

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**ЦЕНТР  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ  
им. В. Волошиной**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**по хореографии  
«СОВРЕМЕННАЯ  
ХОРЕОГРАФИЯ»**

**ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ**



## Содержание

Пояснительная записка .....	3
Цель и задачи программы.....	6
Содержание программы первого этапа обучения.....	7
Содержание программы второго этапа обучения.....	13
Содержание программы третьего этапа обучения.....	19
Планируемые результаты.....	27
Условия реализации программы.....	29
Формы контроля.....	29
Оценочные материалы.....	29
Методические материалы.....	30
Список литературы для педагога.....	31
Список литературы для учащихся.....	34

## Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Современная хореография» является программой **художественной направленности**.

**Актуальность программы.** Среди множества форм художественного воспитания детей хореографическое искусство занимает особое место, так как обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Синкретичность танцевального искусства подразумевает развитие чувства ритма, умение слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность. Занятия танцем формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актерском мастерстве, и, безусловно, оказывает положительное воздействие на здоровье детей.

Данная дополнительная общеразвивающая программа «Современная хореография» включает в себя комплексное творческое развитие как коллектива детей, так и отдельного ребенка путем художественного воспитания и разработана на три этапа обучения, на каждый этап отводится 3 года обучения:

1 этап обучения (подготовительный) - формирование практических знаний, умений и основ классического танца и джаз-модерн танца;

2 этап обучения (базовый) - углубленное изучение классического танца, джаз – модерн танца и выработка правильности и частоты исполнения, развитие устойчивости, координации, силы стопы ног путем пройденных движений, развитие техники исполнения упражнений в более быстром темпе;

3 этап обучения (продвинутый) - закрепление основ хореографической азбуки классического танца, лексически сложенный материал. В «модерн-джаз» танце – отличная техника, эмоциональность и импровизация. Умение использовать все эти качества в многочисленных комбинациях этюдной работе и концертных номерах (репертуарный план). Овладение отличной исполнительской культурой и мастерством для участия в конкурсах хореографического творчества и отчетных концертов коллектива.

**Отличительная особенность программы** заключается в том, что она составлена с учетом введения нового вида хореографического искусства – модерн-джаз танца, который является профилирующим на современной эстраде. Это динамично развивающаяся система, органично соединяющая технику джазового танца, танца-модерн и классического балета. В основу данной программы положена школа классического танца А. Вагановой и

программа предмета «Модерн – джаз танец» В.Ю.Никитина, доцента Российской академии театрального искусства.

В программе представлены все основные стили джаз-модерн танца: классический джаз, американский джаз-модерн, джаз-бит, джаз-рок, фанк-джаз, афро-джаз и хип-хоп. Применение этих техник в обучении имеет большой физиологический и эстетический аспект: дети учатся быстрее владеть своим телом, укрепляются мышцы, улучшается осанка. В работе задействованы все группы мышц, на них дается равномерная нагрузка. Быстрее развивается гибкость, эластичность мышц, сила и выносливость, столь необходимые при исполнении танцев. Также дети эмоционально раскрепощаются, что дает импульс для развития импровизационных способностей.

В дополнительную общеразвивающую программу заложен большой теоретический курс по истории хореографии и музыкального искусства, позволяющий заложить основы музыкальной культуры и расширить кругозор воспитанников. Практическое изучение основ классического танца, основных элементов танцев «модерн», «джаз», стиля хип-хоп наряду с освоением манеры и эмоционального характера каждого из изучаемых джазовых направлений

**Адресат программы:** учащиеся от 6 до 18 лет, имеющие одаренности к джазовому танцу.

1 этап обучения (подготовительный) – дети дошкольного и младшего школьного возраста: 6 – 9 лет;

2 этап обучения (базовый) – дети среднего школьного возраста: 10 –13 лет;

3 этап обучения (продвинутый) – старший школьный возраст: 14 – 18 лет.

**Объем программы:** 2592 ч.

Основные направления	1 этап обучения (3 года обучения)			2 этап обучения (3 года обучения)			3 этап обучения (3 года обучения)		
	216 ч. на каждый год обучения (всего 648ч.)			324 ч. на каждый год обучения (всего 972ч.)			324 ч. на каждый год обучения (всего 972ч.)		
	теор.	прак	пост. раб.	теор.	прак	пост. раб.	теор.	прак	пост. раб.
Классический танец (занятия)	111	222	-	72	252	-	27	261	-
Модерн-джаз танец (занятия)	36	180	-	36	288	216	45	360	216
Теоретический курс по истории хореографии и музыкального искусства	90	9	-	90	18	-	45	18	-

**Формы организации образовательного процесса:** групповые и индивидуальные занятия.

**Виды занятий:** практический показ, прослушивание музыки и видеообразов, беседы. Учащиеся работают по этапному плану с постоянным усложнением поставленных задач. Обучение проходит в группах, которые формируются с учетом возрастных особенностей. У всех возрастных групп параллельно проводятся занятия по классическому танцу и теоретическое обучение по истории хореографии и музыкального искусства.

**Срок освоения программа:** 9 лет

**Режим занятий.**

На первом этапе обучения занятия проводятся 2 раза в неделю по 3 часа. Постановочная работа входит в эти часы.

На втором этапе обучения занятия проводятся 3 раза в неделю по 3 часа. Постановочная работа входит в эти часы.

На третьем этапе обучения занятия проводятся 3 раза в неделю по 3 часа (групповые), постановочная работа входит в эти часы.

## Цель и задачи программы

**Целью** дополнительной общеразвивающей программы является становление индивидуально творческой личности средствами хореографического искусства и воспитание танцевальной культуры учащихся в условиях дополнительного образования.

В процессе обучения реализуются следующие **задачи**:

- обучать танцевальным техникам и элементам модерн-джаз танца и классического танца;
- развивать общую физическую подготовку (силу, выносливость, ловкость);
- развивать танцевальные данные (выворотность, гибкость, прыжок, шаг, устойчивость и координацию);
- развивать ритмичность, музыкальность, артистичность и эмоциональную выразительность;
- воспитывать у детей трудолюбие, терпение, чувство взаимопомощи, коллективизма навыков коммуникативного общения;
- воспитывать стремление к творческому самовыражению, к грамотному овладению знаниями, пониманию прекрасного;
- развивать самостоятельность, ответственность, активность, аккуратность;
- формировать художественно – эстетический вкус и общую культуру.

**Содержание программы**  
**1 этап обучения (подготовительный)**  
**Учебный план**

**Количество часов на каждый год обучения 1 этапа обучения отводится по 216 ч.**

№ п/п	Название раздела, темы	Кол-во часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1</b>	<b>Классический танец</b>	<b>111</b>	<b>37</b>	<b>74</b>	
1.1	Введение в дополнительную общеразвивающую программу	3	1	2	
1.2	Упражнения у станка	45	15	30	Контрольная точка Класс-концерт
1.3	Упражнения на середине зала	42	15	27	Контрольная точка Класс-концерт
1.4.	Allegro (прыжки)	21	6	15	Класс-концерт
<b>2</b>	<b>Модерн – джаз - танец</b>	<b>72</b>	<b>12</b>	<b>60</b>	
2.1.	Упражнения на середине зала	30	3	27	Контрольная точка Класс-концерт
2.2	Работа в уровнях (верхний, средний, нижний)	24	6	18	Класс-концерт
2.3	Кросс. Передвижение в пространстве.	12	3	9	Контрольная точка
2.4	Комбинации, импровизации и этюдная работа	6		6	Класс-концерт
<b>3</b>	<b>Теоретический курс по истории хореографии и музыкального искусства</b>	<b>33</b>	<b>30</b>	<b>3</b>	
3.1	Танцевальное искусство – как жанр художественного воздействия	6	6		Тестирование
3.2	Русский балетный театр	12	12		Выставка рисунков Тестирование
3.3	Музыка, как один из видов искусства	15	12	3	Контрольное прослушивание музыки по жанрам
		<b>216</b>	<b>79</b>	<b>137</b>	

## Содержание учебного плана

### 1 этап обучения (подготовительный)

#### **1.Классический танец**

Основные задачи первого года обучения: постановка ног, рук, корпуса и головы на простейших упражнениях классического тренажа. Классический танец служит фундаментом в развитии пластичности и выразительности у детей.

#### **1.1.Введение в дополнительную общеразвивающую программу**

#### **1.2.Упражнения у станка**

*Теория:* понятие – preparation. Постановка корпуса – aplomb. Понятие опорная и рабочая нога.

*Практика:* вырабатывают правильную постановку и устойчивость корпуса «aplomb», который при экзерсисе должен держаться на опорной ноге.

Позиции рук (подготовительная – руки свободно опущены вниз, кисти обращены ладонями к ноге; I позиция – руки впереди; II позиция – руки в стороны; III позиция – руки подняты вверх).

Позиции ног (I позиция – пятки ног соприкасаются, носки разведены в стороны; II позиция - носки разведены в стороны, между ступнями расстояние; V позиция – ступни ног сомкнуты, пятка правой ноги соприкасается с носком левой ноги и наоборот).

Demi – plie (полуприседание) – проучивание на музыкальный размер 3/4 в медленном темпе по I, II и V позиции.

Battement tendu (вытягивание ноги) – проучивается сначала в сторону по I позиции, музыкальный размер 2/4, темп медленный. Затем проучивают вперед и назад по V позиции.

Battement tendu jete (маленький бросок) – проучивается лицом к станку в сторону по I позиции, музыкальный размер 2/4. Затем проучивают вперед и назад по I и V позиции.

Rond de jambe par terre (полукруг ногой по полу) вперед и назад, музыкальный размер 3/4, темп медленный. Проучивается лицом к станку из I позиции. Затем делается боком к станку.

Положение ноги на sur le cou – de – pied (условное впереди – вытянутый носок рабочей ноги примыкает к щиколотке опорной ноги; условное сзади – пятка находится сзади на щиколотке опорной ноги; обхватное или основное – пятка рабочей ноги примыкает к щиколотке опорной ноги, носок направлен вниз и как бы охватывает щиколотку).

Relevé (поднимание на полупальцы на двух ногах и одной ноге) выполняется по I, II и V позиции лицом к станку. Разучивается по I, затем II и V позиции. Музыкальный размер 2/4 и 3/4. Темп умеренный.

Battement relevé lent на 90° (поднимание ноги из I позиции вперед, назад, в сторону, крестом. Музыкальный размер 3/4. Темп умеренный.

Grand battement jete (большой бросок ноги вверх под прямым углом для широкого и свободного шага). Разучивается в сторону по I позиции, затем по V позиции во всех направлениях. Музыкальный размер 2/4 или 4/4. Темп умеренный.

Перегибы корпуса (назад и боковое). Исполняется лицом к станку. Музыкальный размер 3/4. Темп умеренный.

*Форма контроля:* Контрольная точка. Класс-концерт.

### **1.3. Упражнения на середине зала**

*Теория:* понятие «Схема танцевального зала». Понятие Epaulment (положение тела, определяемое поворотом корпуса, плеч и головы).

*Практика:* освоение Epaulment croise (в 8 точке зала с поворотом головы направо).

Epaulment efface (корпус повернут ко 2 точке зала с поворотом головы налево. Затем проучивается вперед и назад.

Положение корпуса en face (прямо на зеркало в 1 точку зала) – фронтальное движение.

Первое port de bras – перевод рук из позиции в позицию из I в III, из III во II и затем подготовительную. Музыкальный размер 3/4. Темп медленный. Исполняется из положения en face в I и V позиции.

Третье port de bras (перевод рук с перегибом корпуса вперед, в бок и назад через II позицию в III).

*Форма контроля:* Контрольная точка. Класс-концерт.

### **1.4. Allegro (прыжки)**

*Теория:* понятие прыжки (маленькие, большие, последовательные, с ноги на ногу).

*Практика:* освоение Temps leve sauté (маленькие прыжки с вытянутыми ногами из demi plie по I, II и V позиции). Музыкальный размер 2/4. Темп средний.

Chandement de pieds (маленький или большой прыжок по V позиции с переменной ног в воздухе).

Pas balancé. 3.3. Pas echappe (два последовательных прыжка, один из которых делается из V позиции и переводится во II позицию в воздухе, второй прыжок делается из II позиции и переводится в V позицию).

Ras balancé (прыжок с ноги на ногу из V позиции). От слова балансировать.

*Форма контроля:* Класс концерт.

## **2. Модерн – джаз - танец**

### **2.1. Упражнения на середине зала**

*Теория:* понятия позиция рук, позиция ног, изоляция, координация.

*Практика:* освоение позиции рук (нейтральное – руки расположены вдоль торса; press – position – локти согнуты, ладони впереди на косточках таза; I позиция – руки перед торсом (в округленном или вытянутом положении); II позиция – руки раскрыты в сторону; III позиция – руки над головой).

Позиции ног (системы Джордано) – I параллельная позиция, аут – позиция аналогична классической; II параллельная – стопы параллельны и между ними расстояние, аут – позиция аналогична классической II позиции.

Положение ноги point (стопа натягивается) и flex (стопа сокращается). Изоляции в джазовом танце подвергаются все центры от головы до ног.

Изоляции головы (наклоны вперед и назад; наклоны вправо и влево, повороты вправо и влево; sundry – вперед-назад и из стороны в сторону).

Изоляции плеч (подъем одного или двух плеч вверх; движение плеч вперед-назад; twist плеч, шейк плеч).

Изоляции грудной клетки (движение из стороны в сторону, движение вперед-назад, подъем и опускание).

Изоляции пелвиса (бедер) – движение вперед-назад, из стороны в сторону, hip lift – подъем бедра вверх, shimmy – свинговое раскачивание.

Изоляции рук (движение руками вытянутыми и в позициях; каждая часть руки – кисть, предплечье, пальцы – двигаются изолированно одна от другой).

Изоляции ног (стопа, голеностоп – двигаются изолированно; движение голеностопа из стороны в сторону и вперед-назад, круговые движения).

Координация изолированных центров (координируются два, три, четыре центра в одновременном параллельном движении. Свинговое раскачивание головой и пелвисом вперед-назад, из стороны в сторону, то же оппозиционно. Полукруги пелвисом и головой справа налево и слева направо, то же оппозиционно). На первом этапе обучения музыкальное сопровождение – четные ритмы: 2/4, 4/4, 6/8. Затем нечетные ритмы: 5/4, 7/8, 9/8.

Упражнения для позвоночника (наклоны торса – flat back, изгибы торса – керф – загиб верхней части позвоночника вперед или в сторону, body roll – «волна» – фронтальная назад и в боковой плоскости).

1. *Форма контроля:* Контрольная точка. Класс-концерт.

### **2.2 Работа в уровнях**

*Теория:* понятие верхний уровень (на полупальцах исполняются движения в изоляции), средний уровень (на всей стопе проучиваются движения на координацию), нижний уровень (колени согнуты, проучиваются движения в изоляции).

*Практика:* освоение Frog-position – уровень сидя (колени согнуты, стопы вместе).

Позиции ног в партере (I позиция – ноги вместе, вытянуты вперед; II позиция – ноги разведены в стороны; V позиция – ноги согнуты в коленях, одна стопа перед другой).

Уровень - лежа (исполнение упражнений на спине, на животе, на боку).

Упражнения стрейч-характера («растяжки»). Фиксированные наклоны торса к ногам. Пульсирующие наклоны торса. Открытые ноги с помощью руки или обеих рук из положения «сидя» и «лежа на спине».

*Форма контроля:* Класс-концерт.

### **2.3 Кросс. Передвижение в пространстве**

*Теория:* понятия шаги, вращения, прыжки.

*Практика:* освоение - шаги (примитива – исполняются в позе коллапса, с трамплинным покачиванием). Flat step - camel walk – «верблюжья ходьба» и latin walk (латин уорк).

Вращения (повороты на двух ногах – «трехшаговый поворот». Corksrew повороты. Tour chaine – как в классическом танце, но со сменой уровня вращения (на полупальцах, на полной стопе на demi-plie). Повороты на одной ноге (техника туров и пируэтов). Четвертной поворот (на двух ногах по точкам зала).

Прыжки (jump, leap, hop).

*Форма контроля:* Класс-концерт.

### **2.4 Комбинации, импровизации и этюдная работа**

*Практика:* освоение комбинации в партере (положение contraction и release). Спирали и твисты торса.

Этюдная работа для танцевального номера «Под парусом мечты летит планета детства...» (использование прыжков jump, leap, hop для составления танцевальных комбинаций, шагов и вращений).

*Форма контроля:* Класс-концерт.

## **3. Теоретический курс по истории хореографии и музыкального искусства**

Цель курса – развитие хореографической и музыкальной культуры детей, их эмоционального восприятия музыки и танца, глубокого понимания их содержания. Воспитание личности, ее музыкально-эстетических чувств, вкуса, потребностей в общении с художественно ценными произведениями.

### **3.1 Танцевальное искусство – как жанр художественного воздействия.**

*Теория:* понятие о танце. Истоки танцевального искусства. Балет – как вид музыкально-сценического искусства («балетный спектакль», «балерина», «танцовщик»). Формы сценического танца (сольные номера, па-де-де, па-де-труа, падекатр). Средства выражения сценического танца (танцевальная техника, свод упражнений).

*Формы контроля:* Тестирование

### **3.2 Русский балетный театр**

*Теория:* Балеты-сказки П.И. Чайковского «Щелкунчик», «Лебединое озеро», «Спящая красавица» - общее ознакомление с либретто, прослушивание музыки, просмотр репродукций и иллюстрационного материала. А. К. Глазунов «Раймонда» - знакомство с либретто и прослушивание отрывков балета. Р. Щедрин «Конек-Горбунок» - прослушивание музыкальных отрывков. Великие русские балетмейстеры: Иванов А. А., Горский А. А., Фокин М. М. – общий обзор. Великие исполнители русского балета: А.П. Павлова, Е.В. Гельцер, В.Ф. Нижинский.

*Практика:* анализ прослушанных музыкальных отрывков и создание рисунков «Русский балетный театр».

*Формы контроля:* Выставка рисунков. Тестирование.

### **3.3 Музыка, как один из видов искусства**

*Теория:* Язык музыки: мелодия, ритм, гармония, регистр, тембр. Жанры в музыке: вокал, инструментальная музыка, оперетта, опера, балет. Музыка в театре (Григ «Пер Гюнт» – общий обзор).

*Практика:* анализ прослушанных музыкальных отрывков по жанрам.

*Формы контроля:* Контрольное прослушивание музыки по жанрам

## Содержание программы второго года обучения

### Учебный план

#### 2 этап обучения (базовый)

Количество часов на каждый год обучения 2 этапа обучения отводится по 324 ч.

№ п/п	Название раздела, темы	Кол-во часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1</b>	<b>Классический танец</b>	<b>108</b>	<b>24</b>	<b>84</b>	
1.1	Упражнения у станка	54	12	42	Контрольная точка Класс-концерт
1.2	Упражнения на середине зала	27	6	21	Контрольная точка
1.3	Allegro (прыжки)	27	6	21	Класс-концерт
<b>2</b>	<b>Модерн – джаз - танец</b>	<b>108</b>	<b>12</b>	<b>96</b>	
2.1	Упражнения на середине зала	45	9	36	Контрольная точка Класс-концерт
2.2	Кросс. Передвижения в пространстве.	39		39	Контрольная точка
2.3	Комбинации, импровизации и этюдная работа	24	3	21	Класс-концерт
<b>3.</b>	<b>Постановочная работа и сводные репетиции (репертуарный план)</b>	<b>72</b>		<b>72</b>	<b>Городской конкурс</b>
<b>4.</b>	<b>Теоретический курс по истории хореографии и музыкального искусства</b>	<b>36</b>	<b>30</b>	<b>6</b>	
4.1	Звезды исполнительского мастерства и балетмейстерского искусства	18	15	3	Тестирование Викторина Опрос
4.2	Музыкальный курс из истории джаза	18	15	3	Викторина «Угадай мелодию»
	<b>Итого:</b>	<b>324</b>	<b>66</b>	<b>258</b>	

## Содержание учебного плана

### 2 этап обучения (базовый)

Основными задачами второго года обучения являются: выработка правильности и чистоты исполнения, развитие устойчивости, координации, силы стопы ног путем увеличения количества пройденных движений, развитие техники исполнения упражнений в более быстром темпе.

#### **1. Классический танец**

##### **1.1 Упражнения у станка**

*Теория:* закрепляем понятия preparation, постановка корпуса – aplomb, опорная и рабочая нога.

*Практика:* освоение Relevé (поднимание на полупальцы). (Музыкальный размер 2/4 или 3/4. Темп умеренный. Исполняется в I и V позиции. Вытянув колени, поднимаются на полупальцы обеих ног, или одной и, опускаясь, ставят пятки на пол).

Demi-plié (полуприседание) в маленьких позах. (Проучивание поз ecrasement (croisse и efface) у станка. Соединение plié с позами рук).

Battement tendu (вытягивание ноги) в I и V позиции. (Соединение plié с позами рук).

Battement tendu jete по V позиции в маленьких позах. (Положение ecrasement–croisse и efface у станка и соединение движений с позами рук).

Battement fondu (плавное приседание на одной ноге). (Разучивание в сторону. Музыкальный размер 3/4. Темп медленный. Разучивание вперед и назад).

Battement frappé (легкий удар стопой ноги о щиколотку). (Проучивание в сторону. Музыкальный размер 3/4. Темп умеренный, затем быстрый).

Passé (положение ноги, при котором согнутая в колене нога подводится ступней под колено опорной ноги. Passé служит подготовкой к developpe. Музыкальный размер 3/4. Темп медленный).

Battement developpe (сгибание и разгибание ноги). (Упражнение, состоящее из медленного, плавного сгибания и разгибания в воздухе работающей ноги. Проучивание вперед, в сторону и назад (крестом). Музыкальный размер 3/4. Темп медленный).

Pas de bourré simple (связующее движение, переход с ноги на ногу с положением ноги на sou-de-pied, то впереди, то сзади. Проучивание V позиции, правая нога впереди. Музыкальный размер 4/4).

*Формы контроля:* Контрольная точка. Класс-концерт.

##### **1.2 Упражнения на середине зала**

*Теория:* закрепляем понятие «Схема танцевального зала», Epaulment (положение тела, определяемое поворотом корпуса, плеч и головы).

*Практика:* освоение полуповорот и полный поворот на двух ногах. (Музыкальный размер 4/4. V позиция. Руки по II позиции en face. Проучивается полуповорот на обеих ногах в левую сторону в точку 5. Полный поворот исполняется по тому же принципу, взгляд задержать в «точке» начала поворота и быстро перевести в «точку» завершения поворота).

Маленькие позы, заключающие движения (croise вперед, croise назад, efface вперед, efface назад. Положение корпуса, рук и головы под углом 45° по отношению к зрителю).

Элементарные адажио (adagio), (составляется комбинация на 32 такта из проученных движений: passe ,developpe, маленьких поз).

II port de bras (упражнение для рук – в V позиции, правая нога впереди, epaulment–croisse, музыкальный размер 3/4).

*Формы контроля:* Контрольная точка.

### **1.3 Allegro (прыжки)**

*Теория:* закрепляем понятие прыжки («лисий», маленькие, большие, последовательные, с ноги на ногу).

*Практика:* освоение Pas glissade («лисий прыжок»). (Проучивается в сторону, затем вперед и назад из V позиции).

Pas echarpe в маленьких позах. (Движение исполняется с переменной ног, во время прыжка из II позиции в V позицию, заканчивается в позе epaulment–croisse или efface).

Pas assumable. (Проучивание из V позиции, левая нога впереди, в сторону, затем проучивается вперед и назад, как на месте так и с продвижением).

Pas balancé (в сторону с подменной ноги). Проучивание из V позиции, правая нога впереди, левая нога на sou-de-pied сзади. Музыкальный размер 2/4. Проучивание в обратном направлении и быстром темпе, без пауз.

*Формы контроля:* Класс-концерт.

## **2. Модерн - джаз - танец**

### **2.1 Упражнение на середине зала**

*Теория:* закрепляем понятия позиция рук, позиция ног, положения тела во время разогрева, комплексы изоляций, координация.

*Практика:* разогрев с использованием уровней. (Смена нескольких положений учащегося во время разогрева: «сидя», «лежа». Использование упражнений стрейтч-характера, наклонов и твистов торса. Проучивание единой комбинации разогрева, состоящее из нескольких движений).

Комплексы изоляций. (Голова: комбинация из движений и геометрических фигур, изученных ранее, sundari-квадрат и sundari-круг, соединение движений головы с другими центрами. Плечи: разноритмические комбинации, соединение с движениями других центров. Грудная клетка: круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскости; разноритмические комбинации. Пелвис: соединение в комбинации изученных движений, hip lift, полукруги и круги одним бедром. Руки: соединение остальных центров и с шагами. Ноги: соединение с движениями других изолированных центров, с движениями торса (спираль, твист, contraction и release).

Сочетания различных ритмов во время движения. (Исполнение движений со сменой ритма, синкоп и т. д. Один центр медленно и плавно, другой акцентированно и резко).

Вращения на двух ногах. (Изучение I параллельной позиции ног и полуповорот на 180°, и еще один полуповорот на 180°). Поворот на одной ноге на 360° (нога на passé или в положении attitude). Спина - ось вращения, голова – «держит точку»).

Бицентриа (Движения двух центров в параллель и оппозицию).

Трицентриа (Три центра исполняется движение в параллельном направлении).

Соединение движений нескольких центров (Координация четырех и более центров, которая осуществляется с одновременным импульсом).

Падения и подъемы. (Проучивание падений – боковых, на спину и использование их в комбинациях).

Упражнения стрэйч-характера в соединении с твистами и спиралью торса. (Керф – загиб в верхней части позвоночника. Arch – «арч» и Body roll. Adagio с использованием tilt (угла) и lay out или «Т» – позиция в соответствии с позами классического танца).

Перемещения из одного уровня в другой. (Из уровня «стоя» в уровень «на четвереньках», затем в уровень «стоя на коленях», затем в уровень «сидя» и «лежа». Использование изоляций головы, плеч, грудной клетки, пелвиса, рук и ног в различных уровнях).

*Формы контроля:* Контрольная точка. Класс-концерт.

## **2.2 Кросс. Передвижения в пространстве**

*Теория:* закрепляем понятия шаги, шаги по квадрату, диагонали и по кругу. Шаги с мультипликацией. Основные шаги афро-танца.

*Практика:* освоение - шаги по квадрату, диагонали и по кругу (С движением пелвиса вперед-назад при каждом шаге, из стороны в сторону, с «восьмеркой», с подъемом бедра вверх на каждый шаг. Аналогичные

движения грудной клетки. Шаги с движением рук вдоль тела «locomotor» и с поворотами головы, с полукругами головой свингового характера, с движением плеч вверх-вниз, с твистом, шейком. Исполнение jelly roll во время шага).

Шаги с мультипликацией. (Использование мультиплицированных движений с дополнительными акцентами. Использование нескольких движений в промежутке между шагами при одном переносе веса тела. Триплет – комбинации трех шагов на два счета).

Основные шаги афро-танца. (Исполнение в позе «коллапса», колени согнуты, стопы в параллельном положении. Легкое трамплинное покачивание. Неизменность уровня расположения тела).

Триплеты с продвижением вперед назад и по кругу. (Два шага на полупальцах и шаг tombe. Триплет из стороны в сторону «step boll change». Координация рук при триплете – «оппозиция». Усложнение триплета твистами и спиралями торса с contraction и release).

Contraction и release во время передвижений. (Сокращение и расширение тела во время шагов).

«Штопор». (Смена уровней положения тела во время вращения на месте. Постепенное сгибание коленей и опускание вниз или поднятие вверх (постепенное)).

*Формы контроля:* Контрольная точка.

### **2.3 Комбинации, импровизации и этюдная работа**

*Теория:* понятие развернутых комбинаций с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней, различных способов вращения.

*Практика:* освоение комбинации в партере (положение contraction и release). Спирали и твисты торса.

Этюдная работа для танцевального номера «Под парусом мечты летит планета детства...» (использование прыжков jump, leap, hop для составления танцевальных комбинаций, шагов и вращений).

Проучивание развернутых комбинаций. (Сочетания из нескольких шагов, прыжки и вращения по диагонали класса с активным продвижением вперед на 32 такта музыки).

*Форма контроля:* Класс-концерт.

### **3. Постановочная работа и сводные репетиции (репертуарный план)**

*Практика:* постановка танца. Разбор ритмической структуры музыки. Разучивание комбинаций с учетом синкоп. Работа над рисунком танца. Композиционное решение номера.

*Форма контроля:* Городской конкурс.

## **4. Теоретический курс по истории хореографии и музыкального искусства**

### **4.1. Звезды исполнительского мастерства и балетмейстерского искусства.**

*Теория:* творчество Г. Улановой, М. Плисецкой, Е. Максимовой и В. Васильева, М. Лиепы, М. Эсамбаева, Игоря Моисеева. Балет и телевидение («Галатhea», «Анюта», «Жигалло и Жигаллето»). Танец на эстраде. Айседора Дункан и Луи Фуллер – основатели школы «модерна». Творчество Рудольфа фон Лабана (видеолекции). Творчество Рут Сен-Дени и Тэда Шона. Свободный танец Мариса Бежара (обзор творчества).

*Практика:* анализ прослушанных балетных музыкальных отрывков.

*Форма контроля:* Тестирование, викторина, опрос.

### **4.2. Музыкальный курс из истории джаза**

*Теория:* джаз – как вид современного искусства Истоки джаза (африканская музыка). Американский джаз – общий обзор Музыкальные джазовые инструменты.

*Практика:* анализ прослушанных джазовых музыкальных отрывков.

*Форма контроля:* викторина: «Угадай мелодию».

Содержание программы третьего года обучения

**Учебный план**

3 этап обучения (продвинутый)

Количество часов на каждый год обучения 3 этапа обучения отводится по 324 ч.

№ п/п	Название раздела, темы	Кол-во часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1</b>	<b>Классический танец</b>	<b>96</b>	<b>9</b>	<b>87</b>	
1.1	Упражнения у станка	21		21	Контрольная точка
1.2	Упражнения на середине зала	33	6	27	Контрольная точка Класс-концерт
1.3	Allegro (прыжки)	42	3	39	Контрольная точка Класс-концерт
<b>2</b>	<b>Модерн – джаз - танец</b>	<b>135</b>	<b>15</b>	<b>120</b>	
2.1	Упражнения на середине зала	39	3	36	Контрольная точка Класс-концерт
2.2	Parter	15	3	12	Контрольная точка
2.3	Кросс. Передвижения в пространстве	30	3	27	Контрольная точка
2.4	Элементы стиля «Хип-хоп»	51	6	45	Контрольная точка
<b>3.</b>	<b>Постановочная работа и сводные репетиции (репертуарный план)</b>	<b>72</b>		<b>72</b>	Отчетный концерт
<b>4.</b>	<b>Теоретический курс по истории хореографии и музыкального искусства</b>	<b>21</b>	<b>15</b>	<b>6</b>	
4.1	Балетная музыка русских композиторов	3	3		Тестирование
4.2	Творчество русских балетмейстеров 70-80х г.г.	6	3	3	Сочинение (эссе)
4.3	Три направления джаза и их стиль	6	3	3	Тестирование
4.4	Джазовые оркестры	3	3		тестирование
4.5	Музыканты – исполнители джаза	3	3		Викторина «Угадай исполнителя»
	<b>Итого:</b>	<b>324</b>	<b>39</b>	<b>285</b>	

## Содержание учебного плана 3 этап обучения (продвинутый)

Задачи: закрепление освоенной хореографической азбуки классического танца. Работа над устойчивостью в упражнениях на полупальцах, развитие силы и выносливости. Большое внимание уделяется художественной окраске движений.

В «модерн-джаз» танце – отличная техника, эмоциональность и импровизация. Использование всех этих качеств в многочисленных комбинациях, этюдной и постановочной работе. Повышение уровня исполнительской культуры и мастерства для участия в конкурсах и концертах.

### **1. Классический танец**

#### **1.1 Упражнения у станка**

*Теория:* закрепляем и расширяем понятия хореографической азбуки: preparation, постановка корпуса – aplomb, опорная и рабочая нога.

*Практика:* освоение Grand plie – большое приседание. (Проучивание лицом к станку по I, II, V и IV позициям. Исполнение в сочетании с demi plie и руками боком к станку. Музыкальный размер 3/4. Темп умеренный).

Battement fondu на полупальцах. (Плавное приседание на одной ноге, другая вытягивается на 45° вперед, в сторону, назад. Полупальцы вводятся для развития силы стопы, для укрепления и развития суставно-связочного аппарата бедра и колена).

Battement frappé на полупальцах. (Легкий удар стопой ноги щиколотку. Развивает подвижность и эластичность мышц колена, бедра и стопы, выворотность ноги и ее подъем. Положение работающей ноги sur le cou – de – pied вперед, сзади и условное. Проучивание во всех направлениях боком к станку. Музыкальный размер 2/4. Темп быстрый).

Rond de jambe en l'air на полупальцах. (Круг ногой в воздухе на 90° в сторону проучивается лицом к станку на полной стопе, затем боком к станку. Чередуются в упражнениях с другими движениями. Исполняется en dehors и en dedans. Музыкальный размер 3/4. Темп медленный. Развивает тазобедренный сустав, подъем, силу и выворотность ног).

Battement soutenu на 45° и 90°. (Неослабевающее, непрерывное движение – развивает эластичность и выворотность ног. Проучивание боком к станку в сторону, затем вперед и назад на 45°, после усвоения – на 90°. Музыкальный размер 4/4. Темп плавный).

Battement developpe на полупальцах. (Разворачивающееся движение – развивает силу ног и выворотность тазобедренного сустава. Полупальцы

вводятся для развития устойчивости стопы и корпуса, выработки изящества основных поз классического танца. Музыкальный размер 4/4. Темп медленный).

Petit battement sur le cou – de – pied. (Короткий удар, пульсирующий.. Исполняется в положении ноги спереди, условное и сзади. Музыкальный размер 2/4. Темп быстрый).

*Форма контроля:* Контрольная точка.

## **1.2 Упражнения на середине зала**

*Теория:* закрепляем и расширяем понятия хореографической азбуки: позиции, положение тела, вращения, повороты, координация движений.

*Практика:* освоение Pirouettes по V, II позиции. (Вращения, повороты en dehors и en dedans. Подготовка к повороту перед поворотом preparation из любой позиции. Исполнение как на en face, так и en profil. Музыкальный размер 2/4. Темп и характер четкий).

Temps lie. (Взаимосвязанное упражнение. Развивает координацию движений, танцевальность. Полная слитность движений при переходе из позы в позу и их выразительность. Музыкальный размер 4/4, 3/4. Темп плавный, легатированный).

IV port de bras. (Упражнение для рук. Исполняется enroulement croise в V позиции ног. Переход рук из позиции в позицию. Плавность и слитность исполнения. Переходы головы. Музыкальный размер 4/4, 3/4).

V port de bras. (Упражнение для рук. Непрерывность и слитность исполнения. Наклоны и перегибы корпуса. Четкое расположение корпуса в enroulement croise. Музыкальный размер 4/4, 3/4).

Arabesques на 90° (I, II, III, IV). (Схема поз. Подъем ноги на 90°. Сильная натяжка ног, мягко раскрытые руки, ровность бедер. Использование поз в сочетании с другими движениями).

Attitudes. («Поза», «положение». Изучение: attitude croise – подтянутый корпус, свободно раскрытые и опущенные плечи, активный поворот головы – горделивость; attitude efface – устремленный вперед подтянутый корпус, мягко развернутая работающая нога – характер полета).

*Форма контроля:* Контрольная точка. Класс-концерт.

## **1.3 Allegro (прыжки)**

*Теория:* закрепляем и расширяем понятия хореографической азбуки: прыжки, виды прыжков. Тур в воздухе на 360°.

*Практика:* освоение Pas jete. (Прыжок с использованием в маленьких позах рук. Начало: корпус enroulement croise. Сила и эластичность мышц).

*Pas sissonne ouverte*. (Открытый прыжок. Исполнение в пол и на 45°. Изучение в сторону, затем вперед и назад на *epaulment*, включая голову и руки. Музыкальный размер 4/4. Темп энергичный, меткий).

*Pas sissonne. fermée*. (Закрытый прыжок. Проучивание в *en face*, V позиция, в сторону, затем назад и вперед с руками в маленьких позах. Музыкальный размер 4/4).

*Pas de chat* (2 вида). (1 вид: с отбрасыванием ног назад. Проучивается вверх, впоследствии взлет вверх соединяется с продвижением вперед. Точная и четкая координация движений корпуса, рук и ног. 2 вид: с броском ног вперед. Проучивание сразу с продвижением вперед в прыжке. Музыкальный размер 4/4, 2/4).

Тур в воздухе на 360°. (Подготовка: *changment de pieds* с поворотом на одну четверть, затем на половину поворота 180°. Точность положения корпуса (в плечах и бедрах) и четкий поворот головы. Тур на 360° исполняется из V позиции *en face*, при сильном отталкивании пяток от пола. Ноги сильно закрываются в V позицию, помогая этим повороту).

<i>Entrechats – fuatre.</i>	}	Группа движений под названием <i>Batteries</i> (заноски). Удар одной ноги о другую в воздухе.
<i>Royale.</i>		
<i>Pas echappe battu.</i>		

*Entrechats – fuatre* – из V позиции в V позицию.

*Royale* - из V позиции в V позицию с задержкой одной ноги и сменой.

*Pas echappe battu* – со II позиции делается заноска и ноги закрываются в V позицию.

Во всех заносках ноги ударяются одна о другую (непреренно своим верхом) с одинаковой силой и активностью. Музыкальный размер 2/4. Темп четкий, энергичный.

*Форма контроля*: Контрольная точка. Класс-концерт.

## **2. Модерн – джаз - танец**

### **2.1 Упражнения на середине зала**

*Теория*: закрепляем и расширяем понятия хореографической азбуки: позиция рук, позиция ног, пинок, наклон торса, угол, керф, арка, твист.

*Практика*: освоение Jerk position – позиции рук. (Специфическая позиция модерн-джаз – танца. Руки согнуты в локтях, пальцы сжаты в кулак, либо выпрямлены, предплечья параллельно полу и располагаются на уровне диафрагмы сбоку от торса).

IV, V – позиции ног. (IV позиция – два варианта: аут-позиция, как в классическом танце; параллельное положение – стопы стоят на одной линии одна перед другой, расстояние между ними равно длине одной стопы. V

позиция – два варианта: аут-позиция аналогична классической; параллельное положение – стопы параллельны и стоят рядом).

**Kick** (пинок). (Проучивается из IV параллельной позиции. Вперед через *pas de deux* и затем исполняется в сторону. Проучивание параллельного и выворотного *pas de deux*).

**Наклон торса.** (*Flat back* (плоская спина) или *table top* (поверхность стола) – наклон, при котором спина, голова и руки составляют одну прямую линию (прогиб исключен). Угол между торсом и ногами  $90^\circ$ , бедра точно над стопами).

**Deep body bend** – глубокий наклон вперед, ниже, чем на  $90^\circ$ , но спина, голова и руки тоже составляют одну линию.

**Side stretch.** (Наклон в сторону, при котором грудная клетка изгибается. Руки используются в III позиции или правая рука в подготовительном положении, левая рука в III позиции).

Эта группа наклонов усложняется *demi* и *grand plie*, подъемом на полупальцы, одновременным подъемом ноги на  $45^\circ$  и  $90^\circ$ .

Curve (керф)	}	Группа движений с изгибами или загибами торса. К ним относятся наклоны с изменением направления движения.
Arch (арка)		
Twist (твист)		
Roll down и roll up		

**Tilt** (угол) - изгиб начинается от головы.

**Curve (керф)** – загиб верхней части позвоночника вперед или в сторону. Исполнение «через вверх».

**Arch (арка)** – прогиб позвоночника в пояснице, голова запрокидывается назад.

**Twist (твист) торса** – закручивание плеч, за ними поворачивается торс, изменяя плоскость своего положения.

**Roll down и roll up** – первое представляет постепенное, начиная от головы, закручивание торса вниз, а второе – обратное движение, подъем и раскручивание позвоночника в исходное положение.

**Tilt (угол)** – позвоночник является центральной осью тела, но эта ось несколько смещается от строго вертикального положения. Сохранение прямой линии торса при отклонении вправо, влево или вперед. Исполнение на одной ноге, другая на *pas de deux* или угол  $90^\circ$ .

*Форма контроля:* Контрольная точка. Класс-концерт.

## 2.2 Parter

*Теория:* закрепляем и расширяем понятия хореографической азбуки: джазовый шпагат.

*Практика:* освоение опоры тела на четвереньках. (Опора на руках и коленях; одна или две ноги вытянуты назад при опоре на руки; одна нога открыта в сторону или назад при опоре на руках или колене).

На коленях. (Стоя на двух коленях; стоя на одном колене, другая нога открыта в любом из направлений).

Сидя - (I позиция: ноги согнуты, стопы вместе; II позиция: ноги разведены в стороны; IV позиция: или «svastic»; V позиция: ноги согнуты в коленях, одна стопа перед другой, она имеет два варианта (point и pinch)).

Джазовый шпагат. (Проучивание положения: нога впереди вытянута, а сзади согнута. Упражнения стрэйч-характера, т. е. Растяжки в этом положении).

*Форма контроля:* Контрольная точка.

### **2.3 Кросс. Передвижения в пространстве**

*Теория:* закрепляем и расширяем понятия хореографической азбуки: шаги в модерн-джаз манере, шаги в рок-манере, связующие шаги. Нетрадиционные способы передвижения

*Практика:* освоение - шаги в модерн-джаз манере. (Исполнение с акцентом на «раз». При координации с руками используется оппозиция. Поступательный (резко) темп движений. Поступательный шаг с носка с оппозиционным свинговым раскачиванием рук. Такой же шаг назад. «Бег против ветра», т. е. с сопротивлением. Шаги с мультипликацией).

Шаги в рок-манере. (Исполнение на счет «и – раз». Сильное акцентированное движение, связанное с переносом веса тела, идет на слабую музыкальную долю. Координация рук и ног в параллельном движении).

Связующие шаги. (Эти шаги используются при переходе из одного положения или позы в другое: chasse, pas de bourree, glissade, coupe, degage. Проучивание комбинаций с объединенными шагами и их координация с другими центрами. Манера и стиль шагов).

Нетрадиционные способы передвижения. (Перекаты на коленях, ягодицах, всего торса на полу. Кувырки вперед, назад, на месте и в продвижении. Колеса – на двух руках, на одной руке. Сочетание в комбинации с другими движениями).

Повороты на различных уровнях. (Смена уровней при вращении на месте. Смена уровней при передвижении (постепенная)).

Лабильные вращения. (Группа поворотов, когда позвоночник наклонен в каком-либо направлении или расслаблен. Это неустойчивые повороты, заканчиваются падением, либо переходом в стабильное вращение, т. е. с опорой. Положение рук во время этого поворота: скрещенные на груди, заведенные за поясницу. Форс рук перед поворотом).

*Форма контроля:* Контрольная точка.

## **2.4 Элементы стиля «Хип-хоп»**

*Теория:* расширяем понятия хореографической азбуки: модный стиль бытовой хореографии, в который входит техника брейк-данса.

*Практика:* освоение скольжение - движение стоп в стиле «электрик».

Пульсация торса. (Ритмичная пульсация «Сердца стук» в стиле «электрик-буги»).

Движения ног в «электрик-буги». (Четвертные повороты стоп; повороты на 360°, на одной ноге).

Раскачка корпуса (торсовые смещения и раскачка в позе коллапса.).

Круговые и вертикальные смещения плеч. (Стиль «KIN-TAT и POPS» с синкопами).

Работа рук - стиль «POP-LOCHING» («Круты», «хлопки», «вращения» – работа рук в синхроне, так и оппозиции. Сочетание пластики и жесткой фиксации. Выбросы рук с точкой).

Style (“стайл”). (Изучение движений ног: «дорожка», «скрембл», «подсечка»).

Акробатические элементы. (Изучение: трюковые мостики и разножки, перевороты на руках, перекаты на спине, подъем с разгибом, простые кувырки (вперед и назад)).

Наработка рэповской стилистики в комбинациях и постановках танцевальных номеров.

5. *Форма контроля:* Контрольная точка.

## **3. Постановочная работа и сводные репетиции (репертуарный план)**

*Практика:* завершающим этапом в проучивании движений являются танцевальные постановки. Здесь все зависит от фантазии педагога и балетмейстерских способностей. В танцевальных номерах использованы танцевальные шаги, движения изолированных центров, вращения, комбинации в партере, спирали и твисты торса. Все эти движения проучиваются в танцевальной комбинации с определенным рисунком, направлениями, ракурсами, чередованием сильных и слабых движений, т. е. с использованием всех средств танцевальной выразительности. Обычно комбинация изучается на протяжении 3-4 занятий, шлифуется и отрабатывается. Затем несколько комбинаций соединяются в единый, хореографически выстроенный номер с сюжетной линией. В таких номерах используется весь арсенал выразительных средств современного танца.

*Форма контроля:* Отчетный концерт.

## **4. Теоретический курс по истории хореографии и музыкального искусства**

### **4.1. Балетная музыка русских композиторов**

*Теория:* обзор либретто - балеты Родиона Щедрина, балеты Арама Хачатуряна, балеты Сергея Прокофьева.

*Практика:* анализ прослушанных балетных музыкальных отрывков.

*Форма контроля:* Тестирование

### **4.2 Творчество русских балетмейстеров 70-80х г.г.**

*Теория:* творчество балетмейстера Ю. Григорович. Балетмейстерское искусство К. Гайлизовского.

*Практика:* анализ просмотренных балетных музыкальных отрывков.

*Форма контроля:* Сочинение (эссе).

### **4.3 Три направления джаза и их стиль**

*Теория:* понятие – направления джаза: традиционное, современное, авангард.

*Практика:* анализ прослушанных джазовых музыкальных отрывков.

*Форма контроля:* Тестирование.

### **4.4.Джазовые оркестры**

*Теория:* творчество Джаз-оркестра С. Кентона, Джаз-оркестра Д. Эллингтона, оркестра А. Кролла.

*Практика:* анализ прослушанных джазовых музыкальных отрывков.

*Форма контроля:* Тестирование.

### **4.5.Музыканты – исполнители джаза**

*Теория:* краткий обзор творчества саксофониста Г. Пармер. Трубач Д. Гиллеспи. Пианисты: Л. Чижик, И. Бриль (обзор). Гитаристы: А. Кузнецов, Н. Громин. Ударники: В. Тарасов, А. Симоновский.

*Практика:* анализ прослушанных джазовых музыкальных отрывков.

*Форма контроля:* Викторина «Угадай исполнителя».

## Планируемые результаты

### **К концу первого этапа обучения учащиеся**

#### **знают:**

- терминологию основ классического и джазового танца;
- основы работы мышц и правильного дыхания;
- основные законы джаз – танца (полицентрика, изоляция и релаксация), базисные понятия «contraction» и «release»;

#### **умеют:**

- выполнять под контролем педагога упражнения классического танца у станка и на середине;
- выполнять под контролем педагога разминку по джазовой ритмике;
- самостоятельно выполнять элементарные комбинации в кроссе;
- музыкально и ритмично выполнять танцевальные движения;

#### **владеют:**

- постановкой корпуса, ног, рук и головы на простых упражнениях классического тренажа;
- простейшей координацией движений;
- синхронным выполнением движений в элементарных комбинациях.

### **К концу второго этапа обучения учащиеся**

#### **знают:**

- технику выполнения упражнений классического танца в более быстром темпе у станка;
- основы американского джаз – танца;
- основы афро-джаз-танца;
- понятия «Уровни», «Изоляция», «Координация»;

#### **умеют:**

- правильно и чисто выполнять упражнения классического тренажа;
- самостоятельно выполнять разминку по джазовой ритмике;
- выполнять простейшие вращения;
- выполнять простые комбинации в кроссе;

#### **владеют:**

- развитой устойчивостью и координацией в классическом тренаже;
- танцевальным шагом и выворотностью;
- пластичностью и гибкостью;
- навыков концентрации внимания;
- ритмическим чувством при исполнении движений джазового танца.

## **К концу третьего этапа обучения учащиеся**

### **знают:**

- технику исполнения упражнений классического танца на полупальцах у станка и на середине зала;
- понятия и принципы бицентрии и трицентрии;
- комплексы изоляции;
- основы стиля хип-хоп;

### **умеют:**

- пользоваться всеми ранее изученными элементами классического тренажа;
- выполнять сложные вращения;
- выполнять сложные комбинации в кроссе;
- выполнять прыжки на месте и с продвижением;
- легко ориентироваться в пространстве зала;
- использовать весь арсенал выразительных средств современного танца;
- грамотно выполнять танцевальные связки и комбинации в темп;
- исполнять акробатические элементы.

### **владеют:**

- всеми изученными видами прыжков и вращений в классическом танце;
- всеми изученными техниками джазового танца;
- разносторонними знаниями по истории хореографического и музыкального искусства.

## **Условия реализации дополнительной общеразвивающей программы по хореографии:**

- оборудование и предметно – пространственная среда: танцевальный зал (деревянное половое покрытие, зеркала и специальный линолеум, станки);
- аудио, видеотехника;
- музыкальный и видеоматериал;
- наличие костюмов и атрибутов для танцевальных номеров.

### **Формы контроля**

Контрольная точка. Контрольное прослушивание музыки по жанрам. Тестирование, викторины, сочинение. Класс-концерт по классическому танцу в каждой возрастной группе. Класс-концерт по джаз-танцу в каждой возрастной группе. Конкурсы детских хореографических коллективов разных уровней. Отчетные концерты.

### **Оценочные материалы**

Тесты; вопросы и задания контрольной точки; вопросы и задания для анализа прослушивания музыки по жанрам; задания викторин; материалы для анализа класс-концерта по каждой возрастной группе. Данные оценочные материалы позволяют определить достижение учащимися планируемых результатов.

Критерии оценки результатов учащихся:

*отлично*: полное освоение программного материала данного года обучения, отличная память, техническая чистота исполнения, эмоциональность, самостоятельное исполнение движений;

*хорошо*: освоение программного материала с показом педагога, хорошее, грамотное повторение за педагогом, частичное самостоятельное исполнение;

*удовлетворительно*: слабое освоение программного материала, долгое проучивание, исполнение и повторение только с педагогом, слабая эмоциональная выразительность.

## Методические материалы

Проведение занятий по дополнительной общеразвивающей программе строится на основных педагогических принципах: доступность и индивидуальность; постепенное повышение требовательности; систематичность (регулярность) занятий; сознательность и активность учащихся; повторяемость учебного материала; наглядность.

Среди методов и приемов обучения активно используются такие, как объяснительно – иллюстративный (объяснения технологий движения, знакомство с терминами); музыкальное сопровождение (соответствие музыки и лексического материала); игровой; концентрический (вновь вернуться к пройденному на более сложном варианте); комбинационный (сочетание нескольких движений).

Методические материалы.

Разработки: «Методика преподавания классического танца у детей дошкольного и младшего школьного возраста», «Развитие музыкальности и чувства ритма у учащихся в процессе обучения модерн – джаз танцу», «Алгоритм проведения итоговых занятий и критерии оценки результатов освоения программы» Развитие пластической и эмоциональной выразительности у детей в процессе работы над хореографическим образом (Рубанова А.В.). Рекомендации «Джазовая музыка».

Методические разработки: «Работа с детьми, имеющими предпосылки одаренности к джазовому танцу и танцу «модерн» (Рубанова О.А., Галанина Н.Н.), «Работа с детьми в стиле хип-хоп» (Рубанова О.А.), «Особенности работы концертмейстера в хореографическом коллективе ОДК шоу-балета «Радуга» (Галанина Н.Н.), «Основы и происхождение современного танца. Балетмейстер и создание танцевального сочинения» (Рубанова А.В.).

Методические рекомендации «Развитие творческих способностей детей в процессе овладения танцевальными техниками модерн – джаз танца» (Рубанова О.А.).

Презентация педагогического опыта: «Организация и осуществление гражданско-патриотического воспитания учащихся ОДК шоу-балета «Радуга» (Рубанова О.А.), «Роль концертной деятельности в развитии художественной одаренности детей» из опыта работы (Рубанова О.А.).

Сценарий воспитательного мероприятия «Посвящение в танцоры в образцовом детском коллективе Шоу – балет «Радуга».

Глоссарий танцевальных терминов.

Словарь терминов для учащихся.

Техника безопасности на занятиях в ОДК шоу-балета «Радуга»

## Список литературы для педагога

1. Байярд, Дж., Байярд, Б. Т. Ваш беспокойный подросток. Книга для родителей [Текст]/ Дж. Байярд, Б. Т. Байярд. – М., 1990. – 110 с.
2. Балет. Танец. Хореография [Текст]: краткий словарь танцевальных терминов и понятий / Сост. Н.А. Александрова. - СПб.:Лань; Планета музыки, 2008. - 416 с.: ил.
3. Березина, В.А. Развитие дополнительного образования детей в системе российского образования [Текст]: учебно-метод. пособие / В.А. Березина - М. : АНО «Диалог культур», 2007. – 512 с. (27-31 стр)
4. Бондаревская, Е.В. Теория и практика личностно-ориентированного образования / Е. В. Бондаревская. - Ростов н/Д., 2010. - 351 с..
5. Брокгауз, Ф.А. Энциклопедический словарь [Текст]: Современная версия/ Ф.А. Брокгауз, И.А. Ефрон. - М: Изд-во Эксмо, 2002.
6. Буйлова, Л. Н. Дополнительное образование [Текст]: нормативные документы и материалы / Л. Н. Буйлова, Г. П. Буданова. – М.: Просвещение, 2008. – 317 с.
7. В. Казанская Подросток социальная адаптация. Питер 2011 (стр. 76-77)
8. Ваганова А. Я., Основы классического танца: Учебник. [Текст] / А.Я. Ваганова. - Л.: , 1963. – 230 с.
9. Гершунский, Б. С. Образовательно-педагогическая прогностика. Теория, методология, практика [Текст]: учеб. пособие / Б. С. Гершунский. - М.:Флинта; Наука, 2003.
10. Дополнительное образование детей [Текст]: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений / под ред. О. Е. Лебедева. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003. – 256 с.
11. Дополнительное образование детей в сфере культуры и искусства. [Текст]: сборник нормативных документов / сост.: С. Н. Горушкина, И. А. Тозыякова, Ю. А. Шубин. – Ростов н/Д.: Феникс, 2007. – 300, [1] с.
12. Евладова, Е.Б. Дополнительное образование детей [Текст]: учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования / Е. Б. Евладова, Л. Г. Логинова, Н. Н. Михайлова. – М.: Гуманит. Изд. центр «ВЛАДОС», 2002.
13. Жарков, А. Д. Технология культурно-досуговой деятельности [Текст]: учебное пособие для студентов вузов культуры и искусств / А. Д. Жарков. - М.: МГУКИ, 2002. Базарова Н. П. Азбука классического танца: Первые три года обучения [Текст]: Учебное пособие / Н.П. Базарова, В. П. Мей. - 3-е изд., испр. и доп. - СПб.: Лань, 2006. - 240 с.: ил.
14. Каргина, З. А. Практическое пособие для педагога дополнительного

образования [Текст] / З. А. Каргина. – М.: Школьная Пресса, 2007. – 96 с. («Воспитание школьников «Библиотека журнала»; вып. 77).

15. Качалова, Л. П. Возрастная педагогика: личностная педагогика / Л.П. Качалова. - Шадринск, 2003.

16. Коджаспирова, Г.М. Педагогический словарь: для студентов высш. и ср. пед. учеб. заведений / Г.М. Коджаспирова, А.Ю. Коджаспиров. - М.: Академия, 2000.

17. Левин Н. В. Гимнастика в хореографической школе. [Текст]/Левин Н. В. – М.: Терра-Спорт, 2001. – 96 с.

18. Методика обучения гимнастическим упражнениям: учеб. – метод. пособие [Текст]/ГБОУ ВПО «Кемеровский государственный университет»; сост. И.В. Фокина. – Кемерово, 2009. – 71 с.

19. Методические рекомендации по развитию дополнительного образования детей в общеобразовательных учреждениях [Текст]: приложение к письму МО РФ от 11.06.2002 г. № 30-51/433/16 // Воспитание школьников. – 2002. – № 8. – С. 12-13.

20. Михайлова М. А., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия развития: Академия Холдинг, 2004 г.

21. Наумчик, В. Н. Социально-культурная деятельность : словарь / В. Н. Наумчик, М. А. Паздников, О. В. Ступакевич– Минск : Адукацыя і выхаванне, 2008. – 96 с., С.26-27

22. Никитин В. Ю. Модерн-джаз танец. Методика преподавания. - М.: ВЦХТ / Я вхожу в мир искусств/ №12 2002, -160с.

23. Никитин В. Ю. Модерн-джаз танец. Продолжение обучения. - М.: ВЦХТ / Я вхожу в мир искусств/ №4 2001, - 168с.

24. Новиков, А. М. Методология образования / А. М. Новиков. - М.: «Эгвес», 2002.

25. Организация дополнительного образования в общеобразовательной школе [Текст]: нормативно-правовые и методические материалы по дополнительному образованию детей. – М.: ООО «ДОД», 2008. – 120 с. - (Прилож. к жур. «Внешкольник». Доп-ное образование, соц. труд. и худ. восп. Детей»; вып.2.).

26. Полятков С. С. Основы современного танца [Текст]: Учеб. пособ. / С. С. Полятков. - 2-е изд. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 80 с.

27. С. Н. Литвинова Организация досуга детей и подростков (Методическое пособие для педагогов системы дополнительного образования и для родителей) Маркс К. Досуг и статус // Молодежь. СПб. 2002. №10.

28. Сальникова Т. П. Педагогические технологии: Учебное пособие /М.:ТЦ Сфера, 2005.
29. Сборник «Программы общеобразовательных школ (классов) с хореографическим направлением». – Научный руководитель Н. М.
30. Состояние дополнительного образования детей Кемеровской области [Текст]: результаты мониторинга / А. В. Чепкасов, О.Б. Лысых, О.Г. Красношлыкова, И.В. Шефер [и др.]. – Кемерово: Изд-во КРИПКи ПРО, 2013. – 119 с.: табл.
31. Сухомлинский, В. А. Методика воспитания коллектива. [Текст]/В.А.Сухомлинский – М.: Просвещение, 1981. – 192 с.
32. Учреждение дополнительного образования детей как воспитательная организация (опыт работы). – М.: ГОУ, ЦРСДОД. – 2003. – 64 с. (Приложение к журналу «Внешкольник»; вып. 10).
33. Фомина, А. В. Основы управления УДО [Текст]: пособие для руководителей УО / А. В. Фомина. - М.,1996.
34. Хореографическая школа в системе дополнительного образования детей. / Сост. Косяченко Г. С., Черникова Н. М. - Самара.: Изд-во СИПКРО, 2003-168с.
35. Шереметьевская, Б. И. Танец на эстраде. [Текст]/Б. И. Шереметьевская – М.:Искусство, 1985. – 415 с.
36. Шуаре Марта, О. Возрастная и педагогическая психология. [Текст]/ О. Шуаре Марта – М.: МГУ, 1992. – 272 с.

### Электронные ресурсы

1. Сайт «Образовательная технология проектной деятельности»  
<http://sschool8.narod.ru/Razrabotki/01Glotova1a.htm>;
2. Сайт «Молодежное информационное равенство»  
<http://www.mir4you.ru/node/12689>

## Список литературы для учащихся

1. Александрова, Н.А. «Балет. Танец. Хореография» (Краткий словарь танцевальных терминов и понятий) [Текст]/ Н. Александрова, «Лань», 2011.- 544 с.
2. Александрова, Н.А. «Балет. Мини-энциклопедия для детей» (Рассказы о театре, балетной школе, знаменитых спектаклях) [Текст] / Н. Александрова, БХВ- Петербург, 2016.- 600 с.
3. Абызова, Л.И. «История хореографического искусства. Отечественный балет XX –нач.ХХI века». Учебное пособие [Текст] / Л. Абызова, СПб. Композитор-Санкт-Петербург, 2012. – 412 с.
4. Барышникова, Т.К. «Азбука хореографии» (Внимание: дети!) [Текст] / Т. Барышникова, СПб.: Люкси, Респекс ISBN: 5-7345-0061-5, 1996. – 254 с.
5. Гваттерини, М. (пер. с итал. Лисовский Ю.П.) «Азбука балета» (Учимся танцевать) [Текст] / М. Гваттерини , [БММ АО], 2011. – 315 с.
6. Захаров, Р.В. «Слово о танце» [Текст] / Р. Захаров М., «Молодая гвардия», 1979. – 114 с.
7. Пасютинская В.М. «Волшебный мир танца» [Текст] /В. Пасютинская М., «Просвещение»,1985. – 254 с.