

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ КУЛЬТУРЫ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ №7»**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА В ОБЛАСТИ  
ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА**

**Рабочая программа учебного предмета  
«Современный танец»**

**Срок обучения: 4 (5) лет**

**г. Екатеринбург, 2017**

**РАССМОТРЕНО**

Методическим советом МБУК ДО  
«Детская школа искусств № 7»  
Протокол № \_\_\_\_\_ от « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2017 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МБУК ДО  
«Детская школа искусств № 7»  
\_\_\_\_\_ /Н.И.Визирыкина/

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2017 г.

Разработчик: Калегина Вероника Вячеславовна, преподаватель  
отделения «Хореографическое искусство»

Рецензент: Кочеткова Александра Николаевна, заместитель директора по УВР  
МБУК ДО «Детская школа искусств №7»

## **Содержание**

- 1. Пояснительная записка**
- 2. Учебно-тематический план**
- 3. Содержание изучаемого курса**
- 4. Формы и методы контроля**
- 5. Методическое обеспечение**
- 6. Список литературы**

## **I. Пояснительная записка**

Программа имеет общеразвивающую направленность в области хореографического искусства и практическую значимость. Современный танец, изучаемый на базе хореографических отделений ДМШ и ДШИ, помогает приобщить детей к танцевальному искусству, раскрывает многообразие и красоту богатого мира под названием хореография.

В программе объединяются навыки, получаемые обучающимися при изучении других дисциплин: классического, народного, историко-бытового танца. Так как у учащихся ДМШ и ДШИ в разных классах наблюдается различная физическая подготовка и усвояемость предметов, то преподаватель должен следить за подбором материала преподаваемого предмета на уроке.

Программа по «Современному танцу» состоит из теоретических и практических занятий и указывает объем и распределение материала на каждом году обучения. Однако не стоит стремиться к прохождению материала в полном объеме, если это вредит правильности усвоения и осознания материала. Преподаватель может увеличить или уменьшить объем и степень технической сложности, в зависимости от состава класса, физических особенностей детей.

### **Цель программы:**

- развитие исполнительских возможностей и кругозора обучающихся, развитие физических данных ребёнка, свободы и раскрепощенности движений.

### **Задачи программы:**

- развитие физических данных ребёнка, его координации;
- выражение чувств при помощи движения, пластики, мимики;
- развитие музыкального слуха, чувства ритма;
- умение выражать и передавать настроение музыки, разнообразные музыкальные образы.

## **Новизна, отличительные особенности и актуальность программы**

Данная программа имеет ряд существенных отличий от учебных программ по другим хореографическим учебным дисциплинам. На уроке современного танца нет такой определенной последовательности движений, как это существует, например, в классическом танце. Зафиксирована только техника преподавания школы Марты Грэм. К наиболее устоявшимся школам относятся: школа Д.Хамфри, Г.Джордано, М.Мэттокса, М.Каннингэма, Л.Хортон. Многие педагоги, изучив основные базовые школы, создают собственную систему преподавания, объединяющую несколько направлений.

В американской и западноевропейской системе хореографического воспитания не существует единой методики. Каждый преподаватель является самоценной творческой личностью и имеет право на поиск своих собственных приемов и методов. Ценность педагога заключается прежде всего в его неповторимости и индивидуальности. Современный танец дает толчок к полету воображения, к свободе мыслей и выражения личности. На уроках по современному танцу творчество педагога ничто не ограничивает, главное, чтобы материал был преподнесен по возрасту обучающегося, без нарушения его психофизических особенностей.

### **Возраст детей**

Программа по предмету «Современный танец» рассчитана на 4 (5) лет обучения).

**Основной формой учебной и воспитательной работы является урок.**

Всего 131 учебных часа с 1 по 4 класс по 4-летней программе.  
66 часов (4-5 класс) по 5-летней программе. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 40 минут.

## II. Учебно-тематический план по предмету «Современный танец»

1 год обучения

Режим занятий – 1 час в неделю (по 40 мин.)

№	Танцевальные направления, разделы, темы	часы
	Вводный урок. Инструктаж по технике безопасности	1
<b>I</b>	<b>Теория дисциплины</b>	
1.	История возникновения современного танца	1
<b>II</b>	<b>Экзерсис на середине</b>	
1.	Техника изоляции	2
2.	Основные шаги	2
3.	Основные движения корпуса	2
4.	Прыжки	2
5.	Танцевальная комбинация	3
	<b>ДЖАЗОВЫЙ ТАНЕЦ</b>	
<b>I</b>	<b>Теория дисциплины</b>	
1.	История возникновения джазового танца	3
<b>II</b>	<b>Экзерсис у станка</b>	
1.	Изучение основных позиций рук	3
2.	Изучение основных позиций ног	2
3.	Изучение элементов джазового	2

	танца	
<b>III</b>	<b>Экзерсис на середине зала</b>	
1.	Основные положения корпуса в джазовом танце	2
2.	Прыжки: -jump -hop -leap	3
3.	Вращения: -поворот на 3 шагах	4
	Общее количество часов	32

### **III. Содержание по предмету «Современный танец»**

#### **I. Теория дисциплины**

- История возникновения современного танца. Появление современного танца в России.

#### **II. Экзерсис на середине**

##### 1. Техника изоляции.

- Один из основных принципов современного танца. Изолированные движения всех частей тела – головы, плеч, рук, корпуса, бедер, ног. На первом этапе обучения координируется 1, а затем 2 центра в

одновременном параллельном или разнонаправленном движении, ритмический рисунок ровный, без синкоп.

## 2. Основные шаги

- приставной шаг с plie. Сначала изучается в чистом виде, а потом соединяется с работой корпуса
- выпады в сторону, сначала изучаются в чистом виде, а затем с поворотом корпуса
- подъем на носки, разворот стоп «краб»

## 3. Основные движения корпусом

- Раскачивание корпусом вперед-назад, из стороны в сторону.

## 4. Прыжки

- прыжки на месте
- прыжки вперед – назад
- прыжки вправо-влево
- прыжки «крестом»
- прыжки «ноги вместе - ноги врозь»

## 5. Танцевальная комбинация.

- Танцевальная комбинация строится на основе изученных элементарных движений.

# ДЖАЗОВЫЙ ТАНЕЦ

## I. Теория дисциплины

1. История возникновения джазового танца, художественные особенности, знаменитые исполнители и хореографы. Интересные факты из их биографий.



## II. Экзерсис у станка

### 1. Изучение основных позиций рук.

- Основные позиции рук аналогичны классической школе, но положение локтя и кисти может варьироваться (вытянутое, округленное положение локтя, сокращенное flex-положение кисти или jazz hand - пальцы напряжены и расставлены). А также существуют V-положения – положения между основными позициями.

### 2. Изучение основных позиций ног.

- Изучаются 5 основных позиций ног. У всех позиций кроме III существует 2 варианта: out-положение, аналогичное классическому танцу, и параллельное положение – стопы стоят параллельно друг другу. III позиция исполняется в классическом варианте, но используется нечасто.

### 3. Изучение элементов джазового танца.

- Plie -

Движение аналогично классическому варианту, но имеет больше вариантов, за счет большего количества позиций ног, в котором исполняется. Изучается сначала лицом к станку по I и II позициям, затем боком к станку, и позже на середине по тем же позициям.

- Battement tendu- Движение классического экзерсиса, которое также имеет больше вариантов за счет позиций ног, в которых исполняется. Изучается по I out-позиции в сторону, позже вперед и назад – у станка, затем на середине зала - Passé

Рабочая нога стопой касается колена опорной ноги. В первый год обучения изучается на полной стопе по I позиции – у станка, по мере усвоения

переходим на середину зала. Выворотное исполнение этого движения желательно проучивать в партере.

### **III. Экзерсис на середине зала**

#### **1. Основные положения корпуса в джазовом танце**

- Roll down / up –

Roll down – закручивание корпуса вниз, начиная с головы по одному позвонку до конца позвоночника. Roll up – раскручивание корпуса снизу вверх по одному позвонку. Это движение заимствовано из танца модерн. Изучается на середине зала.

- Flat back –

Наклоны, в которых спина, голова и руки составляют одну прямую линию, ноги являются опорой, а угол между торсом и ногами составляет 90°. Изучается по II параллельной позиции на середине зала. По мере освоения добавляется исполнение на plie.

- Deep body bend –

Глубокий наклон корпуса с прямым позвоночником. Изучается после освоения flat back, По мере освоения исполняется в сочетании с plie.

#### **2. Прыжки:**

- jump – Прыжок с двух ног на две. Изучается по I параллельной и out позиции.
- hop – Прыжок с одной ноги на ту же ногу. На первом этапе изучения руки наверху в V-позиции. Изучаем сначала на месте, а по мере освоения с продвижением по залу.

- leap – Прыжок с одной ноги на другую. Изучается с продвижением по залу.

### 3. Вращения:

- поворот на 3 шагах – Элементарное вращение, изучается с двух ног сначала на месте, а по мере освоения с продвижением по залу.

## Учебно-тематический план по предмету «Современный танец»

### 2 год обучения

Режим занятий – 1 час в неделю (по 40 мин.)

№	Разделы и темы	часы
	Вводный урок. Инструктаж по технике безопасности	1
<b>I.</b>	<b>Теория дисциплины</b>	
1.	Стили современного танца. Их отличительные особенности. Хаус.	2
<b>II.</b>	<b>Экзерсис на середине зала</b>	
1.	Повторение пройденного материала	2
2.	Изучение новых танцевальных элементов	4
3.	Изучение танцевальных элементов в стиле хаус.	3
	<b>ДЖАЗОВЫЙ ТАНЕЦ</b>	
<b>I.</b>	<b>Теория дисциплины</b>	2
1.	Стили джазового танца.	4

<b>II.</b>	<b>Экзерсис на середине</b>	
1.	Повторение пройденного материала	3
2.	Изучение новых джазовых элементов	4
3.	Вращения: -пируэты	3
4.	Шаги: -pas de bourre	2
5.	Прыжки: -hop-passé с руками во II и III позициях -hop с ногой на 45° в стороне	2
	Общее количество часов	33

## Содержание по предмету «Современный танец»

### I. Теория дисциплины

1. Стили современного танца. Их отличительные особенности. Хаус.

### II. Экзерсис на середине зала

1. Повторение пройденного материала. Усложнение движений за счет увеличения темпа исполнения и соединения работы 2х и более центров.

2. Изучение новых танцевальных элементов.

- слайд из стороны в сторону
- слайд вперед назад
- кик-степ-степ

- кик слайд в сторону

### 3. Изучение танцевальных элементов в стиле хаус.

- основные шаги
- Прыжки

## **ДЖАЗОВЫЙ ТАНЕЦ**

### **I. Теория дисциплины**

1. Стили джазового танца. Их отличительные особенности.

### **II. Экзерсис на середине зала**

1. Повторение пройденного материала. Усложнение движений за счет увеличения темпа исполнения.

- Plie – Небольшая комбинация на plie изучается на середине зала с переводом рук из позиции в позицию.
- Battement tendu – Маленькая комбинация на battement tendu изучается на середине зала с переводом рук из позиции в позицию.

2. Изучение новых джазовых элементов.

- Battement jeté – Маленькая комбинация на battement jeté изучается на середине зала с переводом рук из позиции в позицию.
- Rond de jambe par terre – Маленькая комбинация на rond de jambe par terre изучается на середине зала с переводом рук из позиции в позицию.
- Relevé lent на 45° –подъем рабочей ноги, не сгибая колено. Изучается сначала у станка, а затем на середине зала.

- Grand battement jete –Grand battement – бросок ноги на 90° в любом направлении. Сначала изучается в чистом виде, затем добавляются шаги.

### 3. Техника изоляции –

- В период 2 года обучения отдельные движения 1го центра группируются в небольшие комбинации с простым ритмом. По мере освоения можно координировать движения 2х центров, например, соединять с шагами.

### 4. Шаги:

- pas de bourre – Pas de bourre – чередование трех переступаний с одной ноги на другую с окончанием на demi plie, изучается с передвижением по залу.
- side walk –Side walk – передвижение боком. Изучается также с передвижением по залу в разделе Кросс.

### 5. Прыжки:

- jump–Прыжок изучаем на месте. Во время прыжка ноги разрываются на шпагат или на «веревочку».
- hop-passé с руками во 2 и 3 позиции –

Изучаем сразу с передвижением, с обеих ног, рабочая нога в положении passé. По мере освоения добавляем спираль в корпусе.

- hop с ногой на 45° в стороне –

### 6. Вращения:

- chaonés –Chaonés – вращение на двух ногах с продвижением, является логическим продолжением поворота на 3х шагах.
- preparation к пируэтам –Preparation – подготовительное движение. Вскок на полупальцы, рабочая нога в положении passé.
- пируэты- Вращение на опорной ноге, рабочая нога на passé. Изучается в закрытом (не выворотном) положении.

### Учебно-тематический план по предмету «Современный танец»

**3 год обучения**

**Режим занятий – 1 час в неделю (по 40 мин.)**

№	Разделы и темы	Часы
	Вводный урок. Инструктаж по технике безопасности	1
<b>I.</b>	<b>Теория дисциплины</b>	
1.	Стили джазового танца. Модерн-джаз.	2
<b>II.</b>	<b>Экзерсис на середине зала</b>	
1.	Повторение пройденного материала	3
2.	Изучение новых джазовых элементов	5
3.	Шаги: -grand battement  -pas de bourre	4
4.	Прыжки:  -hop-passé с поджатой ногой	4

	-hop с ногой на 90° в стороне	
5.	Вращения: -пируэт -пируэт на plie	4
6.	Танцевальная комбинация	5
<b>III.</b>	<b>ЗНАКОМСТВО С ТЕХНИКОЙ МОДЕРН-ДЖАЗ</b>	
1.	Изучение основ модерн джаза	5
	Общее количество часов	33

**Содержание по предмету «Современный танец и подготовка репертуара».**

## **ДЖАЗОВЫЙ ТАНЕЦ**

### **I. Теория дисциплины**

1. Стили джазового танца. Модерн-джаз.
2. Особенности и отличительные черты модерн-джаз танца.

### **II. Экзерсис на середине зала**

1. Повторение пройденного материала.

- Plie –

К комбинации на plie добавляется перемена позиций рук во время движения. Plie соединяется с наклонами, contraction / release, спиралями в корпусе.

- Battement tendu -



К комбинации на *battement tendu* добавляется перемена позиций рук во время движения. Включаются новые движения и положения. Движение соединяется с наклонами, *contraction/release*, спиралью в корпусе.

- *Battement jeté* –

К комбинации на *battement jeté* добавляется перемена позиций рук во время движения. Движение соединяется с наклонами, *contraction/release*, спиралью в корпусе.

- *Rond de jambe par terre* –

К комбинации на *rond de jambe par terre* добавляется перемена позиций рук во время движения. Движение соединяется с наклонами, *contraction/release*, спиралью в корпусе.

## 2. Изучение новых джазовых элементов.

- *Relevé lent* на 90° –

Изучение движения на данном этапе только у станка.

- Техника изоляции –

В период 3 года обучения комбинации отдельных центров исполняются в более сложном ритмическом рисунке.

- *Flat back* –

Добавляется положение *flat back* на полупальцах, и в *plié* на полупальцах.

- «Восьмерка» рук -

Сложное движение руками, направленное на развитие координации. По мере освоения усложняется добавлением вращения.

### 3. Шаги:

- grand battement -

Grand battement – бросок ноги на  $90^\circ$  в любом направлении. Изучается на середине зала с продвижением. На третьем году обучения данное движение выполняется только вперед и в сторону. Усложняется исполнением grand battement с подходом с прыжка.

- pas de bourre –

В период 3 года обучения изучается pas de bourre с preparation к пируэту, с пируэтом, с rond рукой.

### 4. Прыжки:

- hop-passé с поджатой ногой –

Во время исполнения прыжка опорная нога сгибается и принимает положение трамплинного сгибания.

- hop с ногой на  $90^\circ$  в стороне –

Рабочая нога открывается в сторону на  $90^\circ$ . Прыжок с продвижением.

### 5. Вращения:

- twist во вращении –

Twist – закручивание корпуса в горизонтальной плоскости, начиная с плеч. Происходит во вращении, по мере освоения усложняется опусканием в пол или подъемом с пола (винт).

- пируэт –

Вращение на опорной ноге, рабочая нога на passé. Изучается в закрытом (не выворотном) положении.

- пируэт на Plie-

Опорная нога во время вращения находится на Plie, рабочая нога на passé. Изучается в закрытом (не выворотном) положении.

6. Танцевальная комбинация.

- Танцевальная комбинация строится на ранее изученном материале. Движения постепенно соединяются друг с другом в медленном темпе под счет, затем темп увеличивается и в конечном итоге комбинация соединяется с музыкальным материалом.

### **III. ЗНАКОМСТВО С ТЕХНИКОЙ МОДЕРН-ДЖАЗ**

1. Изучение основ модерн джаза.

- Roll down / up –

Roll down – закручивание корпуса вниз, начиная с головы по одному позвонку до конца позвоночника. Roll up – раскручивание корпуса снизу вверх по одному позвонку. Это движение заимствовано из танца модерн. Изучается на середине зала.

- Contraction / release –

Contraction– выдох и сжатие диафрагмы, release – положение обратное contraction, вдох и раскрытие диафрагмы. Изучаются движения сначала в партере, затем стоя.

- Swing-

Swing- Раскачивание любой частью тела. На первом этапе изучается swing руками на середине зала, а swing ногами изучается в партере.

- Swing с отрыванием ног от пола и опорой на плечо.
- Перекидка через плечо. Ноги закидываются за голову, положение корпуса со спины резко меняется на живот.
- Прыжок с опорой на руку.

## Учебно-тематический план по предмету «Современный танец»

4 год обучения

Режим занятий – 1 час в неделю (по 40 мин.)

№	Разделы и темы	часы
	Вводный урок. Инструктаж по технике безопасности	1
<b>I.</b>	<b>Теория дисциплины</b>	
1.	История возникновения танца брейк	1
2.	Особенности верхнего и нижнего брейка	1
<b>II.</b>	<b>Изучение основ верхнего брейка</b>	
1.	Волна руками	2
2.	Волна всем телом	2
3.	Техника изоляции	2
<b>III.</b>	<b>Изучение основ нижнего брейка</b>	
1.	«Гусеница»	3

	<b>ДЖАЗОВЫЙ ТАНЕЦ</b>	
<b>I.</b>	<b>Теория дисциплины</b>	
1.	Особенности джазового танца	2
<b>II.</b>	<b>Экзерсис на середине зала</b>	
1.	Повторение пройденного материала	3
2.	Изучение новых танцевальных элементов	4
3.	Шаги: -grand battement назад -grand battement с пируэтом -pas de bourre с прыжком	3
4.	Прыжки: -hop с ногой на 90° в стороне с поджатой ногой -leap в сторону с pas de bourre	4
5.	Вращения: - chainés в plie - тур по 2 позиции со спиралью	3
6.	Контрольный урок	2
	Общее количество часов	33

## **Содержание по предмету «Современный танец».**

### **ОСНОВЫ БРЕЙКА**

#### **I. Теория дисциплины**

1. История возникновения танца брейк
2. Особенности верхнего и нижнего брейка

#### **II. Изучение основ верхнего брейка**

1. Волна руками. Волна начинается от пальцев рук одной руки и заканчивается пальцами рук другой руки.
2. Волна всем телом. Может исполняться, начиная с головы до ног и в обратном порядке.
3. Техника изоляции. Сначала каждая часть тела работает отдельно, а затем соединяется работа нескольких центров одновременно.

#### **III. Изучение основ нижнего брейка**

1. «Гусеница». Руки ставятся на пол и тело постепенно из положения стойки на руках, через волну опускается на пол.

### **ДЖАЗОВЫЙ ТАНЕЦ**

#### **I. Теория дисциплины**

1. Особенности джазового танца.

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

1. Повторение пройденного материала

- Plie

К комбинации на plie добавляется исполнение движения в сочетании со сменами уровня и ракурса.

- Battement tendu

К комбинации на battement tendu добавляется исполнение движения в сочетании с вращениями, сменами уровня и ракурса.

- Battement jeté

К комбинации на battement jete добавляется исполнение движения в сочетании с вращениями, сменами уровня и ракурса.

- Rond de jambe par terre

К комбинации на rond добавляется исполнение движения в сочетании с вращениями, сменами уровня и ракурса.

- Relevé lent на 90°

От исполнения движения у станка переходим к исполнению движения в разделе Адажио без опоры.

- Техника изоляции

В разделе Изоляция координируются движения сразу 2х или 3х центров, добавляется ритмический рисунок.

## 2. Изучение новых танцевальных элементов

- Passé en tournent

Положение passé усложняется добавлением вращения во время исполнения движения.

- Arabesque

Arabesque – положение, в котором рабочая нога открывается назад на любую высоту. Аналогично методике классического танца изучение положения в джаз-танце начинается носком в пол. Изучается на середине зала.

- Développe в сторону

Développe – открытие рабочей ноги через passé. Изучается движение у станка, затем на середине зала. Движение выполняется в характере adagio. Для освоения оно является достаточно трудным, поэтому в этом периоде изучаем dévelope только в сторону. Отличие от классического варианта – исполнение данного движения по параллельным позициям.

### 3. Шаги:

- grand battement назад

На четвертом году обучения изучается самый сложный вариант исполнения grand battement – бросок ноги назад. Перед тем, как начать изучение данного движения, требуется предварительная подготовка для мышц спины.

Изучается движение сначала у станка, затем на середине зала. Передвижение добавляется только после полного освоения движения. Следующий этап – соединение в одну комбинацию grand battement вперед, в сторону и назад.

- grand battement с пируэтом

Исполняется grand battement вперед, затем пируэт с рабочей ногой на passé. Исполняется с передвижением по залу.

- pas de bourge с прыжком

Триплет исполняется с прыжком jump с активным передвижением по залу.

### 4. Прыжки:



- hop с ногой на 90° в стороне с поджатой ногой-

Во время исполнения прыжка опорная нога сгибается в положение «у колена».

- leap в сторону с pas de bourre –

Сложный прыжок, во время взлета обе ноги максимально раскрываются и принимают в воздухе положение поперечный шпагат («веревочка»), а после приземления исполняется pas de bourre. Прыжок происходит с передвижением по залу.

## 5. Вращения:

- chainés в plié –

Одна из модификаций вращения, характерная только джазовому танцу, вращение выполняется на plié.

- тур по 2 позиции со спиралью –

Соединение тура со спиралью в корпусе. Исполняется без продвижения

## Учебно-тематический план по предмету «Современный танец»

5 год обучения

Режим занятий – 1 час в неделю (по 40 мин.)

№	Разделы и темы	часы
	Вводный урок. Инструктаж по технике безопасности	1
<b>I.</b>	<b>Теория дисциплины</b>	
1.	Стили джазового танца. Афро-джаз.	1
2.	Особенности афро-джаз танца	1
<b>II.</b>	<b>Экзерсис на середине зала</b>	
1.	Повторение пройденного материала	3
2.	Изучение новых танцевальных элементов	4
3.	Смена уровней: -падение -падение с вращением	4
4.	Шаги: -комбинация grand battement в сочетании с прыжком	3
5.	Прыжки: - grand pas de chat с продвижением - grand jeté с продвижением	4

	- jump с attitude	
6.	Вращения: -chainés сочетание plie и без plie	3
<b>III.</b>	<b>ПАРТНЕРИНГ. ТРЮКИ.</b>	
1.	Изучение трюковых элементов в паре.	3
	<b>АФРО-ДЖАЗТАНЕЦ</b>	
<b>I.</b>	<b>Экзерсис на середине зала</b>	
1.	Изучение основных танцевальных элементов афро- джаза	4
2.	Контрольный урок	1
	Экзамен	1
	Общее количество часов	33

## Содержание по предмету «Современный танец»

### ДЖАЗОВЫЙ ТАНЕЦ

#### I Теория дисциплины

1. Стили джазового танца. Афро-джаз.

- История возникновения стиля.

2. Особенности афро-джаз танца.

#### II Экзерсис на середине зала

1. Повторение пройденного материала.

- Plie

В комбинации на plie усложняются переходы, смена уровня через падение. Движение накладывается на сложный ритмический рисунок.

- Battement tendu и jeté

В комбинации на battement tendu и jete усложняются переходы, смена уровня через падение. Движение накладывается на сложный ритмический рисунок.

- Rond de jambe par terre

В комбинации на rond усложняются переходы, смена уровня через падение. Движение накладывается на сложный ритмический рисунок.

- Техника изоляции

Группируются движения сразу нескольких центров и накладываются на сложный ритмический рисунок.

## 2. Изучение новых танцевальных элементов.

- Attitude

Attitude – рабочая нога поднята на любую высоту и немного согнута в колене. Изучается положение сначала у станка, затем на середине зала.

- Arabesque на 45°

Положение, в котором рабочая нога открывается назад на высоту 45°. Исполняем движение на середине зала в разделе Адажио.

- Développe по всем направлениям

Développe – открытие рабочей ноги через passé в любом направлении.

Начинаем изучать движение у станка, затем на середине класса. Движение исполняется в характере adagio по выворотным и параллельным позициям.

### 3. Смена уровней:

- падение-

Движение, заимствованное из модерн-танца. Выполняется путем растяжения и расслабления мышц, фиксация на полу в положении «сидя» или «лежа».

- падение с вращением-

Непосредственно во время падения происходит вращение. Фиксация в партере в положении «сидя» или «лежа».

### 4. Шаги:

- комбинация grand battement в сочетании с прыжком –

Выполняется grand battement вперед, в сторону и назад в одной комбинации в сочетании с прыжком. Данная комбинация требует внимательного отношения к форме исполнения как grand battement, так и прыжка.

### 5. Прыжки:

- grand pas de chat с передвижением –

Grand pas de chat – прыжок с одной ноги на другую с продвижением вперед, ноги раскрываются максимально приемом développe и принимают в воздухе положение «шпагат».

- grand jeté с передвижением –

Grand jeté – прыжок с одной ноги на другую с продвижением вперед, назад или в сторону, ноги раскрываются максимально и принимают в воздухе положение «шпагат». По мере освоения прыжок усложняется в момент взлета фиксацией рабочей ноги в положении трамплинного сгибания.

- jump с attitude –

Во время исполнения прыжка рабочая нога принимает положение attitude.

6. Вращения:

- chainés сочетание plié и без plié –

Чередование вращений на прямых ногах, и в plié.

### **III. ПАРТНЕРИНГ. ТРЮКИ.**

1. Изучение трюковых элементов в паре.

- Колесо через спину партнера
- Перекидка через голову
- Колесо с опорой на ноги партнера
- Переворот через спину партнера
- Переворот через бедро партнера
- Вращение.

### **АФРО-ДЖАЗ ТАНЕЦ.**

#### **I. Экзерсис на середине зала**

1. Изучение основных танцевальных элементов афро-джаза.

- Отработка основных шагов:
- простой шаг
- тройной шаг

- Нарботка ритмического рисунка, характерного для афро-джаза при использовании основных ходов.
- Пульсация торса.
- Выталкивающие и вращательные движения бедер.
- Движения падающего и поднимающегося с пола тела из средних и верхних положений.
- Круговые и вертикальные смещения плеч.
- Работа рук
- «круты»
- хлопки
- вращения
- Использование всех ранее проученных джазовых шагов, туров, пируэтов, прыжков в сочинительской работе учащихся на материале афро-джаза.

#### **IV. Формы и методы контроля**

Чтобы оценить работу обучающихся используются различные формы проверки и контроля. Оценивается ученик по 5-ти бальной системе. Оценки выставляются по четвертям. В конце года проводится контрольный урок открытого или закрытого типа (по усмотрению педагога). В конце обучения проводится выпускной экзамен.

##### **Критерии оценок учащихся на экзаменах и контрольных уроках:**

«3» правильность и грамотность усвоения материала;

«4» умение отрабатывать движения и добиваться грамотного исполнения под счет и музыку;

«5» умение эмоционально передавать характер танца.

##### **Критерии текущих оценок:**

«2» - оценка в младших классах не ставится. В средних и старших классах ставится в исключительных случаях.

«3» - ставится за неполные знания ученика. Учитывается исполнение домашнего задания, работа на уроке.

«4» - ставится за активную работу на уроке, стремление к исправлению своих ошибок, хорошую подготовку к уроку.

«5» - учитываются физические данные обучающихся, умение владеть техникой и грамотно исполнять движения. Учитывается музыкальное исполнение и эмоциональная подача движений



## V. Методические принципы реализации программы

Реализация данной программы базируется на следующие принципах:

- **принцип дидактики** (построение учебного процесса от простого к сложному).
- **принцип актуальности** (предлагает максимальную приближенность содержания программы к современным условиям деятельности детского объединения).
- **принцип системности** (подразумевает систематическое проведение занятий).
- **принцип творческой мотивации** - индивидуальная и коллективная деятельность позволяет определить и развить индивидуальные особенности воспитанников. Достижение успеха в том или ином виде деятельности способствует формированию позитивной личности, стимулирует осуществление ребенком дальнейшей работы по самообразованию и самосовершенствованию своего «Я».

Для достижения цели образовательной программы необходимо опираться на следующие основные принципы:

- постепенность в развитии природных способностей детей;
- строгая последовательность в овладении лексикой и техническими приемами;
- систематичность и регулярность занятий;
- целенаправленность учебного процесса.

Данная программа состоит из отдельных танцевальных направлений, но в связи со спецификой обучения на хореографическом отделении границы их

сглаживаются. На одном и том же занятии происходит изучение различных элементов и танцевальных техник, которые используются в подготовке текущего репертуара. В программу каждого учебного года вводится теоретический материал, соответствующий содержанию основных разделов.

#### **IV. Список литературы**

1. Александрова Н.А.: Танец модерн. - СПб.: Лань: Планета музыки, 2007
2. Лукьянова Е.А.: Дыхание в хореографии. - М.: Искусство, 1989
3. С.С. Полятков «Основы современного танца»
4. В. Ю. Никитин «Модерн-джаз танец. История. Методика. Практика.»
5. «Искусство современного танца»