

Отдел образования управления образования
исполнительного комитета муниципального образования города Казани
по Авиастроительному и Ново-Савиновскому районам
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детская школа искусств №12»
Ново-Савиновского района города Казани

ПРИНЯТА
на заседании педагогического совета
МБУДО «ДШИ №12»
Ново-Савиновского района г. Казани

Протокол №1 от «2» сентября 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУДО «ДШИ №12»
Ново-Савиновского района г. Казани


В. Н. Ергакова
Приказ №57а от «2» сентября 2024 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА «СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ»**

направленность: художественная

возраст учащихся: 9-16 лет

срок реализации: 5 лет (350 часов)

Автор-составитель:
Турцева Татьяна Александровна,
преподаватель первой квалификационной категории

г. Казань, 2024

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1	Учреждение	<i>Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Детская школа искусств №12» Ново-Савиновского района города Казани</i>
2	Полное название программы	<i>Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа в области хореографического искусства «Современный танец»</i>
3	Направленность программы	<i>художественная</i>
4	Сведения о разработчиках	
4.1	ФИО, должность	<i>Турцева Татьяна Александровна, преподаватель первой квалификационной категории МБУДО «Детская школа искусств №12» Ново-Савиновского района города Казани</i>
5	Сведения о программе:	
5.1	Срок реализации	<i>5 лет</i>
5.2	Возраст учащихся	<i>9 -16 лет</i>
5.3	Характеристика программы:	<i>Тип программы: дополнительная общеобразовательная программа Вид программы: общеразвивающая программа Принцип проектирования программы: одноуровневая программа Форма организации содержания и учебного процесса: очная</i>
5.4	Цель программы	<i>Формирование и развитие пластических, танцевальных способностей и творческого потенциала обучающихся посредством овладения техниками современного танца</i>
6	Формы и методы образовательной деятельности	<i>Методы: наглядный (показ), словесный (беседа, объяснение), практический (выполнение практического задания, исполнение). Формы образовательной деятельности: освоение объяснения, инструктажа, показ, консультации и др.; воспроизведение действий, применение знаний на практике и др.; работа с литературой, интернет ресурсами и др.; самостоятельная поисковая и творческая деятельность и др.</i>
7	Формы мониторинга результативности	<i>Сохранность контингента; обеспечение участия обучающихся в мероприятиях, фестивалях, конкурсах; результаты освоения обучающимися образовательной программы (текущий контроль освоения разделов</i>

		<p>образовательной программы, промежуточная аттестация учащихся в конце каждой четверти, аттестация по завершении освоения программы); результативность участия обучающихся в конкурсных мероприятиях, анализ выступлений на конкурсных мероприятиях и в концертных программах; концертная деятельность; удовлетворенность родителей качеством организации образовательного процесса и реализацией программы.</p>
8	Результативность реализации программы	<p>Высокий показатель сохранности контингента учащихся; 100 % обеспечение участия обучающихся в мероприятиях, концертах и конкурсах; высокие результаты освоения обучающимися образовательной программы; высокая результативность участия обучающихся в конкурсах, фестивалях; опыт концертной деятельности, участие в значимых мероприятиях района и города, удовлетворенность родителей качеством организации образовательного процесса и реализацией программы.</p>
9	Дата утверждения и последней корректировки программы	2 сентября 2024 года

ОГЛАВЛЕНИЕ

Пояснительная записка	5
<i>Направленность</i>	5
<i>Нормативно-правовое обеспечение программы</i>	5
<i>Актуальность программы</i>	5
<i>Отличительные особенности программы</i>	6
<i>Цель</i>	6
<i>Задачи</i>	7
<i>Адресат программы</i>	7
<i>Срок освоения и объем программы</i>	8
<i>Формы организации образовательного процесса и виды занятий</i>	8
<i>Режим занятий</i>	8
Учебный план	8
Содержание программы	21
Планируемые результаты освоения программы	27
Организационно-педагогические условия реализации программы	29
<i>Учебно-методические условия реализации программы</i>	29
<i>Воспитательный компонент программы</i>	29
<i>Материально-технические условия реализации программы</i>	31
Формы аттестации/контроля	31
Оценочные материалы	31
Список литературы	34
Приложения	37
<i>Приложение 1 Календарный учебный график</i>	37
<i>Приложение 2 Календарный план воспитательной работы</i>	41
<i>Приложение 3 Основные понятия</i>	42
<i>Приложение 4 Анкета «Как ты относишься к занятиям?»</i>	45

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современный танец» имеет *художественную* направленность.

Структура и содержание программы представлены в соответствии с требованиями к содержанию и структуре дополнительных общеобразовательных программ согласно п. 6 приказа Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», п. 9 ст. 2 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Нормативно-правовое обеспечение программы

1. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. №678-р;
3. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным (утвержден приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629);
4. Федеральный проект «Успех каждого ребенка» в рамках Национального проекта «Образование», утвержденного Протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 3.09.2018 №10 (срок реализации до 30.12.2024);
5. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 11 сентября 2024 г. № 2501-р «О Стратегии государственной культурной политики на период до 2030 г.»;
6. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. №996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
7. Порядок осуществления образовательной деятельности образовательными организациями дополнительного образования детей со специальными наименованиями «детская школа искусств», «детская музыкальная школа», «детская хореографическая школа», «детская театральная школа», «детская цирковая школа», «детская школа художественных ремесел» (утверждён приказом Министерства культуры РФ от 2 июня 2021 г. №754);
8. СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28;
9. Устав МБУДО «ДШИ №12» Ново-Савиновского района города Казани.

Актуальность программы

Программа «Современный танец» направлена на развитие физических данных учащихся, на приобретение базовых знаний, умений и технических навыков в области современной хореографии. Современный танец – особый вид пластического, хореографического языка, основные принципы его техники базируются на понимании

структуры человеческого тела, координации движения и дыхания, ощущении гравитации, пространства и времени. Освоение содержания программы «Современный танец» способствует формированию художественно-эстетической культуры учащихся, обеспечивает развитие мотивации познавательной и творческой деятельности, создает условия для творческой самореализации через пластику, дальнейшего личностного, творческого, культурного и профессионального самоопределения обучающихся, всестороннего развития личности.

Реализация программы «Современный танец» в соответствии с задачами дополнительного образования, сформулированным в ст. 75 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» N 273 направлена на формирование и развитие творческих способностей детей, удовлетворения их потребностей в физическом совершенствовании, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепления здоровья, организацию свободного времени, учитывает возрастные и индивидуальные особенности детей.

Важность и актуальность формирования культуры здоровья и физического развития подрастающего поколения сформулированы в задачах «Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»: «формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни, привитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактика вредных привычек». Актуальность программы обусловлена решением этих задач.

Отличительные особенности программы

В основе программы «Современный танец» лежит сочетание различных танцевальных направлений: изучение техник джазового танца, танца модерн, contemporary, хип-хоп, floor technique/техники работы с полом, импровизации, партнеринга.

Учебный материал построен по принципу «от простого к сложному», физическая нагрузка и уровень сложности движений нарастают поэтапно и последовательно, постепенно усложняются творческие задания. Акцент делается на становление и развитие творческой индивидуальности учащегося, учитываются его индивидуальные склонности, способности и особенности, что позволяет выстроить в коллективе атмосферу сотрудничества, взаимодействия и заинтересованности в творческой активности каждого учащегося.

Реализация программы способствует формированию у обучающихся гармонии в различных сферах отношений: отношение к своему телу (принимая образ собственного тела) и со своим телом (совершенствую свое тело, двигательные возможности организма); отношение к культуре (знакомство с культурой через танец, выстраивание собственных эстетических пристрастий), отношение с культурой (формирование собственного стиля функционирования в танцевальной культуре); отношение к окружающим людям (обретение в коллективе друзей, субъективно значимых взрослых), отношения с окружающими людьми (обретение опыта строить отношения в репетиционном и концертном процессе).

Цель

Формирование и развитие пластических, танцевальных способностей и творческого потенциала обучающихся посредством овладения техниками современного танца.

Задачи

Обучающие:

- выработать у обучающихся комплекс навыков и умений, способствующих свободному и выразительному овладению различными техниками и стилями современной хореографии,
- познакомить детей с современными хореографическими направлениями, различными танцевальными культурами;
- обучить приемам самостоятельной и коллективной работы, взаимодействия с партнерами;

Развивающие:

- раскрыть творческие способности, эмоциональную отзывчивость к музыке, способность к импровизации;
- содействовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата, формированию правильной осанки, профилактике плоскостопия, функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма;
- развить мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности обучающихся;

Воспитательные:

- привить интерес к танцевальному искусству;
- воспитать чувство ответственности за индивидуальное и коллективное творчество;
- приобщить к здоровому образу жизни;
- воспитать выносливость, терпение и ответственность за результат, как своей, так и коллективный.

Адресат программы

Возраст обучающихся по данной программе 9-16 лет. Адресат программы – учащиеся хореографического отделения МБУДО «ДШИ №12», окончивших обучение по программам «Гимнастика», «Ритмика и танец», параллельно обучающиеся по программам «Классический танец», «Народный-сценический танец», «Сценическая практика».

К 9-10 годам ребенок стремится к социально признаваемой деятельности, в этой связи большую роль играет все более частое предоставление учащимися возможности выступать на концертных площадках, праздниках, участвовать в конкурсных мероприятиях.

У подростков меняется отношение к учебной деятельности: расширяется сфера самостоятельности, появляется стремление к овладению глубокими знаниями, раскрывается смысл учебной деятельности как деятельности по самообразованию и самосовершенствованию.

Программа «Современный танец» позволяет заниматься обучением, воспитанием и развитием детей и подростков в период становления их характера, личностных установок, нацеленности на творческое саморазвитие и самореализацию. Использование личностно-ориентированных педагогических технологий позволяет адаптировать обучающихся к образовательному процессу и максимально раскрыть их творческий потенциал.

Срок освоения и объем программы

Программа рассчитана на 70 учебных часов в год. Общий срок освоения – 5 лет. Общее количество часов на аудиторные занятия – 350 часов.

Формы организации образовательного процесса и виды занятий

Форма организации образовательного процесса – очные групповые занятия, средняя наполняемость групп – 15 человек.

Предусмотрено использование следующих видов занятий: беседа, практическое занятие, комбинированное занятие, занятие-игра.

Режим занятий

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 академических часа, с перерывом 10 мин.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Первый год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика		
1.	Раздел 1 Вводное занятие: инструктаж по технике безопасности, введение в образовательную программу «Современный танец»					
1.1	Тема. Инструктаж по технике безопасности. Введение в программу «Современный танец»	1	1		Беседа	Устный опрос, анкетирование
2.	Раздел 2 Позиции рук и ног					
2.1	Тема. Позиции рук в джаз-танце	1	0,5	0,5	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
2.2	Тема. Позиции ног: параллельные и выворотные.	1	0,5	0,5	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
3.	Раздел 3 Основные положения корпуса					
3.1	Тема. Техника исполнения положений. Release (расширение, распространение), contractions (сосредоточение)	1	0,5	0,5	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
3.2	Тема. Техника исполнения положений: roll down, roll up, flat back, arch.	2	0,5	1,5	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
4.	Раздел 4 Движения изолированных центров					
4.1	Тема. Понятие «изоляция», «центр». Техника исполнения.	1	0,5	0,5	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
4.2	Тема. Повороты и наклоны головы + Sundari. Движения отдельно	1		1	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение

	кистями рук, рук от локтя, от плеча. Движения плечами.					
4.3	Тема. Движение грудной клеткой. Curve	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
4.4	Тема. Пелвис (бедра)	1		1	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
4.5	Тема. Поза коллапса.	1		1	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
5.	Раздел 5 Упражнения для позвоночника					
5.1	Тема. Понятия «твист», «спираль». Техника исполнения движений.	2	0,5	1,5	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
5.2	Тема. High-release (хай-релиз)	2	0,5	1,5	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
5.3	Тема. Body roll (синоним волны)	2	0,5	1,5	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
6.	Раздел 6 Экзерсис на середине зала					
6.1	Тема. Техника исполнения движений. Plie с различными движениями рук.	3	1	2	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
6.2	Тема. Battement tendu et Battement tendu iete в параллельных позициях в сочетании с Catch step (перенос веса тела без продвижения в пространстве).	3	1	2	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
6.3	Тема. Rond de jamb par terre.	3	1	2	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
6.4	Тема. Grand Battement Jete (90, 180).	3	1	2	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
7.	Раздел 7 Кросс.					
7.1	Тема. Понятие «кросс». Техника исполнения шагов. Шаги примитива.	2	0,5	1,5	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
7.2	Тема. Шаги в модерн-джаз манере (Latin walk, Flat step)	2	0,5	1,5	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
7.3	Тема. Прыжки (glissade «вперед», «подскоки с противоходом рук»)	3	1	2	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
8.	Раздел 8 Уровни					
8.1	Тема. Понятие «уровень» в современном танце. Уровни (стоя, на четвереньках, на коленях, сидя, лежа).	2	1	1	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
8.2	Тема. Переходы из уровня в уровень.	1		1	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение

8.3	Тема. Игры на смену уровней.	1		1	Занятие-игра	Педагогическое наблюдение
9.	Раздел 9 Партерные перекаты					
9.1	Тема. Техника исполнения перекатов. Виды перекатов. Перекаты из положения: сидя в группировки, через «лягушку», через поперечный шпагат.	2	0,5	1.5	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
9.2	Тема. Поза «зародыша» Прямые повороты на полу (бревно) Подготовительные упражнения к перекату через одно плечо.	2	0,5	1.5	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
10.	Раздел 10 Танцевальные комбинации					
10.1	Тема. Техника исполнения движений в комбинации. Комбинации на основе изученных элементов.	3		3	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
11.	Раздел 11 Импровизация					
11.1	Тема. Понятие «импровизация». Импровизация в соответствии с заданным образом.	4	1	3	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
12.	Раздел 12 Партнеринг					
12.1	Тема. Понятие «партнеринг». Техника работы в паре.	1	0,5	0,5	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
12.2	Тема. Перенос веса тела на партнёра.	1		1	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
12.3	Тема. Равновесное положение партнеров.	1		1	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
12.4	Тема. Игры для парной работы. «Зеркальный танец»	1		1	Занятие-Игра	Педагогическое наблюдение
13.	Раздел 13 Танцевальные этюды и композиции, постановочная работа					
13.1	Тема. Понятие «этюда», «композиция».	1	1		Комбинированное занятие	Устный опрос
13.2	Тема. Составление танцевальных этюдов из изученных элементов и комбинаций, в т.ч. с использованием импровизации.	7		7	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение. Творческий показ
14.	Раздел 14 Творческие задания					
14.1	Тема. «От «Лайка» к хореографическому этюду»	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение. Творческий показ.
15.	Раздел 15 Аттестация					

15.1	Контрольное занятие по итогам I четверти	1		1	Контрольное занятие	Творческий показ, устный опрос
15.2	Контрольное занятие по итогам II четверти	1		1	Контрольное занятие	Творческий показ, устный опрос
15.3	Контрольное занятие по итогам III четверти	1		1	Контрольное занятие	Творческий показ, устный опрос
15.4	Контрольное занятие по итогам года	1		1	Контрольное занятие	Творческий показ, устный опрос, анкетирование
Итого часов		70	15.5	54.5		

Второй год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика		
1.	Раздел 1 Вводное занятие: инструктаж по технике безопасности, введение в образовательную программу «Современный ганец»					
1.1	Тема. Инструктаж по технике безопасности. Знакомство с целями, задачами второго года обучения.	1	1		Беседа	Устный опрос, анкетирование
2.	Раздел 2 Разогрев с использованием уровней					
2.1	Тема. Техника исполнения разогрева. Твисты и спирали торса в положении сидя.	2	1	1	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
2.2	Тема. Упражнения на contraction и release в положении сидя	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
2.3	Тема. Упражнения стрейч-характера в различных положениях.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
3.	Раздел 3 Экзерсис на середине зала					
3.1	Тема. Plie с различными движениями рук.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
3.2	Тема. Battement tendu et Battement tendu iete (с сокращением стопы, с поворотами и рук, головы, contractions).	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
3.3	Тема. Rond de jamb par terre с подготовкой к турам.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
3.4	Тема. Battement fondu во всех направлениях.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение

	Battement developpe на 45, 90 по всем направлениям.					
3.5	Тема. Grand Battement Jete с шагами по квадрату, с добавлением прыжка.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
4	Раздел 4 Работа над комплексами изоляций					
4.1	Тема. Техника выполнения движений. Голова, плечи: соединение движений с другими центрами.	2	1	1	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
4.2	Тема. Грудная клетка в сочетании с различными движениями.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
4.3	Тема. Пелвис: восьмерка, с комбинациями различных движений. Руки: соединение с движениями ног, торса (спираль, твист, contraction и release).	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
5	Раздел 5 Упражнения для позвоночника					
5.1	Тема. Flat back вперед, назад, в сторону. Наклон торса вперед ниже 90°, сохраняя прямую линию.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
5.2	Тема. Body-roll (волны: вперед, назад, боковая).	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
5.3	Тема. Arch – округление позвоночника в пояснично-грудном отделе.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
6	Раздел 6 Кросс.					
6.1	Тема. Техника исполнения движений. Комбинации шагов + Kick (пинки).	4	1	3	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
6.2	Тема. Прыжки. Вращения.	4	1	3	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
7	Раздел 7 Партерные перекаты					
7.1	Тема. Техника исполнения перекатов. Перекаты через спину.	2	1	1	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
7.2	Тема. Перекаты через одно плечо.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
7.3	Тема. Перекаты с ускорением.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
8	Раздел 8 Танцевальные комбинации					
8.1	Тема. Комбинации на основе изученных элементов.	4		4	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
9	Раздел 9 Импровизация					

9.1	Тема. Беседа об импровизации. Работа с движением по «синусоиде».	2	1	1	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
9.2	Тема. Импровизация с движением (разноритмическая схема).	1		1	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
9.3	Тема. Импровизация - эмоциональная сторона техники (неосознанность движения, этюд «воображение – состояние – явление – образ».	1		1	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
9.4	Тема. Вход в импровизацию, пространство класса, смена уровней, ракурсов	1		1	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
9.5	Тема. Импровизация с музыкой. Приёмы поддержки в дуэте: «Перетекание».	1		1	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
9.6	Тема. Танец от разных частей тела.	1		1	Занятие-игра	Педагогическое наблюдение
10	Раздел 10 Партнеринг					
10.1	Тема. Техника партнеринга. Парные комбинации.	2	1	1	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
10.2	Тема. Поддержки. Работа с весом тела партнера.	2	0,5	1,5	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
11	Раздел 11 Танцевальные этюды и композиции, постановочная работа					
11.1	Тема. Исполнение танцевальных этюдов на основе комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации.	6	1	5	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение, творческий показ
12	Раздел 12 Творческие задания					
12.1	Тема. Составление этюда	2		2	Самостоятельная работа	Педагогическое наблюдение, творческий показ
13	Раздел 13 Аттестация					
13.1	Контрольное занятие по итогам I четверти	1		1	Контрольное занятие	Творческий показ, устный опрос
13.2	Контрольное занятие по итогам II четверти	1		1	Контрольное занятие	Творческий показ, устный опрос

13.3	Контрольное занятие по итогам III четверти	1		1	Контрольное занятие	Творческий показ, устный опрос
13.4	Контрольное занятие по итогам года	1		1	Контрольное занятие	Творческий показ, устный опрос, анкетирование
Итого часов		70	9,5	60,5		

Третий год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика		
1.	Раздел 1 Вводное занятие: инструктаж по технике безопасности, введение в образовательную программу «Современный танец»					
1.1	Тема. Инструктаж по технике безопасности. Знакомство с целями, задачами третьего года обучения.	1	1		Беседа	Устный опрос, анкетирование
2	Раздел 2 Разогрев с использованием уровней					
2.1	Тема. Твисты и спирали торса в положениях сидя, стоя.	2	1	1	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
2.2	Тема. Упражнения на contraction и release.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
2.3	Тема. Упражнения стрейч-характера в различных положениях. Комбинация на разогрев.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
3	Раздел 3 Экзерсис на середине зала					
3.1	Тема. Plie в сочетании с contraction и release.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
3.2	Тема. Battement tendu и Battement tendu iete в сочетании со спиралями в корпусе, Tilt (угол), с добавлением рук: соединение движений с движениями ног, торса.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
3.3	Тема. Rond de jamb par terre в различных сочетаниях с hip-lift (полукруги и круги одним бедром).	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
3.4	Тема. Battement fondu во всех направлениях.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
3.5	Тема. Grand Battement Jete Адажио.	4		4	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
4	Раздел 4 Работа над комплексами изоляций					

4.1	Тема. Техника исполнения движений. Голова: sundarikвадрат и sundarikкруг	2	1	1	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
4.2	Тема. Плечи: разно ритмические комбинации.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
4.3	Тема. Грудная клетка: круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскости.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
5	Раздел 5 Партер (техника низкого полета)					
5.1	Тема. Техника работы в партере. Упражнения, закрепляющие технику исполнения contraction и release.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
5.2	Тема. Спирали. Виды поворотов на полу.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
5.3	Тема. Построение и разучивание комбинаций в партере.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
6	Раздел 6 Кросс.					
6.1	Тема. Техника исполнения движений. Комбинации прыжков.	4	1	3	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
6.2	Тема. Вращение как способ перемещения в пространстве. Вращения на одной и двух ногах, повороты на 360.	4	1	3	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
6.3	Тема. Комбинации шагов, соединенных с вращениями.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
7	Раздел 7 Танцевальные комбинации					
7.1	Тема. Комбинации на основе изученных элементов.	6		6	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
8	Раздел 8 Импровизация					
8.1	Тема. Беседа и видах импровизации. Изучение техники параллель и оппозиция.	2	1	1	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
8.2	Тема. Контактная импровизация: эмоциональный контакт в движении в группе, центр веса тела в поддержке.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
8.3	Тема. Приёмы поддержки в дуэте: «перетекание» (разнообразные приемы).	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение

8.4	Тема. «Поток» (связь движений). «Пространство за спиной».	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
9	Раздел 9 Танцевальные этюды и композиции, постановочная работа					
9.1	Тема. Исполнение танцевальных этюдов на основе комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации.	6		6	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение. Творческий показ
10	Раздел 10 Техника движений хип-хоп танца					
10.1	Тема. Техника исполнения движений отдельных центров в манере танца хип-хоп (плечи, диафрагма, пелвис).	2	1	1	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение.
10.2	Тема. Положение корпуса, пружина.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение.
10.3	Тема. Комбинации шагов. Танцевальные комбинации.	1		1	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение.
11	Раздел 11 Аттестация					
11.1	Контрольное занятие по итогам I четверти	1		1	Контрольное занятие	Творческий показ, устный опрос
11.2	Контрольное занятие по итогам II четверти	1		1	Контрольное занятие	Творческий показ, устный опрос
11.3	Контрольное занятие по итогам III четверти	1		1	Контрольное занятие	Творческий показ, устный опрос
11.4	Контрольное занятие по итогам года	1		1	Контрольное занятие	Творческий показ, устный опрос, анкетирование
Итого часов		70	7	63		

Четвертый год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика		
1.	Раздел 1 Вводное занятие: инструктаж по технике безопасности, введение в образовательную программу «Современный танец»					
1.1	Тема. Инструктаж по технике безопасности. Знакомство с целями, задачами четвертого года обучения.	1	1		Беседа	Устный опрос, анкетирование
2	Раздел 2 Разогрев с использованием уровней					

2.1	Тема. Твисты и спирали торса в положениях сидя, стоя.	2	1	1	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
2.2	Тема. Упражнения на contraction и release.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
2.3	Тема. Упражнения стрейч-характера в различных положениях. Комбинация на разогрев.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
3	Раздел 3 Экзерсис на середине зала					
3.1	Тема. Plie с различными движениями рук.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
3.2	Тема. Battement tendu и Battement tendu iete в сочетании с движениями корпуса.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
3.3	Тема. Rond de jamb par terre в сочетании с работой рук, корпуса. Battement fondu во всех направлениях.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
3.4	Тема. Grand Battement Jete с шагами по квадрату, с добавлением прыжка.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
3.5	Тема. Разучивание учебных и танцевальных комбинаций в экзерсисе на середине зала	4		4	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
4	Раздел 4 Работа над комплексами изоляций					
4.1	Тема. Техника исполнения движений. Движения 3-х центров одновременно.	3	1	2	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
4.2	Тема. Движения в различных ритмических рисунках.	4		4	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
5	Раздел 5 Партер (техника низкого полета)					
5.1	Тема. Спирали. Виды поворотов на полу.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
5.2	Тема. Гимнастические элементы.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
5.3	Тема. Построение и разучивание комбинаций в партере.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
6	Раздел 6 Кросс.					
6.1	Тема. Техника исполнения движений. Использование всего пространства класса Шаги с координацией 3-4х центров.	4	1	3	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
6.2	Тема. Шаги с использованием contraction и release. Смена	4		4	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение

	направлений в комбинации шагов					
6.3	Тема. Соединение шагов, прыжков, вращений в единые комбинации.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
7	Раздел 7 Танцевальные комбинации					
7.1	Тема. Комбинации на основе изученных элементов.	6		6	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
8	Раздел 8 Импровизация					
8.1	Тема. Беседа об импровизации. Продолжение изучения техники параллель и оппозиция, составление этюдов «Поток» (связь движений).	4	1	3	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
8.2	Тема. Контактная импровизация: композиция в контакте (взгляд, пауза, звук).	4	1	3	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
8.3	Тема. Приёмы поддержки в дуэте: «перетекание» (разнообразные приемы).	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
9	Раздел 9 Танцевальные этюды и композиции, постановочная работа					
9.1	Тема. Исполнение танцевальных этюдов на основе комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации.	8		8	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение. Творческий показ
10	Раздел 10 Аттестация					
10.1	Контрольное занятие по итогам I четверти	1		1	Контрольное занятие	Творческий показ, устный опрос
10.2	Контрольное занятие по итогам II четверти	1		1	Контрольное занятие	Творческий показ, устный опрос
10.3	Контрольное занятие по итогам III четверти	1		1	Контрольное занятие	Творческий показ, устный опрос
10.4	Контрольное занятие по итогам года	1		1	Контрольное занятие	Творческий показ, устный опрос, анкетирование
Итого часов		70	6	64		

Пятый год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов		
---	------------------------	------------------	--	--

		Всего	Теория	Практика	Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
1.	Раздел 1 Вводное занятие: инструктаж по технике безопасности, введение в образовательную программу «Современный танец»					
1.1	Тема. Инструктаж по технике безопасности. Знакомство с целями, задачами пятого года обучения.	1	1		Беседа	Устный опрос, анкетирование
2	Раздел 2 Разогрев с использованием уровней					
2.1	Тема. Твисты и спирали торса в положениях сидя, стоя.	2	1	1	Комбинированное	Педагогическое наблюдение
2.2	Тема. Смена уровней. Упражнения на contraction и release.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
2.3	Тема. Упражнения стрейч-характера в различных положениях. Комбинация на разогрев.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
3	Раздел 3 Экзерсис на середине зала					
3.1	Тема. Plie с различными движениями рук.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
3.2	Тема. Battement tendu и Battement tendu iete в сочетании с движениями корпуса.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
3.3	Тема. Rond de jamb par terre в сочетании с работой рук, корпуса. Battement fondu во всех направлениях.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
3.4	Тема. Grand Battement Jete с шагами по квадрату, с добавлением прыжка.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
3.5	Тема. Разучивание учебных и танцевальных комбинаций в экзерсисе на середине зала	4		4	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
4	Раздел 4 Работа над комплексами изоляций					
4.1	Тема. Техника исполнения движений. Движения 3-х центров одновременно.	3	1	2	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
4.2	Тема. Движения в различных ритмических рисунках.	4		4	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
5	Раздел 5 Партер (техника низкого полета)					
5.1	Тема. Построение и разучивание комбинаций в партере.	6		6	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
6	Раздел 6 Кросс.					

6.1	Тема. Техника исполнения движений. Шаги с координацией 3-4х центров.	4	1	3	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
6.2	Тема. Соединение шагов, прыжков, вращений в единые комбинации.	4		4	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
6.3	Тема. Изучение вращений по кругу и со сменой уровней.	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
7	Раздел 7 Танцевальные комбинации					
7.1	Тема. Комбинации на основе изученных элементов.	6		6	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
8	Раздел 8 Импровизация					
8.1	Тема. Беседа об импровизации. Продолжение изучения техники параллель и оппозиция, составление этюдов «Поток» (связь движений).	4	1	3	Комбинированное занятие	Педагогическое наблюдение
8.2	Тема. Контактная импровизация. Разнообразные приемы поддержки в дуэте	4	1	3	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
8.3	Тема. Этюды «5 ритмов (текучесть, стаккатто, хаос, лиричность и неподвижность).	2		2	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение
9	Раздел 9 Танцевальные этюды и композиции, постановочная работа					
9.1	Тема. Исполнение танцевальных этюдов на основе комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации.	8		8	Практическое занятие	Педагогическое наблюдение. Творческий показ
10	Раздел 10 Аттестация					
10.1	Контрольное занятие по итогам I четверти	1		1	Контрольное занятие	Творческий показ, устный опрос
10.2	Контрольное занятие по итогам II четверти	1		1	Контрольное занятие	Творческий показ, устный опрос
10.3	Контрольное занятие по итогам III четверти	1		1	Контрольное занятие	Творческий показ, устный опрос
10.4	Аттестация по завершении освоения программы	1		1	Зачёт	Творческий показ, устный опрос, анкетирование

Итого часов	70	6	64		
-------------	----	---	----	--	--

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Первый год обучения

Раздел 1. Вводное занятие: инструктаж по технике безопасности, введение в образовательную программу «Современный танец»

Теория. Знакомство обучающихся с предметом, с правилами поведения в хореографическом зале. Требования к внешнему виду. Инструктаж по технике безопасности движения, по правилам противопожарной безопасности. Введение в образовательную программу, в учебный план первого года обучения.

Раздел 2. Позиции рук и ног

Позиции рук

Теория. Параллельные позиции. Отличие от выворотных.

Практика. I, II, IV параллельные позиции. Чередование параллельных и выворотных позиций.

Теория. Позиции рук в джаз-танце. Отличие от классических позиций.

Практика. I, II, III, IV, V позиции рук. Комбинация на чередование позиций рук.

Позиции ног

Теория. Параллельные позиции ног. Отличие от выворотных.

Практика. I, II, IV параллельные позиции. Чередование параллельных и выворотных позиций.

Раздел 3. Основные положения корпуса

Теория. Техника исполнения положений.

Практика. Release (расширение, распространение), contractions (сосредоточение) roll down, roll up, flat back, arch.

Раздел 4. Движения изолированных центров

Теория. Понятие «изоляция», «центр». Техника исполнения.

Практика. Повороты и наклоны головы + Sundari. Движения отдельно кистями рук, рук от локтя, от плеча). Движения плечами: подъем одного-двух поочередно вверх, движение плеч вперед-назад, твист плеч (изгиб), резкая смена направлений в движении плеч (одно вперед друг назад и т.д.), "восьмерка", круги поочередно, шейк плеч. Движение грудной клеткой – диафрагмой: из стороны в сторону, вперед-назад, подъем и опускание. Curve (керф) – изгиб верхней части позвоночника до солнечного сплетения вперед, в сторону. Пелвис (бедр): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра наверх. Поза коллапса.

Раздел 5. Упражнения для позвоночника

Теория. Понятия «твист», «спираль». Техника исполнения движений.

Практика. Твист и спирали торса. High-release (хай-релиз) + Body roll (синоним волны)

Тема 6. Экзерсис на середине зала

Теория. Техника исполнения движений.

Практика. Plie с различными движениями рук. Battement tendu et Battement tendu iete в параллельных позициях в сочетании с Catch step (перенос веса тела без продвижения в пространстве). Rond de jamb par terre. Grand Battement Jete (90, 180).

Раздел 7. Кросс

Теория. Понятие «кросс». Техника исполнения шагов. Прыжков.

Практика. Шаги примитива. Шаги в модерн-джаз манере. Прыжки (glissade «вперед»), «подскоки с противоходом рук» и др.

Раздел 8. Уровни

Теория. Понятие «уровень» в современном танце.

Практика. Уровни (стоя, на четвереньках, на коленях, сидя, лежа). Переходы из уровня в уровень. Игры на смену уровней.

Раздел 9. Партерные перекаты

Теория. Техника исполнения перекатов. Виды перекатов.

Практика. Перекаты из положения: сидя в группировки, через «лягушку», через поперечный шпагат. Поза «зародыша» - Прямые повороты на полу (бревно) - Подготовительные упражнения к перекату через одно плечо.

Раздел 10. Танцевальные комбинации

Теория. Техника исполнения движений в комбинации.

Практика. Комбинации на основе изученных элементов.

Раздел 11. Импровизация

Теория. Понятие «импровизация».

Практика. Импровизация в соответствии с заданным образом.

Раздел 12. Партнеринг

Теория. Понятие «партнеринг». Техника работы в паре.

Практика. Перенос веса тела на партнёра. Равновесное положение партнеров. Игры для парной работы. «Зеркальный танец»

Раздел 13. Танцевальные этюды и композиции

Теория. Понятие «этюда», «композиция».

Практика. Составление танцевальных этюдов из изученных элементов и комбинаций, в т.ч. с использованием импровизации.

Раздел 14. Творческие задания

Практика. «От «Лайка» к хореографическому этюду» **Likee** – социальная сеть, пользователи которой могут создавать и распространять короткие музыкальные видео клипы. Данное занятие позволяет эмоционально разгрузить детей, побудить их интерес к самостоятельному творчеству.

Раздел 15. Аттестация

Контрольные занятия – промежуточная аттестация обучающихся., в форме творческого показа. Подведение итогов.

Второй год обучения

Раздел 1. Вводное занятие: инструктаж по технике безопасности, введение в учебный план второго года обучения

Теория. Инструктаж по технике безопасности. Повторение правил поведения в хореографическом зале, в учреждении. Требования к внешнему виду. Знакомство с целями, задачами второго года обучения.

Раздел 2. Разогрев с использованием уровней

Теория. Техника исполнения разогрева.

Практика. Твисты и спирали торса в положении сидя. Упражнения на contraction и release в положении сидя. Упражнения стрейч-характера в различных положениях.

Раздел 3. Экзерсис на середине зала

Теория. Техника исполнения движений.

Практика. Plie с различными движениями рук. Battement tendu et Battement tendu iete (с сокращением стопы, с поворотами и рук, головы, contractions). Rond de jamb par terre с подготовкой к турам. Battement fondu во всех направлениях. Battement developpe на 45, 90 по всем направлениям. Grand Battement Jete с шагами по квадрату, с добавлением прыжка.

Раздел 4. Работа над комплексами изоляций

Теория. Техника выполнения движений.

Практика. Голова: соединение движений с другими центрами. Плечи: соединение с движениями других центров. Грудная клетка в сочетании с различными движениями. Пелвис: восьмерка, с комбинациями различных движений. Руки: соединение с движениями ног, торса (спираль, твист, contraction и release).

Раздел 5. Упражнения для позвоночника

Теория. Техника исполнения движений.

Практика. Flat back вперед, назад, в сторону. Наклон торса вперед ниже 90°, сохраняя прямую линию. Body-roll (волны: вперед, назад, боковая). Arch – округление позвоночника в пояснично-грудном отделе.

Раздел 6. Кросс

Теория. Техника исполнения движений.

Практика. Комбинации шагов + Kick (пинок). Прыжки. Вращения.

Раздел 7. Партерные перекаты

Теория. Техника исполнения перекатов.

Практика. Перекаты через спину. Перекаты через одно плечо. Перекаты с ускорением.

Раздел 8. Танцевальные комбинации

Теория. Техника исполнения движений комбинаций.

Практика. Комбинации на основе изученных элементов.

Раздел 9. Импровизация

Теория. Беседа об импровизации.

Практика. Работа с движением по «синусоиде». Импровизация с движением (разноритмическая схема). Импровизация - эмоциональная сторона техники (неосознанность движения, этюд «воображение – состояние – явление – образ». Вход в импровизацию, пространство класса, смена уровней, ракурсов Импровизация с музыкой. Приёмы поддержки в дуэте: «Перетекание». Танец от разных частей тела.

Раздел 10. Партнеринг

Теория. Техника партнеринга. Поддержки.

Практика. Партерные комбинации. Поддержки. Работа с весом тела партнера.

Раздел 11. Танцевальные этюды и композиции

Теория. Техника исполнения движений этюда.

Практика. Исполнение танцевальных этюдов на основе комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации.

Раздел 12. Творческие задания

Практика. Составление этюда.

Раздел 13. Аттестация

Контрольные занятия – промежуточная аттестация обучающихся, в форме творческого показа. Подведение итогов.

Третий год обучения

Раздел 1. Вводное занятие: инструктаж по технике безопасности, введение в учебный план третьего года обучения

Теория. Инструктаж по технике безопасности. Повторение правил поведения в хореографическом зале, в учреждении. Требования к внешнему виду. Знакомство с целями, задачами третьего года обучения.

Раздел 2. Разогрев с использованием уровней

Теория. Техника исполнения разогрева.

Практика. Твисты и спирали торса в положениях сидя, стоя. Упражнения на contraction и release. Упражнения стрейч-характера в различных положениях. Комбинация на разогрев.

Раздел 3. Экзерсис на середине зала

Теория. Техника исполнения движений.

Практика. Plie в сочетании с contraction и release. Battement tendu и Battement tendu iete в сочетании со спиралями в корпусе, Tilt (угол), с добавлением рук: соединение движений с движениями ног, торса. Rond de jamb par terre в различных сочетаниях с hip-lift (полукруги и круги одним бедром). Battement fondu во всех направлениях. Grand Battement Jete Адажио.

Раздел 4. Комплексы изоляций

Теория. Техника исполнения движений.

Практика. Голова: sundari-квадрат и sundarikруг Плечи: разно ритмические комбинации. Грудная клетка: круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскости.

Раздел 5. Партер (техника низкого полета)

Теория. Техника работы в партере.

Практика. Упражнения, закрепляющие технику исполнения contraction и release. Спирали. Виды поворотов на полу. Построение и разучивание комбинаций в партере.

Раздел 6. Кросс

Теория. Техника исполнения движений.

Практика. Комбинации прыжков. Вращение как способ перемещения в пространстве. Вращения на одной и двух ногах, повороты на 360. Комбинации шагов, соединенных с вращениями.

Раздел 7. Танцевальные комбинации

Теория. Техника исполнения движений комбинаций.

Практика. Комбинации на основе изученных элементов.

Раздел 8. Импровизация

Теория. Беседа и видах импровизации.

Практика. Изучение техники параллель и оппозиция. Контактная импровизация: эмоциональный контакт в движении в группе, центр веса тела в поддержке. Приёмы поддержки в дуэте: «перетекание» (разнообразные приемы). Танец от разных частей тела. «Поток» (связь движений). «Пространство за спиной».

Раздел 9. Танцевальные этюды и композиции

Теория. Техника исполнения движений этюда.

Практика. Исполнение танцевальных этюдов на основе комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации.

Раздел 10. Техника движений хип-хоп танца

Теория. Техника исполнения движений отдельных центров в манере танца хип-хоп (плечи, диафрагма, пелвис).

Практика. Положение корпуса, пружина. Комбинации шагов. Танцевальные комбинации.

Раздел 11. Аттестация

Контрольные занятия – промежуточная аттестация обучающихся, в форме творческого показа. Подведение итогов.

Четвертый год обучения

Раздел 1. Вводное занятие: инструктаж по технике безопасности, введение в учебный план четвертого года обучения

Теория. Инструктаж по технике безопасности. Повторение правил поведения в хореографическом зале, в учреждении. Требования к внешнему виду. Знакомство с целями, задачами четвертого года обучения.

Раздел 2. Разогрев с использованием уровней

Теория. Техника исполнения разогрева.

Практика. Твисты и спирали торса в положении сидя. Упражнения на contraction и release в положении сидя. Упражнения стрейч-характера в различных положениях.

Раздел 3. Экзерсис на середине зала

Теория. Техника исполнения движений.

Практика. Plie с различными движениями рук. Battement tendu и Battement tendu iete в сочетании с движениями корпуса. Rond de jamb par terre в сочетании с работой рук, корпуса. Battement fondu во всех направлениях. Grand Battement Jete с шагами по квадрату, с добавлением прыжка. Разучивание учебных и танцевальных комбинаций в экзерсисе на середине зала

Раздел 4. Комплексы изоляций

Теория. Техника выполнения движений.

Практика. Движения 3-х центров одновременно. Движения в различных ритмических рисунках.

Раздел 5. Партер (техника низкого полета)

Теория. Техника исполнения движений.

Практика. Виды поворотов на полу Гимнастические элементы. Построение и разучивание комбинаций в партере.

Раздел 6. Кросс

Теория. Техника исполнения движений.

Практика. Использование всего пространства класса Шаги с координацией 3-4х центров. Шаги с использованием contraction и release. Смена направлений в комбинации шагов Соединение шагов, прыжков, вращений в единые комбинации.

Раздел 7. Танцевальные комбинации

Теория. Техника исполнения движений комбинаций.

Практика. Комбинации на основе изученных элементов.

Раздел 8. Импровизация

Теория. Беседа об импровизации.

Практика. Продолжение изучения техники параллель и оппозиция, составление этюдов «Поток» (связь движений). Контактная импровизация: композиция в контакте (взгляд, пауза, звук). Приёмы поддержки в дуэте: «перетекание» (разнообразные приемы).

Раздел 9. Танцевальные этюды и композиции

Теория. Техника исполнения движений этюда.

Практика. Исполнение танцевальных этюдов на основе комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации.

Раздел 10. Аттестация

Контрольные занятия – промежуточная аттестация обучающихся, в форме творческого показа. Подведение итогов.

Пятый год обучения

Раздел 1. Вводное занятие: инструктаж по технике безопасности, введение в учебный план пятого года обучения

Теория. Инструктаж по технике безопасности. Повторение правил поведения в хореографическом зале, в учреждении. Требования к внешнему виду. Знакомство с целями, задачами пятого года обучения.

Раздел 2. Разогрев с использованием уровней

Теория. Техника исполнения разогрева.

Практика. Твисты и спирали торса в положении сидя. Смена уровней. Упражнения на contraction и release. Упражнения стрейч-характера в различных положениях.

Раздел 3. Экзерсис на середине зала

Теория. Техника исполнения движений.

Практика. Plie с различными движениями рук. Battement tendu и Battement tendu iete в сочетании с движениями корпуса. Rond de jamb par terre в сочетании с работой рук, корпуса. Battement fondu во всех направлениях. Grand Battement Jete с шагами по квадрату, с добавлением прыжка. Разучивание учебных и танцевальных комбинаций в экзерсисе на середине зала.

Раздел 4. Комплексы изоляций

Теория. Техника выполнения движений.

Практика. Движения 3-х центров одновременно. Движения в различных ритмических рисунках и оппозиционном направлении.

Раздел 5. Партер (техника низкого полета)

Теория. Техника исполнения движений.

Практика. Разучивание комбинаций в партере.

Раздел 6. Кросс

Теория. Техника исполнения движений.

Практика. Шаги с координацией 3х центров. Соединение шагов, прыжков, вращений в единые комбинации. Изучение вращений по кругу и со сменой уровней.

Раздел 7. Танцевальные комбинации

Теория. Техника исполнения движений комбинаций.

Практика. Комбинации на основе изученных элементов.

Раздел 8. Импровизация

Теория. Беседа об импровизации.

Практика. Продолжение изучения техник импровизации Составление этюдов «Поток» (связь движений). Контактная импровизация Разнообразные приемы поддержки в дуэте Этюды «5 ритмов (текучесть, стаккатто, хаос, лиричность и неподвижность).

Раздел 9. Танцевальные этюды и композиции

Теория. Техника исполнения движений этюда.

Практика. Исполнение танцевальных этюдов на основе комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации.

Раздел 10. Аттестация

Контрольные занятия – промежуточная аттестация обучающихся, в форме творческого показа. Аттестация по завершении освоения программы в форме зачёта. Подведение итогов.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

По итогам реализации программы ожидается достижение учащимися следующих результатов:

Личностные результаты:

- проявление основ гражданской идентичности, уважительного отношения к окружающим, социально ориентированного взгляда на мир;
- адаптация к динамично изменяющимся условиям развивающегося мире;
- развитость мотивов учебной деятельности и проявление осознания личностного смысла учения;
- развитость самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах и правилах;
- сформированность эстетических потребностей и чувств;
- развитость этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитость навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях и видах деятельности, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат;
- проявление социально-ценностных личностных качеств (трудолюбие, организованность, инициативность, любознательность, потребность помогать другим, уважение к чужому труду и др.);
- проявление основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями, готовности и способности к самостоятельной творческой и ответственной деятельности.

Метапредметные результаты:

- освоение межпредметных понятий и возможность их использования в учебной, познавательной, социальной практике;
- способность планировать, находить наиболее эффективные способы достижения поставленной цели;

- проявление умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуации неуспеха
- понимание своих физических возможностей и психологические особенности; умение правильно распределять мышечную нагрузку и выработать выносливость тела;
- проявление умения продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, готовности конструктивно и эффективно разрешать конфликты;
- проявление настойчивости и целеустремленности в преодолении трудностей учебного процесса, ответственности за творческий результат;

Предметные результаты:

Учащиеся будут знать:

- правила техники безопасного поведения в хореографическом зале, в учреждении, сценической площадке; правила техники безопасности движения;
- понятия о современных хореографических направлениях, различных танцевальных культурах, различных техниках и стилях современной хореографии;
- профессиональную терминологию, многообразие выразительных средств и особенностях хореографического языка;
- техники исполнения комплексов кроссов современного танца с акробатическими элементами, правила исполнения прыжков;

Учащиеся будут уметь

- исполнять элементы техник джазового танца, танца модерн, contemporary, хип-хоп, floor technique/техники работы с полом, импровизации, партнеринга;
- владеть техникой партерной гимнастики с элементами современного танца и акробатическими элементами,
- исполнять танцевальные комбинации с использованием ранее изученного материала в сочетании с изменениями уровня, перемещением по пространству, с использованием импровизации.
- передавать идею, замысел, сюжетную линию различных видов современного танца, танцевальных композиций на основе танцевально исполнительских способностей;

Учащиеся будут иметь:

- опыт самостоятельной и коллективной работы, взаимодействия с партнерами;
- достаточный уровень развития творческого потенциала, творческой инициативы, творческого воображения, творческого самовыражения в исполнении музыкального произведения;
- навыки репетиционно-концертной работы в хореографическом ансамбле.
- достаточный уровень освоения комплекса специальных принципов, методов, приёмов, необходимых для сценического исполнительства.
- физическую выносливость, двигательную активность детей;
- проявление сценического артистизма, фантазии и образной памяти в танцевальных композициях;
- умение передавать идею, замысел, сюжетную линию различных видов современного танца, танцевальных композиций на основе танцевально исполнительских способностей;
- навыки слухового контроля, умения управлять процессом исполнения музыкального произведения;

- опыт межличностного взаимодействия, развитость коммуникативной эмоциональной сферы, умения взаимодействовать с партнёрами;
- профессиональную ориентацию, отношение к будущей профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных проблем;
- возросший уровень работоспособности, навыки здорового образа жизни.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Учебно-методические условия реализации программы

Реализация программы «Современный танец» предполагает следующие формы организации образовательной деятельности: беседа, практическое занятие, занятие-игра, комбинированное занятие.

В целях качественной подготовки обучающихся к промежуточной аттестации по завершении освоения программы предусмотрено участие в конкурсных мероприятиях, включенных в рекомендуемый УО ИКМО г. Казани перечень городских конкурсов в рамках художественной направленности (приложение №1 к приказу УО г. Казани от 09.10.2024 №904/02-05-02, а также республиканских и всероссийских, международных конкурсах в соответствии с календарным планом воспитательной работы МБУДО «ДШИ №12».

При реализации программы используется: технология личностно-ориентированного обучения, что обусловлено целями и задачами дополнительного образования.

При реализации программы используются следующие методы обучения: словесные (объяснение, беседа), наглядные (показ), практические (выполнение практических заданий, исполнение).

Воспитательный компонент программы

Воспитание является важным аспектом образовательной деятельности, логично «встроенным» в содержание учебного процесса и может меняться в зависимости от возраста обучающихся, уровня программы, тематики занятий, этапа обучения. В процессе обучения по программе «Современный танец» приоритетным является стимулирование интереса к занятиям, воспитание бережного отношения к материалам и оборудованию, используемых на занятиях. В процессе обучения преподаватель особое внимание обращает на воспитание эмоциональной отзывчивости, культуры общения в коллективе, работоспособности, аккуратности. Оценивание результатов воспитательной работы происходит в процессе педагогического наблюдения на протяжении всего периода обучения.

Содержание воспитания:

- история создания, традиции, уникальность МБУДО «ДШИ №12», Ново-Савиновского района, города Казани,
- встречи с выпускниками школы, поступившими в хореографические отделения ССУЗов, ВУЗов, профессионально занимающихся хореографией;
- культура поведения в различных образовательных ситуациях;
- культура публичного выступления;

- активность и заинтересованность участия в различных формах образовательной деятельности;
- самоанализ, самооценка деятельности и результатов;
- адекватность восприятия профессиональной оценки;
- культура организации рабочего места, внешнего вида;
- трудолюбие, работоспособность;
- бережное отношение к оборудованию и оснащению учебного процесса;
- перспективы профессионального роста в выбранном профиле деятельности;
- правила взаимодействия в паре, группе, команде.

Важной формой освоения программы: является участие в различных мероприятиях, в конкурсах и фестивалях. Важными мероприятиями воспитывающего характера при обучении по программе являются посещения концертов и праздничных мероприятий – это воспитывает у обучающихся уважение к духовному и материальному культурному наследию.

Формы воспитательной работы:

- встречи с выпускниками школы, поступившими в хореографические отделения ССУЗов, ВУЗов, профессионально занимающихся хореографией;
- традиционные воспитательные мероприятия Школы, района, города: торжественные линейки; посвящения в первоклассники; церемонии награждения; тематические мероприятия;
- учебные экскурсии по профилю деятельности;
- встречи с представителями профессий, участие в мастер-классах;
- участие в социальных акциях: благотворительных концертах, памятных, мемориальных, и так далее;
- семейные мероприятия;
- дни национальных культур.

Методы воспитания:

- методы формирования сознания (методы убеждения): объяснение, рассказ, беседа, диспут, пример (педагогический, литературный, личный пример);
- методы организации деятельности и формирования опыта поведения: приучение, педагогическое требование, упражнение, общественное мнение, воспитывающие ситуации, поведенческий тренинг;
- методы стимулирования поведения и деятельности: методы поощрения (выражение положительной оценки, признание качеств и поступков): создание «ситуации успеха», благодарность, награждение и др.; методы наказания (осуждение действий и поступков, противоречащих нормам поведения): замечание, общественное порицание, метод естественных последствий.

При реализации программы используется следующая образовательная технология: технология развития творческого потенциала личности.

Критерии педагогического наблюдения воспитательной работы:

- проявляет /не проявляет интерес к знакомству с историей школы, района, города;
- знает/не знает значимые факты из истории школы, района, города;
- активен / пассивен в процессе учебной деятельности;
- принимает /не принимает участие в мероприятиях, проходящих в школе, районе, городе;

- проявляет / не проявляет культуру поведения в различных образовательных ситуациях;
- проявляет / не проявляет эмоциональную устойчивость в различных образовательных ситуациях;
- проявляет / не проявляет стремление к совершенствованию профессиональных результатов в выбранном профиле деятельности;
- проявляет / не проявляет умение позитивного взаимодействия с другими членами коллектива.

Материально-технические условия реализации программы

Для реализации программы «Современный танец» используются:

1. хореографический зал, оборудованный необходимыми для занятий современным танцем оборудованием и инвентарем: зеркальными экранами, балетным станком, музыкальным центром, ковриками.
2. методический кабинет, оборудованный ноутбуком, офисной техникой, методической литературой, методической лабораторией преподавателя (образовательные программы, конспекты открытых занятий, методические разработки, музыкальные записи и др.),
3. костюмерная, укомплектованная сценическими костюмами и инвентарем.

ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ

Основными видами контроля успеваемости обучающихся являются: текущий контроль успеваемости обучающихся, промежуточная аттестация обучающихся. Аттестация по завершении освоения программы определяет уровень и качество освоения образовательной программы в целом. Аттестация обучающихся проводится в счет аудиторного времени. Система оценок успеваемости обучающихся пятибалльная.

Текущий контроль осуществляется преподавателем в рамках занятия. Текущий контроль успеваемости дает оценку освоения текущего учебного материала. Проводится в форме устного опроса, педагогического наблюдения, творческого показа.

Промежуточная аттестация оценивает уровень умений и навыков, сформированных у обучающегося. Проводится каждую четверть. Основными формами промежуточной аттестации обучающихся являются контрольные занятия, проводятся в форме творческого показа. Четвертные и годовые оценки выставляются по результатам текущего контроля успеваемости обучающихся в течение четверти, с учетом промежуточной аттестации.

Аттестация по завершении освоения программы проводится в виде зачёта по освоению всего пройденного за 5 лет материала. Результаты освоения образовательной программы выставляются по пятибалльной шкале. По завершении освоения программы «Современный танец» учащимся выставляется оценка, которая заносится в свидетельство об окончании Школы. При выставлении итоговой оценки учитываются результаты промежуточных аттестаций.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Критерии оценки

Критерии оценок текущего контроля успеваемости обучающихся, промежуточной аттестации обучающихся и аттестации по завершении освоения программы:

Оценка «5» (отлично) – полное усвоение изученных терминов и понятий, освоение пройденных элементов, грамотное и выразительное исполнение разученного материала;

Оценка «4» (хорошо) – усвоение более 1/2 изученных терминов и понятий, усвоение большей части изученных элементов, самостоятельное исполнение разученного материала;

Оценка «3» (удовлетворительно) – усвоение 1/3 изученных терминов и понятий, усвоение меньшей чем 1/2 части изученных элементов;

Оценка «2» (неудовлетворительно) – отсутствие усвоения терминов и понятий, изученных на конкретном этапе, неспособность самостоятельно выполнять разученные элементы и комбинации.

Оценочные материалы

Первый год обучения

Теоретическая часть:

- понятия «твист», «спираль», техника исполнения движений;
- комплексы кроссов современного танца с акробатическими элементами;
- комбинации с использованием ранее изученного материала в сочетании с падениями и подъемами, использованием различных ракурсов, изменениями уровня, перемещением по пространству класса;
- элементы композиции и постановки танцевальных номеров.

Практическая часть:

- самостоятельно исполнять комплексы кроссов современного танца с акробатическими элементами;
- твист и спирали торса, High-release (хай-релиз) + Body roll (синоним волны);
- исполнить Plie с различными движениями рук, Battement tandu et Battement tandu iete в параллельных позициях в сочетании с Catch step (перенос веса тела без продвижения в пространстве), Rond de jamb par terre. Grand Battement Jete (90, 180);
- исполнить танцевальные комбинации с использованием ранее изученного материала в сочетании с изменениями уровня, перемещением по пространству класса.

Второй год обучения

Теоретическая часть:

- комплексы кроссов, прыжков, вращений современного танца с акробатическими элементами;
- танцевальные комбинации в стилях современного танца;
- элементы системы растяжки (stretch);
- техника исполнения комплексов изоляций;
- законы танцевальной драматургии и элементы постановки танцевальных номеров.

Практическая часть:

- Plie с различными движениями рук. Battement tandu et Battement tandu iete (с сокращением стопы, с поворотами и рук, головы, contractions). Rond de jamb par terre с подготовкой к турам. Battement fondu во всех направлениях. Battement developpe на 45, 90 по всем направлениям. Grand Battement Jete с шагами по квадрату, с добавлением прыжка;
- исполнение перекатов через спину, перекаты через одно плечо, перекаты с ускорением;

- импровизация с движением (разноритмическая схема), импровизация - эмоциональная сторона техники (неосознанность движения, этюд «воображение – состояние – явление – образ», вход в импровизацию, пространство класса, смена уровней, ракурсов;
- исполнение кроссов, прыжков, вращений джаз-модерна с акробатическими элементами;
- приёмы поддержки в дуэте: «Перетекание», танец от разных частей тела.

Теоретическая часть:

- комплексы кроссов современного танца в сочетании с прыжками, вращениями и акробатическими элементами;
- экзерсис на середине зала (терминология);
- комплексы элементов системы растяжки (stretch);
- комбинации в стиле современного танца с использованием ранее изученного материала в сочетании с падениями и подъемами, использованием различных ракурсов, изменениями уровня, перемещением по пространству класса;
- элементы композиции и постановки танцевальных номеров.

Практическая часть:

- самостоятельно исполнять комплексы кроссов современного танца в сочетании с прыжками, вращениями и акробатическими элементами;
- исполнение экзерсиса на середине зала;
- исполнить комплекс элементов партерной гимнастики с элементами джаз-модерна и акробатическими элементами;
- исполнить танцевальные комбинации в стиле джаз-модерн с использованием ранее изученного материала в сочетании с падениями и подъемами, использованием различных ракурсов, изменениями уровня, перемещением по пространству класса.

Третий год обучения

Теоретическая часть:

- комплексы кроссов современного танца с акробатическими элементами;
- техника исполнения движений отдельных центров в манере танца хип-хоп (плечи, диафрагма, пелвис);
- комбинации с использованием ранее изученного материала в сочетании с падениями и подъемами, использованием различных ракурсов, изменениями уровня, перемещением по пространству класса;
- элементы композиции и постановки танцевальных номеров.

Практическая часть:

- самостоятельно исполнять комплексы кроссов современного танца с акробатическими элементами;
- исполнение экзерсиса на середине зала;
- положение корпуса, пружина, комбинации шагов в стиле хип-хоп, танцевальные комбинации;
- исполнить танцевальные комбинации с использованием ранее изученного материала в сочетании с изменениями уровня, перемещением по пространству класса.

Четвёртый год обучения

Теоретическая часть:

- комплексы кроссов современного танца с акробатическими элементами;
- правила исполнения прыжков;
- комбинации с использованием ранее изученного материала в сочетании с падениями и подъемами, использованием различных ракурсов, изменениями уровня, перемещением по пространству класса;
- элементы композиции и постановки танцевальных номеров.

Практическая часть:

- самостоятельно исполнять комплексы кроссов современного танца с акробатическими элементами;
- исполнение прыжков;
- исполнить комплекс элементов партерной гимнастики с элементами джаз-модерна и акробатическими элементами;
- исполнить танцевальные комбинации с использованием ранее изученного материала в сочетании с изменениями уровня, перемещением по пространству класса.

Пятый год обучения

Теоретическая часть:

- комплексы кроссов современного танца с акробатическими элементами;
- правила исполнения прыжков;
- комбинации с использованием ранее изученного материала в сочетании с падениями и подъемами, использованием различных ракурсов, изменениями уровня, перемещением по пространству класса;
- элементы композиции и постановки танцевальных номеров.

Практическая часть:

- самостоятельно исполнять комплексы кроссов современного танца с акробатическими элементами;
- исполнение прыжков;
- исполнить комплекс элементов партерной гимнастики с элементами современного танца и акробатическими элементами;
- исполнить танцевальные комбинации с использованием ранее изученного материала в сочетании с изменениями уровня, перемещением по пространству класса.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы для преподавателей

1. Анатомия танца / Ж.Г.Хаас; пер. с англ. В.М. Боженков. – Минск: Попурри, 2019,
2. Александрова Н.А. Танец модерн. Пособие для начинающих / Н.А. Александрова, В.А. Голубева. – 5-е изд., стер. – Санкт-Петербург: Лань: Планета музыки, 2022,
3. Белкин А.С. Основы возрастной педагогики. – Екатеринбург, 1999,
4. Бесова М. Весёлые игры для дружного отряда. – Ярославль: Академия холдинг, 2004,
5. Богданов Г.Ф. Основы хореографической драматургии: учебное пособие / Г.Ф. Богданов. – 7-е изд., стер. – Санкт-Петербург: Лань: Планета музыки, 2024,

6. Браиловская Л.В. Самоучитель по танцам. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2003,
7. Бриски И.Э. Основы детской хореографии. Педагогическая работа в детском хореографическом коллективе: учебное пособие / И.Э. Бриске. – 3-е изд., испр. – Санкт-Петербург: Лань: Планета музыки, 2024,
8. Васильева Т.К. Секрет танца. – Санкт-Петербург: Диамант, 2010,
9. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. – Просвещение, 1991,
10. Громов Ю.И. Основы подготовки специалистов-хореографов. Хореографическая педагогика – СПб, 2006,
11. Зыков А.И. Современный танец. Учебное пособие для студентов театральных вузов: учебное пособие / А.И. Зыков. – 6-е изд., стер. – Санкт-Петербург: Лань: Планета музыки, 2024,
12. Ильенко Л.П. Интегрированный эстетический курс для начальной школы. – М., 2001,
13. Курюмова Н.В. Современный танец в культуре XX века: смена моделей телесности: учебное пособие для СПО / Н.В. Курюмова. – 3-е изд., стер. – Санкт-Петербург: Лань: Планета музыки, 2023,
14. Мориц В.Э. Методика классического тренажа: учебное пособие / В.Э. Мориц, Н.И. Тарасов, А.И. Чекрыгин. – 9-е изд., стер. – Санкт-Петербург: Лань: Планета музыки, 2024,
15. Назайкинский Е.В. Звуковой мир музыки. – М.: Музыка, 1988,
16. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Методика преподавания – М., 2002,
17. Новиков С.Ю. Любимые праздники. – М.: АСТ - ПРЕСС СКД, 2003,
18. Сапогов А.А. Школа музыкально-хореографического искусства: учебное пособие для СПО / А.А. Сапогов. – Санкт-Петербург: Лань: Планета музыки, 2021,
19. Смирнова М.В. Классический танец. – Выпуск 3. - М., 1988,
20. Смирнов М.А. Эмоциональный мир музыки. – М.: Музыка, 1990,
21. Суртаев В.Я. Игра как социокультурный феномен. – Санкт-Петербург, 2003,
22. Хамфри Д. Искусство сочинять танец – М., 2019,
23. Шишкина В.А. Движение + движение. – М.: Просвещение, 1992.

Список литературы для учащихся

1. Каграманов С.Р. Рабочая тетрадь по хореографии для детей «Шаг за шагом Современный танец» (Часть 1) – ISBN 978-5-600-02587-5, 2021.
2. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец: История. Методика. Практика – М. Гитис, 2000,
3. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Этапы развития. Метод.Техника — М.: ИД Один из лучших, 2004,
4. Полятков С.С. Основы современного танца – Ростов н/д Феникс, 2005,
5. Шереметьевская Н.В. Танец на эстаде – Москва: Один из лучших, 2006,
6. Полятков С.С. Основы современного танца. – Ростов н/Д: Феникс, 2005.

Интернет-ресурсы

1. www.horeograf.com
2. www.dancehelp.ru
3. <http://balletmusic.ru>
4. <https://music.apple.com/ru/album/modern-jazz-dance-classics-vol-1/1449490031>
5. <https://pinkamuz.pro/search/%D0%94%D0%B6%D0%B0%D0%B7-%D0%BC%D0%BE%D0%B4%D0%B5%D1%80%D0%BD>

6. <https://zvuk.com/playlist/5272366>
7. <https://danceclubajax.ru/modernjazzdance3>
8. https://vk.com/wall-50850170_19597

Примеры музыкального сопровождения

1. Bill Laurens «Time to Run»,
2. Christine and the queens «It»,
3. Frank Sinatra «Fly me to the moon»,
4. Hajime Yoshizawa «A New Day»,
5. Johnaye Kendrick «I Will Wait Forever»,
6. Khari Cobral – Jiva «Gemineyes»,
7. Maurice Brown «Moroccan Dancehall»,
8. Moby «Why does my heart feel so bad»,
9. Moby «Lift me up»,
10. Stardust «Music sounds better with you»,
11. Volunteered Slaves «VSOP»,
12. Антоха MC «Множество путей».

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

**Календарный учебный график на 2024-2025 учебный год
Первый год обучения**

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
I четверть								
1	Сентябрь	07.09	12.30-13.50	Беседа. Комбинированное	2 часа	Инструктаж по технике безопасности. Введение в программу «Современный танец» Позиции рук в джаз-танце	Зал хореографии	Устный опрос. Педагогическое наблюдение.
2	Сентябрь	14.09	12.30-13.50	Комбинированное	2 часа	Позиции ног: параллельные и выворотные. Техника исполнения положений. Release (расширение, распространение), contractions (сосредоточение)	Зал хореографии	Педагогическое наблюдение
3	Сентябрь	21.09	12.30-13.50	Комбинированное	2 часа	Техника исполнения положений: roll down, roll up, flat back, arch.	Зал хореографии	Педагогическое наблюдение
4	Сентябрь	28.09	12.30-13.50	Комбинированное	2 часа	Понятие «изоляция», «центр». Техника исполнения. Повороты и наклоны головы + Sundari. Движения отдельно кистями рук, рук от локтя, от плеча. Движения плечами.	Зал хореографии	Педагогическое наблюдение
5	Октябрь	05.10	12.30-13.50	Практическое	2 часа	Движение грудной клеткой. Curve	Зал хореографии	Педагогическое наблюдение
6	Октябрь	12.10	12.30-13.50	Практическое	2 часа	Пелвис (бедро) Поза коллапса.	Зал хореографии	Педагогическое наблюдение
7	Октябрь	19.10	12.30-13.50	Комбинированное. Контрольное занятие	2 часа	Техника исполнения движений. Plie с различными движениями рук. Контрольное занятие по итогам I четверти	Зал хореографии	Педагогическое наблюдение устный опрос,

8	Октябрь	26.10	12.30-13.50	Практическое	2 часа	Техника исполнения движений. Plie с различными движениями рук.	Зал хореографии	творческий показ Педагогическое наблюдение
9	Ноябрь	02.11	12.30-13.50	Комбинированное	2 часа	Понятия «твист», «спираль». Техника исполнения движений.	Зал хореографии	Педагогическое наблюдение
II четверть								
10	Ноябрь	09.11	12.30-13.50	Комбинированное	2 часа	High-release (хай-релиз)	Зал хореографии	Педагогическое наблюдение
11	Ноябрь	16.11	12.30-13.50	Комбинированное	2 часа	Body roll (синоним волны)	Зал хореографии	Педагогическое наблюдение
12	Ноябрь	23.11	12.30-13.50	Комбинированное	2 часа	Battement tendu et Battement tendu iete в параллельных позициях в сочетании с Catch step (перенос веса тела без продвижения в пространстве).	Зал хореографии	Педагогическое наблюдение
13	Ноябрь	30.11	12.30-13.50	Комбинированное	2 часа	Понятие «кросс». Техника исполнения шагов. Шаги примитива.	Зал хореографии	Педагогическое наблюдение
14	Ноябрь	07.12	12.30-13.50	Комбинированное	2 часа	Шаги в модерн-джаз манере (Latin walk, Flat step)	Зал хореографии	Педагогическое наблюдение
15	Декабрь	14.12	12.30-13.50	Комбинированное	2 часа	Прыжки (glissade «вперед», «подскоки с противоходом рук»)	Зал хореографии	Педагогическое наблюдение
16	Декабрь	21.12	12.30-13.50	Комбинированное. Контрольное занятие	2 часа	Понятие «этюды», «композиция». Контрольное занятие по итогам II четверти	Зал хореографии	Педагогическое наблюдение устный опрос, творческий показ
17	Декабрь	28.12	12.30-13.50	Практическое	2 часа	«От «Лайка» к хореографическому этюду»	Зал хореографии	Педагогическое наблюдение, творческий показ
III четверть								

18	Январь	11.01	12.30-13.50	Комбинированное	2 часа	Battement tendu et Battement tendu iete в параллельных позициях в сочетании с Catch step (перенос веса тела без продвижения в пространстве). Rond de jamb par terre.	Зал хореографии	Педагогическое наблюдение
19	Январь	18.01	12.30-13.50	Практическое	2 часа	Rond de jamb par terre.	Зал хореографии	Педагогическое наблюдение
20	Январь	25.01	12.30-13.50	Комбинированное	2 часа	Grand Battement Jete (90, 180).	Зал хореографии	Педагогическое наблюдение
21	Февраль	01.02	12.30-13.50	Комбинированное	2 часа	Понятие «уровень» в современном танце. Уровни (стоя, на четвереньках, на коленях, сидя, лежа).	Зал хореографии	Педагогическое наблюдение
22	Февраль	08.02	12.30-13.50	Практическое Игра	2 часа	Переходы из уровня в уровень. Игры на смену уровней.	Зал хореографии	Педагогическое наблюдение
23	Февраль	15.02	12.30-13.50	Комбинированное	2 часа	Техника исполнения перекатов. Виды перекатов. Перекаты из положения: сидя в группировки, через «лягушку», через поперечный шпагат.	Зал хореографии	Педагогическое наблюдение
24	Март	01.03	12.30-13.50	Комбинированное	2 часа	Поза «зародыша» Прямые повороты на полу (бревно) Подготовительные упражнения к перекату через одно плечо.	Зал хореографии	Педагогическое наблюдение
25	Март	15.03	12.30-13.50	Практическое	2 часа	Grand Battement Jete (90, 180). Техника исполнения движений в комбинации. Комбинации на основе изученных элементов.	Зал хореографии	Педагогическое наблюдение
26	Март	22.03	12.30-13.50	Практическое. Контрольное занятие	2 часа	Техника исполнения движений в комбинации. Комбинации на основе изученных элементов. Контрольное занятие по итогам III четверти	Зал хореографии	Педагогическое наблюдение Устный опрос. Творческий показ
IV четверть								
27	Апрель	05.04	12.30-13.50	Комбинированное	2 часа	Понятие «импровизация». Импровизация в соответствии с заданным образом	Зал хореографии	Педагогическое наблюдение

39

28	Апрель	12.04	12.30-13.50	Практическое	2 часа	Понятие «импровизация». Импровизация в соответствии с заданным образом	Зал хореографии	Педагогическое наблюдение
29	Апрель	19.04	12.30-13.50	Комбинированное	2 часа	Комбинации на основе изученных элементов. Понятие «партнеринг». Техника работы в паре.	Зал хореографии	Педагогическое наблюдение
30	Апрель	26.04	12.30-13.50	Практическое	2 часа	Перенос веса тела на партнёра. Равновесное положение партнеров.	Зал хореографии	Педагогическое наблюдение
31	Май	03.05	12.30-13.50	Практическое	2 часа	Grand Battement Jete (90, 180). Составление танцевальных этюдов из изученных элементов и комбинаций, в т.ч. с использованием импровизации.	Зал хореографии	Педагогическое наблюдение
32	Май	10.05	12.30-13.50	Практическое	2 часа	Составление танцевальных этюдов из изученных элементов и комбинаций, в т.ч. с использованием импровизации.	Зал хореографии	Педагогическое наблюдение
33	Май	17.05	12.30-13.50	Практическое	2 часа	Составление танцевальных этюдов из изученных элементов и комбинаций, в т.ч. с использованием импровизации.	Зал хореографии	Педагогическое наблюдение
34	Май	24.05	12.30-13.50	Практическое	2 часа	Составление танцевальных этюдов из изученных элементов и комбинаций, в т.ч. с использованием импровизации.	Зал хореографии	Педагогическое наблюдение
35	Май	31.05	12.30-13.50	Практическое Контрольное занятие.	2 часа	Прыжки glissade «вперед», «подскоки с противоходом рук» Контрольное занятие по итогам года.	Зал хореографии	Педагогическое наблюдение, устный опрос, творческий показ, анкетирование

40

Приложение 2

*Календарный план воспитательной работы на 2024-2025 учебный год
по программе «Современный танец»*

№	Сроки проведения	Место проведения	Мероприятие
1	Сентябрь 2024	МБОУ «Школа №91»	Участие в концертной программе, посвященной Дню знаний (концертное выступление)
2	Сентябрь 2024	МБУДО «ДШИ №12»	Выступление с открытым уроком на республиканском семинаре «Актуальные и перспективные формы обучения хореографии в современном российском образовании детей»
3	Октябрь 2024	МБОУ «Школа №91»	Участие в концертной программе, посвященной Дню учителя (концертное выступление)
4	Ноябрь 2024	Г. Нижний Новгород	Выездное участие в международном творческом конкурсе «Волжские сувениры»
5	Ноябрь 2024	Республиканская детская библиотека им Р.Миннуллина	Участие в праздничной программе, посвященной Дню Матери
6	Ноябрь 2024	Г. Йошкар-Ола	Участие в VIII Международном многожанровом фестивале-конкурсе исполнительского мастерства «Радуга над Кокшагой»
7	Ноябрь 2024	Г. Йошкар-Ола	Посещение мастер-класса в рамках проведения VIII Международного многожанрового фестиваля-конкурса исполнительского мастерства «Радуга над Кокшагой»
8	Декабрь 2024	Дербышкинский дом-интернат	Участие в качестве волонтеров клуба «Доктор Китапки» (совместно с Республиканской детской библиотекой им. Р. Миннуллина)
9	Декабрь 2024	ДК «Юность»	Участие на Международном многожанровом конкурсе-фестивале искусств «Art-Салют»
10	Декабрь 2024	МБУДО «ДШИ №15», «КДК им. В.И. Ленина	Участие в республиканском конкурсе современного искусства в рамках проекта «В ритме Жизни!» «Прорыв».
11	Декабрь 2024	МБУДО «ДШИ №12»	Участие в мероприятии «Посвящение в первоклассники» (организация, ведущие, модераторы сцены)
12	Декабрь 2024	ДК Железнодорожников КГИКиИ	Выступление в составе труппы спектакля «Щелкунчик», участие в концертной программе (концертное выступление)
13	Декабрь 2024	МБОУ «Школа №91»	Участие в концертной программе, посвященной Новому году (концертное выступление)
14	Декабрь 2024	Кинотеатр «Синема 5», ТЦ Республика	Просмотр прямой трансляции Большого театра балета «Щелкунчик» (совместный просмотр)
15	Январь-февраль 2025	Театр кукол «Экият»	Участие в международном конкурсе-фестивале «Шаг на сцену»
16	Февраль 2025	КДК им. В.И.Ленина	Участие в городском конкурсе хореографических искусств «Золотой башмачок»
17	Март 2025	МБОУ «Школа №91»	Участие в концертной программе, посвященной 8 Марта (концертное выступление)

18	Март 2025	МБОУ «Школа №91»	Мастер-класс по изготовлению десертов к 8 Марта. (праздничное чаепитие)
19	Март 2025	Филармония им. Тукая	Посещение концерта «Композиторы – детям. От эпохи барокко до музыки кино»
20	Апрель 2025	КМЦ им. А.Гайдара	Участие в фестивале-конкурсе хореографического искусства «Моя Казань»
21	Апрель-май 2025	ДК «Юность»	Участие в отчетном концерте ДШИ №12
22	Апрель 2025	Филармония им. Тукая	Посещение концерта «Юный талант? Звучит гордо!»
23	Май 2025	ДК им. Саида Галеева	Участие в всероссийском фестивале-конкурсе творческих коллективов и исполнителей «Великая Победа - 2024»
24	Май 2025	МБОУ «Школа №91»	Участие в мероприятиях, посвященных Победе в ВОВ
25	Май 2025	МБОУ «Школа №91»	Участие в отчетном концерте класса преподавателя Турцевой Т.А.
26	Май 2025	МБОУ «Школа №91»	Участие в концертных мероприятиях, посвященных Выпускникам
27	Май 2025	Парк «Крылья Советов»	Участие в городском фестивале «Танцевальный калейдоскоп»
28	Май 2025	Г. Москва	Участие в 40-м фестивале-конкурсе «Москва верит талантам»
29	Май 2025	Г. Москва	Участие в мастер-классе в рамках проведения фестиваля-конкурса «Москва верит талантам»
30	Июнь 2025	КМЦ им. А.Гайдара	Участие в Республиканском фестивале-конкурсе хореографического искусства «Живи ярко!»
31	Июнь 2025	ОЛ Чирша, Высокогорский р-н	Участие в профильной танцевальной смене «Танцуем в ритме лета»
32	Июль 2025	Молодежный центр «Сэлэт – Ак Барс», Крым, Форос	Участие в летней профильной смене «Аршан» - спорт и лидерство. Летний отдых в ОЛ на Черноморском побережье.

Приложение 3

Основные понятия

Изоляция — это технический приём, при котором каждая часть тела (центр) двигается независимо от другой части. Как правило, изолируются все центры — от головы до ног. Однако возможны комбинации, когда последовательно выполняются движения головой, плечами, грудью, руками, тазом и ногами.

Импровизация в джаз-модерн танце — это танец, рождающийся во время исполнения, мгновенное воплощение музыкального ритма средствами пластики тела, мимики и эмоциональной окраски.

Кросс – это передвижение в пространстве (различные шаги, бег, повороты, прыжки, вращения).

Партнеринг — это техника, основанная на сотрудничестве и взаимодействии между танцовщиками, которая требует координации и взаимопонимания. Партнеринг позволяет создать удивительные композиции и развивать хореографию через совместные движения и

взаимодействие на сцене. При партнеринге часто используются поддержки и передача веса между партнерами.

Перекаты в джаз-танце относятся к нетрадиционным способам перемещения в партере.

Поза коллапса — это своеобразное положение тела, когда нет напряжения и вытянутости вверх. В этой позе тело свободно и расслаблено, его изгибы немного утрируются, колени согнуты, торс и голова чуть наклонены вперёд.

Спирали торса — это движения, увеличивающие подвижность позвоночника в тазобедренном суставе. **Спираль** — это внутреннее движение, которое начинается в тазобедренном суставе и вращает бедренную кость, приводя в движение позвоночник. Большинство этих движений выполняются в положении сидя. Положение ног может быть разным. Движение начинается со смещения бедра и постепенно охватывает весь позвоночник. Лопатка двигается последней.

Твист торса в джаз-танце — это движение, начинающееся с закручивания плеч, за которыми поворачивается торс, изменяя плоскость своего расположения, бедра при этом остаются неподвижными.

Уровнем называется расположение тела танцора относительно земли. Основные виды уровней: стоя, сидя, стоя на четвереньках, сидя на корточках, стоя на коленях, лежа. Кроме того, существуют так называемые акробатические уровни: шпагаты (поперечный и продольный).

Хореографическая композиция — это процесс работы над созданием хореографического произведения, представляющего собой гармоническое единство формы и содержания и отличающегося специфичностью выразительных средств и особенностей.

Хореографический этюд — это маленькое законченное танцевальное произведение, которое по своему содержанию и качеству приближается к самостоятельному сценическому номеру. Он создаётся на основе нескольких танцевальных комбинаций и предполагает использование композиционных рисунков и переходов.

Центр — это отдельная часть тела, которая может выполнять движения независимо от других частей. К центрам относятся голова и шея, плечевой пояс, грудная клетка, тазобедренная часть, руки и ноги.

Шаги в модерн-джаз манере исполняются с акцентом на «раз». При координации с руками используется оппозиция, то есть в движение приходят правая нога и левая рука. Темп движения этих шагов резко поступательный.

Шаги примитива — это группа шагов (Flat step, Rill step, Point step, Catch step, Camel walk). Все шаги этой группы исполняются в позе коллапса: колени согнуты, стопы исключительно в параллельном положении. Обычно шаги исполняются с лёгким трамплинным покачиванием, однако уровень расположения тела должен оставаться неизменным.

Шейк — это трясущие движения плеч и спины. Вызывается вращением лопаток, которое вызывает движение шейка в грудной клетке и спине, постепенно начинает сотрясаться корпус.

ARCH [атч] - арка, прогиб торса назад.

BATTEMENT ENVELOPE [батман анvelope] - противоположное battement developpe движение, "рабочая" нога из открытого положения через passe опускается в заданную позицию.

BATTEMENT TENDU [батман тандю] - движение ноги, которая скользящим движением отводится на носок вперед, назад или в сторону. В модерн-джаз танце выполняется так же по параллельным позициям.

BATTEMENT TENDU JETE [батман тандю жетэ] - отличается от battement tendu активным выбрасыванием ноги в воздух на высоту.

BODY ROLL [боди ролл] - группа наклонов торса, связанная с поочередным перемещением центра корпуса в боковой или фронтальной плоскости (синоним "волна").

BOUNCE [баунс] - трамплинное покачивание вверх-вниз, в основном происходит либо за счет сгибания и разгибания коленей, либо пульсирующими наклонами торса.

BRUSH [браш] - скольжение или мазок всей стопой по полу перед открытием ноги в воздух или при закрытии в позицию.

Camel walk – «верблюжья ходьба». При этом шаге колено «рабочей» ноги поднимается вверх, одновременно опорная нога сгибается. Акцент направлен вниз.

CATCH STEP [кэтч степ] – это шаг на месте, связанный с переносом тяжести корпуса с одной ноги на другую, колени при этом движении поочередно сгибаются и вытягиваются.

CONTRACTION [контракшн] – это сжатие, уменьшение объема корпуса и округление позвоночника, начинается в центре таза, постепенно захватывая весь позвоночник, выполняется на выдохе.

CORKSCREW TURN [корскру тур] – это "штопорные" повороты, при которых исполнитель повышает или понижает уровень вращения.

CURVE [кёрф] – это изгиб верхней части позвоночника (до "солнечного сплетения") вперед или в сторону.

DEEP BODY BEND [диип боди бэнд] – наклон торсом вперед ниже 90°, сохраняя прямую линию торса и рук.

DEEP CONTRACTION [диип контракшн] – это сильное сжатие в центр тела, в котором участвуют все сочленения, т.е. в это движение включаются руки, ноги и голова.

DROP [дроп] – это падение расслабленного торса вперед или в сторону.

FLAT BACK [флэт бэк] – это наклон торса вперед, в сторону (на 90°), назад с прямой спиной, без изгиба торса.

FLET STEP [флэт стэп] – шаг на всю стопу. Ноги во второй параллельной позиции, колени немного согнуты и направлены вперед. Торс немного наклонен вперед. Во время шага вся стопа полностью плоско касается пола.

GLISSADE [глисад] - это партерный скользящий прыжок без отрыва от пола с продвижением вправо-влево или вперед-назад.

GRAND BATTEMENT JETE [гранд батман жетэ] - движение, которое представляет собой большой бросок ноги.

FLEX [флекс] - сокращенная стопа, кисть или колени.

FLICK [флик] - мазок стопой по полу к опорной ноге.

HIGH RELEASE [хай релиз] — это высокое расширение, движение, состоящее из подъема грудной клетки с небольшим перегибом назад.

HINGE [хинч] - положение танцора, при котором прямой, без изгибов торс отклоняется назад на максимальное расстояние, колени согнуты, стопы на полупальцах,

HIP LIFT [хип лифт] - подъем бедра вверх.

JAZZ HAND [джаз хэнд] - положение кисти, при котором пальцы напряжены и разведены в стороны.

KICK [кик] - бросок ноги вперед или в сторону на 45° или 90° через вынимание приемом developpe

PLIE [плие] - приседание

POINT [пойнт] - вытянутое положение стопы.

POINT STEP [пойнт стэп] – шаг с носка

RELEASE [релиз] - расширение объема тела, которое происходит на вдохе.

RILL STEP [рил стэп] – шаг с пятки

ROLL DOWN [ролл даун] - спиральный наклон вниз-вперед, начиная от головы.

ROLL UP [ролл ап] - обратное движение, связанное с постепенным раскручиванием и выпрямлением торса в исходную позицию.

RONDE DE JAMBE PAR TERRE [ронд де жамб пар тер] — это круговое движение носком по полу

SHIMMI [шимми] - спиральное, закручивающееся движение тазом вправо и влево,

SIDE STRETCH [сайд стрэтч] - боковое растяжение торса, наклон торса вправо или влево.

STEP BALL CHANGE [стэп болл чендж] - связующий шаг, состоящий из шага в сторону или вперед и двух переступаний на полупальцах (синоним step pa de hour ee,

SUNDARI [зундари] - движение головы, заключающееся в смещении шейных позвонков вправо-влево и вперед-назад.

SWING [свинг] - раскачивание любой частью тела (рукой, ногой, головой, торсом) в особом джазовом ритме.

THRUST [фраст] - резкий рывок грудной клеткой или тазом вперед, в сторону или назад.

TILT [тилт] - угол, поза, при которой торс отклоняется в сторону или вперед от вертикального положения, "рабочая" нога может быть открыта в противоположном направлении на 90° и выше.

Приложение 4

Анкета «Как ты относишься к занятиям?»

(Анкетирование проводится в начале и по окончании каждого учебного года.)

Группа	Отношение к занятиям в коллективе	Варианты ответов		
		Всегда (3 балла)	Иногда (2 балла)	Никогда (1 балл)
А	1. На занятиях бывает интересно. 2. Нравится педагог. 3. Нравится, когда хвалят.			
Б	4. Родители заставляют заниматься. 5. Занимаюсь, т. к. это мой долг. 6. Занятие полезно для жизни.			
В	7. Узнаю много нового. 8. Занятия заставляют думать. 9. Получаю удовольствие, занимаясь в ансамбле.			

Г	10. На занятии мне все легко дается. 11. С нетерпением жду занятия. 12. Стремлюсь узнать больше, чем требуется на занятии.			
----------	--	--	--	--

Методика обработки анкеты

Вычисляется средний балл по группе:

А – ситуативный интерес;

Б – занятия по необходимости;

В – интерес к предмету;

Г – повышенный познавательный интерес.

Наибольший средний балл по группе показывает тип отношения к занятиям в коллективе.