МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

«ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ»

городского округа город Стерлитамак

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА В ОБЛАСТИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА «ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ТВОРЧЕСТВО»,

Предметная область

ПО.01. ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ИСПОЛНИТЕЛЬСТВО

Рабочая программа учебного предмета
ВО.01. СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ
срок реализации 8 лет
срок реализации 5 лет
(вариативная часть)

Стерлитамак 2026

Обсуждена на заседании
хореографического отдела
МАУ ДО «ДШИ»
Протокол №23
от «25» августа 2026 г.

Принята Педагогическим советом
МАУ ДО «ДШИ»
Протокол № 8
от «28» августа 2026 г

Рассмотрена Методическим советом
МАУ ДО «ДШИ»
Протокол №71
от «26» августа 2026 г.

Утверждена приказом
Детской школы искусств
от «31» августа 2026 года №18

Разработчик: **Е.Н.Сизова**, преподаватель Детской школы искусств (хореографической) города Вологды

Рецензент: **О.В.Савинкова**, заместитель директора по учебно-методической работе Детской школы искусств имени С.Т.Рихтера города Москвы, преподаватель, заслуженный работник культуры Российской Федерации

Рабочая программа составлена преподавателем Высшей квалификационной категории хореографического отделения МАУ ДО «Детская школа искусств» г.Стерлитамак Коротковой М.Е.

Структура программы учебного предмета

I. Пояснительная записка

- *Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе*
- *Срок реализации учебного предмета*
- *Объем учебного времени, предусмотренный на реализацию учебного предмета*
- *Цель и задачи учебного предмета*
- *Обоснование структуры программы учебного предмета*
- *Методы обучения*
- *Описание материально-технических условий реализации учебного предмета*

II. Содержание учебного предмета

- *Годовые требования*

III. Требования к уровню подготовки учащихся

IV. Формы и методы контроля, система оценок

- Аттестация: цели, виды, форма, содержание;
- Критерии оценки;

V. Методическое обеспечение учебного процесса

- *Методические рекомендации преподавателям*
- *Словарь терминов*

VI. Список рекомендуемой методической литературы

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе

В основе программы лежит изучение стилей джазовый танец и джаз-модерн.

Хореографическое искусство - одно из универсальных средств всестороннего развития личности. Его специфика определяется многогранным воздействием на человека, так как хореография является синтетическим искусством и объединяет музыку, движение и театр.

Совершенствуя тело человека, влияя на становление эмоциональной сферы, воспитывая через музыку духовно, хореография способствует раскрытию творческого и познавательного потенциала, дает импульс к самосовершенствованию, постоянному личностному росту.

Хореографическое искусство отражает и преобразует современные тенденции в мировой танцевальной культуре.

Джазовый танец – одно из новых направлений хореографии, продолжающее переживать в наше время период становления и развития. В России джазовый танец появился сравнительно недавно, как синтез американской и африканской культуры, его популярность растет, а формы его освоения - обновляются и расширяются.

Художественная особенность джазового танца – это полная свобода движений танцора при его крайней эмоциональной напряженности, предельной «самоотдаче», это новый язык движения. Причем «эмоции в большей степени зависят не от идеи или сюжета, а от телесных ощущений танцовщика»[1], от восприятия музыки и ритмов.

Танец модерн — одно из направлений современной хореографии, зародившееся в кон. XIX — начало. XX вв. в США и Германии. Термин «Танец модерн» появился в США для обозначения сценической хореографии, отвергающей традиционные балетные формы.

1

Войдя в употребление, вытеснил другие аналогичные танцевальные направления (свободный танец, танец босоножек, ритмопластический танец, выразительный, экспрессионистский, абсолютный, новый художественный), возникавшие в процессе развития этого направления.

Общим для представителей танца модерн, независимо от того, к какому течению они принадлежали и в какой период провозглашали свои эстетические программы, было намерение создать новую хореографию, отвечавшую, по их мнению, духовным потребностям человека XX века.

Основные её принципы: отказ от канонов, воплощение новых тем и сюжетов оригинальными танцевально-пластическими средствами.

Джаз-модерн — танец, имеющий в арсенале широкий выбор средств выражения. Благодаря этому он свободен и зрелищен, ни в чем не ограничивает танцора.

Учебный предмет «Современный танец» вызывает активный интерес у детей и родителей, направлен на воспитание интереса и любви к танцу и искусству в целом, на овладение основами исполнения джазового танца, на эффективное индивидуально-личностное развитие ребенка и раскрытие его творческих способностей, а также на укрепление здоровья учащихся, на формирование у них чувства прекрасного и других эстетических категорий, на развитие эмоциональной восприимчивости и двигательной выразительности.

Учебный предмет «Современный танец» ориентирован на развитие физических данных учащихся, на приобретение начальных базовых знаний, умений и технических навыков в области джазовой хореографии. Освоение содержания предмета «Современный танец» способствует формированию художественно-эстетической культуры учащихся, обеспечивает развитие мотивации к познавательной и творческой деятельности.

Программа учебного предмета «Современный танец» разработана с учетом физических, психологических и возрастных особенностей детей и построена по принципу «от простого к сложному». Физическая нагрузка увеличивается постепенно, усложняются творческие задания, уровень сложности движений нарастает поэтапно и последовательно и так же целенаправленно возрастает уровень ответственности детей. Учебно-воспитательный процесс ориентирован на личность ребенка, его индивидуальные склонности, способности и особенности, что позволяет выстроить в коллективе особую атмосферу сотрудничества, взаимодействия и заинтересованности в творческой активности каждого ученика.

Программа разработана с учетом здоровьесберегающих факторов. Основа обучения хореографии – хореографический экзерсис – способствует не только сохранению и укреплению здоровья, но и имеет возможность исправлять уже имеющиеся небольшие отклонения, такие, как сколиоз, остеохондроз, болезни суставов, слабый мышечный тонус и др.

2. Срок реализации учебного предмета

Срок реализации учебного предмета – 8 лет (5 лет).

Программа предназначена для детей 1–8 (1-5) классов, занимающихся по дополнительной предпрофессиональной программе «Хореографическое творчество».

3. Объем учебного времени и форма проведения занятий, предусмотренные на реализацию учебного предмета

Срок реализации образовательной программы «Хореографическое творчество» 8 лет

Классы/количество часов	**1-8 классы**							
	Количество часов (общее на 8 лет)							
Классы	1	2	3	4	5	6	7	8
Недельная аудиторная нагрузка	2	2	2	2	2	2	2	2
Количество недель	32	33	33	33	33	33	33	33
Общий объем аудиторной нагрузки за весь период обучения	526 часов							

«Хореографическое творчество» 5 лет

Классы/количество часов	**1-5 классы**				
	Количество часов (общее на 5 лет)				
Классы	1	2	3	4	5
Недельная аудиторная нагрузка	1,5	2	2	2	2
Количество недель	33	33	33	33	33
Общий объем аудиторной нагрузки за весь период обучения	313,5				

В данной таблице представлен один из вариантов распределения часов недельной аудиторной нагрузки, при этом образовательное учреждение может применять иное распределение часов по годам обучения.

Максимальная учебная нагрузка по предмету «Современный танец» составляет 2 часа в неделю.

Основной формой учебной работы является групповое занятие – урок (групповая форма проведения занятий, наполняемость группы от 11 человек). Рекомендуемая продолжительность урока – 40 минут (один раз в неделю по два урока). Учебно-тематический план каждого года обучения рассчитан на 33 недели.

4. Цель и задачи учебного предмета «Современный танец»

Цель:

Целью учебного предмета «Современный танец» является раскрытие творческих способностей детей, создание условий для гармоничного развития и успешной личностной реализации посредством обучения джазовому танцу и джаз-модерну.

Задачи учебного предмета:

1) Обучающие задачи:

- дать представление о технике джазового танца и джаз-модерна;
- научить:
  - необходимым двигательным умениям и навыкам в области джазового танца и джаз-модерна;
  - качественно и осознанно выполнять требования педагога;
  - самостоятельно работать над ошибками.

2) Воспитательные задачи:

- воспитать:
  - стремление к здоровому образу жизни;
  - чувство ответственности и дисциплину;
  - самостоятельность, целеустремленность, инициативность;
  - терпение и силу воли для достижения результатов;
  - осознанное отношение к ценностям культуры;
  - художественный вкус, эмоционально-ценностное отношение к искусству;
- сформировать дружный коллектив и способствовать возникновению уважительных отношений между учащимися.

3) Развивающие задачи:

– развивать физические качества и специальные навыки:

- координацию,
- ловкость,
- силу,
- выносливость,
- гибкость,
- шаг,
- прыжок,
- ось вращения;

– развивать личностные качества:

- аналитическое и пространственное мышление;
- образное мышление;
- музыкальные способности;
- зрительную память и специфические виды памяти: моторную, слуховую и образную;
- эмоциональную выразительность;
- коммуникативные качества;

•общий уровень культуры;

- укреплять здоровье, формировать мышечный корсет и осанку;
- расширять танцевальный кругозор путем посещения концертов хореографических коллективов, участия в конкурсах и фестивалях хореографического искусства.

5. Обоснование структуры программы

Программа учебного предмета «Современный танец» содержит:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;
- распределение учебного материала по годам обучения;
- описание дидактических единиц учебного предмета;
- требования к уровню подготовки учащихся;
- методическое обеспечение учебного процесса.

6. Методы обучения

Организация и сам процесс осуществления учебно-познавательной деятельности предполагают передачу, восприятие, осмысливание, запоминание учебной информации и практическое применение получаемых при этом знаний и умений. Исходя из этого, основными методами обучения являются:

✓ метод словесной передачи учебной информации (рассказ, объяснение, беседа и др.);

✓ методы наглядной передачи и зрительного восприятия учебной информации (иллюстрация, демонстрация, показ и др.);

✓ методы передачи учебной информации посредством практических действий. Практические методы применяются в тесном сочетании со словесными и наглядными методами обучения, так как практической работе по выполнению упражнения должно предшествовать инструктивное пояснение педагога. Словесные пояснения и показ иллюстраций обычно сопровождают и сам процесс выполнения упражнений, а также завершают анализ его результатов;

✓ проблемно-поисковые методы обучения. Педагог создает проблемную ситуацию, организует коллективное обсуждение возможных подходов к ее разрешению. Ученики, основываясь на прежнем опыте и знаниях, выбирают наиболее рациональный вариант разрешения проблемной ситуации. Поисковые методы в большей степени способствуют самостоятельному и осмысленному овладению информацией;

✓ методы эмоционального восприятия. Подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений. Опора на собственный фонд эмоциональных переживаний каждого учащегося;

✓ методы контроля обучения (опросы, контрольные уроки, зачеты и экзамены и т.д.).\

7. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

Материально-техническая база образовательного учреждения должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Учебные аудитории (балетные залы), предназначенные для реализации учебного предмета «Подготовка концертных номеров», оснащаются пианино/роялями. Площадь балетных залов должна быть не менее 33 кв.м (от 11 обучающихся в расчете 3 кв.м на обучающегося), иметь пригодное для занятий напольное покрытие (деревянный пол или специализированное (линолеумное) покрытие), зеркала размером 7м х 2м на одной стене.

Школа должна иметь театрально-концертный зал с пианино или роялем, пультами, светотехническим и звукотехническим оборудованием; костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для сценических выступлений, репетиционного процесса и учебных занятий. Также необходимо наличие раздевалок для обучающихся и преподавателей.

В образовательной организации должны быть созданы условия для содержания, своевременного обслуживания и ремонта музыкальных инструментов, содержания, обслуживания и ремонта балетных залов, костюмерной.

II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Годовые требования

Содержание программы по современному танцу включает в себя комплекс движений у станка и на середине зала, распределенных в развитии, – от простого к сложному. Обучение по данной программе позволяет осваивать материал поэтапно и последовательно, присоединяя новые технические приемы к уже освоенным ранее движениям, постепенно их усложняя. Преподаватель имеет возможность творчески подойти к формированию годовых требований, исходя из психологических, физических и эмоциональных особенностей учащихся на конкретный период времени.

Возможно изучение движений по следующему алгоритму:

а) знакомство с правилами выполнения движения, его физиологическими особенностями;

б) изучение движения путем его повторения;

в) работа над движением в комбинации.

Урок включает в себя основные разделы: экзерсис у станка, экзерсис на середине зала, кросс, акробатические элементы и поддержки маленькие (партерные) и большие (в воздухе). Примечание: поддержки вводим в 3 классе обучения.

8летняя программа

Первый год обучения

Рекомендуемый список изучаемых движений.

На первом году обучения урок строится только на середине зала.

В течение первого года обучения обучающийся должен освоить правильное положение корпуса, головы, ног, рук. Научиться ощущать себя в ансамбле. Также различать характер танца, музыки, осмысленно и выразительно

исполнять упражнения. Ознакомиться с позициями ног, рук, базовыми положениями корпуса в современном танце. Изучить основную терминологию современного танца, принципов «изоляции», «уровни», растяжения и сжатия, умения ориентироваться и перемещаться в пространстве.

Тренаж.

Включает в себя комплекс, состоящий из упражнений для разных групп мышц, связок, суставов. Для гармоничного формирования техники современного танца на данном этапе обучения.

Разогрев.

Правильный разогрев включает в себя как физические, так и психологические составляющие. Физическая разминка является подготовкой к последующей тренировке тела. Она состоит из:

- упражнений на учащение дыхания, сердечного ритма, кровообращения и т.д.
- мобилизации суставов
- растяжения

Психологический разогрев-разминка уделяет внимание связи тела и духа и настраивает на тему предстоящего урока.

Изоляция.

Комплекс упражнений на развитие способности инициировать движение в том или ином центре тела изолированно друг от друга. На первоначальном этапе это по одному центру: плечи, диафрагма, бёдра и т.д.

Упражнения для позвоночника .

Включают в себя наклоны, скручивания, изгибы, перекаты корпуса. Движения направлены на развитие гибкости, хорошей осанки.

Уровни.

Комплекс упражнений для вырабатывания умений переходов из одного уровня в другой. Движения исполняются стоя, сидя, лёжа, стоя на коленях и т.д.

Растяжка.

Подвижность суставов, эластичность связок и мышц – очень важный аспект в работе над техникой современного танца. Комплекс составляется с учётом данного этапа обучения на разные группы мышц, связок, суставов.

Кросс. Перемещения в пространстве.

Ориентация в пространстве. Осознание себя в пространстве. Знание точек танцевального класса.

Прыжки.

Упражнения направлены на развитие прыжка. От простого к сложному.

Второй год обучения.

Рекомендуемый список изучаемых движений.

Также как и на первом году обучения ,урок строится на середине зала. Обучающийся должен освоить правильное положение корпуса, головы, ног, рук. Научиться ощущать себя в ансамбле. Также различать характер танца,

музыки, осмысленно и выразительно исполнять упражнения. Ознакомиться с позициями ног, рук, базовыми положениями корпуса в современном танце. Изучить основную терминологию современного танца, принципов «изоляции», «уровни», растяжения и сжатия, умения ориентироваться и перемещаться в пространстве.

Тренаж.

Включает в себя комплекс, состоящий из упражнений для разных групп мышц, связок, суставов. Для гармоничного формирования техники на данном этапе обучения.

Разогрев.

Правильный разогрев включает в себя как физические, так и психологические составляющие. Физическая разминка является подготовкой к последующей тренировке тела. Она состоит из:

- упражнений на учащение дыхания, сердечного ритма, кровообращения и т.д.;
- мобилизации суставов;
- растяжения.

Психологический разогрев-разминка уделяет внимание связи тела и духа и настраивает на тему предстоящего урока.

Изоляция.

Комплекс упражнений на развитие способности инициировать движение в том или ином центре тела изолированно друг от друга. На этом этапе сочетаются центры: плечи-стопы-голова, диафрагма-руки-голова, бёдра-колени-голова-руки и т.д.

Упражнения для позвоночника .

Включают в себя наклоны, скручивания, изгибы, перекаты корпуса. Движения направлены на развитие гибкости и хорошей осанки. Упражнения исполняются как стоя, так и сидя, лёжа.

Уровни.

Комплекс упражнений для вырабатывания умений переходов из одного уровня в другой. Движения исполняются стоя, сидя, лёжа, стоя на коленях и т.д. Добавляются повороты на 90, 180 градусов при переходах из уровня в другой уровень. Используются падения, перекаты.

Растяжки.

Подвижность суставов, эластичность связок и мышц – очень важный аспект в работе над техникой современного танца. Комплекс составляется с учётом данного этапа обучения на разные группы мышц, связок, суставов.

Категория «Усилие».

Усилие или динамика – это система, которая рассматривает внутреннее намерение танцора. Изменение усилия связано с изменением настроения, эмоционального состояния. Через разнообразие усилий в движения вдыхается жизнь. Как пример берётся одно или несколько движений и прорабатываются с позиции разного усилия.

Категория «Форма».

Во время выполнения движений тело принимает ту или иную форму тела. Эти формы взаимодействуют с окружающим пространством, изменяются. Что влияет на изменение формы? С детьми рассуждаем о форме вообще и форме тела как способ воплощения той или иной формы. Ключевые слова в этой части урока: испытывать, исследовать, прорабатывать.

Кросс. Перемещения в пространстве.

Ориентация в пространстве. Осознание себя в пространстве. Повороты на 90, 180, 360 градусов. Перемещения используя разнообразные формы тела.

Прыжки. Вращения.

Упражнения направлены на развитие прыжка. Продвижения в прыжке. Прыгать, как кролик, лягушка. Освоение вращений

Третий год обучения

Рекомендуемый список изучаемых движений

Экзерсис у станка:

1. Основные позиции ног: I, II, III и VI.
2. Plie по I, II параллельным позициям, позже по I, II свободной позициям.
3. Releve по I, II параллельным позициям, позже по I, II свободной позициям.
4. Flat back вперед:
   - на прямых ногах,
   - на plie.
5. Battement tendu по I свободной и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.
6. Battement tendu jeté по I свободной и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.
7. Passé на полной стопе по I параллельной и свободной позиции.
8. Arch по I, II параллельным и свободной позициям.
9. Stretch.
10. Relevé lent на 45° лицом к станку во всех направлениях.
11. Grand battements на 90° в сторону лицом к станку.

Экзерсис на середине зала:

1. Основные позиции рук: пресс-позиция, I, II, III и V положения.
2. Техника изоляции.
3. Поза коллапса.
4. Plie по I, II параллельным позициям, по I, II свободной позициям.
5. Releve по I, II параллельным позициям, по I, II свободной позициям.
6. Flat back вперед:
   - на прямых ногах,
   - на plie
7. Battement tendu по I свободной и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.

8. Battement tendu jeté по I свободной и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.

9. Passé на полной стопе по I параллельной позиции.

10. Deep body bend.

11. Arch по I, II параллельным позициям.

12. Stretch.

13. Roll down/ Roll up.

14. Contraction / release.

Кросс:

1. Шаги:

- pas de bourre,
- pas chasse.

2. Прыжки:

- jump по I, II параллельным и свободной позициям,
- hop: рабочая нога принимает положение passé по I параллельной позиции,
- трамплинные прыжки.

3. Вращения: поворот на трех шагах.

Акробатические элементы:

1.«Мост» на коленях, на полу.

2. «Березка» - стойка на лопатках.

3. Кувырки вперед и назад

4. Перекат через плечо назад.

5. «Колесо» на руках.

Четвертый год обучения.

Рекомендуемый список изучаемых движений

Экзерсис у станка:

1. Основные позиции ног: IV параллельная позиция.

2. Plie: прием plie – releve по I, II и IV параллельным и I, II свободной позициям.

3. Flat back вперед:

- на полупальцах.

4. Постановка корпуса одной рукой за станок.

5. Passé по I параллельной позиции на полупальцах.

6. Deep body bend с ногой на станке:

- на plie.

7. Battement tendu:

- на plie.

8. Battement tendu jeté:

- положения flex/point стопы.

9. Rond de jambe par terre по I свободной и параллельной позиции по раскладке – en dehors и en dedans.

10. Relevé lent на 90º лицом к станку во всех направлениях по I параллельной и свободной позиции.

11. Grand battements на 90° во всех направлениях лицом к станку.

Экзерсис на середине зала:

1. Техника изоляции – координация двух центров (параллель и оппозиция).
2. Swing.
3. Plie: прием plie – releve по I, II и IV параллельным позициям.
4. Battement tendu:
- на plie,
- перевод рук из позиции в позицию во время движения.
5. Battement tendu jeté:
- положения flex/point стопы,
- перевод рук из позиции в позицию во время движения.
6. Rond de jambe par terre по I выворотной и параллельной позиции по раскладке – en dehors и en dedans.
7. Relevé lent на 90° во всех направлениях по I параллельной и выворотной позиции.

Кросс:

1. Шаги:
- grand battements вперед на 90°,
- pas de bourre en tournent.
2. Прыжки:
- jump: во время взлета arch торса,
- hop: рабочая нога принимает положение passé, в корпусе спираль.
3. Вращения:
-chaînés,
-preparation к пируэтам из прямой IV позиции.

Акробатические элементы:

1. Кувырки вперед и назад с выходом в положение стоя.
2. Перекаты на полу в положении сидя.
3. Стойка на руках.
4. Перекаты на полу с выходом на два колена.
5. «Киска»(прыжок в шпагат, опираясь на одну руку, с положения сидя на полу).
6. «Колесо» на руках, на локтях.

Пятый год обучения

Рекомендуемый список изучаемых движений

Экзерсис у станка:

1. Основные позиции ног: IV прямая позиция.
2. Plie:
- по IV прямой позиции,
- в координации с arch, contraction / release, спиралями в корпусе.
3. Flat back вперед:
- прием plie – releve.

4. Passé по I прямой позиции на полупальцах.

5. Battements developpe во всех направлениях по I параллельной и свободной позиции.

6. Grand battements на 90º во всех направлениях боком к станку.

7. Перегибы корпуса.

Экзерсис на середине зала:

1. Техника изоляции – координация двух центров с шагами.

2. Flat back вперед:

- прием plie – releve.

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

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

5. Battement tendu jeté:

- положения flex/point колена и стопы,
- в координации с arch, contraction/release, спиралями в корпусе.

6. Rond de jambe par terre:

- на plie,
- «восьмерка».

7.Battements developpe во всех направлениях по I параллельной и свободной позиции.

Кросс:

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

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

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

Акробатические элементы:

1. Перекаты с прыжка на полу в положении сидя.
2. Стойка на руках с опорой о стену.
3. Стойка на руках в паре.
4. Переворот назад через стойку на локтях.
5. «Колесо» на локтях.
6. Кувырок вперед и назад с выходом на одну ногу .

Шестой год обучения.

Рекомендуемый список изучаемых движений.

Экзерсис у станка:

1. Plie по всем параллельным и свободным позициям в координации с arch, contraction / release, спиралями в корпусе, со сменой темпа

2. Flat back вперед:

- прием plie – releve.

3. Lay out

4. Battement tendu и battement tendu jeté по прямой и свободной позициям .

5. Rond de jambe par terre.

6.Battements developpe во всех направлениях по I параллельной и свободной позиции.

7.Grand battements на 90º во всех направлениях боком к станку.

8. Port de bras .

Экзерсис на середине зала:

1.Танцевальная комбинация на технику изоляции .

2.Танцевальная комбинация на plié.

3.Battement tendu и battement tendu jeté.

4.Rond de jambe par terre.

5.Battements developpe во всех направлениях по I параллельной и свободной позиции.

6. Перекаты на полу в положении сидя, на спине.

7. Танцевальная комбинация port de bras.

8.Танцевальная комбинация на ориентирование в пространстве.

9.Танцевальная комбинация в партере.

10.Комбинация на прыжки.

Комбинация.

Все упражнения разложены на четко ритмическом
рисунке, использованы синкопы, смещенный ритм, свойственный джазовому танцу и джаз-модерну . Проучивание танцевальных этюдов на основе изученных движений.

Комбинации с использованием ранее изученного материала в сочетании с падениями и подъемами, использованием различных ракурсов, изменениями уровня, перемещением по пространству класса.

Кросс:

1.Шаги:

- grand battements во всех направлениях на 90º и выше в сочетании с pas de bourre, перекатами на полу, пируэтами и прыжками.

2.Прыжки:

- Grand jete вперед, всторону в сочетании с пируэтами и перекатами на полу.

- комбинация на прыжки.

3.Вращения:

- chaînés на plie, на полной стопе с выходом в grand jete.

- пируэт en dehors, en dedans.

-вращение в прыжке: с поджатыми ногами, ноги в положении «свастика».

- комбинация: сочетание нескольких вращений.

Акробатические элементы:

1.Стойка на руках без опоры на середине зала.

2.Кувырок вперед со стойки на руках.

3.Переворот назад на локтях.

4.Подготовка к переворотам вперед и назад.

5.Колесо рондат.

Седьмой год обучения.

Рекомендуемый список изучаемых движений.

Экзерсис у станка:

1. Plie .

2. Battement tendu и battement tendu jeté по прямой и свободной позициям

3.Battements developpe во всех направлениях по I параллельной и свободной позиции.

4.Grand battements на 90º и выше во всех направлениях боком к станку.

5. Port de bras .

Экзерсис на середине зала:

1.Танцевальная комбинация на технику изоляции .

2.Танцевальная комбинация на plié.

3.Battement tendu и battement tendu jeté.

4.Rond de jambe par terre.

5.Battements developpe во всех направлениях.

6. «Джазовый квадрат» - комбинация grand battements на 90º и выше.

7. Танцевальная комбинация port de bras.

8.Танцевальная комбинация на ориентирование в пространстве.

9.Танцевальная комбинация в партере.

10.Комбинация на прыжки.

11.Танцевальная комбинация на основе всех изученных движений с использованием акробатических элементов.

12. *«Партнеринг».* Комплекс упражнений, направленный на партнёрское взаимодействие. Откуда берётся начало движений, куда оно переходит? Как энергия одного исполнителя перетекает в другого, как танцоры чувствуют друг друга. Что происходит, когда исполнителей несколько.

13. *Импровизация* . Обучающиеся используют знания, умения и навыки о форме, рисунке, усилии, партнеринге. Выбирают варианты выразительных средств с учётом предположенного педагогом задания, темы. Что влияет на то или иное решение? Музыкальное оформление, стиль, темп, настроение и т.д.

Кросс:

1.Шаги:

- grand battements во всех направлениях на 90º и выше в сочетании с пируэтами и акробатическими элементами, элементами растяжки.

2.Прыжки:

- Grand jete вперед, всторону в сочетании с пируэтами и перекатами на полу.

- комбинация на прыжки.

3.Вращения:

- chaînés на plie, на полной стопе с выходом в grand jete и приземлением на пол.

- пируэт en dehors, en dedans в сочетании с pas de bourre.

-вращение в прыжке в сочетании с перекатами на полу.

-комбинация на основе всех изученных вращений с использованием акробатических элементов.

Акробатические элементы:

1.Колесо с опорой на ноги партнера.

2.Колесо на локтях, колесо на спине партнера.

3.Переворот назад и вперед на локтях.

4.Перевороты вперед и назад.

5.Колесо рондат, колесо на одной руке.

Восьмой год обучения

Рекомендуемый список изучаемых движений.

Экзерсис у станка:

1. Plie .
2. Battement tendu и battement tendu jeté .
3. Battements developpe во всех направлениях .
4. Grand battements на 90º и выше во всех направлениях боком к станку.
5. Port de bras .

Экзерсис на середине зала:

1.Танцевальная комбинация на технику изоляции .

2.Танцевальная комбинация на plié.

3.Battement tendu и battement tendu jeté.

4.Rond de jambe par terre.

5.Battements developpe во всех направлениях.

6. Силовая комбинация grand battements на 90º и выше.

7. Танцевальная комбинация port de bras.

8.Танцевальная комбинация на ориентирование в пространстве.

9.Танцевальная комбинация в партере.

10.Комбинация на прыжки.

11.Танцевальная комбинация на основе всех изученных движений с использованием акробатических элементов.

12. *«Партнеринг».* Комплекс упражнений, направленный на партнёрское взаимодействие. Откуда берётся начало движений, куда оно переходит? Как энергия одного исполнителя перетекает в другого, как танцоры чувствуют друг друга. Что происходит, когда исполнителей несколько.

13. *Импровизация* . Обучающиеся используют знания, умения и навыки о форме, рисунке, усилии, партнеринге. Выбирают варианты выразительных средств с учётом предположенного педагогом задания, темы. Что влияет на то или иное решение? Музыкальное оформление, стиль, темп, настроение и т.д.

Кросс:

1.Шаги:

- grand battements во всех направлениях на 90° и выше в сочетании с пируэтами и акробатическими элементами, элементами растяжки.

2.Прыжки:

- Grand jete вперед, всторону в сочетании с пируэтами и перекатами на полу.

- комбинация на прыжки.

3.Вращения:

- chaînés на plie, на полной стопе с выходом в grand jete и приземлением на пол.

- пируэт en dehors, en dedans в сочетании с pas de bourre.

-вращение в прыжке в сочетании с перекатами на полу.

-комбинация на основе всех изученных вращений с использованием акробатических элементов.

Акробатические элементы:

1.Колесо с опорой на ноги партнера.

2.Колесо на локтях, колесо на спине партнера.

3.Переворот назад и вперед на локтях.

4.Перевороты вперед и назад.

5.Колесо рондат, колесо на одной руке.

6. Акробатические элементы в паре.

5летняя программа
Первый год обучения

Рекомендуемый список изучаемых движений

Экзерсис у станка:

12. Основные позиции ног: I, II, III и VI.

13. Plie по I, II параллельным позициям, позже по I, II свободной позициям.

14. Releve по I, II параллельным позициям, позже по I, II свободной позициям.

15. Flat back вперед:

- на прямых ногах,

- на plie.

16. Battement tendu по I свободной и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.

17. Battement tendu jeté по I свободной и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.

18. Passé на полной стопе по I параллельной и свободной позиции.
19. Arch по I, II параллельным и свободной позициям.
20. Stretch.
21. Relevé lent на 45° лицом к станку во всех направлениях.
22. Grand battements на 90° в сторону лицом к станку.

Экзерсис на середине зала:

15. Основные позиции рук: пресс-позиция, I, II, III и V положения.
16. Техника изоляции.
17. Поза коллапса.
18. Plie по I, II параллельным позициям, по I, II свободной позициям.
19. Releve по I, II параллельным позициям, по I, II свободной позициям.
20. Flat back вперед:
    - на прямых ногах,
    - на plie
21. Battement tendu по I свободной и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.
22. Battement tendu jeté по I свободной и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.
23. Passé на полной стопе по I параллельной позиции.
24. Deep body bend.
25. Arch по I, II параллельным позициям.
26. Stretch.
27. Roll down/ Roll up.
28. Contraction / release.

Кросс:

3. Шаги:
- pas de bourre,
- pas chasse.

4. Прыжки:
- jump по I, II параллельным и свободной позициям,
- hop: рабочая нога принимает положение passé по I параллельной позиции,
- трамплинные прыжки.

3. Вращения: поворот на трех шагах.

Акробатические элементы:

1.«Мост» на коленях, на полу.
2. «Березка» - стойка на лопатках.
3. Кувырки вперед и назад
4. Перекат через плечо назад.
5. «Колесо» на руках.

Второй год обучения

Рекомендуемый список изучаемых движений

Экзерсис у станка:

4. Основные позиции ног: IV параллельная позиция.

12. Plie: прием plie – releve по I, II и IV параллельным и I, II свободной позициям.

13. Flat back вперед:

- на полупальцах.

14. Постановка корпуса одной рукой за станок.

15. Passé по I параллельной позиции на полупальцах.

16. Deep body bend с ногой на станке:

- на plie.

17. Battement tendu:

- на plie.

18. Battement tendu jeté:

- положения flex/point стопы.

19. Rond de jambe par terre по I свободной и параллельной позиции по раскладке – en dehors и en dedans.

20. Relevé lent на 90º лицом к станку во всех направлениях по I параллельной и свободной позиции.

21. Grand battements на 90º во всех направлениях лицом к станку.

Экзерсис на середине зала:

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

8. Swing.

9. Plie: прием plie – releve по I, II и IV параллельным позициям.

10. Battement tendu:

- на plie,
- перевод рук из позиции в позицию во время движения.

11. Battement tendu jeté:

- положения flex/point стопы,
- перевод рук из позиции в позицию во время движения.

12. Rond de jambe par terre по I выворотной и параллельной позиции по раскладке – en dehors и en dedans.

13. Relevé lent на 90º во всех направлениях по I параллельной и выворотной позиции.

Кросс:

1. Шаги:

- grand battements вперед на 90º,
- pas de bourre en tournent.

2. Прыжки:

- jump: во время взлета arch торса,
- hop: рабочая нога принимает положение passé, в корпусе спираль.

3. Вращения:

-chaînés,

-preparation к пируэтам из прямой IV позиции.

Акробатические элементы:

1. Кувырки вперед и назад с выходом в положение стоя.

2. Перекаты на полу в положении сидя.

3. Стойка на руках.

4. Перекаты на полу с выходом на два колена.

5. «Киска»(прыжок в шпагат, опираясь на одну руку, с положения сидя на полу).

6. «Колесо» на руках, на локтях.

Третий год обучения

Рекомендуемый список изучаемых движений

Экзерсис у станка:

8. Основные позиции ног: IV прямая позиция.

9. Plie:

- по IV прямой позиции,
- в координации с arch, contraction / release, спиралями в корпусе.

10. Flat back вперед:

- прием plie – releve.

11. Passé по I прямой позиции на полупальцах.

12. Battements developpe во всех направлениях по I параллельной и свободной позиции.

13. Grand battements на 90º во всех направлениях боком к станку.

14. Перегибы корпуса.

Экзерсис на середине зала:

3. Техника изоляции – координация двух центров с шагами.

4. Flat back вперед:

- прием plie – releve.

7. Plie: в координации с arch, contraction/release, спиралями в корпусе.

8. Battement tendu: в координации с arch, contraction /release, спиралями в корпусе.

9. Battement tendu jeté:

- положения flex/point колена и стопы,
- в координации с arch, contraction/release, спиралями в корпусе.

10. Rond de jambe par terre:

- на plie,
- «восьмерка».

7.Battements developpe во всех направлениях по I параллельной и свободной позиции.

Кросс:

1. Шаги:

- grand battements во всех направлениях на 90º,
- pas de bourre с preparation к пируэтам.

2. Прыжки:

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

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

Акробатические элементы:

7. Перекаты с прыжка на полу в положении сидя.
8. Стойка на руках с опорой о стену.
9. Стойка на руках в паре.
10. Переворот назад через стойку на локтях.
11. «Колесо» на локтях.
12. Кувырок вперед и назад с выходом на одну ногу .

Четвертый год обучения.

Рекомендуемый список изучаемых движений.

Экзерсис у станка:

1. Plie по всем параллельным и свободным позициям в координации с arch, contraction / release, спиралями в корпусе, со сменой темпа
2. Flat back вперед:
- прием plie – releve.
3. Lay out
4. Battement tendu и battement tendu jeté по прямой и свободной позициям .
5. Rond de jambe par terre.
6. Battements developpe во всех направлениях по I параллельной и свободной позиции.
7. Grand battements на 90º во всех направлениях боком к станку.
8. Port de bras .

Экзерсис на середине зала:

1. Танцевальная комбинация на технику изоляции .
2. Танцевальная комбинация на plié.
3. Battement tendu и battement tendu jeté.
4. Rond de jambe par terre.
5. Battements developpe во всех направлениях по I параллельной и свободной позиции.
6. Перекаты на полу в положении сидя, на спине.
7. Танцевальная комбинация port de bras.
8. Танцевальная комбинация на ориентирование в пространстве.
9. Танцевальная комбинация в партере.
10. Комбинация на прыжки.

Комбинация.

Все упражнения разложены на четко ритмическом рисунке, использованы синкопы, смещенный ритм, свойственный джазовому танцу и джаз-модерну . Проучивание танцевальных этюдов на основе изученных движений.

Комбинации с использованием ранее изученного материала в сочетании с падениями и подъемами, использованием различных ракурсов, изменениями

уровня, перемещением по пространству класса.

Кросс:

1.Шаги:

- grand battements во всех направлениях на 90º и выше в сочетании с pas de bourre, перекатами на полу, пируэтами и прыжками.

2.Прыжки:

- Grand jete вперед, всторону в сочетании с пируэтами и перекатами на полу.

- комбинация на прыжки.

3.Вращения:

- chaînés на plie, на полной стопе с выходом в grand jete.

- пируэт en dehors, en dedans.

-вращение в прыжке: с поджатыми ногами, ноги в положении «свастика».

- комбинация: сочетание нескольких вращений.

Акробатические элементы:

1.Стойка на руках без опоры на середине зала.

2.Кувырок вперед со стойки на руках.

3.Переворот назад на локтях.

4.Подготовка к переворотам вперед и назад.

5.Колесо рондат.

Пятый год обучения.

Рекомендуемый список изучаемых движений.

Экзерсис у станка:

1. Plie .

2. Battement tendu и battement tendu jeté по прямой и свободной позициям

3.Battements developpe во всех направлениях по I параллельной и свободной позиции.

4.Grand battements на 90º и выше во всех направлениях боком к станку.

5. Port de bras .

Экзерсис на середине зала:

1.Танцевальная комбинация на технику изоляции .

2.Танцевальная комбинация на plié.

3.Battement tendu и battement tendu jeté.

4.Rond de jambe par terre.

5.Battements developpe во всех направлениях.

6. «Джазовый квадрат» - комбинация grand battements на 90º и выше.

7. Танцевальная комбинация port de bras.

8.Танцевальная комбинация на ориентирование в пространстве.

9.Танцевальная комбинация в партере.

10.Комбинация на прыжки.

11.Танцевальная комбинация на основе всех изученных движений с использованием акробатических элементов.

Кросс:

1.Шаги:

- grand battements во всех направлениях на 90° и выше в сочетании с пируэтами и акробатическими элементами, элементами растяжки.

2.Прыжки:

- Grand jete вперед, всторону в сочетании с пируэтами и перекатами на полу.

- комбинация на прыжки.

3.Вращения:

- chaînés на plie, на полной стопе с выходом в grand jete и приземлением на пол.

- пируэт en dehors, en dedans в сочетании с pas de bourre.

-вращение в прыжке в сочетании с перекатами на полу.

-комбинация на основе всех изученных вращений с использованием акробатических элементов.

Акробатические элементы:

1.Колесо с опорой на ноги партнера.

2.Колесо на локтях, колесо на спине партнера.

3.Переворот назад и вперед на локтях.

4.Перевороты вперед и назад.

5.Колесо рондат, колесо на одной руке.

III. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ

По окончании обучения современному танцу по данной программе, учащиеся должны:

знать:

- ✓ специальную терминологию джазового танца и джаз – модерна в рамках предложенной программы,
- ✓ принципы освоения танцевального движения и соответствие стилистике исполнения,
- ✓ особенности постановки корпуса, рук, ног и головы,
- ✓ основные элементы и движения современного танца.

уметь:

- ✓ двигаться в технике джазового танца и джаз – модерна,
- ✓ владеть средствами создания образа в хореографии,
- ✓ исполнять основные элементы и движения , ориентироваться на сценической площадке,
- ✓ осваивать и преодолевать технические трудности,
- ✓ соблюдать требования к безопасности при выполнении танцевальных движений и акробатических элементов,
- ✓ работать самостоятельно и в коллективе.

У учащихся сформированы:

- ✓ хорошая хореографическая форма,
- ✓ развитая мускулатура (мышечная сила и выносливость),
- ✓ навыки сценических выступлений,
- ✓ готовность дальнейшему саморазвитию,
- ✓ чувство ответственности, самостоятельность, целеустремленность, инициативность, сила воли для достижения результатов,
- ✓ художественный вкус, эмоционально-ценностное отношение к искусству.

IV. Формы и методы контроля, система оценок.

1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание.

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

Успеваемость учащихся проверяется на различных выступлениях: контрольных уроках, экзаменах, концертах, конкурсах, просмотрах к ним и т.д.

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

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков, зачетов и экзаменов.

Контрольные уроки, зачеты и экзамены могут проходить в форме просмотров концертных номеров. Контрольные уроки и зачеты в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет. Экзамены проводятся за пределами аудиторных учебных занятий.

По итогам экзамена завершающего года обучения выставляется оценка «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

2.Критерии оценок.

Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя средства и методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки.

Критерии оценки качества исполнения

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

Оценка	Критерии оценивания выступления
5 («отлично»)	технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения;
4 («хорошо»)	отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом

	плане, так и в художественном);
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.;
2 («неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием нерегулярных занятий, невыполнение программы учебного предмета;
«зачет» (без отметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.

Согласно ФГТ данная система оценки качества исполнения является основной. В зависимости от сложившихся традиций того или иного учебного заведения и с учетом целесообразности оценка качества исполнения может быть дополнена системой «+» и «-», что даст возможность более конкретно отметить выступление учащегося.

Фонды оценочных средств призваны обеспечивать оценку качества приобретенных выпускниками знаний, умений и навыков, а также степень готовности учащихся выпускного класса к возможному продолжению профессионального образования в области хореографического искусства.

При выведении итоговой (переводной) оценки учитывается следующее:

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

Оценки выставляются по окончании каждого полугодия учебного года.

1. Методические рекомендации преподавателям

Особенности образовательного процесса по этапам обучения

8летняя программа

Первый и второй класс имеет определяющее значение в процессе обучения современному танцу, поскольку именно на первом году обучения закладывается та основа, которая является базой для всей последующей учебно-воспитательной и образовательной деятельности. Это касается как учебных навыков, так и формирования интереса детей к занятиям, их мотивации. Для педагога крайне важно увлечь учащихся, создать в классе особую творческую атмосферу сотрудничества и взаимоподдержки, а также создать условия для творческой активности каждого учащегося.

При построении урока преподавателю следует учитывать степень психофизического развития детей, а также опираться на общий уровень хореографической подготовки класса, группы в целом. Задача каждого урока должна быть по силам учащимся, иначе у детей быстро снижается интерес к занятиям. Также следует учитывать и рационально дозировать физическую

нагрузку, избегая перенапряжения детей. Важно помнить, что положительные ожидания от каждого учащегося дают огромный развивающий эффект.

Учитывая возрастные особенности учащихся первого класса, в построении урока следует избегать монотонности, чередовать различные по характеру движения, периодически включать развивающие игры, творческие задания и импровизацию.

Основная задача преподавателя на данном этапе (первый и второй класс):

научить детей качественно, «чисто» и грамотно выполнять основные позиции, движения и положения современного танца;

развить у учащихся элементарные навыки координации, ощущения себя и своих мышц в пространстве.

направить решение локальных учебных задач на развитие силы и выносливости, музыкальности и артистичности.

На третьем году обучения продолжается работа над качеством и чистотой исполнения. Идет дальнейшее развитие выносливости и силы мышц за счет выполнения упражнений в более быстром темпе и увеличения общего количества повторов. Движения и положения сочетаются в небольшие комбинации с простым ритмическим рисунком, упражнения исполняются в сочетании с позициями рук. Вводятся новые элементы, усложняется координация.

Основная задача преподавателя на данном этапе обучения (третиий класс): целенаправленное обучение детей грамотному исполнению движений современного танца, ритмически точному и четкому, с фиксацией; дальнейшее развитие координации и артистизма.

На четвертый год обучения усложняется координация рук в сочетании с различными движениями, смена позиций рук происходит не только между движениями, но и во время движения. Упражнения объединяются в комбинации, ускоряется общий темп исполнения движений и усложняется ритмический рисунок. Продолжается работа над развитием силы и выносливости, а также работа над чистотой исполнения движений при более быстром темпе урока. Следует уделить внимание выработке устойчивости и правильности формы при выполнении вращений.

Важно рекомендовать ученикам разогревать мышцы и связки ног до начала урока, это дает возможность вести работу более эффективно. Движения должны так сочетаться в комбинации, чтобы можно было закрепить пройденный в предыдущих классах материал, дать возможность учащимся грамотно исполнить движения и контролировать свое исполнение.

Основная задача преподавателя на данном этапе обучения (четвертый класс): уделить наибольшее внимание развитию координации учащихся, а также развитию творческих навыков, навыков музыкальности и танцевальности учащихся.

Пятый класс В течении пятого года обучения обучающийся должен овладеть знаниями, техническими и исполнительскими навыками

исполнения элементов современного танца, необходимыми ему для обучения на данном этапе. Продолжить знакомство с основными танцевальными и музыкальными терминами.

Большое значение на этом этапе обучения уделяется умению ориентироваться в пространстве в разных уровнях, с использованием прыжков, вращений, перекатов. Обучающийся должен научиться перемещаться по сценической площадке с осознанием своего местоположения по отношению к остальным ученикам. Совершенствуются приемы, формы, методы исполнения заданий педагога.

Основная задача преподавателя на данном этапе обучения (пятый класс): особое значение уделить развитию творческих навыков, навыков музыкальности и танцевальности учащихся.

Шестой класс. В течении шестого класса отрабатывается умение свободно перемещаться в пространстве с пониманием своего местоположения и положения в классе других учеников. Совершенствование техники исполнения интонирования движений. Работа над развитием точности мелких движений на материале разнообразных упражнений, выбираемых преподавателем. Продолжается работа над исполнением прыжков, вращений. Работа над качеством исполнения движений через понятие «направленное и ненаправленное движение», с исследованием формы и усилия исполняемых движений.

Основная задача преподавателя на данном этапе обучения (шестой класс): особое значение уделяется совершенствованию техники исполнения современного танца, приемы и способы изменения формы и содержания двигательного аппарата в соответствии с задачами педагога.

Седьмой класс. В течение седьмого года обучения отрабатываются умения свободно перемещаться в пространстве с пониманием своего местоположения и положения в классе других учеников в разных уровнях, темпах. Совершенствуется техника исполнения интонирования движений. Работа над развитием точности мелких движений на материале разнообразных упражнений, выбираемых преподавателем. Продолжается работа над исполнением прыжков, вращений, их сочетаний с другими движениями в разных уровнях, темпах. Изучаются и реализуются возможности импровизации и партнеринга. Продолжается работа над качеством исполнения движений через понятие «направленное и ненаправленное движение».

Основная задача преподавателя на данном этапе обучения (седьмой класс): особое значение уделяется совершенствованию техники исполнения современного танца, приемы и способы изменения формы и содержания двигательного аппарата в соответствии с задачами педагога.

Восьмой класс. В течение восьмого года обучения учениками совершенствуется техника исполнения современного танца, приемы и способы изменения формы и содержания двигательного аппарата в соответствии с задачами педагога. Отрабатываются умения свободно

перемещаться в пространстве с пониманием своего местоположения и положения в классе других учеников. Совершенствование техники исполнения интонирования движений. Работа над развитием точности мелких движений на материале разнообразных упражнений, выбираемых преподавателем. Продолжается работа над исполнением прыжков, вращений, импровизации, партнеринга. Работа над качеством исполнения движений через понятие «направленное и ненаправленное движение», оттачивается выразительность исполнения.

Основная задача преподавателя на данном этапе обучения (восьмого класса): особое значение уделяется совершенствованию техники исполнения интонирования движений. Особенное внимание уделяется развитию чувства ансамбля.

5летняя программа

Особенности образовательного процесса по этапам обучения

Первый класс имеет определяющее значение в процессе обучения современному танцу, поскольку именно на первом году обучения закладывается та основа, которая является базой для всей последующей учебно-воспитательной и образовательной деятельности. Это касается как учебных навыков, так и формирования интереса детей к занятиям, их мотивации. Для педагога крайне важно увлечь учащихся, создать в классе особую творческую атмосферу сотрудничества и взаимоподдержки, а также создать условия для творческой активности каждого учащегося.

При построении урока преподавателю следует учитывать степень психофизического развития детей, а также опираться на общий уровень хореографической подготовки класса, группы в целом. Задача каждого урока должна быть по силам учащимся, иначе у детей быстро снижается интерес к занятиям. Также следует учитывать и рационально дозировать физическую нагрузку, избегая перенапряжения детей. Важно помнить, что положительные ожидания от каждого учащегося дают огромный развивающий эффект.

Учитывая возрастные особенности учащихся первого класса, в построении урока следует избегать монотонности, чередовать различные по характеру движения, периодически включать развивающие игры, творческие задания и импровизацию.

Основная задача преподавателя на данном этапе (первый класс):

научить детей качественно, «чисто» и грамотно выполнять основные позиции, движения и положения современного танца;

развить у учащихся элементарные навыки координации, ощущения себя и своих мышц в пространстве.

направить решение локальных учебных задач на развитие силы и выносливости, музыкальности и артистичности.

На втором и третьем году обучения продолжается работа над качеством и чистотой исполнения. Идет дальнейшее развитие выносливости

и силы мышц за счет выполнения упражнений в более быстром темпе и увеличения общего количества повторов. Движения и положения сочетаются в небольшие комбинации с простым ритмическим рисунком, упражнения исполняются в сочетании с позициями рук. Вводятся новые элементы, усложняется координация.

Основная задача преподавателя на данном этапе обучения (второй и третий класс): целенаправленное обучение детей грамотному исполнению движений современного танца, ритмически точному и четкому, с фиксацией; дальнейшее развитие координации и артистизма.

На четвертый год обучения усложняется координация рук в сочетании с различными движениями, смена позиций рук происходит не только между движениями, но и во время движения. Упражнения объединяются в комбинации, ускоряется общий темп исполнения движений и усложняется ритмический рисунок. Продолжается работа над развитием силы и выносливости, а также работа над чистотой исполнения движений при более быстром темпе урока. Следует уделить внимание выработке устойчивости и правильности формы при выполнении вращений.

Важно рекомендовать ученикам разогревать мышцы и связки ног до начала урока, это дает возможность вести работу более эффективно. Движения должны так сочетаться в комбинации, чтобы можно было закрепить пройденный в предыдущих классах материал, дать возможность учащимся грамотно исполнить движения и контролировать свое исполнение.

Основная задача преподавателя на данном этапе обучения (четвертый класс): уделить наибольшее внимание развитию координации учащихся, а также развитию творческих навыков, навыков музыкальности и танцевальности учащихся.

Пятый класс завершает обучение основам современного танца и суммирует приобретенные учащимися за несколько лет знания и навыки.

2. Словарь терминов

Комбинация - все упражнения разложены на четко ритмическом рисунке, использованы синкопы ,смещенный ритм, свойственный джазовому танцу и танцу джаз-модерн. Проучивание танцевальных этюдов на основе изученных движений. Комбинации с использованием ранее изученного материала в сочетании с падениями и подъемами, использованием различных ракурсов, изменениями уровня, перемещением по пространству класса.

Isolation -изоляция

Opposition-оппозиция

Parallelismus-параллельность

Head tiff-толчки головой

Head thrust-броски головой

Head accent-движение головой с быстрым и чётким акцентом

Shake-волнообразные движения от лопаток

Release -растяжение от центра,может быть общим и изолированным,

положение обратное contraction, вдох и раскрытие диафрагмы.
Contract-сжатие к центру,общее и изолированное.
Bump-толчок таза вперед(изолированный)
Dropp-уронить(голову,руки)
Riss-давить
Rouch-двигать,толкать
Skate-скольжение
Collapse-разрушение,изнеможение(типичная позиция в джаз-танце)
Body-корпус,тело.Верхняя часть туловища и колени согнуты.
Body roll-движение всем телом(волнообразное)
Rick-удар ногой
Walkinq turn-поворот с шагом
Skippinq turn-поворот с прыжком
Pivot turn-поворот на месте
Air turn-поворот в воздухе
Thrust-толчок ногой
Rick step-шаг с ударом.
Flat beck-Флэт бэк. Плоская спина.Группа наклонов торса, все центры торса находятся на одной прямой, синоним Тейбл топ. Применяется в тренаже и в комбинациях.
Swing-Свинг. (раскачивание тела и его частей)Раскачивание тела и его частей,
Coordination-координация.Если одновременно изолируются и активизируются несколько центров. Это является вершиной африканской эстетики танца, т.к. посредством ее из отдельных изолированных движений возникает новый образ движения.
Flex-Сокращенное положение стопы или руки.
Point-поинт.Вытянутое положение стопы или руки.
Arabesque – рабочая нога открывается назад на любую высоту.
Arch – легкий прогиб торса назад.
Attitude – рабочая нога поднята на любую высоту и немного согнута в колене.
Battement developpe – открытие рабочей ноги через passe.
Battement releve lent – подъем рабочей ноги, не сгибая колено.
Battement tendu – рабочая нога открывается вперед, в сторону или назад носком в пол.
Battement tendu jete – рабочая нога активно открывается вперед, в сторону или назад на 45°.
Chaînes – вращение на двух ногах с передвижением.
Contraction – сжатие диафрагмы.
Deep body bend – глубокий наклон корпуса с прямым позвоночником.
Demi plie – полуприседание, пятки не отрываются от пола.
Fouette – поворот тела танцовщика к зафиксированной в определенном положении ноге.
Grand battement – бросок ноги на 90° в любом направлении.

Hop – прыжок с одной ноги на ту же ногу.
Jump – прыжок с двух ног на две.
Lay out – в положении flat back нога поднята на 90°.
Leap – прыжок с одной ноги на другую.
Pas de bourre – чередование трех переступаний с одной ноги на другую с окончанием на demi plie.
Passe – рабочая нога стопой касается колена опорной ноги.
Preparation – подготовительное движение.
Press-position – согнутые в локтях руки касаются бедер.
Releve – подъем на полупальцы.
Roll down – закручивание корпуса вниз, начиная с головы по одному позвонку до конца позвоночника.
Roll up – раскручивание корпуса снизу вверх по одному позвонку.
Rond de jambe par terre – круг ногой по полу.
Side stretch – боковое растягивание корпуса.
Side walk – продвижение боком.
Stretch – вытягивание, растяжка.
Twist – закручивание корпуса в горизонтальной плоскости, начиная с плеч.

V. СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ МЕТОДИЧЕКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Головкина С.Н. Уроки классического танца в старших классах. – М.: Искусство, 1989
2. Джозеф С. Хавилер Тело танцора. Медицинский взгляд на танцы и тренировки. – М.: Новое слово, 2004
3. Дополнительное образование детей: Учебное пособие для студентов ВУЗа / Под ред. О.Е. Лебедева. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000
4. Двигательная деятельность как фактор воспитания физической культуры ребенка/В.Я.Лыкова //Дополнительное образование и воспитание.- 2003.-№11. - С. 49-52
5. Клейтон П., Гэммонд П. Джаз. Притворись его знатоком. – СПб, Амфора, 2000
6. Костровицкая В.С., Писарев А.А. Школа классического танца. – Л., Искусство, 1968
7. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Начало обучения. – М.: ВЦХТ, 1998
8. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец: История. Методика. Практика. - М.: Изд-во "ГИТИС", 2000
9. Никитин В.Ю. Композиция урока и методика преподавания модерн-джаз танца. – М.: Один из лучших, 2006
10. Селевко Г.К. Современные образовательные технологии: Учебное пособие. - М.: Народное образование, 1998
12. Суриц Е.Я. Балет и танец в Америке: Очерки истории. – Екатеринбург: Издательство Уральского университета, 2004

13. Челышева Т.В., Ламыкина Л.В. Профильное обучение в школе. Художественно-эстетический профиль: Учебно-методическое пособие. – М.: АПКиПРО, 2004