**Учебный план
Студии современного танца «Драйв»**

№ п/п	Предмет	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Современный танец 1 год обучения	180	14	166	Открытые занятия, мониторинг, текущий контроль, отчётный концерт
2	Современный танец 2 год обучения	180	18	162	Открытые занятия, мониторинг, текущий контроль, отчётный концерт
1	Современный танец 3 год обучения	180	22	158	Открытые занятия, мониторинг, текущий контроль, отчётный концерт
	Итого:	540	53	235	

№ п/п	Тема	Количество часов								
		1 год			2 год			3 год		
		Всего	Теория	Практика	Всего	Теория	Практика	Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие	2	1	1	2	1	1	2	1	1
2	Основы джаз-модерн танца	40	8	32	20	4	16	20	4	32
	Основные положения рук и позиций ног в джаз-модерне	10	2	8	-	-	-	-	-	-
	Виды plie	10	2	8	-	-	-	-	-	-
	Движения contraction	10	2	8	-	-	-	5	1	4
	Движения release	10	2	8	-	-	-	5	1	4
	Культура сценического образа	-	-	-	10	2	8	10	2	8
	Уровни	-	-	-	10	2	8	-	-	-
3	Разогрев	30	-	30	30	4	26	30	4	26
	Изоляция	15	-	15	9	1	8	9	1	8
	Координация 1-ого, 2-х, 3-х центров	15	-	15	9	1	8	9	1	8
	Упражнения для позвоночника	-	-	-	6	1	5	6	1	5
	Партерный экзерсис	-	-	-	6	1	5	-	-	-
4	Кросс	28	-	28	28	-	28	28	-	28
5	Упражнения и танцевальные комбинации на середине зала	28	1	27	48	6	42	50	10	40
	Упражнения на развитие гибкости позвоночника	6	-	6	-	-	-	-	-	-
	Стретчинг	6	-	6	-	-	-	-	-	-
	Вращения	6	-	6	-	-	-	-	-	-
	Изучение движения Flat back	5	0,5	4,5	-	-	-	-	-	-
	Упражнение «Четыре точки»	5	0,5	4,5	-	-	-	-	-	-
	Hip lift	-	-	-	4	0,5	3,5	-	-	-
	Техника исполнения движений twist (наклон с изменением направления движения); Twist topca	-	-	-	4	0,5	3,5	-	-	-

Изучение простейших комбинаций в стиле «афро-джаз»	-	-	-	4	0,5	3,5	-	-	-
Изучение pas de bourre	-	-	-	4	0,5	3,5	-	-	-
Хлопушки в стиле «афро»	-	-	-	4	0,5	3,5	-	-	-
Комбинация в стили афро-джаз	-	-	-	4	0,5	3,5	-	-	-
Работа над комбинациями	-	-	-	4	0,5	3,5	-	-	-
Повороты на двух ногах	-	-	-	4	0,5	3,5	-	-	-
Повороты на одной ноге	-	-	-	4	0,5	3,5	-	-	-
Releve	-	-	-	4	0,5	3,5	-	-	-
Battement tendu	-	-	-	4	0,5	3,5	-	-	-
Flat back	-	-	-	4	0,5	3,5	-	-	-
Техника исполнения движения Deep body bent	-	-	-	-	-	-	2,5	0,5	2
Движение за счет падения и подъема тяжести корпуса, его построение по синусоиде	-	-	-	-	-	-	2,5	0,5	2
Свинговые раскачивания рук, корпуса, головы, пелвиса	-	-	-	-	-	-	2,5	0,5	2
Drop	-	-	-	-	-	-	2,5	0,5	2
Техника исполнения high release	-	-	-	-	-	-	2,5	0,5	2
Передвижение в пространстве: flat step, camel walk	-	-	-	-	-	-	2,5	0,5	2
Упражнения «Мультиплицированные шаги»	-	-	-	-	-	-	2,5	0,5	2
Plie	-	-	-	-	-	-	2,5	0,5	2
Battement tendus	-	-	-	-	-	-	2,5	0,5	2
Battement jetes	-	-	-	-	-	-	2,5	0,5	2
Grands battment jetes	-	-	-	-	-	-	2,5	0,5	2
Pas de bourre tn dehors et en dedans со скользящими прыжками в продвижении по диагонали, с вращениями	-	-	-	-	-	-	2,5	0,5	2
Adagio с использованием движений корпуса	-	-	-	-	-	-	2,5	0,5	2
Комплекс партерных позиций и положений, партерных растяжек (стретчинг)	-	-	-	-	-	-	2,5	0,5	2

	Комбинация, развивающая умение распределять напряжение	-	-	-	-	-	-	2,5	0,5	2
	Комбинации, включающие в себя движения, развивающие гибкость позвоночника: flat back, deep body bend, roll dawn, roll up.	-	-	-	-	-	-	2,5	0,5	2
	Простейшие комбинации в технике танца модерн исполнения contraction, release, high release со сменой уровней	-	-	-	-	-	-	2,5	0,5	2
	Простейшие повороты по кругу, вокруг изображаемой оси со связующими шагами («треплет»)	-	-	-	-	-	-	2,5	0,5	2
	Повороты и вращения с элементами pas de buorre, прыжками и движениями корпуса	-	-	-	-	-	-	2,5	0,5	2
	Работа над поворотами на одной ноге		-	-	-	-	-	2,5	0,5	2
	Техника исполнения движения Deep body bent	-	-	-	-	-	-	2,5	0,5	2
6	Основы импровизации	10	2	8	10	1	9	8	1	7
	Приёмы импровизации	10	2	8	8	1	7	3	1	2
	Свободная импровизация под музыку в стиле «афро»	-	-	-	2	-	2	-	-	-
	Работа с партнёром	-	-	-	-	-	-	5	1	4
7	Итоговое занятие по пройденному материалу	2	-	2	2	-	2	2	-	2
8	Постановочная работа	35	2	33	35	2	33	35	2	33
	Прослушивание музыки и рассказ о сюжете номера	5	2	3	5	2	3	5	2	3
	Разучивание отдельных движений и комбинаций	25	-	25	25	-	25	25	-	25
	Отработка танцевального номера	15	-	15	15	-	15	15	-	15

9	Концертное выступление	5	-	5	5	-	5	5	-	5
	Итого	180	14	166	180	18	162	180	22	158
ВСЕГО 540										

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 133397933100110045794213742499444592196809849225

Владелец Анашкина Виктория Викторовна

Действителен с 08.08.2025 по 08.08.2026