

Комитет по образованию администрации
Городского округа «Город Калининград»
муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
города Калининграда
Детско-юношеский центр «Московский»

Принята
на заседании педагогического совета
Протокол № 2 от «28» мая 2024 года

Утверждаю
Директор МАУДО ДЮЦ «Московский»
Л.К. Козынченко
Приказ № 77 от «21» августа 2024 года

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Современный танец»**

Возраст обучающихся: 9 - 17 лет
Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:
Терешкова Маргарита Александровна,
педагог дополнительного образования

г. Калининград
2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Описание предметов, дисциплины которому посвящена программа

Танец является неотъемлемой частью пластической культуры человека. Он повышает эмоциональное и физическое здоровье, помогает раскрыть внутренний мир, сформировать в подростках уверенность в себе, упорство, трудолюбие, помогает оценить красоту музыки и движения.

Современная хореография предъявляет высокие требования не только к технике выполнения сложнейших элементов, но и к умению донести образ, характер композиции, гармонию движения тела, предмета и музыки. Это требует от исполнителя владения всеми средствами выразительности, навыками сценического движения, актерского мастерства.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современный танец» дает возможность подросткам совершенствовать уровень исполнения современных танцев, создает условия для творческой самореализации через пластику, дальнейшего личностного, творческого, культурного и профессионального самоопределения обучающихся, всестороннего развития личности и направлена на расширение, и углубление знаний, умений и навыков в области искусства современной хореографии, развитие творческих способностей, мотивации на дальнейший выбор пути своего профессионального развития.

Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современный танец» является - синтез видов и форм хореографического обучения, создание интегрированной модели обучения: (джазовый танец, танец модерн, классический танец, стретчинг, hip-hop), акцент ставится на изучение современной хореографии.

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 классической и современной 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).

Описание ключевых понятий, которыми оперирует автор программы

Современный танец - разносторонняя форма искусства и физической активности, представляющая собой интересную совокупность, сочетающую разные танцевальные стили и техники, акробатику и воплощаемое

в танце творческое самовыражение. В современном танце подчеркиваются креативность, экспрессия и экспериментальность.

Контемпорари танец - сценический танец, включающий в себя самые различные направления и техники.

Джазовый танец - хореографическое направление, представляющее собой классификацию, включающую в себя широкий диапазон танцевальных стилей. Этот танец развивался параллельно с музыкой в 20-е — 40-е годы XX столетия.

Направленность программы

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

Уровень освоения программы

Уровень освоения программы – углубленный.

Актуальность программы

Развитие творчества детей рассматривается сегодня как одно из приоритетных направлений в педагогике. Непрерывно требуются новые идеи для создания талантливых перспективных кадров. Внешние условия служат предпосылкой для реализации творческих возможностей личности, имеющей в биологическом отношении безграничный потенциал. Становится актуальной задача поиска подходов, методик, технологий для реализации потенциалов, выявления скрытых резервов личности. Современное общество нуждается в высококвалифицированных специалистах. Дополнительное образование оказывает помощь учреждениям высшего образования в подготовке специалистов, умеющих думать, танцевать и составлять хореографию. С целью подготовки детей, владеющих знаниями и умениями современной хореографии, повышения уровня кадрового потенциала в соответствии с современными запросами, разработана и реализуется данная дополнительная общеразвивающая программа.

Педагогическая целесообразность программы

Занятия современным танцем позволяют обучающимся овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных направлений, в значительной степени расширяют и обогащают их исполнительские возможности, формируя особые исполнительские качества и навыки. Так же занятия современным танцем закладывают основы нравственности, красоты, расширяют культурный кругозор. Способствуют гармоничному развитию подростков, развивают физическую силу, выносливость, ловкость, помогают подросткам снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе.

Современная хореография является действенным методом эстетического и физического воспитания. В процессе обучения подростки совершенствуют навыки музыкальности, пластичности, координации, актерского мастерства.

Занятия в коллективе воспитывают чувство товарищества, взаимовыручки, умения чувствовать ответственность. Групповые занятия способствуют социализации и адаптации детей и подростков в обществе.

Практическая значимость программы

Практическая деятельность на данном уровне обучения продолжает быть неразрывно связанной с изучением истории современного хореографического искусства, знакомством с постановками современных балетмейстеров и мировой музыкальной культурой. Средствами занятий у подростков продолжают формироваться: творческие способности, эстетические эмоции, чувства, представления о красоте движений и звука, формы и цвета.

Организация образовательного процесса позволяет решать многие проблемы воспитания подрастающего поколения: социального, нравственного, художественно-эстетического и гражданско-патриотического.

Принципы отбора содержания программы

Принципы отбора содержания (образовательный процесс построен с учетом уникальности и неповторимости каждого ребенка и направлен на максимальное развитие его способностей):

- принцип единства развития, обучения и воспитания;
- принцип систематичности и последовательности;
- принцип доступности;
- принцип наглядности;
- принцип взаимодействия и сотрудничества;
- принцип комплексного подхода.

Отличительные особенности программы

Отличительная особенность программы заключается в изменении подхода к обучению детей, а именно – внедрению в образовательный процесс исследовательской и изобретательской деятельности, организации коллективных работ, а также формирование и развитие навыков. Реализация программы позволит сформировать современную образовательную среду, позволяющую эффективно реализовывать творческую деятельность учащихся.

Цель программы

Цель программы: личностное и профессиональное становление посредством совершенствования и повышения танцевально-исполнительского мастерства.

Задачи программы

Задачи программы

Обучающие:

- расширение кругозора в области современной хореографии, истории музыки, сценического костюма;
- углублённое изучение техник джаз- танца и танца модерн;
- обучение виртуозности исполнения;
- обучение эмоциональной раскрепощённой в танцевальной практике;
- обучение основам театрального и сценического искусства;
- совершенствование умения точной выразительной передаче характера создаваемого образа с помощью танцевальных и пластических средств;

- совершенствование в освоении французской терминологии, используемой в классическом танце и английской терминологии, используемой в джазовом танце и танце модерн;
- организация постановочной и концертной деятельности.

Развивающие:

- развитие физической выносливости, поддержки двигательной активности детей;
- развитие танцевально-исполнительских способностей, обучающихся на основе приобретенного ими комплекса знаний, умений, навыков, необходимых для исполнения различных видов современного танца, танцевальных композиций;
- развитие художественных способностей, сценического артистизма, фантазии и образной памяти;
- развитие умения использовать приобретенные знания и навыки, самостоятельно их концентрировать и выражать в творческой деятельности;
- развитие мотивации на дальнейший выбор пути своего профессионального развития.

Воспитательные:

- формирование здорового образа жизни;
- воспитание морально-волевых личностных качеств;
- воспитание уважительного отношения к сверстникам и взрослым, формирование чувства этики, вежливости и такта;
- развитие познавательной и жизненной активности, самостоятельности, коммуникабельности;
- воспитание чувства взаимопомощи, формирование сплоченного коллектива;
- воспитание трудолюбия и устремленности в достижении творческих результатов, проявления собственной гражданской позиции, направленной на защиту уважительного отношения к собственному выбору дальнейшего профессионального развития;
- воспитание художественного вкуса, художественно-творческого мышления и интереса к искусству.

Психолого-педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современный танец» предназначена для детей в возрасте 9-17 лет

Набор детей в объединение - с базовой подготовкой

Особенности организации образовательного процесса

Программа объединения предусматривает групповую форму работы с детьми. Состав групп 10-17 человек.

Форма обучения по программе

Форма обучения – очная.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Общее количество часов в год – 216 часов. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 45 минут, между занятиями установлены

10-минутные перемены. Недельная нагрузка на одну группу: 6 часов. Занятия проводятся 2 раза в неделю.

Объем и срок освоения программы

Срок освоения программы – 2 года.

На полное освоение программы требуется 432 часа.

Основные методы обучения

Для достижения цели и задач программы, предусматривается в рамках учебно-воспитательного процесса проведение следующих видов занятий: теоретические и практические занятия, индивидуально-групповая работа, творческие занятия импровизации, открытые занятия, зачеты, отчетные концерты, участие в конкурсах и фестивалях. Специфика обучения - это многократное регулярное повторение изученного с постепенным усложнением. Новые движения, упражнения основываются на ранее изученных. С постепенным усложнением и увеличением двигательных умений и навыков в процессе практической деятельности нарастает объем и интенсивность нагрузок, обеспечивающих развитие двигательных качеств обучающихся.

Последовательность изложения тем и количество времени корректируется календарным планом и может быть изменено в зависимости от индивидуальных способностей детей, темы года, участия в конкурсах, фестивалях и концертах.

Первый и второй годы обучения углублённого уровня - совершенствование полученных знаний, продолжение изучения классического экзерсиса и особенностей техники танца джаз-модерн, изучение и исполнение танцев в различных стилях, знакомство с другими направлениями современной хореографии.

Продолжается работа над постановкой корпуса, ног, рук и головы. Развитие выносливости путем повторения пройденных движений в увеличенном количестве и более быстром темпе.

Музыкальное сопровождение для танцевальных постановок подбирается с учётом возрастных особенностей подростков.

Большую роль в развитии творческих способностей играет участие в концертных выступлениях. На сцене от подростка требуется не только хорошее и четкое исполнение движений и перестроений танца, но и способность донести до зрителя образы, заложенные в идею хореографической постановки. Это может произойти только при полной эмоциональной свободе подростка перед зрителем.

В плане работы предусмотрены индивидуальные беседы с обучающимися по вопросам духовно-нравственного воспитания, результатам творческой деятельности. Во время бесед уделяется большое внимание формированию у подрастающего поколения моральных принципов, общечеловеческих ценностей, правил поведения в обществе.

Важным условием для успешного усвоения программы является организация творческой атмосферы, что необходимо для возникновения

отношений сотрудничества и взаимопонимания между педагогом и обучающимися между собой.

В коллективе предусмотрена работа с родителями, с родительским комитетом, что определённо облегчит подготовку к концертной и конкурсной деятельности, пошив костюмов, а также развитие определённых традиций в коллективе, таких как торжественный приём в состав коллектива, чествования именинников, празднования определённых дат, торжественные чаепития и поздравления по поводу успешных выступлений на конкурсах, окончания учебного года, выпуску учащихся. В образовательную программу включены регулярные беседы с родителями для своевременного выявления проблем детей и подростков. Вовлечение родителей в учебно-воспитательный процесс способствует увеличению его эффективности.

Планируемые результаты

К концу 1 года обучающиеся должны *знать*:

- комплекс движений классического экзерсиса у станка и на середине зала;
- комплекс упражнений джазового экзерсиса на середине зала;
- этюды с использованием всех изученных движений в сочетании классических и джазовых позиций ног и корпуса;
- 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.

Уметь:

- самостоятельно исполнять классический экзерсис на середине зала;
- исполнять сложные кроссы и прыжки в стиле танца джаз-модерн;
- исполнять танцевальные комбинации повышенной сложности.

Владеть:

- характером и особенностями техники танца;
- навыком импровизации в стилях джаз-модерн;
- навыком постановки и исполнения танцевальных номеров;
- навыками сценической деятельности.

К концу 2 года обучающиеся должны *знать*:

- терминологию классического танца;
- экзерсис классического танца у станка и на середине зала;
- терминологию джаз-модерн танца;
- экзерсис джаз-модерн танца у станка и на середине зала;
- систему растяжки (stretch);
- комбинации с использованием ранее изученного материала;
- отличительные особенности школы современного танца от других видов танца (классический танец и др.);
- законы танцевальной драматургии и элементы постановки танцевальных номеров.

Уметь:

- самостоятельно исполнять классический экзерсис у станка и на середине зала;
- исполнять танцевальные комбинации повышенной сложности, включая сложные кроссы и прыжки;
- самостоятельно исполнять экзерсис танца джаз-модерн у станка и на середине зала;
- передавать идею, замысел, сюжетную линию различных видов современного танца, танцевальных композиций на основе танцевально-исполнительских способностей;
- мотивацию на дальнейший выбор пути своего профессионального развития в области хореографии проявление сценического артистизма, фантазии и образной памяти в танцевальных композициях;
- позитивно оценивать свои танцевальные способности и навыки, быть ориентированными на успех.

Владеть:

- характером и особенностями техник танца джаз-модерн и contemporary;
- навыком импровизации в стилях джаз-модерн и contemporary;
- навыками сценической деятельности;
- танцевальными элементами, изученными за весь период обучения.
- физической выносливостью;
- художественным вкусом, художественно-творческим мышлением, иметь интерес к искусству, культурным традициям и мероприятиям.

Механизм оценивания образовательных результатов

1. Уровень теоретических знаний.

- Низкий уровень. Обучающийся знает фрагментарно изученный материал. Изложение материала сбивчивое, требующее корректировки наводящими вопросами.
- Средний уровень. Обучающийся знает изученный материал, но для полного раскрытия изученной темы требуются дополнительные вопросы.
- Высокий уровень. Обучающийся знает изученный материал. Может дать логически выдержанный ответ, демонстрирующий полное владение материалом.

2. Уровень практических навыков и умений.

- Низкий уровень. Не может продемонстрировать изученные танцевальные комбинации без помощи педагога.
- Средний уровень. Может продемонстрировать изученные танцевальные комбинации при подсказке педагога.
- Высокий уровень. Способен самостоятельно продемонстрировать изученные танцевальные комбинации без подсказок педагога.

Формы подведения итогов реализации программы

Для выявления уровня усвоения содержания программы и своевременного внесения коррекции в образовательный процесс, проводится текущий контроль в виде контрольного среза знаний освоения программы в конце освоения модуля. Итоговый контроль проводится в виде промежуточной (по окончании каждого года обучения) или итоговой аттестации (по окончании освоения программы).

По результатам итогового контроля (аттестация) обучающимся выдается свидетельство об окончании.

Материально-технические условия (обеспечение)

- музыкальный центр – 1 шт.;
- фортепьяно – 1 шт.

Кабинет, соответствующий санитарным нормам СанПиН

Пространственно-предметная среда (стенды, наглядные пособия и др.).

Кадровые

Педагог дополнительного образования, реализующий данную программу, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы.

Оценочные и методические материалы

Вся оценочная система делится на три уровня сложности:

1. Обучающийся может ответить на общие вопросы по большинству тем, продемонстрировать танцевальные связки.
2. Обучающийся отвечает на все вопросы, поднимаемые за период обучения. Может самостоятельно составить танцевальные связки.
3. Обучающийся отвечает на все вопросы, поднимаемые за период обучения. Может самостоятельно составить танцевальные постановки. Проявил инициативу при выполнении конкурсной работы или проекта. Вносил предложения, имеющие смысл.

Кроме того, весь курс делится на разделы. Успехи обучающегося оцениваются так же и по разделам:

- теория;
- практика.

Методическое обеспечение

- методические разработки и планы – конспекты занятий, методические указания и рекомендации к практическим занятиям;
- развивающие и дидактические процедуры: дидактические и психологические игры и упражнения;
- дидактические материалы;

- подборка литературы: книг, журналов по всем изучаемым видам хореографии;
- видео-аудио пособия.
- фонотека: сборники «Джаз танец»; «Джаз-ремикс»; «Rondo Veniciano»; «Классическая музыка» №1; «Классическая музыка» № 2;
- видеотека: онлайн уроки, записи современных танцевальных шоу, хореографических конкурсов.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

1 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов				Формы аттестации/ контроля
		Теория	Практик а	Самостоятельна я подготовка	Всего	
1.	Введение в программу	1	1		2	Текущий контроль
2	Танцевальная разминка	4	18		22	Текущий контроль
3	Классический танец	9	30		39	Контрольное занятие
4	Гимнастика	6	25		31	Контрольное занятие
5	Текущий контроль ЗУН	1	1		2	Текущий контроль
6	Современный танец	12	45		57	Контрольное занятие
7	Кроссы	4	15		19	Контрольное занятие
8	Импровизация	4	20		24	Текущий контроль
9	Постановка танцевальных номеров	3	15		18	Анализ результата деятельности
10	Итоговое занятие. Промежуточный контроль ЗУН	1	1		2	Анализ результата деятельности
Итого		45	171		216	

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1 год обучения (216 часа, 3 часа в неделю)

1. Раздел «Ведение в программу» (2 ч.).

Теория: знакомство с творческим объединением, режимом работы, основными видами деятельности по программе. Правила техники безопасности на занятиях.

Практика: игры на знакомство, коллективообразование: «Снежный ком», «Агенты 007», «Взаимные презентации», «Пересядьте те, кто...» и др.

2. Раздел «Танцевальная разминка» (22 ч.).

Теория: Техника исполнения. Последовательность построения.

Практика: Движения для разогрева позвоночника и суставов. На первом году комплекс разминки состоит из элементов танца джаз-модерн. Самостоятельное исполнение. Совершенствование техники исполнения движений.

3. Раздел «Классический танец» (39 ч.).

3.1. *Passe.*

Теория: понятие *passe* - пересечённый.

Практика: *Passe* выполняется в воздухе, то есть нога, отведённая в сторону (*a la second*), или другое положение, сгибается в колене в выворотном состоянии и располагается рядом с углублением в колене. *Passe* также берётся с приёма *retire*.

3.2. *Battement developpe.*

Теория: *Battement developpe* — разворачивающееся движение — развивает силу ног и выворотность тазобедренного сустава, необходимую для так называемого танцевального шага, вырабатывает изящество основных поз классического танца.

Практика: *Battement developpe* вперед. *Battement developpe* в сторону. *Battement developpe* назад.

3.3. *Battement developpetombe*

Теория: *Battement developpetomb* развивает более сложную координацию и является в известной степени подготовкой к большим прыжкам, в частности к *grand jeté*.

Практика: активно подтянутый корпус перед *tombé*, работающая нога, открытая по возможности выше, и приземление как можно дальше помогают исполнению перелета в больших прыжках. Тщательно изучить и отработать *développé tombé*, и только по усвоении его перейти к изучению *développé tombé* в позах *croisée* вперед и *effacée* назад.

3.4. *Grand battementjete.*

Теория: *Grand battement jete* — движение с большим броском — как и в *battement releve lent* на 90°, развивает силу и легкость ног в танцевальном шаге.

Практика: *Grand battementjete* вперед. *Grand battementjete* в сторону. *Grand battementjete* назад. *Grand battementjete* начинают изучать в сторону лицом к палке, затем так же назад; *grand battementjete* вперед изучают держась за палку одной рукой.

3.5. *Grand battementjetepointe.*

Теория: Повторение grandbattementjete. Grandbattementjetepoint.

Практика: Для начала делается grandbattementjete, но нога не возвращается на место в V позицию, а опускается вытянутая в колене и подъеме на землю в положение, которое она занимает на крайней точке battementtendusimple. После легкого прикосновения к этой точке носком нога снова поднимается и так продолжает движение, лишь при последнем battement возвращаясь в V позицию.

3.6. Grandbattementjetebalance.

Теория: Grandbattementjeté balancé сначала изучают отдельно, учитывая очень сложную его координацию.

Практика: Grandbattementjeté balancé с броском ноги вперед. Grandbattementjeté balancé с броском ноги назад. По усвоении точной координации движения вперед и назад grandbattementjeté balancé исполняют в его настоящем виде.

3.7. Arabesque. 3-йarabesque, 4-йarabesque.

Теория: в arabesque корпус подтянут, плечи, сохраняя ровность, раскрыты и опущены. Руки находятся в arabesque на одном уровне: рука, открытая на вторую позицию, продолжает линию плеча; рука, направленная вперед, выдерживает прямую линию. Кисти, поворачиваясь ладонями вниз, продолжают общую линию рук, локти смягчаются.

Практика: повторение 1-й arabesque и 2-й arabesque. Изучение и отработка 3-йarabesque и 4-йarabesque.

3.8. Pasdebourree. Pasdebourreeendehors, endedans

Теория: Pasdebourree развивает подвижность и живость стопы, а также придает четкость и ловкость движениям ног.

Практика: Pasdebourree начинают изучать лицом к палке. Выработав четкость, его переносят на середину зала. Сначала движение заканчивают, раскрывая руки в направлении второй позиции, затем — в маленькие позы. Изучение и отработка pas de bourree en dehors. Изучение и отработка pasdebourreeendedans.

3.9. Tour с IV позиции. Tour с V позиции. Endehors. Endedans

Теория: подготовительные упражнения, в которых все движения tour изучаются без поворота.

Практика: изучение и отработка tour en dehors с IV позиции. Изучение и отработка tour en dedans с IV позиции. Изучение и отработка tour en dehors с V позиции. Изучение и отработка tour en dedans с V позиции.

3.10. Sissonnesimple.

Теория: Sissonnesimple — простой прыжок с двух ног на одну.

Практика: Вначале sissonne simple изучают лицом к палке, перенося его на середину зала, как только учащиеся усвоят эластичность demi plie и выворотность обеих ног в момент окончания прыжка (принцип battement fondu). Корпус и руки спокойны, как и в других прыжках.

3.11. Sissonneouverte

Теория: Sissonneouverte — открытый прыжок.

Практика: в *sissonne ouverte* в сторону в обратном направлении нога, открываясь из пятой позиции сзади, проходит на вторую позицию через *cou-de-pied* сзади, руки открываются в сторону второй позиции, голова поворачивается к открытой ноге в профиль, то есть без наклона. Усвоив *sissonne ouverte* в сторону, его исполняют вперед и назад *en face*. В *sissonne ouverte* вперед и назад нога открывается точно по прямой, плечи и бедра сохраняют ровность. Руки, повышая подготовительное положение в момент прыжка, открываются в направлении второй позиции вместе с работающей ногой, к ней же поворачивается и голова. Вместе с *demi plié* пятой позиции руки опускаются в подготовительное положение.

3.12. *Sissonne fermée*.

Теория: Сначала *sissonne fermée* исполняется с руками в подготовительном положении, впоследствии руки сопровождают движение: на раз руки, приоткрываясь за тактом, повышают подготовительное положение, вместе с *demi plié* в пятой позиции; на и руки раскрываются в прыжке в направлении второй позиции; на два руки вместе с *demi plié* закрываются в подготовительное положение.

Практика: усвоив *sissonne fermée* с продвижением в сторону ноги, стоящей впереди, переходят к *sissonne fermée* в сторону ноги, стоящей сзади. Затем *sissonne fermée* исполняют в одном направлении подряд с переменной ног во время прыжка: поворот головы меняется в сторону ноги, стоящей впереди в конце прыжка.

3.13. *Sissonne fondue. Sissonne renverse*

Теория: *Sissonne fondue* - прыжок в больших позах, работающая нога открывается на 90°.

Практика: *Sissonne fondue* на 90° изучают по усвоении *sissonne fermée*. Приемы их исполнения аналогичны. *Sissonne fondue* - прыжок в больших позах, работающая нога открывается на 90°. Естественно, работающая нога приходит в пятую позицию с запозданием, ее мягко подводят к пятой позиции в *demi plié*. Отсюда и название *fondue*, то есть тающий. *Sissonne fondue* с продвижением в сторону. *Sissonne fondue* в позу третьего *arabesque*. Изучение и отработка *sissonne renverse*.

4. Раздел «Гимнастика» (31 ч.).

4.1. Упражнения для стоп.

Теория: техника безопасности при выполнении гимнастических упражнений.

Практика: разучивание и отработка комплекса гимнастических упражнений для разогрева и подвижности суставов стопы. Для повышения эластичности связок.

4.2. Упражнения на выворотность.

Теория: изучение упражнений на выворотность.

Практика: упражнения на выворотность: «бабочка», «угол», «лягушка», «шнур», «выворотная складочка», «складочка с оттягиванием носка», «паучок», «ноги вверх».

4.3. Упражнения на гибкость вперед.

Теория: упражнения для туловища в горизонтальной плоскости, из положения стоя.

Практика: наклоны туловища вперед из положения стоя. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Наклоны туловища вперед из положения сидя с ногами вместе, отдельно.

4.4. Развитие гибкости назад.

Теория: комплекс упражнений на развитие гибкости назад

Практика: разучивание и отработка комплекса упражнений на развитие гибкости назад: наклоны назад, различные «мостики», «корзиночка», «лодочка» и т. п.

4.5. Силовые упражнения для мышц живота.

Теория: развитие мышц брюшного пресса

Практика: сгибание корпуса в положении лежа + скручивание в противоположную сторону. Сгибание корпуса в положении лежа + скручивание в одноименную сторону. Скручивание в положении сидя. Скручивания в положении лежа. Скручивания, лежа на боку.

4.6. Силовые упражнения для мышц спины.

Теория: разучивание и отработка комплекса упражнений для мышц спины

Практика: разучивание и отработка комплекса упражнений для мышц спины: «мостик бедрами», «собака и птица», «планка на боку», выпады, «сарпасана», поясничные скручивания, поза младенца, удержание ног в статике.

4.7. Силовые упражнения для мышц ног.

Теория: комплекс упражнений для мышц ног.

Практика: приседания с отягощением и без. Сгибание и разгибания ног в коленях. Подъемы и опускания на носках. Подъем на носки "осликом". Подъемы ног вперед, сторону, назад.

4.8. Упражнения на развитие шага.

Теория: комплекс упражнений на развитие танцевального шага.

Практика: Разучивание и отработка комплекса упражнений на развитие танцевального шага.

4.9. Прыжки

Теория: опорные и простые (неопорные) прыжки. Четыре фазы неопорных прыжков: подготовка к толчку, толчок одной или двумя ногами, полет и приземление.

Практика: отработка простых прыжков. Подбивные прыжки.

5. Текущий контроль ЗУН (2 ч). Проверка знаний и подведение итогов по первому полугодью.

6. Раздел «Современный танец» (57 ч.).

6.1. Stretch – в области ахила, бедер и позвоночника (лицом к станку)

Теория: Stretch-это система упражнений, основная цель которых – растяжка связок и мышц, а также повышение гибкости тела

Практика: выполнение медленных пружинящих движений, завершающиеся удержанием статических положений в конечной точке амплитуды движения.

6.2. *Contract-release pelvis позвоночника и наклон корпуса вперед (лицом к станку). Contract-release корпуса и наклон вперед*

Теория: Contraction / release. Contraction – выдох и сжатие диафрагмы, release – положение обратное contraction, вдох и раскрытие диафрагмы.

Практика: Изучаются движения сначала в партере, затем стоя.

6.3. *Plié: demi-plié contract-release корпуса; grand-plié contract-release (лицом к станку); grand-plié с волнообразным перевиванием (лицом к станку); demi-plié relevé с отклонением корпуса назад – диагональ*

Теория: Demi-plié в выворотных и параллельных позициях ног. Движение аналогично классическому варианту, но имеет больше вариантов, за счет большего количества позиций ног, в котором выполняется.

Практика: изучается сначала лицом к станку по I и II позициям, затем боком к станку, и позже на середине по тем же позициям. К комбинации на plié добавляется перемена позиций рук во время движения. Plié соединяется с наклонами, contraction / release, спиралями в корпусе.

6.4. *Battement tendu: point-flex; с последующим twist, верха корпуса и accent бедра опорной ноги (вперед, в сторону); heeldrop-bounce (назад)*

Теория: комбинация с использованием battement tendu изучается на середине зала с координацией рук.

Практика: к комбинации на battement tendu добавляется исполнение движения в сочетании с вращениями, сменами уровня и ракурса. К комбинации на battement tendu добавляется смена позиций рук во время движения. Включаются новые движения и положения с последующим twist верха корпуса и accent бедра опорной ноги (вперед и в сторону). Движение соединяется с наклонами, contraction/release, спиралями в корпусе.

6.5. *Battement tendu jeté pique*

Теория: комбинация на battement jeté изучается на середине зала с координацией рук.

Практика: в комбинации на battement tendu и jeté усложняются переходы, смена уровня через падение. Движение накладывается на сложный ритмический рисунок. К комбинации на battement jeté добавляется перемена позиций рук во время движения. Движение соединяется с наклонами, contraction/release, спиралями в корпусе.

6.6. *Swing balancé (вперед-назад)*

6.7. *Battement fondu в координации с движением рук*

Теория: Battement fondu – тающий, текущий батман. Координация – умение согласовывать движения различных частей тела. Отдельные элементы движения соединяются в единое двигательное действие, которое производится не напряженно, пластично, четко.

Практика: Плавное и мягкое сгибание и вытягивание ног: обе ноги сгибаются и вытягиваются одновременно. Бедро работающей ноги удерживается в выворотном положении, не двигаясь вверх и вниз.

6.8. Battementdéveloppé point-flex

Теория: Développe по всем направлениям. Développe – открытие рабочей ноги через passé в любом направлении

Практика: начинаем изучать движение у станка, затем на середине класса. Движение выполняется в характере adagio по выворотным и параллельным позициям.

6.9. Battementsdéveloppé через passé contract

Теория: battement – бросок ноги на 90о в любом направлении. Сначала изучается в чистом виде, затем добавляются шаги.

Практика:

6.10. Kick. Kickballchange

6.11. Pelvisstretch (лицом к станку)

7. Раздел «Кроссы» (19 ч.).

Теория: (активное передвижение в пространстве). Развивает танцевальность, позволяет приобрести манеру джаз-модерн танца. Виды движений: шаги, прыжки, вращения.

Практика: Шаги в модерн-джаз манере Прыжки («глиссад вперед», «подскоки с противоходом рук», «ножницы», «пистолетик»). Комбинации шагов + Kick (пинок). Прыжки. Техника вращения. Комбинации усложняются добавлением акробатических элементов, увеличением скорости.

8. Раздел «Импровизация» (24 ч.).

Теория: Композиция и постановка танца. Творческие задания на создание индивидуальных танцевальных композиций.

Практика: Создание образа. Наполнение образа содержанием. Подбор музыкального материала. Сочинение сюжета с применением законов драматургии, подбор движений. Танцевальная импровизация в различных стилях на основе изученного материала.

9. Раздел «Постановка танцевальных номеров» (18 ч.).

Теория: Объяснение правильного исполнения синхронов, переходов и рисунков. Объяснение передачи характера и манеры исполнения.

Практика: Закрепление и отработка изученных синхронов. Основные ходы и движения. Построение рисунков номера. Актерская выразительность во время исполнения танцевальных номеров.

Культура исполнителя. Поведение на сцене.

Участие обучающихся в концертах различного уровня.

10. Раздел «Итоговое занятие» (2 ч.).

Опрос по пройденному материалу. Разбор и оценка практической деятельности обучающихся. Подведение итогов за год. Планы на следующий год.

Открытое занятие для родителей. Выступления, обучающихся с лучшими номерами.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

2 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов				Формы аттестации/ контроля
		Теори я	Практик а	Самостоятельна я подготовка	Всего	
1.	Введение в программу	1	1		2	Текущий контроль
2	Танцевальная разминка	4	18		22	Текущий контроль
3	Классический танец	9	30		39	Контрольное занятие
4	Гимнастика	6	25		31	Контрольное занятие
5	Текущий контроль ЗУН	1	1		2	Текущий контроль
6	Современный танец	12	45		57	Контрольное занятие
7	Кроссы	4	15		19	Контрольное занятие
8	Импровизация	4	20		24	Текущий контроль
9	Постановка танцевальных номеров	3	15		18	Анализ результата деятельности
10	Итоговое занятие. Промежуточный контроль ЗУН	1	1		2	Анализ результата деятельности
Итого		45	171		216	

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2 год обучения (216 часа, 3 часа в неделю)

1. Раздел «Ведение в программу» (2 ч.).

Теория: знакомство с творческим объединением, режимом работы, основными видами деятельности по программе. Правила техники безопасности на занятиях.

Практика: игры на знакомство, коллективообразование: «Снежный ком», «Агенты 007», «Взаимные презентации», «Пересядьте те, кто...» и др.

2. Раздел «Танцевальная разминка» (22 ч.).

Теория: Техника исполнения. Последовательность построения.

Практика: Движения для разогрева позвоночника и суставов. На первом году комплекс разминки состоит из элементов танца джаз-модерн. Самостоятельное исполнение. Совершенствование техники исполнения движений.

3. Раздел «Классический танец» (39 ч.).

3.1. *Ronddejambeenl'air. Endehors. EndedansRonddejambeenl'airededans.*

Теория: Rond de jambe en l'air переводится как круг ногой в воздухе.

Практика: И. п. – V позиция, правая нога сзади, боком к палке. Preparation изложено выше. Работающая нога, сгибаясь в колене, описывает дугообразную линию вперед, подводя носок к середине опорной ноги. Далее, без остановки, у икры, описывает дугообразную линию назад, возвращается во II позицию на 45°. Rond de jambe en l'air en dehors. Два вступительных аккорда. На раз правая рука, приоткрываясь за тактом, поднимается в первую позицию. На и работающая нога вытягивается на вторую позицию носком в пол, правая рука открывается на вторую позицию, голова поворачивается направо. На два работающая нога поднимается на вторую позицию на 45°, голова поворачивается enface. На раз и работающая нога, при полной неподвижности своей верхней части, сгибается в колене и, сохраняя выворотность пятки, описывает дугу в том же направлении, что и в ronddejambeaparterreendehors, несколько назад, затем — направляя вытянутый носок к середине икры. На два и работающая нога, усиливая выворотность пятки, вытягиваясь, описывает дугу несколько вперед, заканчивая движение предельно натянутой и выворотной работающей ногой во вторую позицию на высоте 45°. На три и четыре положение сохраняется.

3.2. *Grandronddejambejete. Endehors. Endedans.*

Теория: Grand rond de jambe jete движение с большим броском Это упражнение входит в экзерсис у палки.

Практика: Grandronddejambejeté endehors. Исходное положение - первая позиция, левая рука лежит на палке, правая - в подготовительном положении, поворот головы направо. На два вступительных такта правая рука через первую позицию открывается на вторую позицию, одновременно правая нога отводится назад носком в пол, голова поворачивается направо. На раз правая нога скользящим движением через первую позицию выводится вперед на 45°, остается полусогнутой и, не задерживаясь, на и два сильным броском нижней части открывается на 90° в направлении условного effacé вперед.

Продолжая движение, отводят работающую ногу через вторую позицию в условное ecarte назад и, завершая круг, на счет и опускаются назад носком в пол, касаясь пола в точке - пятка против пятки опорной ноги, выворотность ноги при этом усиливается. На три и, четыре и положение сохраняется. На раз следующего такта правая нога через первую позицию выводится вперед на 45°, и движение повторяется. Grand rond de jambe jeté en dedans. На два вступительных такта правая рука открывается на вторую позицию, одновременно правая нога вытягивается вперед носком в пол, голова поворачивается направо. На раз правая нога скользящим движением через первую позицию отводится назад на 45°, оставаясь полусогнутой (выворотность верха ноги обязательна) и, не задерживаясь, на и два сильным броском нижней части ноги открывается на 90° в направлении условного ecarte назад. Продолжая движение, работающая нога повышает уровень высоты, выводится через вторую позицию вперед в условное effacé и, завершая круг, на счет и опускается вперед носком в пол, касаясь пола в точке - пятка против пятки опорной ноги, выворотность всей ноги при этом усиливается. На три и, четыре и положение сохраняется. На раз следующего такта правая нога через первую позицию отводится назад на 45°, и движение повторяется.

3.3. Attitude. Attitude croisee. Attitude efface.

Теория: Attitude - поза, положение тела

Практика: Attitude croisee. Исходное положение — epaulement croise, пятая позиция, левая нога впереди, руки в подготовительном положении, поворот головы налево.

На раз и, два и руки, приоткрываясь за тактом, поднимаются через подготовительное положение в первую позицию, голова наклоняется направо, взгляд направлен на кисти рук, работающая правая нога поднимается через sou-de-pied сзади до колена. На три и, четыре и работающая нога сильным отводом колена назад, стремясь возможно выше подняться вверх, наполовину вытягивается назад, оставаясь в полусогнутом положении, корпус усиливает подтянутость при ровных, раскрытых и опущенных плечах и, сдерживая неизбежный наклон, устремляется вверх, правая рука поднимается в третью позицию, левая — открывается на вторую позицию, голова поворачивается налево. На раз и, два и второго такта attitude croisee сохраняется. На три и — правая рука открывается на вторую позицию, правая нога вытягивается назад, корпус сохраняет подтянутость, обе руки опускаются одновременно с ногой. На четыре и движение заканчивают в исходное положение. Attitude effacee. Исходное положение — epaulement efface, правая нога сзади, руки в подготовительном положении, поворот головы направо. На раз и, два и руки, приоткрываясь за тактом, поднимаются через подготовительное положение в первую позицию, голова наклоняется влево, взгляд направлен на кисти рук, работающая правая нога поднимается через sou-de-pied сзади до колена.

3.4. Ecartee. Ecartee назад. Ecartee вперед.

Теория: Ecartee – поза классического танца, развернутая по диагонали вперед или назад.

Практика: работающая нога вытягивается в позу и возвращается в пятую позицию по правилам *battement tendu*. С основными позами классического танца проходят и так называемые маленькие позы, сопутствующие ряду движений классического экзерсиса. В таких позах соблюдают характер и правила основных поз. Поза *ecartee* вперед. Поза *ecartee* назад.

3.5. *Tour с preparation degage.*

Теория: DE GAGE - перенос тяжести корпуса с одной ноги на другую по PREPARATION - подготовительное движение

Практика: Эти *tours* изучаются по диагонали, а потом по кругу, тогда левая нога *sur le cou-de-pied* сзади правой. Корпус в начале исполнения повернуть *efface*. Ногу во время *tour* держать *sur le cou-de-pied* сзади. Затем изучают *tour* с IV позиции, который благодаря *preparation* с IV позиции удастся легче, чем следующая разновидность — *tour* с V позиции.

3.6. *Adagio на середине.*

Теория: это упражнение на середине зала, состоящее из комбинации различных поз, наклонов и перегибов корпуса, поворотов, вращений и других движений в спокойном темпе, задача которого - вырабатывание устойчивости, выразительности, музыкальности, чувства позы, гармонии и плавности

Практика: упражнения на середине зала начинают с маленького *adagio*, не загружая его большим количеством поз и положений. В маленьком *adagio* новые движения сочетают с уже пройденными, как, например, с тупом *lent*, с *port de bras-préparation* и т. д. Большое *adagio* исполняют перед *allegro*, оно значительно сложнее. В большом *adagio* необходимо уделять внимание художественной координации движений. Переходы из одного положения в другое окрашиваются свободными движениями корпуса, головы и особенно рук, это развивает танцевальность.

3.7. *Ведение полупальцев у станка и на середине.*

Теория: развитие устойчивости.

Практика: введение полупальцев у станка. Введение полупальцев в некоторые движения на середине зала. Ускорение темпа исполнения движений (некоторые движения исполняются восьмыми долями).

3.8. *Pasdebasque. Pasdebasque назад.*

Теория: *Pas de basque* буквально — движение из национального танца испанской народности басков. Это движение встречается и во многих других народных плясках. В классическом танце оно подверглось стилизации.

Практика: *Pas de basque* назад. В затакте три восьмых. На первую восьмую — *demi plie* в пятой позиции; руки, приоткрываясь, возвращаются в подготовительное положение. На вторую восьмую правая нога вытягивается скользящим движением в направлении точки 6 плана класса. На третью восьмую натянутая правая нога, скользя носком, описывает по полу полукруг на вторую позицию, левая, сохраняя *demi plie*, направляет пятку вперед, выравниваясь *en face*; руки открываются на вторую позицию, тотчас же левая нога в коротком прыжке сильно вытягивает колено, подъем и пальцы.

3.9. *Grandpasdebasque. Grandpasdebasque назад.*

Теория: чтобы дать прыжку больше силы, это *pas* делается с руками, вскинутыми наверх.

Практика: для начала вскинуть руки на II позицию и, проводя их через подготовительное положение и через I позицию, поднять на III. Ноги проделывают все движения на больших позах. Правой ногой описать большой полукруг *en dehors* на 90°, левая — на *demi-plié*; доведя правую до II позиции, сделать большой прыжок на правую ногу (руки на III позицию), левую согнуть высоко и выбросить вперед на 90°, раскрывая постепенно руки на II позицию. Опустить левую ногу на пол вперед на *croisé* и подтянуть ноги к заключительной позе, как в малом *pas de basque*. Для окончательной отделки этого *pas* в начале движения пригнуть голову и корпус вперед и поднять их в тот момент, когда руки выбрасываются на III позицию.

3.10. *Pasballonne. Grandballonne.*

Теория: *Ballon* (воздушный шар) — способность танцовщиков фиксировать разные позы в прыжке. *Pasballonne* прыжок на одной ноге, с продвижением в сторону, вперед, назад за рабочей ногой, которая вытягивается во время прыжка, так же как и опорная нога, затем возвращается в положение *sur le cou-de-pied*.

Практика: разучивание и отработка *Grandballonne*.

3.11. *Pasballotte.*

Теория: это движение очень трудноисполнимо в его правильной форме, оно требует силы ног и корпуса и редко удается танцовщицам.

Практика: удобнее приступать к изучению *ballotté*, начиная с V позиции; сделав *demi-plié*, соединяя ноги в прыжке в V позиции, крепко сомкнуть ступни с вытянутыми пальцами в начале прыжка и в таком виде отлететь вперед от точки, на которой стоял вначале, упасть на левую ногу на *plié*, правая нога открыта на *effacé* вперед на 45°. Закончить, сделав *assemblé*. Затем в такой же форме *ballotté* исполняется и назад, т. е. после прыжка с V позиции отлететь двумя ногами назад от точки, на которой стоял вначале, упасть на правую ногу на *plié*, левая открыта на *effacé* на 45°, закончить *assemblé*.

3.12. *Cabriole. Grandcabriole.*

Теория: *Cabriole* (кабриоль, франц. — прыжок), один из сложных прыжков в классическом танце, когда одна нога ударяется о другую снизу вверх.

Практика: исполняется во всех позах на 45° и 90°. Как правило, подходом к С. служат шаг, *glissade*, *coupé*, *sissonne tombé*, *sissonne ouverte* и другие. Существует С. *fermée* и С. *fouetté*. Разучивание и отработка *Grande cabriole*.

4. Раздел «Гимнастика» (31 ч.).

4.1. Упражнения для стоп.

Теория: техника безопасности при выполнении гимнастических упражнений.

Практика: разучивание и отработка комплекса гимнастических упражнений для разогрева и 4.2. Упражнения на выворотность.

Теория: изучение упражнений на выворотность.

Практика: упражнения на выворотность: «бабочка», «угол», «лягушка», «шнур», «выворотная складочка», «складочка с оттягиванием носка», «паучок», «ноги вверх».

4.3. Упражнения на гибкость вперед.

Теория: упражнения для туловища в горизонтальной плоскости, из положения стоя.

Практика: наклоны туловища вперед из положения стоя. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Наклоны туловища вперед из положения сидя с ногами вместе, отдельно.

4.4. Развитие гибкости назад.

Теория: комплекс упражнений на развитие гибкости назад

Практика: разучивание и отработка комплекса упражнений на развитие гибкости назад: наклоны назад, различные «мостики», «корзиночка», «лодочка» и т. п.

4.5. Силовые упражнения для мышц живота.

Теория: развитие мышц брюшного пресса

Практика: сгибание корпуса в положении лежа + скручивание в противоположную сторону. Сгибание корпуса в положении лежа + скручивание в одноименную сторону. Скручивание в положении сидя. Скручивания в положении лежа. Скручивания, лежа на боку.

4.6. Силовые упражнения для мышц спины.

Теория: разучивание и отработка комплекса упражнений для мышц спины

Практика: разучивание и отработка комплекса упражнений для мышц спины: «мостик бедрами», «собака и птица», «планка на боку», выпады, «сарпасана», поясничные скручивания, поза младенца, удержание ног в статике.

4.7. Силовые упражнения для мышц ног.

Теория: комплекс упражнений для мышц ног.

Практика: приседания с отягощением и без. Сгибание и разгибания ног в коленях. Подъемы и опускания на носках. Подъем на носки "осликом". Подъемы ног вперед, сторону, назад.

4.8. Упражнения на развитие шага.

Теория: комплекс упражнений на развитие танцевального шага.

Практика: Разучивание и отработка комплекса упражнений на развитие танцевального шага.

4.9. Прыжки

Теория: опорные и простые (неопорные) прыжки. Четыре фазы неопорных прыжков: подготовка к толчку, толчок одной или двумя ногами, полет и приземление.

Практика: отработка простых прыжков. Подбивные прыжки.

5. Текущий контроль ЗУН (2 ч.).

Проверка знаний и подведение итогов по первому полугодю.

6. Раздел «Современный танец» (57 ч.).

6.1. Stretch – в области ахила, бедер и позвоночника (лицом к станку)

Теория: Stretch-это система упражнений, основная цель которых – растяжка связок и мышц, а также повышение гибкости тела

Практика: выполнение медленных пружинящих движений, завершающиеся удержанием статических положений в конечной точке амплитуды движения.

6.2. Contract-releasepelvis позвоночника и наклон корпуса вперед (лицом к станку). Contract-release корпуса и наклон вперед

Теория: Contraction / release. Contraction– выдох и сжатие диафрагмы, release– положение обратное contraction, вдох и раскрытие диафрагмы.

Практика: Изучаются движения сначала в партере, затем стоя.

6.3 .Plié: demi-plié contract-releaseкорпуса; crand-plié contract-release (лицом к станку); grand-plié с волнообразным перевиванием (лицом к станку); demi-plié relevé с отклонением корпуса назад – диагональ

Теория: Demiplies в выворотных и параллельных позициях ног. Движение аналогично классическому варианту, но имеет больше вариантов, за счет большего количества позиций ног, в котором исполняется.

Практика: изучается сначала лицом к станку по I и II позициям, затем боком к станку, и позже на середине по тем же позициям. К комбинации на plié добавляется перемена позиций рук во время движения. Plié соединяется с наклонами, contraction / release, спиралями в корпусе.

6.4. Battementstendus: point-flex; с последующим twist, верха корпуса и accent бедра опорной ноги (вперед, в сторону); heeldrop-bounce (назад)

Теория: комбинация с использованием battementtendu изучается на середине зала с координацией рук.

Практика: к комбинации на battementtendu добавляется исполнение движения в сочетании с вращениями, сменами уровня и ракурса. К комбинации на battementtendu добавляется смена позиций рук во время движения. Включаются новые движения и положения с последующим twist верха корпуса и accent бедра опорной ноги (вперед и в сторону). Движение соединяется с наклонами, contraction/release, спиралями в корпусе.

6.5. Battementtendu jeté pique

Теория: комбинация на battementjeté изучается на середине зала с координацией рук.

Практика: в комбинации на battementtendu и jete усложняются переходы, смена уровня через падение. Движение накладывается на сложный ритмический рисунок. К комбинации на battementjeté добавляется перемена позиций рук во время движения. Движение соединяется с наклонами, contraction/release, спиралями в корпусе.

6.6. Swingbalancoire (вперед-назад)

6.7. Battementfendu в координации с движением рук

Теория: Battement fondu - тающий, текущий батман. Координация - умение согласовывать движения различных частей тела. Отдельные элементы движения соединяются в единое двигательное действие, которое производится не напряженно, пластично, четко.

Практика: Плавное и мягкое сгибание и вытягивание ног: обе ноги сгибаются и вытягиваются одновременно. Бедро работающей ноги удерживается в выворотном положении, не двигаясь вверх и вниз.

6.8. Battementdéveloppé point-flex

Теория: Développe по всем направлениям. Développe – открытие рабочей ноги через passé в любом направлении

Практика: начинаем изучать движение у станка, затем на середине класса. Движение выполняется в характере adagio по выворотным и параллельным позициям.

6.9. Battementsdéveloppé через passé contract

Теория: battement – бросок ноги на 90о в любом направлении. Сначала изучается в чистом виде, затем добавляются шаги.

Практика:

6.10. Kick. Kickballchange

6.11. Pelvisstretch (лицом к станку)

7. Раздел «Кроссы» (19 ч.).

Теория: (активное передвижение в пространстве). Развивает танцевальность, позволяет приобрести манеру джаз-модерн танца. Виды движений: шаги, прыжки, вращения.

Практика: Комбинации прыжков. Вращение как способ перемещения в пространстве.

Комбинации шагов, соединенных с вращениями.

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. Изучение вращений по кругу и со сменой уровней.

8. Раздел «Импровизация» (24 ч.).

Теория: дыхание (каждое движение построено на дыхании). Работа с движением по «синусоиде» Импровизация с движением (разноритмическая схема) Импровизация эмоциональная сторона техники (неосознанность движения, этюд «воображение – состояние – явление – образ-отклик тела...») Контактная импровизация, контакт в дуэте: - физический контакт (направление движения партнёра, сила импульса, «придумывание» позировок, движение от импульса с продолжением) - эмоциональный контакт в движении («не касание», уход от касания партнёра, «не любовь», «заигрывание») Центр веса тела в поддержке Приёмы поддержки в дуэте: - «Перетекание» - Танец от разных частей тела.

Практика: Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней Танцевальные этюды

9. Раздел «Постановка танцевальных номеров» (18 ч.).

Теория: Объяснение правильного исполнения синхронов, переходов и рисунков. Объяснение передачи характера и манеры исполнения.

Практика: Закрепление и отработка изученных синхронов. Основные ходы и движения. Построение рисунков номера. Актерская выразительность во время исполнения танцевальных номеров. Культура исполнителя. Поведение на сцене. Участие обучающихся в концертах различного уровня.

10. Раздел «Итоговое занятие» (2 ч.).

Аттестация выпускников. Разбор и оценка практической деятельности обучающихся. Подведение итогов за год. Открытое занятие для родителей. Выступления, обучающихся с лучшими номерами. Подведение итогов и вручение сертификатов.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Срок обучения	Начало учебного года	I полугодие (17 недель)	Форма контроля	Зимний каникулярный период	II полугодие (19 недель)	Форма контроля	Продолжительность учебного периода (аудиторные занятия)	Летний каникулярный период	
								Срок (01.06-31.08)	
								6 недель	
2 года	01.09	07.09-31.12	Текущий контроль	31.12-09.01	09.01-31.05	Итоговый контроль	36 учебных недель	Виды деятельности	
								аудиторные	внеаудиторные
								ЛОЛ, мастер-классы, хобби-клубы, культурно-досуговые мероприятия; просмотр фильмов и спектаклей	Самостоятельная работа, работа над темами проектов, рефератов; учебно-исследовательская деятельность по направленности

Список литературы

Нормативные правовые акты:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-03.
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599.
3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.
4. Распоряжение Правительства РФ от 30 декабря 2012 г. №2620-р.
5. Проект межведомственной программы развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года.
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.43172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Нормативные акты образовательной организации

1. Устав МАУДО ДЮЦ «Московский».
2. Положение о порядке организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам в МАУДО ДЮЦ «Московский».
3. Положение об аттестации учащихся детских творческих объединений МАУДО ДЮЦ «Московский».

Литература для педагога и обучающихся:

1. Барышникова Т.А. Азбука хореографии. – Санкт-Петербург, 2013.
2. Васильева Т.К. Секрет танца. – Санкт-Петербург, 2016.
3. Васильева Е. Танец: книга для учителей. – М., 2016.
4. Пуртова Т.В. Учите детей танцевать. - М., 2013.
5. Смирнова М.В. Классический танец. – М., 2014.
6. Бурмистрова И., Силаева К. Школа танца для юных. – М., 2016.
7. Козлов В.В. Физическое воспитание детей в учреждениях дополнительного образования: Акробатика. – М., 2013.
8. Коренева Т.Ф. Музыкальные ритмопластические спектакли для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – М., 2015.
9. Левин М.В. Гимнастика в хореографической школе. – М., 2017.
10. Миллер Э., Блэкмэн, К. Упражнения на растяжку. – М., 2016.
11. Михайлова М. А., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль, 2017.
12. Попова Е. Г. Общеразвивающие упражнения в гимнастике. – М., 2017.

Интернет-ресурсы:

– Игумнова И.Н. Дополнительная образовательная программа «Современный танец»

<http://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/dopolnitelnaya-obrazovatel'naya-programma-sovremennyy-tanec>.

– Щёголева О. В. «Программа по модерн-джаз танцу»
<http://festival.1september.ru/articles/525396>

– Гремпель О.А. Образовательная программа «Современные танцы»
<http://pandia.ru/text/78/084/84981.php>