ошибки);

✓ *максимальный* (высокий образовательный результат, полное освоение содержания программы).

Таблица оценки освоения наиболее важных знаний и умений по программе первого модуля обучения

№ п/п	Фамилия Имя ребенка	Знания									Умения					
		Специальные термины			Правильное выполнение упражнений на основе раз. муз. ритмов			Самостоятельное составление раз. танцевальных комбинаций (в игровой форме)			Умение ориентироваться на сценической площадке			Техника исполнения		
		мин	сред	мак	мин	сред	мак	мин	сред	мак	мин	сред	мак	мин	сред	мак
1																
2																
3																
4																
5																

2.5 Методические материалы

Для реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по хореографии «Основы сценического движения» необходимо следующее методическое обеспечение:

- музыкальное сопровождение (фонограммы), необходимое для реализации программы;
- игровой материал (в процессе обучения используются игрушки, атрибуты с целью побуждения детей к более выразительному исполнению движений);

На занятиях по основам сценического движения используются следующие **методы обучения**:

- объяснительно – иллюстративный метод (описание, объяснение, беседа);
- метод психологического воздействия (строится на основе двигательной экспрессии, мимики, пантомимы);
- репродуктивный метод;
- метод контроля и самоконтроля.

2.6 Список литературы

*для педагогов

1. Бочкарёва, Н.И. Ритмика и хореография: учебно–методический комплекс / Н.И. Бочкарёва; - Кемерово, 2000. – 101 с. — Текст: непосредственный
2. Буренина, А.И. Ритмическая мозаика (программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста) / А.И. Буренина. – СПб: ЛОИРО, 2000. – 220 с. — Текст: непосредственный
3. Геращенко, В.П. Основы танцевального искусства. Комплексная программа: методические рекомендации / В.П. Геращенко; – Кемерово, 1995. – 38 с. — Текст: непосредственный
4. Полятков, С. С. Основы современного танца [Текст] / С. С. Полятков. – Ростов – на Дону: Феникс, 2005. – 80 с. — Текст: непосредственный
5. Смирнова. Н. Г., Бочкарёва. Н. И. Уроки хореографии в образовательных учреждениях: учебно - методическое пособие / Н. Г. Смирнова, Н. И. Бочкарёва. – Кемерово, 1996. – 115 с. — Текст: непосредственный
6. Фирилёва, Ж.Ё., Сайкина, Е.Г. Са-фи-дансе (танцевально-игровая гимнастика для детей) / Ж.Ё. Фирилёва, Е.Г. Сайкина. - СПб.: Детство-пресс, 2006. - 352 с. — Текст: непосредственный

*для обучающихся

1. Браиловская, Л. В. Самоучитель по танцам / Л.В. Браиловская. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2003. – 166 с. — Текст: непосредственный
2. Васильева, Т. К. Секрет танца / Т. К. Васильева. - Санкт-Петербург: Диамант, 1997. – 199 с. — Текст: непосредственный
3. Полятков, С. С. Основы современного танца / С. С. Полятков. – Ростов – на Дону: Феникс, 2005. – 80 с. — Текст: непосредственный
4. Школьников, Л. Рассказы о танцах / Л. Школьников. – М.:Советская Россия, 1966. – 204 с. — Текст: непосредственный