

«ДЕТСКАЯ МУЗЫКАЛЬНАЯ ШКОЛА №24» КИРОВСКОГО РАЙОНА Г.КАЗАНИ

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА В ОБЛАСТИ  
ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА «ОСНОВЫ  
ХОРЕОГРАФИИ»**

**ПРОГРАММА ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ  
«СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ»**

*Направленность:* художественная

*Возраст учащихся:* 12-18

*Срок реализации:* 4 года (272 часа)

**КАЗАНЬ 2019**

## Содержание

### **I. Пояснительная записка**

Актуальность и педагогическая целесообразность программы  
Отличительные особенности, новизна программы  
Особенности возрастной группы детей, которым адресована программа  
Цель и задачи программы  
Срок и этапы реализации программы  
Формы и режим занятий  
Прогнозируемые результаты реализации программы и способы их проверки  
Формы подведения итогов реализации программы  
Нормативно-правовые документы и материалы, с учетом которых составлена и реализуется программа

### **II. Программное обеспечение образовательного процесса**

Учебный план, содержание учебного плана, ожидаемые учебные результаты первого года обучения  
Учебный план, содержание учебного плана, ожидаемые учебные результаты второго года обучения

### **III. Методическое обеспечение реализации программы**

Принципы, методы, формы, технологии обучения, воспитания и развития обучающихся  
Педагогический контроль  
Материально-техническое оснащение образовательного процесса

### **IV. Список литературы**

Список литературы, используемой педагогами  
Список литературы для детей и родителей

## I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа *художественной направленности* является модифицированной. Дополнительное образование детей — необходимое звено в воспитании многогранной личности, в ее образовании, в ранней профессиональной ориентации. Дополнительное образование формирует у ребенка самосознание, ощущение ценности собственной личности, удовлетворяет его творческие потребности, развивает интересы, создает юному человеку условия, чтобы полноценно прожить пору детства и стать успешным взрослым. Проблемы формирования культуры поведения современного человека чрезвычайно актуальны. Средствами хореографического искусства, в частности современного танца, можно формировать у детей культуру и манеру общения. Каждое время требует своих песен и своих танцев. Новое поколение желает знать современную пластику, чтобы самовыражаться в среде со сверстниками.

Программа «Современная хореография» направлена на обучение детей и подростков танцам, которые способствуют гармоничному психическому, духовному и физическому развитию; формирует художественно-эстетический вкус, умение самовыражения чувств и эмоций, физическую культуру, а также нравственные качества личности. Развитие современного танцевального искусства невозможно представить вне процесса расширения жанрового и стилового разнообразия. Появление новых в корне отличающихся от традиционных академических систем хореографического искусства заставляет обратиться к изучению новых техник танца. Развиваясь в течение последних лет, современные танцевальные техники сформировали свой лексический модуль, форму занятия и методику преподавания.

### **Актуальность и педагогическая целесообразность программы.**

Необходимость и актуальность программы обусловлена образовательными потребностями конкретной категории учащихся. Эта объективная заинтересованность в определённых образовательных услугах субъективно выражена в обращённых к системе образования интересах и ожиданиях в отношении современного танца. Современный танец является одним из основных предметов, он развивает физические данные детей, укрепляет мышцы ног и спины, сообщает подвижность суставно-связочному аппарату, формирует технические навыки и основы правильной осанки, тренирует сердечно-сосудистую и дыхательную системы, корректирует физические недостатки строения тела – в этом его значение и значимость.

Общеразвивающая программа «Современная хореография» способствует разрешению этих вопросов, чем и обусловлена её актуальность.

**Отличительные особенности, новизна программы** от других дополнительных общеразвивающих программ по хореографии состоит в том, что в ее основе лежит изучение нового направления в хореографии – современный танец. Это постоянно развивающееся, свободное от канонов и условностей направление. У педагога и обучающихся есть возможность постоянно экспериментировать с новыми формами, музыкой и пространством.

### **Особенности возрастной группы детей, которым адресована программа**

Физическая нагрузка должна соответствовать возрасту обучающихся, а также необходимо учитывать общую нагрузку в течении всего занятия.

С 12 лет дети становятся более выносливыми, по сравнению с ранним возрастом, вследствие этого увеличивается нагрузка, количество прыжков, силовых упражнений, разрешается более сложная координация.

С 16 лет нагрузка дается в объеме полного урока с техническими трудностями, большими прыжками, силовой нагрузкой. Костно-мышечный аппарат в этом возрасте позволяет выполнять урок с большей физической нагрузкой.

**Цель программы:** создание условий для развития творческой и здоровой личности ребенка, способной быть успешной в современных условиях, посредством обучения современному танцу.

### **Задачи:**

#### *Обучающие:*

- формировать навыки по основным движениям классического танца и различным направлениям «Современной хореографии».
- обучать точной выразительной передаче характера создаваемого образа с помощью танцевальных и пластических средств.

#### *Развивающие:*

- развивать физические способности детей через систему специальных упражнений;
- развивать музыкально-исполнительские способности обучающихся.

#### *Воспитательные:*

- формировать личностные качества обучающихся: познавательную и жизненную активность, самостоятельность, коммуникабельность;
- воспитывать уважение к коллективу, потребности и интересы, имеющие общественно значимый характер;
- воспитывать трудолюбие и стремление к преодолению препятствий.

Срок реализации программы: 4 года.

Программа рассчитана на детей с 12 до 18 лет.

### Формы и режим занятий

За период обучения в хореографическом коллективе обучающиеся получают определенный объем знаний, умений и навыков, качество которых проверяется диагностическими методиками. Дополнительными средствами контроля являются участие в концертах, фестивалях, конкурсах, промежуточный и итоговый контроль.

Учебная нагрузка составляет 2 часа в неделю.

Основной формой учебной работы является групповое занятие – урок (групповая форма проведения занятий, наполняемость группы от 7 человек). Рекомендуемая продолжительность урока – 45 минут. Учебно-тематический план каждого года обучения рассчитан на 35 недель.

Общий объем аудиторной нагрузки за весь период обучения составляет 272 часа.

*Методика* преподавания на всех годах обучения сочетает в себе тренировочные гимнастические упражнения, танцевальные движения классического, а также различные направления современного танца. Большую роль играет индивидуальный подход к каждому ребенку, учитываются его природные хореографические данные, особенности характера и его поведения в студии.

Общим для каждого года обучения является принцип движения от простого к сложному, что предполагает постепенное:

- увеличение физической нагрузки и объемов излагаемого материала;
- усложнение рисунка движений рук и ног, композиций разучиваемых номеров;
- усложнение творческих заданий.

Последовательность изложения тем и количество отводимых на них часов корректируются календарным учебным графиком и могут быть изменены в зависимости от индивидуальных способностей детей, темы года, участия в конкурсах и фестивалях, концертах.

При реализации программы наравне с традиционными формами организации образовательного процесса, используются *формы сетевого взаимодействия* посредством реализации программы с использованием ресурсов:

МБДОУ Детский сад №80 комбинированного вида с татарским языком воспитания и обучения Кировского района,

Воинская часть 3730,

МБДОУ «Детский сад №350 комбинированного вида» Кировского района г.Казани,

Союз композиторов РТ,

МБУК города Казани «Культурный центр «Залесный»,

ФКП «Казанский государственный пороховой завод»,

МАДОУ «Детский сад №356 комбинированного вида» Кировского района г.Казани.

Формами взаимодействия являются разовые несистемные мероприятия совместной деятельности (концерты, концерты-лекции, встречи с интересными людьми, беседа, конкурсы), сетевой образовательный проект – определенная по времени совместная деятельность по достижению определенной образовательной цели, совместная организация и реализация массовых мероприятий.

Также при реализации программы используются *дистанционные технологии и электронные ресурсы* выложенные на сайте преподавателя <http://danya8722.wixsite.com/medvedeva>.

### **Прогнозируемые результаты реализации программы и способы их проверки.**

В ходе реализации программы подростки расширят знания в области танцевальной культуры, разовьют танцевальные способности, приобретут большой опыт межличностного общения в условиях практической деятельности, освоят и накопят танцевальный материал для осуществления собственных постановок.

В результате обучения по программе обучающиеся будут **знать:**

- специальную терминологию;
- основные сведения по истории современного танца;
- основные стили и жанры современной хореографии.
- основы техники исполнения движений джаз танца, танца модерн, современных молодежных направлений танца;
- современные формы, стили и техники танца.

Обучающиеся будут **уметь:**

- исполнять основные движения современного танца;
- грамотно подходить к изучению лексики разных жанров и стилей современного танца;
- использовать знания современного лексического материала в хореографических произведениях коллектива;
- отражать в танце особенности исполнительской манеры разных стилей современной хореографии;
- исполнять движения и комбинации артистично и музыкально.

**Иметь представление:**

- об основных направлениях и этапах развития современной хореографии;

- о тенденциях развития современного танца.

В конце первого года обучения обучающиеся будут уметь:

- свободно и грамотно ориентироваться в терминологии современного танца
- самостоятельно и грамотно выполнять изученные элементы танца;

В конце второго года обучения:

- работать над выразительностью исполнения танцевального репертуара.
- владеть исполнительским мастерством сценического танца.

В конце третьего года обучения:

- самостоятельно и грамотно выполнять движения современного танца.
- эмоционально и технически верно выступать перед зрителями.

В конце четвертого года обучения:

- Владеть техническим мастерством исполнителя

### **Форма подведения итогов реализации программы.**

Программа «Современная хореография» включает в себя текущую и промежуточную аттестацию учащихся.

Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет. Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных занятий и зачетов.

Успеваемость обучающихся проверяется на различных выступлениях, контрольных занятиях, зачетах, концертах, конкурсах, просмотрах, к ним относятся:

- Международный конкурс «Сияние звезд». Казань
- Международный конкурс «Весенняя соната». Казань
- Международный конкурс – фестиваль детско-юношеского и молодежного творчества «Виктория». Казань
- Международный фестиваль конкурс хореографического искусства «Движение». Казань
- Открытый всероссийский конкурс-фестиваль хореографических коллективов детских музыкальных школ и школ искусств «Золотой башмачок». Казань

- Открытый Поволжский конкурс эстрадного мастерства детских и юношеских творческих коллективов «TATARSTAN.ru». Казань
- Казанский молодёжный фестиваль эстрадного искусства «Созвездие».
- Городской экологический фестиваль детских и юношеских творческих коллективов «Зеленая планета». Казань

### **Нормативно-правовые документы и материалы, с учетом которых составлена и реализуется программа**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности разработана в соответствии с:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства образования Российской Федерации от 29.08.2013г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Концепцией развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».
- Уставом МБУДО «Детская музыкальная школа №24» Кировского района г. Казани от 09.01.2014г.
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам в МБУДО «Детская музыкальная школа №24» Кировского района г. Казани от 01.09.2015 г.

## **II. Учебное планирование**

### **Учебный план первого года обучения**

#### **II. Учебно-тематический план**

№	Наименование разделов и тем I год обучения	Кол-во часов
1	Введение в дисциплину «Современный танец».	1
	<i><b>Раздел 1. Экзерсис у станка</b></i>	
1.1.	Основные позиции ног, рук: I, II, III и VI. (открытые, закрытые, прямые)	1

1.2.	Plie по I,II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.	1
1.3.	Releve по I, II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.	1
1.4.	Flat back вперед: - на прямых ногах, - на plié.	1
1.5.	Battement tendu по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.	1
1.6.	Battement tendu jet é по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.	1
1.7.	Pass é на полной стопе по I параллельной и out позиции.	1
1.8.	Arch по I, II параллельным и out позициям.	1
1.9.	Stretch.	1
1.10.	Grand battements на 90 градусов в сторону лицом к станку	1
	<b><i>Раздел 2. Экзерсис на середине зала</i></b>	
2.1.	Основные позиции рук: пресс-позиция, I, II, III и V положения.	1
2.2.	Техника изоляции. Поза коллапса.	1
2.3.	Plie по I, II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.	1
2.4.	Flat back вперед: - на прямых ногах, - на plié	2
2.5.	Battement tendu по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.	1
2.6.	Battement tendu jet é по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.	1
2.7.	Contraction и Release.	1
2.8.	Arch по I, II параллельным и out позициям.	1
2.9.	Stretch.	1
2.10.	Roll down/ Rollup.	2
	<b><i>Раздел 3. Кросс:</i></b>	
3.1.	Шаги: - pas de bourre, - pas chasse.	1
3.2.	Прыжки: - jump по I, II параллельным и out позициям.	1
3.3.	Вращения: поворот на трех шагах.	1
	<b><i>Раздел 4.Партерная гимнастика</i></b>	4
	<b><i>Раздел 5. Концертная деятельность</i></b>	3
	<b>Контрольный урок</b>	2
	<b>Всего:</b>	35
	<b>II год обучения</b>	

	<b><i>Раздел 1. Эжзертсис у станка</i></b>	
1.1.	Plie: прием plié – releve по I, II и IV параллельным и I, II out позициям.	3
1.2.	Flat back вперед: - на полупальцах.	3
1.3.	Постановка корпуса одной рукой за станок.	1
1.4.	Deep body bend с ногой на станке: - на plié.	2
1.5.	Battement tendu: - на plié по прямым позициям.	2
1.6.	Battement tendu jet é: - положения flex/point стопы.	2
1.7.	Relev é lent на 90 градусов лицом к станку во всех направлениях по I параллельной и out позиции.	3
1.8.	Grand battements на 90 градусов во всех направлениях лицом к станку.	4
	<b><i>Раздел II. Эжзертсис на середине зала:</i></b>	
2.1.	Техника изоляции – координация двух центров (параллель и оппозиция).	3
2.2.	Swing.	3
2.3.	Plie: прием plié –releve по I, II и IV параллельным и I, II out позициям.	3
2.4.	Battement tendu: - на plié, - перевод рук из позиции в позицию во время движения.	3
2.5.	Battement tendu jet é: - положения flex/point стопы, - перевод рук из позиции в позицию во время движения	3
2.6.	Rond de jambe par terre по I out и параллельной позиции по раскладке –en dehors и en dedans.	2
2.7.	Relev é lent на 90 градусов во всех направлениях по I параллельной и out позиции.	2
	<b><i>Раздел 3. Кросс:</i></b>	
3.1.	Шаги: - grand battements вперед на 90 градусов, pas de bourre en tournent.	3
3.2.	Триплеты., по точкам.	3
3.3.	Прыжки: - jump: во время взлета arch торса,- hop: рабочая нога принимает положение passé, в корпусе спираль.	2
3.4.	Вращения:- chaînés, - preparation к пируэтам.	3
	<b><i>Раздел 5.Импровизация</i></b>	2
5	<b><i>Раздел 6. История хореографии.</i></b>	1

6	<i>Раздел 6. Концертная деятельность</i>	3
	<i>Раздел 4. Постановочная деятельность.</i>	10
	<b>Контрольный урок</b>	2
	<b>Всего:</b>	70
	<b>III год обучения</b>	
1	<i>Вводное занятие</i>	1
	<i>Раздел 1. Ритмические упражнения.</i>	4
	<i>Раздел 2. Экзерсис у станка</i>	
2.1.	Plie:- по IV out позиции, - в координации с arch, contraction/ release, спиралями в корпусе.	2
2.2	Flat back вперед: - прием plié – releve.	2
2.3.	Battements developpe во всех направлениях по I параллельной и out позиции	2
2.4.	Grand battements на 90 градусов во всех направлениях.	2
	<i>Раздел 3. Экзерсис на середине зала:</i>	
3.1.	Техника изоляции – координация двух центров с шагами.	2
3.2	Flat back вперед: - прием plié – releve.	2
3.3.	Plie: в координации с arch, contraction/release, спиралями в корпусе.	2
3.4.	Battement tendu: в координации с arch, contraction/release, спиралями в корпусе.	3
3.5.	Battement tendu jet é: – положения flex/point колена и стопы, - в координации с arch, contraction/release, спиралями в корпусе.	3
3.6.	Battements developpe во всех направлениях по I параллельной и out позиции.	3
	<i>Раздел 4. Кросс:</i>	
4.1.	Шаги	2
4.2	Прыжки	3
4.3.	Вращения	3
4.4.	Fan kick	2
	<i>Раздел 5. Партерная гимнастика</i>	7
	<i>Раздел 6. Импровизация</i>	4
	<i>Раздел 7. Постановочная деятельность</i>	12
	<i>Раздел 8. История хореографии</i>	2

	<b><i>Раздел 9. Концертная деятельность</i></b>	5
	<b>Контрольный урок</b>	2
	<b>Всего:</b>	70
	<b>IV год обучения</b>	
1	<b><i>Вводное занятие</i></b>	1
	<b><i>Раздел 1. Ритмические упражнения.</i></b>	4
	<b><i>Раздел 2. Экзерсис у станка</i></b>	
2.1.	Plie:- по IV out позиции, - в координации с arch, contraction/ release, спиралями в корпусе.	2
2.2.	Flat back вперед: - прием plié – releve.	2
2.3.	Battements developpe во всех направлениях по I параллельной и out позиции	2
2.4.	Grand battements на 90 градусов во всех направлениях.	2
	<b><i>Раздел 3. Экзерсис на середине зала:</i></b>	
3.1.	Техника изоляции – координация двух центров с шагами.	2
3.2.	Flat back вперед: - прием plié – releve.	2
3.3.	Plie: в координации с arch, contraction/release, спиралями в корпусе.	2
3.4.	Battement tendu: в координации с arch, contraction/release, спиралями в корпусе.	3
3.5.	Battement tendu jet é: – положения flex/point колена и стопы, - в координации с arch, contraction/release, спиралями в корпусе.	3
3.6.	Battements developpe во всех направлениях по I параллельной и out позиции.	3
	<b><i>Раздел 4. Кросс:</i></b>	
4.1.	Шаги	2
4.2.	Прыжки	3
4.3.	Вращения	3
4.4.	Fan kick	2
	<b><i>Раздел 5. Партерная гимнастика</i></b>	7
	<b><i>Раздел 6. Импровизация</i></b>	4
	<b><i>Раздел 7. Постановочная деятельность</i></b>	12
	<b><i>Раздел 8. История хореографии</i></b>	2
	<b><i>Раздел 9. Концертная деятельность</i></b>	5
	<b>Контрольный урок</b>	2
	<b>Всего:</b>	70

## **III. Содержание программы**

### **I год обучения**

#### **1. Вводное занятие**

*Целевая направленность:* знакомство с учащимися, определение работы в коллективе решение организационных вопросов, определение музыкальных и танцевальных данных учащихся; знакомство с техникой безопасности на занятиях.

*Форма работы:* групповая.

#### **Раздел I. Экзерсис у станка:**

**Тема 1. Основные позиции ног, рук: I, II, III и VI.** (открытые, закрытые, прямые) Изучение основных позиций ног и рук. Технические и стилистические особенности.

**Тема 2. Проучивание Plie по I, II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.**

Приседания. Формирование основных танцевальных умений и навыков в исполнении Plie. Технические требования. Позже соединение в танцевальные связки, комбинацию.

**Тема 3. Releve (поднимание на полупальцы) по I, II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.**

Поднимание на полупальцы. Техника выполнения; по прямым и открытым позициям лицом к станку, одной рукой позже на середине зала в соединении с другими элементами.

**Тема 4. Flat back вперед: - на прямых ногах, - на plié.**

Наклоны корпуса с прямой спиной. Техника выполнения. Проучивается по II-й прямой позиции и является одним из основных элементов джазового танца.

**Тема 5. Battement tendu по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.**

Скольжение ногой по полу. Техника исполнения данного элемента отличается от классической тем, что изучение происходит по прямым позициям.

**Тема 6. Battement tendu jet é по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.**

Маленькие броски. Техника исполнения данного элемента отличается от классической тем, что изучение происходит по прямым позициям.

**Тема 7. Arch по I, II параллельным и out позициям.**

Это открытое положение корпуса. При исполнении arch происходит перегиб позвоночника назад в области лопаток. Голова отклоняется назад до положения — лицо параллельно потолку, но не запрокидывается, шея сохраняет удлинненное положение. Перегиб должен происходить с удлиннением позвоночника. Затылок не должен касаться спины. Грудь и бедра не смещаются.

**Тема 8. Stretch.**

Stretch (растяжки) в уроке занимают важное место. Они основаны на естественных движениях, не противоречащих анатомическому строению опорно-двигательного аппарата. Речь идет не только о расшивании мышц бедра и паховых мышц для развития «шага», но и растягивание мышц и суставно-связочного аппарата рук, ног, позвоночника

**Тема 9. Grand battements на 90 градусов в сторону лицом к станку.**

Техника выполнения. Изучение движения «Большие броски» не ниже 90 градусов.

**Раздел II. Экзерсис на середине зала:**

**Тема 1. Основные позиции рук: пресс-позиция, I, II, III и V положения.** Изучение основных позиций и положений рук. Стилистические особенности. Позже соединение в комбинацию с сочетанием различных уровней.

**Тема 2. Техника изоляции. Поза коллапса.**

Технические особенности. Изоляция подразумевает, что каждая часть тела, центр, движется независимо от другой части.

Объяснение понятия позы коллапса. Постановка корпуса. Поза коллапса – своеобразное положение тела, когда нет напряжения и вытянутости вверх.

**Тема 3. Plie по I, II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.**

Приседания. Технические выполнения. Позже соединение в танцевальные связки, комбинацию.

**Тема 4. Flat back вперед: - на прямых ногах, - на plié**

Наклоны корпуса с прямой спиной. Проучивается по II-й прямой позиции и является одним из основных элементов джазового танца.

**Тема 5. Battement tendu по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.**

Скольжение носком по полу. Соединение с приседанием, и переносом тяжести с одной ноги на другую.

**Тема 6. Battement tendu jet é по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.**

Изучение маленьких бросков с координацией рук. Основные положения. Развитие силы ног.

**Тема 7. Contraction и Release.**

Два взаимосвязанных понятия. В джазовом танце contraction - фиксированное сжатие мышц. При исполнении Release, происходит вытягивание от копчика до макушки.

Взаимосвязь дыхания и движения (contraction, release).

**Тема 8. Arch по I, II параллельным и out позициям.**

Открытое положение корпуса. Изучение понятия. Технические особенности: при исполнении arch происходит перегиб позвоночника назад в области лопаток. Голова отклоняется назад до положения — лицо

параллельно потолку, но не запрокидывается, шея сохраняет удлиненное положение. Перегиб должен происходить с удлинением позвоночника.

### **Тема 9. Stretch.**

Изучение на середине зала на первом году обучения происходит в партере. Во время растяжения в мышцах не должно быть напряжения, а только ощущение мягкого растягивания. Растягивание не должно быть резким, оно выполняется без излишнего усилия. Растяжение желательно проводить по оси мышечного волокна.

### **Тема 10. Roll down/ Rollup.**

Скручивания. Roll down- выполнения скручивания корпуса вниз, начиная с головы и плавно переходя к остальным отделам. Rollup- выполните скручивание корпуса вверх.

### ***Раздел III. Кросс:***

#### **Тема 1. Шаги: - pas de bourre, - pas chasse.**

Классическое исполнение данных шагов.

#### **Тема 2. Прыжки: - jump по I, II параллельным и out позициям.**

hop: рабочая нога принимает положение pass é по I параллельной позиции, - трамплинные прыжки.

#### **Тема 3. Вращения: поворот на трех шагах.**

Техника выполнения вращений. Соединение с тройным шагом.

### **Раздел IV. Партерная пластика.**

Общеразвивающие упражнения на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность, махи, пружинность) упражнения на гибкость, пластичность движения.

Исполняется для развития эластичности мышц. Растяжки, прогибы корпуса, броски ногами, «шпагаты». Упражнения для развития гибкости, эластичности мышц спины и позвоночника: прогиб к прямым ногам; в положении сидя; прогиб назад в положении лежа на животе; поза «кошки»; «рыбка», «кольцо».

Упражнение, развивающее подвижность голеностопных суставов, укрепляет мышцы ног, вырабатывает правильную осанку. Сидя на ногах, затылок,

лопатки, поясница на одной линии, спина прямая. Чередовать напряжение с расслаблением мышц спины.

### **Раздел V. Концертная деятельность**

- Новогодние выступления.
- Отчетный концерт по итогам 1 года обучения.

### **Воспитательная работа**

#### **Задачи:**

- Предъявить единые педагогические требования и выработать осознанное отношение к ним.
- Познакомить детей друг с другом.
- Наметить с детьми перспективы совместной деятельности.
- Создавать (поддерживать) в коллективе доброжелательную обстановку, творческую атмосферу.
- Осуществлять выполнение программы.
- Способствовать всестороннему развитию личности каждого ребенка.
- Содействовать реализации возможностей и способностей каждого подростка.- Развивать умения аналитической деятельности подростков.

#### **Предполагаемый результат:**

Полностью овладев программой 1-го года обучения, учащиеся должны: - Уметь музыкально и грамотно исполнять технические элементы и танцевальные этюды.

- Знать о графическом рисунке танца, движении по линии и против линии танца, значении центра сценической площадки и интервалов в формировании рисунка.

- Знать об особенностях джаз танца и о влиянии сценического танца на бытовую хореографию.

Успех коллектива в концертной деятельности.

## **II год обучения**

На втором году обучения происходит закрепление знаний и навыков обучающихся в области современных танцевальных направлений имеющие в

своей основе джазовые элементы и импровизацию, а так же изучение «уличных» направлений.

### **1. Вводное занятие.**

#### **Раздел I. Экзерсис у станка:**

**Тема 1. Plie:** прием plié – releve по I, II и IV параллельным и I, II out позициям.

Приседания полуприседания. Изучение комбинации по прямым и открытым позициям с использованием Spiral и координацией рук.

**Тема 2. Flat back вперед:** - на полупальцах.

Техника исполнения наклонов корпуса с прямой спиной. Координация рук в изучении положения flat back. Соединение в учебную комбинацию.

**Тема 3. Постановка корпуса одной рукой за станок.**

**Тема 4. Deep body bend с ногой на станке:** - на plié.

**Тема 5. Battement tendu:** - на plié по прямым позициям.

Изучение комбинации, с техникой исполнения скольжения носком по полу по прямым позициям с переходом в приседание и с координацией работы рук.

**Тема 6. Battement tendu jet é:** - положения flex/point стопы.

Изучение понятия сокращенной и вытянутой стопы в комбинации Battement tendu jet é (маленькие броски).

**Тема 7. Relev é lent на 90 градусов лицом к станку во всех направлениях по I параллельной и out позиции.**

Поднимание ноги в воздух через Battement tendu не ниже 90 градусов по прямым позициям в сочетании с работой рук -по первой и второй позиции.

**Тема 8. Grand battements на 90 градусов во всех направлениях лицом к станку.**

Большие броски не ниже 90 градусов. Технические особенности выполнения. Формирование основных двигательных умений.

#### **Раздел II. Экзерсис на середине зала:**

**Тема 1. Техника изоляции – координация двух центров (параллель и оппозиция).**

Движение сразу двух центров изолированно от остальных частей тела в сочетании с шагами.

**Тема 2. Swing.**

Изучение техники Swing. Свободное раскачивание без фиксации отдельных частей тела: корпуса, рук, ног. Упражнения на руки и корпус.

**Тема 3. Plie: прием plié –releve по I, II и I параллельным и I, II out позициям.**

Изучение комбинации. Значение приседаний в развитие и формирование основных технических навыков у обучающихся.

**Тема 4. Battement tendu: - на plie, - перевод рук из позиции в позицию во время движения.**

Скольжение ногой по полу. Технические и стилистические особенности исполнения комбинации.

**Тема 5. Battement tendu jet é: - положения flex/point стопы, - перевод рук из позиции в позицию во время движения.**

Маленькие броски с работой стопы и переводом рук из позиции в позицию. Изучение комбинации. Развитие выразительности (эмоциональной, технической)

**6. Rond de jambe par terre по I out и параллельной позиции по раскладке –en dehors и en dedans.**

Круг ногой по полу. Танцевальная комбинация. Выработать способность координировать работу ног с работой рук. Технические и стилистические особенности исполнения комбинации.

**Тема 7. Relev é lent на 90 градусов во всех направлениях по I параллельной и out позиции.**

Медленная часть урока. Танцевальная комбинация, поднятие ноги в воздух не ниже 90 градусов, через Battement tendu.

**Раздел III. Кросс:**

## **Тема 1. Шаги: - grand battements вперед на 90 градусов, pas de bourre en tournent.**

Изучение больших бросков в продвижении в комбинации с pas de bourre en tournent.

## **Тема 2. Триплеты.**

Тройной шаг. Соединение движений одного центра с шагами. Изучение и технические особенности. Характер исполнения поступательный:

- «раз» - шаг назад правой ногой в demi plié' на всю стопу, выполнив спираль к правой ноге;
- «и» - шаг вперед левой ногой на releve';
- «два» - шаг вперед правой ногой на releve'.

## **Тема 3. Прыжки: - jump: во время взлета arch торса,- hop: рабочая нога принимает положение passé, в корпусе спираль.**

Изучение данных прыжков.

## **Тема 4. Вращения:- chaînés, - preparation к пируэтам.**

Основные приемы при изучении вращений, подготовка. Понятие «точка».

## **Раздел IV. Партерная пластика.**

Общеразвивающие упражнения на развитие гибкости, ловкости, координации.

- Растяжка. Скручивание.
- Шпагат продольный на обе ноги, поперечный.
- «Бабочка».
- «Захват».
- «Кольцо».
- Упражнения стэтч-характера в различных положениях.
- Переходы из уровня в уровень, смена положения на 8, 4, 2 счета.
- Упражнения на contraction и release в положении «сидя».
- Твист и спирали торса в положении «сидя».

## **Раздел V. Импровизация.**

**Танцевальная импровизация** — техника, позволяющие обучающемуся выйти за рамки привычных паттернов движения, изучая возможности своего тела и создавая новые движения.

## **Раздел VI. История хореографии.**

**История мирового современного танца.** Хип-хоп - это объединенное название многих танцевальных стилей или направлений. В широком понимании - это то, что танцуют под музыку хип-хоп. Характерная черта хип-хоп культуры - это эксперименты в области хореографии и импровизация. Кул Херк придумал словечко "b-boys" Кул Херк перебрался в Бронкс с Ямайки - и принес с собой традицию кингстонских уличных танцев, на которых DJ крутит пластинки с рэгги-минусовкой, а поэты вживую начитывают речитатив. Но главное было не в музыке, а в уличности, Кул Херк открыл в нью-йоркских гетто - эру дешевых подпольных вечеринок. Собственно, там и родилась как таковая клубная культура. Кул Херк первым притащил на вечеринку две вертушки и начал пускать музыку нонстопом.

## **Раздел VII. Постановочная деятельность**

-постановка танца в стиле «Диско»

## **Раздел VIII. Концертная деятельность**

-Новогодние выступления.

-Отчетный концерт по итогам 2 года обучения.

## **6. Воспитательная работа**

### **Задачи:**

- Создавать (поддерживать) в коллективе доброжелательную обстановку, творческую атмосферу.
- Добиваться выполнения детьми единых педагогических требований.
- Осуществлять выполнение программы.
- Расширить знания об особенностях джаз танца и о влиянии сценического танца на бытовую хореографию.
- Способствовать всестороннему развитию личности каждого ребенка.
- Содействовать реализации возможностей и способностей каждого подростка.- Развивать умения аналитической деятельности подростков.

### **Предполагаемый результат:**

Грамотно исполнять движения техник современного танца.

- Владеть выразительными средствами танца модерн и джазового танца.
- Знать «изученную» терминологию современной техники танца.
- Знать стилистические особенности afro-jazz, contemporary.
- Уметь импровизировать под музыку и без, используя пантомиму и техническую танцевальную базу.

### **III год обучения**

Учащиеся овладевают техникой исполнения основных движений современного танца. Вводятся новые технические понятия «импульс», «волна», разогрев с использованием различных уровней, комплексы изоляций, сочетания различных ритмов во время движения, комбинации, состоящие из спиралей, твистов и contraction в положении «стоя» и «сидя», упражнения стэтч-характера во всех положениях: «сидя», «лежа», «стоя у станка», комбинации шагов в различных направлениях, координация шага и движений изолированных центров, танцевальные этюды.

#### **1. Вводное занятие.**

- Знакомство со специальной терминологией.
- Знакомство с планом работы на год.
- Входящая диагностика.
- Проведение инструктажа по охране труда, правила поведения на занятиях в танцевальном коллективе.

#### **Раздел I. Ритмические упражнения.**

- Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, sundari. Движения исполняются вперед-назад и из стороны в сторону, диагонально, крестом и квадратом.
- «Импульс» – показатель точки возникновения движения и его энергии. Возникновение «импульса» в разных частях тела: «импульс» (руки) прямо; «импульс» (руки) в сторону; «импульс» ноги.
- «Волна» – распространитель начатого «импульсом» движения и показатель его направления. «Волна»: волна руки, волна ног-корпуса-головы-рук; волна бедер-ног; сквозная волна.

#### **Раздел II. Экзерсис у станка:**

**Тема 1. Plie:- по IV out позиции, - в координации с arch, contraction/ release, спиралью в корпусе.**

Приседание. Изучение комбинации. Усложнение координационно со сменной ритма и скоростью исполнения.

**Тема 2. Flat back вперед: - прием plié – releve.**

Наклоны корпуса с прямой спиной. Техника исполнения. Соединение в комбинацию. Смена нескольких положений исполнителя во время разогрева (у станка, в партере).

**Тема 3. Battements developpe во всех направлениях по I параллельной и out позиции.**

Сгибание и разгибание ноги на 90° и выше. Выполняется через промежуточное пассе. Значение данного движения для технического оснащения обучающихся.

**Тема 4. Grand battements на 90 градусов во всех направлениях.**

Большие броски. Техника исполнения. Изучение комбинации: смена направлений, уровней, перегибов корпуса.

**Раздел III. Экзерсис на середине зала:**

**Тема 1. Техника изоляции – координация двух центров с шагами.**

Сопровождение данной техники с эмоциональной выразительностью.

**Тема 2. Flat back вперед: - прием plié –releve.**

Изучение развернутой комбинации с использованием приема plié – releve и техническими элементами roll down и roll up в свободной пластике.  
- Торсовая работа корпуса *twist, twill* на закрепление мышечных ощущений спины и бока. Переходы из уровня в уровень.

**Тема 3. Plie: в координации с arch, contraction/release, спиралями в корпусе.**

Техника выполнения приседаний в координации с различными элементами arch, спиралями в корпусе. Изучение комбинации. Проработка стопы на «параллель» через чередование выворотных и параллельных позиций с одновременной усложненной работой корпуса через *contraction release*, с раскрытием и закрытием корпуса, с постоянной сменой рук в позициях «джаз», маховой работой рук, с использованием дыхания.

**Тема 4. Battement tendu: в координации carch, contraction/release, спиралями в корпусе.**

Скольжение носком по полу. Техника исполнения. Усложнение танцевальной комбинации (темп, смена ритма, в координации с техническими элементами carch, contraction/release).

**Тема 5. Battement tendu jet é: – положения flex/point колена и стопы, - в координации с arch, contraction/release, спиралями в корпусе.**

Техническое исполнение Battement tendu jet é. Развернутые комбинации с использованием движений изолированных центров.

**Тема 6. Battements developpe во всех направлениях по I параллельной и out позиции.**

Сгибание и разгибание ноги на 90° и выше. Выполняется через промежуточное пассе. Техническое выполнение танцевальной комбинации. Соединение всех возможных движений торса (спиралей, *twist, release, high release*, наклоны торса во всех направлениях) с использованием падений и подъемов, а так же с поворотами на одной ноге.

#### **Раздел IV. Кросс:**

Шаги с координацией трех, четырех и более центров, шаги с использованием contraction и release, смены направлений в комбинации шагов. Соединение шагов, прыжков и вращений в единые комбинации. Изучение вращений по кругу и со сменой уровня, а также лабильных вращений. «Колесо». «Колесо» на локтях.

**Тема 1. Шаги:** - grand battements во всех направлениях на 90 градусов, - pas de bourre с preparation к пируэтам.

**Тема 2. Прыжки:** - jump: во время взлета arch торса, - hop: рабочая нога в положении passé, во время взлета arch торса, - hop: рабочая нога открывается в сторону на 45 градусов, - leap с трамплинным зависанием в воздухе.

**Тема 3. Вращения:** -chaînés на plie, на полной стопе, - пируэт en dehors, en dedans.

**Тема 4. Fan kick** с па шассе в продвижении.

#### **Раздел V. Партерная пластика.**

Техника Contemporary: Развернутые комбинации с использованием движений изолированных центров, движений позвоночника (твисты, спирали, contraction и release), падения и подъемы, а также переходы из уровня в уровень. Смена нескольких положений исполнителя во время разогрева (у станка, на середине, в партере.)

Растяжка. Скручивание. Разогрев в положении «сидя» и «лежа», используя упражнения стретч-характера, frog-position, наклоны и твисты торса.

### **Раздел VI. Импровизация.**

**Контактная импровизация.** Техника в которой сохранение партнерами физического контакта дает возможность для исследования и работы с телом и со всеми аспектами движения.

### **Раздел VII. Постановочная деятельность**

- постановка танца в стиле «Afro jazz и Hip-hop»;
- танец в стиле «свободная пластика».

### **Раздел VIII. История хореографии.**

Более подробно изучаются следующие направления: джаз-танец, джаз-модерн, авангард-балет (французское направление), техника Afro jazz, Hip-hop, стилизация народных и фольклорных танцев в различных ритмах, стилизация латиноамериканских танцев и другие направления. Большое внимание уделяется теоретическим аспектам современной хореографии.

Возникновение танца модерн в США и Германии в конце XIX века. Основоположники танца модерн – Ж.Далькроз и А.Дункан. Ведущий теоретик модерна – хореограф Р.Лабан. Осознание деятелями танца модерна необходимости синтеза выразительного танца с техникой классического танца и небалетной пантомимы. Драматически насыщенный танец. М.Грэхем.

Отечественный современный танец. Антуражный танец как основной жанр эстрадной хореографии с конца 1990-х годов. Бессюжетные танцы. Балет А.Духовой «Годес» и особенности его исполнительской манеры. Современные белорусские коллективы эстрадного танца.

Разучивание различных танцевальных комбинаций и композиций с использованием любых музыкальных и хореографических стилей и с введением свободного хореографического текста (по выбору педагога).

Повторение всего теоретического и практического материала. Подготовка этюдов и номеров на основе всего программного материала.

## **Раздел IX. Концертная деятельность**

- Новогодние выступления.
- Отчетный концерт по итогам 3 года обучения.
- Участие в конкурсах.

### **Воспитательная работа**

- Предоставить возможность каждому осознать свою роль в коллективе, свою жизненную позицию, личностные изменения.
- Проанализировать с детьми достигнутый уровень развития коллектива, уровень реализации программы.
- Определить с детьми дальнейшую самостоятельную деятельность, жизненную перспективу.

### **Предполагаемый результат:**

Овладев программой 3-го года обучения, учащиеся должны уметь:

- Грамотно исполнять движения техник современного танца.
- иметь полное представление о развитии джазового танца и современных направлений.
- Знать особенности танцевальной культуры разных стилей.
- Уметь импровизировать, понимать философию движения.

Так же:

- Определение подростками своей жизненной позиции, своих личностных качеств и изменений.
- Желание подростков использовать приобретенные умения деятельности в коллективе в постпрограммный период.
- Высокий уровень развития детского коллектива.

## **IV год обучения**

Учащиеся продолжают овладевать техникой исполнения основных элементов и движений современного танца. Закрепляется и усиливается материал новые технические понятия, комплексы изоляций, сочетания различных ритмов во время движения, комбинации, состоящие из спиралей, твистов и contraction в положении «стоя» и «сидя», упражнения стэтч-характера во всех положениях: «сидя», «лежа», «стоя у станка», комбинации шагов в различных направлениях, координация шага и движений изолированных центров, танцевальные этюды, постановки.

### **1. Вводное занятие.**

-Знакомство со специальной терминологией.

-Знакомство с планом работы на год.

- Входящая диагностика.

-Проведение инструктажа по охране труда, правила поведения на занятиях в танцевальном коллективе.

### **Раздел I. Ритмические упражнения.**

- Голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, *sundari*. Движения исполняются вперед-назад и из стороны в сторону, диагонально, крестом и квадратом.

-«Импульс» – показатель точки возникновения движения и его энергии. Возникновение «импульса» в разных частях тела: «импульс» (руки) прямо; «импульс» (руки) в сторону; «импульс» ноги.

- «Волна» – распространитель начатого «импульсом» движения и показатель его направления. «Волна»: волна руки, волна ног-корпуса-головы-рук; волна бедер-ног; сквозная волна.

### **Раздел II. Экзерсис у станка:**

**Тема 1. *Plie*:- по IV out позиции, - в координации с *arch*, *contraction/ release*, спиралью в корпусе.**

Приседание. Изучение комбинации. Усложнение координационно со сменной ритма и скоростью исполнения.

**Тема 2. Flat back вперед: - прием *plié – releve*.**

Наклоны корпуса с прямой спиной. Техника исполнения. Соединение в комбинацию. Смена нескольких положений исполнителя во время разогрева (у станка, в партере).

**Тема 3. *Battements developpe* во всех направлениях по I параллельной и out позиции.**

Сгибание и разгибание ноги на 90° и выше. Выполняется через промежуточное пассе. Значение данного движения для технического оснащения обучающихся.

**Тема 4. *Grand battements* на 90 градусов во всех направлениях.**

Большие броски. Техника исполнения. Изучение комбинации: смена направлений, уровней, перегибов корпуса.

### Раздел III. Экзерсис на середине зала:

#### **Тема 1. Техника изоляции – координация двух центров с шагами.**

Сопровождение данной техники с эмоциональной выразительностью.

#### **Тема 2. Flat back вперед: - прием plié –releve.**

Изучение развернутой комбинации с использованием приема plié – releve и техническими элементами roll down и roll up в свободной пластике.

- Торсовая работа корпуса *twist, twill* на закрепление мышечных ощущений спины и бока. Переходы из уровня в уровень.

#### **Тема 3. Plie: в координации с arch, contraction/release, спиралями в корпусе.**

Техника выполнения приседаний в координации с различными элементами arch, спиралями в корпусе. Изучение комбинации. Проработка стопы на «параллель» через чередование выворотных и параллельных позиций с одновременной усложненной работой корпуса через *contraction release*, с раскрытием и закрытием корпуса, с постоянной сменой рук в позициях «джаз», маховой работой рук, с использованием дыхания.

#### **Тема 4. Battement tendu: в координации с arch, contraction/release, спиралями в корпусе.**

Скольжение носком по полу. Техника исполнения. Усложнение танцевальной комбинации (темп, смена ритма, в координации с техническими элементами с arch, contraction/release.

#### **Тема 5. Battement tendu jet é: – положения flex/point колена и стопы, - в координации с arch, contraction/release, спиралями в корпусе.**

Техническое исполнение Battement tendu jet é. Развернутые комбинации с использованием движений изолированных центров.

#### **Тема 6. Battements developpe во всех направлениях по I параллельной и out позиции.**

Сгибание и разгибание ноги на 90° и выше. Выполняется через промежуточное пассе. Техническое выполнение танцевальной комбинации. Соединение всех возможных движений торса (спиралей, *twist, release, high release*, наклоны торса во всех направлениях) с использованием падений и подъемов, а так же с поворотами на одной ноге.

#### **Раздел IV. Кросс:**

Шаги с координацией трех, четырех и более центров, шаги с использованием contraction и release, смены направлений в комбинации шагов. Соединение шагов, прыжков и вращений в единые комбинации. Изучение вращений по кругу и со сменой уровня, а также лабильных вращений. «Колесо». «Колесо» на локтях.

**Тема 1. Шаги:** - grand battements во всех направлениях на 90 градусов, - pas de bourre с preparation к пируэтам.

**Тема 2. Прыжки:** - jump: во время взлета arch торса, - hop: рабочая нога в положении passé, во время взлета arch торса, - hop: рабочая нога открывается в сторону на 45 градусов, - leap с трамплинным зависанием в воздухе.

**Тема 3. Вращения:** -chaînés на plie, на полной стопе, - пируэт en dehors, en dedans.

**Тема 4. Fan kick** с па шассе в продвижении.

#### **Раздел V. Партерная пластика.**

Техника Contemporary: Развернутые комбинации с использованием движений изолированных центров, движений позвоночника (твисты, спирали, contraction и release), падения и подъемы, а также переходы из уровня в уровень. Смена нескольких положений исполнителя во время разогрева (у станка, на середине, в партере.)

Растяжка. Скручивание .Разогрев в положении «сидя» и «лежа», используя упражнения стрэтч-характера, frog-position, наклоны и твисты торса.

#### **Раздел VI. Импровизация.**

**Контактная импровизация.** Техника в которой сохранение партнерами физического контакта дает возможность для исследования и работы с телом и со всеми аспектами движения.

#### **Раздел VII. Постановочная деятельность**

- постановка танца в стиле «Контемпорари и Hip-hop»;
- танец в стиле «свободная пластика».

### **Раздел VIII. История хореографии.**

Более подробно изучаются следующие направления: джаз-танец, джаз-модерн, авангард-балет (французское направление), техника Afro jazz , Hip-hop, стилизация народных и фольклорных танцев в различных ритмах, стилизация латиноамериканских танцев и другие направления. Большое внимание уделяется теоретическим аспектам современной хореографии.

Повторение всего теоретического и практического материала. Подготовка этюдов и номеров на основе всего программного материала.

### **Раздел IX. Концертная деятельность**

- Новогодние выступления.
- Отчетный концерт по итогам 4 года обучения.
- Участие в конкурсах.

### **Воспитательная работа**

- Предоставить возможность каждому осознать свою роль в коллективе, свою жизненную позицию, личностные изменения.
- Проанализировать с детьми достигнутый уровень развития коллектива, уровень реализации программы.
- Определить с детьми дальнейшую самостоятельную деятельность, жизненную перспективу.

### **Предполагаемый результат:**

Овладев программой 4-го года обучения, учащиеся должны уметь:

- Грамотно исполнять движения техник современного танца.
- иметь полное представление о развитии джазового танца и современных направлений.
- Знать особенности танцевальной культуры разных стилей.
- Уметь импровизировать, понимать философию движения.

Так же:

- Определение подростками своей жизненной позиции, своих личностных качеств и изменений.
- Желание подростков использовать приобретенные умения деятельности в коллективе в постпрограммный период.
- Высокий уровень развития детского коллектива.

#### **IV. Методическое обеспечение программы**

Материально-техническая база ДМШ №24 соответствует санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда. Для проведения занятий имеется балетный зал площадью не менее 40 кв.м. (на 12-14 обучающихся), имеющий пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие), балетные станки (палки) длиной не менее 25 погонных метров вдоль трёх стен, зеркала размером 7м x 2м на одной стене. Классы оснащен звукотехническим оборудованием, учебной мебелью (столами, стульями, шкафами) и оформлен наглядными пособиями.

#### **Основные методы обучения:**

##### Наглядный:

- показ педагогом движений под счет и под музыку;
- показ правильного исполнения или ошибок на конкретном ребенке;
- просмотр видеоматериала о хореографическом искусстве, обучение на основе видеоматериала народной, классической и современной хореографии.

Словесный: обращение к сознанию ребенка, добиваясь не автоматического, а осмысленного выполнения и исполнения.

##### Мотивации и стимулирования.

##### Формирования сознания.

#### **Методика изучения движений.**

Успешное усвоение материала зависит от выбора оптимального объема, определения отобранных движений, которые необходимо довести до уровня двигательных навыков и умений, а некоторые – до ознакомительного начального уровня; рациональной систематизации движений на основе применения педагогических правил от простого к сложному, от легкого к трудному, от известного к неизвестному и т.д. Физическая нагрузка должна соответствовать возрасту участников, а также необходимо учитывать общую нагрузку в течении всего занятия.

##### Движения изучаются поэтапно:

- этап ознакомительного начального разучивания;

- этап углубленного разучивания и переход к стадии совершенствования;
- этап совершенствования, упрочнения навыка, формирования умений оптимального использования в различных условиях.
- При разучивании движений необходимо учитывать следующие правила:
  - не начинать изучение нового материала пока полностью не будет усвоено разучиваемое движение (концентрированное изучение);
  - обучение новому движению после овладения основным механизмом техники предыдущего движения (рассредоточенное изучение);
  - изучение нового движения после усвоенного предыдущего до уровня двигательного умения (т.е. правильного выполнения при специальной фиксации внимания), затем многократно и периодически возвращаться к повторному разучиванию (концентрированное, затем рассредоточенное изучение).

### **Методические рекомендации по организации учебного процесса по направлениям:**

#### **Азбука танцевальных движений**

##### **Ритмическая разминка**

Для детей характерны специфические психологические особенности (рассеянное внимание, утомляемость, быстрая усталость), поэтому ритмическая разминка, это частое чередование одного движения с другим, смена музыкального темпа, настроения, делает занятия не скучными, а насыщенными и интересными. Занятия «Ритмической разминкой» служат задачам физического воспитания. Они совершенствуют двигательные навыки ребенка, укрепляют мышцы, благотворно воздействуют на работу органов дыхания.

На занятиях «Ритмическая разминка» на первых этапах следует выделить движения ног, так как импульсы от ходьбы, бега, прыжков получает все тело.

Занятия ритмической разминкой развивают у детей музыкальный слух, память, чувство ритма, формируют художественный вкус.

Задача этого направления – привести двигательный аппарат в рабочее состояние, разогреть все мышцы. В современном танце существуют различные способы разогрева: у станка, на середине и в партере. По функциональным задачам можно выделить три группы упражнений. Первая группа – это упражнения стрэтч-характера, т.е. растяжение. Вторая группа упражнений связана с наклонами и поворотами торса. Они помогают разогреть и привести в рабочее состояние позвоночник и его отделы. Третья группа упражнений связана с разогревом ног.

**Лексика.** *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. Основой техники современного танца служит позвоночник, поэтому главная задача педагога развить у учащихся подвижность во всех его отделах. Основные движения: наклоны торса, изгибы, спирали, body role («волны»), contraction, release, tilt, lay out.

*Форма работы:* коллективная, групповая, индивидуальная.

- Танцевальные комбинации на развитие общих физических данных.
- Позы и движения на растяжку.
- Элементы гимнастики и акробатики.
- Знакомство с современными стилями и новыми направлениями современного танца.

### **Кросс**

Передвижение в пространстве (различные шаги, бег, повороты, прыжки, вращения). Этот раздел урока развивает танцевальность и позволяет приобрести манеру и стиль танца.

### **Постановка танца**

Последним, завершающим, разделом урока являются комбинации. Здесь все зависит от фантазии педагога, его балетмейстерских способностей. Они могут быть на различные виды шагов, движения изолированных центров, вращений, в партере. Главное требование комбинаций – ее танцевальность, использование определенного рисунка движения, различных направлений и ракурсов, чередование сильных и слабых движений, т.е. использование всех средств танцевальной выразительности, раскрывающих индивидуальность исполнителей.

### **Основные этапы последовательности подхода к постановочной работе:**

1. Дать общую характеристику танца:
  - а) рассказать историю возникновения танца, направления.
  - б) рассказать сюжет танца.
2. Слушание музыки и ее анализ (характер, темп, рисунки музыкальных фраз).
3. Работа над образом: характер образа, специфики поз (руки, корпус, голова).

#### 4. Разучивание движений танца.

При разучивании движений танца с детьми хорошие результаты дает метод, при котором они повторяют движения вместе с объяснением и показом педагога и затем исполняют самостоятельно. Движения должны быть чисто техническими и исполняться механически, каждое движение должно «дышать», дыхание движения – это и есть выразительность и артистичность

Дети должны обучаться:

- творческому подходу к выполнению движений, реагируя на стимулы, в том числе на музыку и применяя основные навыки.
- смене ритма, изменению скорости, уровня и направления своих движений.
- созданию и исполнению танцев, используя простые движения, в том числе и относящиеся к различным эпохам и культурам;
- выражению и передаче мысли и чувства.

#### **Концертно-творческая деятельность**

А) Постановочно-репетиционная деятельность:

Б) подборка музыкального материала;

В) предварительный отбор выразительных средств;

Г) сочинение композиционного построения – рисунок танца.

- Открытые занятия.
- Родительские собрания.
- Мероприятия.
- Экскурсии: парк, музей, выставочный зал, выезд на природу.
- Участие в концертах, фестивалях, конкурсных программах.

*Целевая направленность:* 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

#### **Достижения цели обучения**

Учащиеся должны быть способны продемонстрировать, что они могут:

- Выбирать и использовать соответствующие навыки, действия и идеи, применение которых должно координироваться и контролироваться ими.

- Копировать, изучать, повторять и запоминать движения, соединяя их таким образом, чтобы они соответствовали данным видам двигательной деятельности.
- Рассказать о различиях между своей и чужой работой, предложить способы совершенствования, использовать понимание этой разницы для улучшения собственного исполнения.

## **Первый год обучения**

**Точка** - положение тела. Для того чтобы непрерывное и, порой, достаточно быстрое движение можно было разучить в замедленном темпе, танец рассматривается как ряд поз, соединенных промежуточными движениями, каждая из которых называется точкой. Если в одной из точек происходит остановка, она называется фиксированной точкой. Если остановки нет или она взята условно для того, чтобы понять, через какие промежуточные стадии происходит движение от одной фиксированной точки к другой, мы говорим о наличии проходящей точки, то есть положении тела, в котором мы не задерживаемся.

**Пошаговой разбивкой** называют процесс разбивки танца на отдельные элементы. Также пошаговой называют схематичные изображения, помогающие разучивать танец. Чаще всего речь идет о рисунках, изображающих позицию в танце, или схематичных зарисовках проекций стоп танцующих. Танец: если стихи, положенные на музыку, именуется песней, то танец - это движение, положенное на музыку. Танцы можно условно разбить на две категории: релаксация (танец для себя) и профессиональный танец. В первом случае мы позволяем телу двигаться как угодно, не особо интересуясь траекторией движения. Второй вид танцев призван производить впечатление и предполагает четко отработанные движения.

Танцевальные особенности детей следует развивать в равной степени, работая над движениями рук, ног, головы, корпуса. Современный танец способствует технической разработке каждого движения в отдельности, а затем и в их соединении. Техническое мастерство достигается систематическим повторением одного движения значительное число раз.

## **Второй год обучения**

В средних и старших группах упражнения усложняются, добавляются трюковые элементы, комбинируются с выученными движениями в композиции. Достижение полной координации всех движений заставляет в дальнейшем воодушевлять движения танца настроением, т.е. придать им ту выразительность, которая называется артистичностью.

**Трюки:** нередко в постановочном танце есть кульминационный, пиковый момент. Это момент, в который танец наиболее насыщен эмоционально и

технически. Именно в кульминационный момент выполняются трюки - технические элементы повышенной сложности. В определении того, что считать трюком, а что нет, единой для всех направлений классификации не имеется. Некоторые танцевальные направления, например, брейк, можно считать сплошным непрерывным трюком, а в каких-то категориях танцев высокий бросок ноги в сочетании с поворотом - уже трюк. Темп берется значительно быстрее, усложняется комбинация. Сложные упражнения способствуют развитию устойчивости корпуса-стержня, т.е. умение держать мышцы спины. Умение держать спину-стержень – это залог успеха в исполнении сложных танцевальных движений.

### **Третий и четвертые года обучения**

Более подробно изучаются следующие направления: фанк, контемпорари, хип-хоп, афро-джаз, джаз-танец, разновидности брейка (нижний, верхний, волновой и т.д.), стилизация народных и фольклорных танцев в различных ритмах, стилизация латиноамериканских танцев и другие направления. Большое внимание уделяется теоретическим аспектам современной хореографии.

Возникновение танца модерн в США и Германии в конце XIX века. Основоположники танца модерн – Ж.Далькроз и А.Дункан. Ведущий теоретик модерна – хореограф Р.Лабан. Осознание деятелями танца модерна необходимости синтеза выразительного танца с техникой классического танца и не балетной пантомимы. Драматически насыщенный танец. М.Грэхем. Прародители хип-хопа КулХерк, Джон Кемпбел. Отечественный современный танец. Антуражный танец как основной жанр эстрадной хореографии с конца 1990-х годов. Современные российские коллективы.

Разучивание различных танцевальных комбинаций и композиций с использованием любых музыкальных и хореографических стилей и с введением свободного хореографического текста (по выбору педагога).

### **Критерии оценки знаний и умений**

Оценка качества реализации программы «Джазового танца» включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную и итоговую аттестацию обучающихся.

Так же, формой предъявления результативности освоения и подведения итогов реализации данной образовательной программы служат конкурсные мероприятия.

Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Промежуточная аттестация проводится в форме отчетного концерта.

Итоговая аттестация проводится в форме экзамена.

По итогам выпускного экзамена выставляется оценка «отлично», «хорошо», «удовлетворительно» или «неудовлетворительно».

### *Критерии оценок*

По итогам исполнения программы на контрольном уроке и экзамене выставляется оценка по пятибалльной шкале:

Оценка	Критерии оценивания выступления
5 («отлично»)	Методически правильное исполнение учебно-танцевальной композиции, музыкально грамотное и эмоционально-выразительное исполнение пройденного материала, владение индивидуальной техникой вращений, трюков.
4 («хорошо»)	возможное допущение незначительных ошибок в сложных движениях, исполнение выразительное, грамотное, музыкальное, техничное.
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: недоученные движения, слабая техническая подготовка, малохудожественное исполнение, невыразительное исполнение экзерсиса у станка, на середине зала, невладение трюковой и вращательной техникой.
2 («неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием плохой посещаемости аудиторных занятий и нежеланием работать над собой.

При выведении итоговой оценки учитывается следующее:

- оценка годовой работы ученика;
- оценка на экзамене;
- другие выступления ученика в течение учебного года.

Оценки выставляются по окончании каждой четверти.

## **IV. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

### *Список литературы, используемой педагогом*

1. Александрова И.А., Макарова Н.В. Джазовый танец: Пособие для начинающих. – СПб.: Планета музыки, 2012.
2. Бергер Р.А. Африканский танец – прошлое и настоящее культуры Африки в мировом цивилизационном процессе. – М., 1996.
3. Васильева Т.К. Секрет танца. – С.-П.: Диамант, 2007.
4. Володина О.В. Самоучитель клубных танцев.- Ростов-на-Дону 2015.
5. Гиршон А.С. Импровизация и хореография //Танцевальная импровизация. – М., 1999.

6. Зыков А.И. Современный танец. Учебное пособие для студентов театральных вузов. – СПб.: Издательство «Лань»; Издательство «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2016.
7. Ивлева Л.Д. Джазовый танец: Учебное пособие. – Челябинск, 2002.
8. Introduction to modern dance techniques. – Hightstoun, 2011.
9. Никитин В.Ю. Мастерство хореографа в современном танце: Учебное пособие. - М.: Российский университет театрального искусства — ГИТИС, 2011.
10. Никитин В.Ю. Стретчинг в профессиональном обучении современному танцу. - М.: ГИТИС, 2005.
11. Никитин В.Ю. Джазовый танец. История. Методика. Практика: Учебно-методическое пособие. – М.: МГУКИ, 2014.
12. Никитин В. Композиция урока и методика преподавания модерн-джаз танца. – М.: Изд. дом «Один из лучших», 2006.
13. Никитин В.Ю., Шварц И.К. Композиция в современной хореографии: Учебно-методическое пособие. – М.: МГУКИ, 2007
14. Никитин В.Ю. Мастерство хореографа в современном танце: Учебное пособие. – М.: РУТИ (ГИТИС), 2011.
15. Образовательная программа дополнительного образования детей «Обучение детей основам модерн-джаз танца» В.Г.Лебединской – руководителя балетной студии Московского инновационного центра развития ребёнка «София», 2015.
16. Полятков С.С. Основы современного танца. – М.: Феникс, 2005.
17. Roger G. Hip Hop for Kids. - USA, 2002.
18. Хореографическое искусство. Справочник. - М.: Искусство, 2005.

### ***Список рекомендуемой литературы для детей и родителей***

1. Королева М. Слушай музыку, делай кач, будь собой! Как танцевать. – СПб, 2008 31
2. Нестерова Д. Самоучитель по танцам хип-хоп. – М.: Издательство: АСТ, Астрель, Полиграфиздат, 2011

### ***Интернет ресурсы***

1. <http://www.razvitierbenka.com/2010/03/5-6.html#.VFkT6fmsVyg>
2. [http://vk.com/video4106619\\_169471500](http://vk.com/video4106619_169471500)
3. <http://dancedb.ru/hip-hop/education/video/>
4. <http://dancedb.ru/hip-hop/music/>
5. <http://dancedb.ru/hip-hop/photo/>
1. <https://kopilkaurokov.ru>
2. <https://vk.com/dancerussia>
3. <https://vk.com/dancederevnya>
1. <http://pedsovet.org/>

## **V. ПРИЛОЖЕНИЕ**

