

**Отдел образования администрации города Рассказово**  
**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования**  
**«Дом детского творчества города Рассказово»**

Рассмотрена и принята  
на заседании методического  
совета МБУДО ДДТ  
от «22» августа 2024 г.  
Протокол № 1

«Утверждаю».  
Директор МБУДО ДДТ  
/Яковлева Е. П./  
Приказ № 70 от «22» августа 2024 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа**  
**художественной направленности**  
**«Мир танца»**  
*(углубленный уровень)*

Возраст обучающихся: 16-18 лет  
Срок реализации: 3 года

Авторы-составители: Желтова Галина Николаевна,  
педагог дополнительного образования,  
Болтнева Лилия Юрьевна,  
педагог дополнительного образования

г. Рассказово, 2024

## ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

<b>1. Учреждение</b>	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Дом детского творчества города Рассказово»
<b>2. Полное название программы</b>	<i>Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мир танца»</i>
<b>3. Сведения об авторе:</b>	
<b>3.1. Ф.И.О., должность, образование, категория</b>	<b>Желтова Г.Н., Болтнева Л.Ю.</b> – педагоги дополнительного образования, высшее образование, высшая и первая квалификационная категория
<b>4. Сведения о программе:</b>	
<b>4.1. Нормативная база:</b>	<p>Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в РФ»;</p> <p>Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден приказом Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196);</p> <p>Концепция модернизации российского образования на период до 2015 года;</p> <p>«Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы ОО дополнительного образования детей» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 20.08.2014 г. Регистрационный № 33660)</p> <p>Примерные требования к программам дополнительного образования детей. Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844.</p>
<b>4.2. Область применения</b>	Дополнительное образование
<b>4.3. Направленность</b>	Художественная
<b>4.4. Тип программы</b>	модифицированная
<b>4.5. Целевая направленность программы</b>	Образовательная
<b>4.6. Возраст обучающихся по программе</b>	16-18 лет
<b>4.7. Продолжительность обучения</b>	2-3 года

## **Блок №1. «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»**

### **1.1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мир танца» предназначена для детей старшего школьного возраста 15-18 лет, участников образцового хореографического коллектива «Эдельвейс» Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Дом детского творчества города Рассказов».

Хореография – искусство, любимое детьми. В самые древние времена танец был одним из первых языков, которым люди могли выразить свои чувства. Танец таит в себе огромное богатство для успешного художественного и нравственного воспитания, он сочетает в себе не только эмоциональную сторону искусства, но и раскрывает и растит духовные силы, воспитывает художественный вкус и любовь к прекрасному.

Важное место в хореографии занимают такие виды искусства как современная пластика и музыка. Музыкальное сопровождение развивает музыкальный вкус, чувство ритма, согласованность движений с музыкой. Пластика учит красиво двигаться, развивает двигательные способности детей.

***Направленность*** – художественная.

***Уровень образования*** – дополнительное образование.

***Уровень освоения программы*** – углубленный.

***Новизну*** программы по хореографической подготовке определяет синтез классической, современной хореографии и акробатики. Классический экзерсис является фундаментом для изучения всего комплекса танцевальных дисциплин. Техники современного танца позволяют расширить координационные возможности, учат правильному дыханию, умению целесообразно распределять энергию, шире использовать природные возможности тела, что делает творческие программы коллектива еще оригинальней, а подготовку детей более разносторонней и обширной. Учащиеся вовлекаются в творческий процесс, учатся не просто исполнять данное движение, но и создавать собственное. Все это необходимо современным танцовщикам для достижения высших результатов.

***Актуальность*** программы вызвана необходимостью совершенствования учебно-тренировочного процесса в связи с ростом в современном обществе требований к уровню подготовки танцевального коллектива. Развивающие занятия по данной программе представляют собой свободное передвижение по площадке, включающее в себя элементы танца, пластики, мимики, пантомимики, ритмически согласованных с музыкой движений без предмета и с предметами, а также некоторые элементы упрощенной стилизированной акробатики (полуакробатики).

***Педагогическая целесообразность.*** 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.

Нельзя забывать, что исполнитель несет свое исполнительское мастерство зрителям. Владение несколькими танцевальными техниками, а так же синтез хореографии и циркового искусства при подготовке школьников повышает уровень владения телом танцовщиков, повышает их физическую подготовку в целом.

**Отличительной особенностью** программы «Мир танца» является искусство выразительного движения. В раздел хореографической подготовки входят элементы классического, современного и народно-характерного танцев, исполняемых в виде экзерсиса у опоры и на середине, музыкально-ритмическая подготовка (упражнения на согласованность движений с музыкой), элементы пантомимы, занятия по актерскому мастерству и основам циркового искусства.

Спортивная хореография объединяет элементы общей хореографии, а также упражнения, направленные на совершенствование двигательной культуры, на расширение арсенала выразительных средств.

Хореографическая подготовка – многолетний, круглогодичный, специально организованный процесс всестороннего развития, обучения и воспитания обучающихся.

Программа «Мир танца» намечает максимальный объем материала, который может быть использован с учетом в каждом конкретном случае состава группы, физических данных и возможностей учащихся. Программа может реализоваться как 3 так и два года по сложившимся обстоятельствам.

**Адресат программы** - программа рассчитана на детей в возрасте от 15 до 18 лет. Условия приема детей после освоения дополнительных общеобразовательных общеразвивающих разноуровневых программ художественной направленности «Школа Терпсихоры» и «Дети Терпсихоры».

**Условия набора учащихся** - для обучения по программе «Мир танца» принимаются дети с высоким уровнем хореографических способностей, прошедших обучение по дополнительным общеобразовательным программам «Школа Терпсихоры» и «Дети Терпсихоры», (не имеющие медицинских противопоказаний).

**Количество учащихся** в объединении зависит от направленности программы, определяется Уставом образовательной организации с учетом рекомендаций СанПиН. Занятия в учебном объединении проводятся в группах по 8-12 человек в сопровождении концертмейстера.

**Объем и срок освоения программы** - 3 года (по 216 часов).

Режим занятий: 2-3 раза в неделю. Недельная нагрузка 6 часов.

## 1.2. Цель и задачи программы

**Цель:** развитие физического потенциала обучающихся, их творческих способностей и индивидуальности средствами современного хореографического искусства.

**Задачи:**

**Обучающие:**

- расширить знания в области современной хореографии, истории музыки, сценического костюма;

-познакомить учащихся со сложными элементами современных направлений танца (эстрадный, хип-хоп, «джаз», джаз – модерн, модерн, contemporary dance);

- сформировать навыки проектной деятельности;

-отработать навыки актёрского мастерства и импровизации в хореографии;

***Развивающие:***

- развивать фантазию, способность к импровизации, артистизм, образную память, выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений;

- развивать физические, моральные и волевые качества у учащихся;

-мотивировать потребность к саморазвитию и дальнейшему профессиональному самоопределению учащихся;

- развивать коммуникативные навыки в социуме и в хореографическом коллективе;

- отработать навыки самостоятельной работы.

***Воспитательные:***

- формировать у подростков художественный вкус и систему ценностей в восприятии современной культуры;

- формировать навыки здорового образа жизни;

- воспитывать трудолюбие, выносливость, силу воли.

**1.3. Содержание программы**  
**Первый год обучения**  
**Учебный план**

№ п/п	Название разделы, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	В том числе:		
			Теория	Практика	
	Вводное занятие	2	1	1	Начальная диагностика
<b>I.</b>	<b>Раздел «Упражнения на середине зала»</b>	<b>30</b>	<b>4</b>	<b>26</b>	Контрольные упражнения
1.1	Разминка	15	1	14	
1.2	Упражнения по диагоналям	5	1	4	
1.3	Вращения	10	2	8	
<b>II.</b>	<b>Раздел «Партерная гимнастика»</b>	<b>42</b>	<b>6</b>	<b>36</b>	Зачет
2.1	Элементы stretch – характера	15	1	14	
2.2	Партеринг	20	3	17	
2.3	Акробатика	7	2	5	
<b>III.</b>	<b>Раздел «Композиция классического танца»</b>	<b>30</b>	<b>5</b>	<b>25</b>	Открытое занятие
3.1	Понятие композиция классического танца	3	3	-	
3.2	Экзерсис у станка	15	1	14	
3.3	Экзерсис на середине зала	12	1	11	
<b>IV.</b>	<b>Раздел «Современный танец»</b>	<b>70</b>	<b>10</b>	<b>60</b>	
4.1	Элементы хип – хоп танца	20	2	18	
4.2	Модерн танец	35	6	29	
4.3	Джаз – фанк	15	2	13	
<b>V.</b>	<b>Раздел «Концертная деятельность»</b>	<b>40</b>	<b>3</b>	<b>37</b>	Участие в концертной деятельности
5.1	Этюды в современных стилях танца	10	1	9	
5.2	Импровизация	5	1	4	
5.3	Постановочно – репетиционная работа	25	1	24	
	Итоговое занятие	2	-	2	Отчетный концерт, промежуточная

					аттестация
Итого:		216	29	187	

### Содержание программы:

Вводное занятие

*Теория:* Введение в образовательную программу. Постановка целей и задач 1-го года обучения. Выявление уровня хореографической подготовки.

*Практика:* Начальная диагностика;

Комплекс упражнений на различные группы мышц.

#### I. Раздел «Упражнения на середине зала»

##### 1.1. Тема «Разминка»

*Теория:* Объяснение методики исполнения разминки в современных стилях танца. Знакомство с техникой Грем. Понятие flat back (наклон торса вперёд, в сторону на 90°, назад с прямой спиной, без изгиба торса).

*Практика:* Упражнение grand battement на 90 градусов (на месте с переступанием вперёд, в сторону, назад с руками; с продвижением вперёд; назад – шпагат в воздухе);

Выполнение волнообразных движений корпуса в технике Грем;

Выполнение flatback из положения стоя.

##### 1.2. Тема «Упражнения по диагоналям»

*Теория:* Освоение методики исполнения упражнений (варианты шагов, поворотов и вращений с продвижением, прыжки и комбинации прыжков).

*Практика:* Выполнение комплекса ранее изученных упражнений;

Выполнение кроссов по диагонали (различные варианты шагов, поворотов и вращений с продвижением, прыжки и комбинации прыжков).

##### 1.3. Тема «Вращения»

*Теория:* Понятие «точка» и «стержень» во время исполнения движений и вращений. Знакомство с методикой исполнения. Понятие пируэт в хореографии.

*Практика:* Выполнение tour с поднятием колена en dehors и en dedans, с подменой ноги (на месте, вперёд с продвижением);

Подготовка к выполнению вращений;

Выполнение пируэтов на 180 градусов со 2 позиции.

Выполнение пируэтов на 180 градусов с 4 позиции.

#### II. Раздел «Партерная гимнастика»

##### 2.1. Тема «Элементы stretch – характера»

*Теория:* Понятие активная изолированная гибкость. Освоение методики исполнения упражнений.

*Практика:* Выполнение комплекса упражнений для развития активной изолированной гибкости;

Выполнение активных и пассивных растяжек;

Парный стретчинг «цапля», «буква «П»», растяжка спины

##### 2.2. Тема «Партеринг»

*Теория:* Понятие партеринг в современной хореографии. Основные виды. Знакомство с методикой исполнения.

*Практика:* Выполнение перекатов: назад согнувшись в стойку на лопатках; назад прогнувшись из стойки на руках, на голове и руках, на предплечьях; с коленей на грудь, с различными положениями рук; то же с опорой на одну руку и без опоры;

Выполнение простейших партерных поддержек: двумя руками за талию, двумя руками за две руки партнерши, комбинированные приемы;

Выполнение упражнения слайд с выходом на ноги.

### 2.3. Тема «Акробатика»

*Теория:* Понятие и значение акробатики в современной хореографии. Знакомство с методикой исполнения упоров, перекатов и стоек.

*Практика:* Выполнение упоров (присев, лежа, согнувшись);

Выполнение упражнения седы (на пятках, углом);

Выполнение комплекса группировок, перекаты в группировке;

Выполнение стойки на лопатках (согнув и выпрямив ноги) и выход в стойку на прямые руки.

Выполнение кувырков вперед, назад через плечо с выходом в шпагат;

Стойки на руках с поворотом на 180-360 градусов.

## III. Раздел «Композиция классического танца»

### 3.1. Тема «Понятие композиция классического танца»

*Теория:* Понятие композиция. Значение в разделе классического танца.

### 3.2. Тема «Экзерсис у станка»

*Теория:* Освоение методики исполнения. Знакомство с понятием *battement developpes*.

*Практика:* Составление комбинации *demi plie* и *grand plie* с использованием *releve* и перегибами корпуса;

Составление комбинации *battement tendu* и *battement tendu jete*, м.р.-2/4;

Составление комбинации *rond de jambe parterre* с использованием 3 формы *por de bras*;

Выполнение *battement developpes* по всем направлениям.

### 3.3. Тема «Экзерсис на середине зала»

*Теория:* Освоение методики исполнения.

*Практика:* Составление комбинации *temp slie*;

Составление комбинации *battement tendu* и *battement tendu jete* в позах с использованием *picse* и *rounte*.

## IV. Раздел «Современный танец»

### 4.1. Тема «Элементы хип- хоп танца»

*Теория:* Знакомство со стилем *hip-hop*, освоение методики исполнения движений.

*Практика:* Выполнение базовых элементов хип – хоп танца;

Выполнение комплекса упражнений для корпуса в *hip-hop* стиле;

Танцевальные связки на основе изученного материала.

### 4.2. Тема «Модерн танец»

*Теория:* Знакомство с историей возникновения и отличительными особенностями стиля. Освоение основных разделов танца модерн (*floowork*, *centrework*, *moowinginthe space*).

*Практика:* Комплекс упражнений сидя или лёжа на полу (floowork);  
 Выполнение упражнений на месте (centrework);  
 Выполнение упражнений, включающих движение в пространстве (moowinginthespace);  
 Выполнение упражнений на пластику тела;  
 Составление и исполнение танцевальных элементов и композиций.

#### 4.3. Тема «Джаз – фанк»

*Теория:* Знакомство с историей возникновения стиля. Освоение отличительных особенностей стиля. Понятие вакинг (waasking) – непрерывные движения, махи руками.

*Практика:* Выполнение элементов джаз- фанка «импульс», «выброс» тела вперед или в сторону, «волна», изоляция

Шаги «степ-степ»,

Импровизация в стиле джаз-фанк, акробатические этюды.

### V. Раздел «Концертная деятельность»

#### 5.1. Тема «Этюды в современных стилях танца»

*Теория:* Освоение методики исполнения движений.

*Практика:* Изучение и исполнение этюдов в стиле хип –хоп танца;

Выполнение этюдов на активное передвижение исполнителя в пространстве;

Выполнение танцевальных комбинаций в стиле модерн танца.

#### 5.2. Тема «Импровизация»

*Теория:* Значение импровизации в современной хореографии. Комбинирование и взаимопроникновение музыки и танца.

*Практика:* Выполнение творческих заданий в различных стилях танца: хип – хоп, модерн, джаз;

Выполнение упражнений на индивидуальные импровизации в общем танце (сольные связки ).

#### 5.3. Тема «Постановочно – репетиционная работа»

*Теория:* Освоение методики и техники исполнения движений.

*Практика:* Отработка хореографических номеров;

Постановка новых хореографических номеров;

Репетиционная деятельность комбинаций;

Работа над рисунками танца;

Работа над синхронностью исполнения.

Итоговое занятие

*Практика:* Выступление на отчетном концерте и на конкурсах различного масштаба.

*Предполагаемые результаты обучения по окончании первого года обучения:*

Знать:	Уметь:
- комплекс упражнений на середине зала в современных стилях танца; - историю возникновения и базовые	- пользоваться приемами импровизации в различных стилях танца;

<p>элементы танца модерн;  - основные разделы танца модерн;  - лексический материал и особенности модерн танца и hip-hop;  - методику выполнения партеринга.</p>	<p>- самостоятельно соединять отдельные элементы в композиции;  - отличать лексический материал современных направлений танца.  - исполнять хореографические связки в эстрадном, «хип-хоп», модерн стиле.</p>
--	---

### Второй год обучения Учебный план

№ п/п	Название разделы, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	В том числе:		
			Теория	Практика	
	Вводное занятие	2	1	1	Начальная диагностика
<b>I.</b>	<b>Раздел «Упражнения на середине зала»</b>	<b>45</b>	<b>3</b>	<b>42</b>	Зачет, контрольные упражнения
1.1	Разминка по диагоналям	12	1	11	
1.2	Партерная гимнастика	25	1	24	
1.3	Свинговые упражнения и изоляции	8	1	7	
<b>II.</b>	<b>Раздел «Композиция классического танца»</b>	<b>32</b>	<b>4</b>	<b>28</b>	Тестирование, педагогическое наблюдение
2.1	Экзерсис у станка	12	1	11	
2.2	Экзерсис на середине зала	10	1	9	
2.3	Allegro	10	2	8	
<b>III.</b>	<b>Раздел «Дисциплины современной хореографии»</b>	<b>25</b>	<b>8</b>	<b>17</b>	Открытое занятие
3.1	Партеринг	9	2	7	
3.2	Слоу в современной хореографии	10	3	7	
3.3	Техника выполнения партнеринга	6	3	3	
<b>IV.</b>	<b>Раздел «Современный танец»</b>	<b>70</b>	<b>10</b>	<b>60</b>	Участие в танцевальных конкурсах
4.1	Виды хип – хоп танцев	20	2	18	
4.2	Джаз – модерн	25	3	22	

4.3	Contemporary dance	25	5	20	
<b>V.</b>	<b>Раздел «Концертная деятельность»</b>	<b>40</b>	<b>5</b>	<b>35</b>	Педагогические наблюдения, участие в конкурсах и фестивалях
5.1	Выразительные средства хореографии	5	1	4	
5.2	Контактная импровизация	10	1	9	
5.3	Постановочно – репетиционная работа	25	3	22	
	Итоговое занятие	2	-	2	Отчетный концерт, итоговая аттестация
Итого:		216	31	185	

### Содержание учебного плана

#### Вводное занятие

*Теория:* Введение в образовательную программу. Постановка целей и задач второго года обучения. Инструкция на тему техники безопасности и поведения в хореографическом классе. Выявление уровня сохранности изученного материала на первом году обучения.

*Практика:* Выполнение комплекса упражнений, изученном на первом году обучения;

Разминка на середине зала в современных техниках танца.

#### I. Раздел «Упражнения на середине зала»

##### 1.1. Тема «Разминка по диагоналям»

*Теория:* Знакомство с понятием grand jete с выходом в шпагат. Овладение методикой исполнения элементов.

*Практика:* Выполнение комплекса упражнений 2-го года обучения;

Выполнение grand jete с выходом в шпагат;

Выполнения кроссов в современных стилях танца.

##### 1.2. Тема «Партерная гимнастика»

*Теория:* Знакомство с техникой Хортон. Освоение методики исполнения движений.

*Практика:* Выполнение упражнений 2-го года обучения;

Выполнение шпагатов на полу (с продвижением веред через живот, поворот на месте «циркуль»);

Выполнение упражнений парами по методике Хортон (упражнения stretch-характера под тяжестью своего партнера);

Выполнение упражнения на расслабление мышц спины (скрутка, улитка).

##### 1.3. Тема «Свинговые упражнения и изоляции»

*Теория:* Знакомство с техникой исполнения элементов.

*Практика:* Выполнение комплекса упражнений на торсовую работу корпуса: twist, на закрепление мышечных ощущений спины и бока;

Выполнение изолированной работы головы, стоп, коленей, плеч, бедер со средней частью корпуса и ног в джаз-модерн танце;

Выполнение упражнения «полукруг» и «круг» (поочередно каждым плечом и одновременно оба плеча в оппозиции);

Выполнение свинговых упражнений двумя руками и всего корпуса.

## II. Раздел «Композиция классического танца»

### 2.1. Тема «Экзерсис у станка»

*Теория:* Овладение системой составления композиций. Знакомство с понятием «мягкий»battement.

*Практика:* Составление комбинации battement fondu, battement frappe, м.р. – 2/4;

Выполнение комбинации grand battement с использованием «мягкого»battement и rounte; Выполнение тренажа классического танца.

### 2.2. Тема «Экзерсис на середине зала»

*Теория:* Овладение системой последовательности составления композиции классического танца.

*Практика:* Составление комбинации rond de jambe parterre с подъемом ноги на 45°;

Выполнение комбинации battement fondu в пол, м.р. – 2/4;

Выполнение упражнений, изученных ранее.

### 2.3. Тема «Allegro»

*Теория:* Освоение методики исполнения.

*Практика:* Составление комбинаций с использованием различных прыжков - малых, средних и больших.

## III. Раздел «Дисциплины современной хореографии»

### 3.1. Тема «Партеринг»

*Теория:* Партеринг в современной хореографии. Знакомство с отличительными особенностями и базовыми элементами.

*Практика:* Выполнение упражнений 2-го года обучения;

Выполнение упражнений группировка, перекаты в группировке;

Выполнение кувыркков вперёд: в группировке, на одну ногу, перекаат через шпагат в «скорпиончика», с поворотом в шпагат; то же с опорой на одну руку и без опоры;

Работа над «падениями» в современной хореографии (на две ноги, через подъемы);

Исполнение партеринга в стиле джаз – модерн.

### 3.2. Тема «Слоу в современной хореографии»

*Теория:* Понятие слоу. Знакомство с отличительными особенностями от танца модерн. Овладение методики исполнения.

*Практика:* Выполнение дыхательных упражнений;

Выполнение contraction и release;

Исполнение танцевальных связок в стиле слоу.

### 3.3. Тема «Техника выполнения партнеринга»

*Теория:* Понятие и значение партнеринга. Техника выполнения элементов. Изучение вертикальных и горизонтальных поддержек.

*Практика:* Выполнение упражнения на передачу импульсов от партнера к партнеру;

Выполнение упражнения на взаимодействия с партнеров, нахождение точки опоры. Танцевальные композиции.

#### IV. Раздел «Современный танец»

##### 4.1. Тема «Виды хип – хоп танцев»

*Теория:* Знакомство с отличительными особенностями современных техник «хип – хоп» танцев.

*Практика:* Выполнение танцевальных комбинаций в стиле girl hip-hop;

Хореографические связки в стиле стрит денс;

Выполнение базовых элементов «хип – хоп» танца;

Выполнение комбинаций в стиле брейк – данс.

##### 4.2. Тема «Джаз – модерн»

*Теория:* Понятие и история возникновения стиля джаз–модерн. Знакомство с синтезом джаза и модерна, овладение характерными особенностями стиля. Понятие полиритмия танца. Использование в танце позы коллапса.

*Практика:* Выполнение «позы коллапса»;

Выполнение активных передвижений исполнителя в пространстве, как по горизонтали, так и по вертикали;

Выполнение изолированных движений различных частей тела;

Танцевальные композиции в стиле джаз – модерн.

##### 4.3. Тема «Contemporary dance»

*Теория:* Понятие contemporary dance. Знакомство с техникой исполнения.

*Практика:* Творческие задания «Дополнение комбинацию»;

Выполнение упражнений на основе классического танца;

Исполнение танцевальных комбинаций.

#### V. Раздел «Концертная деятельность»

##### 5.1. Тема «Выразительные средства хореографии»

*Теория:* Значение выразительных средств в современной хореографии.

*Практика:* Актерское мастерство;

Викторина на знание выразительных средств.

##### 5.2. Тема «Контактная импровизация»

*Теория:* Понятие контактная импровизация. Значение в современной хореографии.

*Практика:* Выполнения упражнений на чувство партнера, передачу импульса;

Работа в группе: верхний, средний, нижний уровень;

Работа в паре: перекаты на мостик, plie спина к спине, поддержка через бедро.

##### 5.3. Тема «Постановочно – репетиционная работа»

*Теория:* Овладение техникой исполнения движений.

*Практика:* Постановочная работа новых хореографических композиций;

Репетиционная деятельность хореографических номеров;

Работа над «ансамблем» исполнения и рисунками танца.

Итоговое занятие

*Практика:* Выступление на отчетном концерте.

*Предполагаемые результаты обучения по окончании второго года обучения:*

Знать:	Уметь:
- отличительные особенности современной хореографии; - лексический материал стиля джаз – модерн; - технику Хортона; - дисциплины современной хореографии: партеринг, слоу, партнеринг, кросс; - технику исполнения contemporary dance; - лексический материал современных стилей танца.	- пользоваться контактной импровизацией; - использовать исполнительские, творческие навыки и умения; - грамотно и выразительно исполнять хореографические связки в разнообразных телях современной хореографии.

### Третий год обучения Учебный план

№ п/п	Название разделы, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	В том числе:		
			Теория	Практика	
	Вводное занятие	2	1	1	Начальная диагностика
<b>I.</b>	<b>Партерная гимнастика</b>	<b>44</b>	<b>3</b>	<b>41</b>	Зачет, контрольные упражнения
1.1	Стрейчинг	12	1	11	
1.2	Гимнастические элементы на полу	24	1	23	
1.3	Свинговые упражнения и изоляции	8	1	7	
<b>II.</b>	<b>Классический танец</b>	<b>32</b>	<b>4</b>	<b>28</b>	Тестирование, педагогическое наблюдение
2.1	Экзерсис у станка	12	1	11	
2.2	Экзерсис на середине зала	10	1	9	
2.3	Allegro	10	2	8	
<b>III.</b>	<b>Народный танец</b>	<b>24</b>	<b>5</b>	<b>19</b>	Открытое занятие
3.1	Испанский танец	14	2	12	
3.2	Цыганский танец	10	3	7	
<b>IV.</b>	<b>«История хореографического искусства»</b>	<b>12</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	Участие в танцевальных конкурсах
<b>V.</b>	<b>Современный танец</b>	<b>44</b>	<b>2</b>	<b>42</b>	
5.1	Джаз-танец	18	2	16	

5.2	Модерн-танец	18	2	16	
5.3	MTV-стиль	8	2	6	Педагогические наблюдения, участие в конкурсах и фестивалях
<b>VI.</b>	<b>Индивидуальные занятия</b>	<b>10</b>	<b>1</b>	<b>9</b>	
<b>VII.</b>	<b>Репетиции и постановка танцев.</b>	<b>46</b>	<b>4</b>	<b>42</b>	
7.1	Постановочная работа	14	4	10	
7.2	Отработка движений	16	-	16	Отчетный концерт, итоговая аттестация
7.3	Сценическая практика	16	-	16	
7.4	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	
<b>Итого:</b>		<b>216</b>	<b>26</b>	<b>190</b>	

### Содержание программы:

1. Вводное занятие.

*Теория:* Задачи 3-го года обучения. Права и обязанности воспитанников.

Правила поведения в коллективе.

*Практика:* Техника безопасности.

#### **I. Партерная гимнастика.**

*Теория:* Повторение и закрепление выученного за 1 -4-й годы обучения.

*Практика:* Ускоряем темп исполнения упражнений.

Добавляем более сложные

элементы, развивающие гибкость, танцевальный шаг, выворотность.

#### **II. Классический танец.**

*Теория:* Закрепление освоенной хореографической азбуки.

*Практика:* Чистота исполнения,

закрепление устойчивости в упражнениях на середине зала. Развитие танцевальности. Изучение элементов художественной окраски движений.

##### **3.1 Упражнения у палки.**

*Практика:* Разучивание упражнений: батман дубль фондю, батман сутеню на 90, поворот на 360, гранд ронд де жамб ан деор и ан дедан на 90, па купе, полуповороты с подменой ноги на полупальцах, подготовительные

упражнения для туров из 5-й позиции.

### 3.2 Упражнения на середине зала.

*Практика:* б-е пор де бра, подготовительные упражнения к турам, па де бурее де су де

сю, туры ан деор и ан дедан со 2-й позиции.

Прыжки: па эшаппе в 4-ю позицию на круазе и на эфассе, сиссон уверт и сиссон ферме в позах, сиссон томбе, па баллоне, па купе, па де ша, эшаппе батю.

### 3.3 Закрепление упражнений.

*Теория:* Работа над техникой исполнения упражнений.

## **III. Народно-сценический танец.**

### 4.1 Испанский танец.

*Теория:* Танцевальное искусство Испании многообразно и неповторимо.

**Характер**

испанского танца страстный, огненный. Существует несколько групп танцев различного характера: трагико-драматического - «хондо», шуточного, с танцами под общим названием «чуфлас» и. т. д.

*Практика:* Основные движения испанского танца: позиции рук и ног, движения рук,

ход - удлинённые шаги на полуприседании, ход - удлинённый шаг на всю стопу в полуприседании с двумя последующими переступаниями,

«сапатеадо» - выстукивания по б-й позиции, па балансе, па глиссад, круговое перегибание корпуса, соскоки.

*Практика:* Разучивание танцевального этюда или сценического номера.

### 4.2 Цыганский танец.

*Теория:* История направления.

*Практика:* Основные движения танца: положения рук и ног, основной ход (разновидность па де баска), движение из стороны в сторону, «голубец» на

28

прыжке, «верёвочка», «ковырялочка», опускание на колено, «винт»,

повороты на месте.

Разучивание танцевального этюда, либо сценического номера.

#### **IV. История хореографического искусства.**

*Теория:* Ансамбли народного танца. Народный танец в современной жизни.

Современный танцевальный фольклор. Анализ народной хореографии.

Государственный ансамбль народного танца под руководством И. Моисеева.

Эволюция репертуара. Анализ программ. Ансамбль на современном этапе.

Просмотр видеозаписей концертов ансамбля.

#### **V. Современный танец.**

##### **6.1 Джаз танец.**

*Теория:* Овладение системой растяжки «стретч», характером и особенностями классического традиционного джаза.

*Практика:* Вращения: простейшее вращение из релаксационного раскрытия до 2-й

позиции в контракцию по 6-й, «штопор», туры с подменой ног и

одновременной работой корпуса «восьмёркой», по диагонали: тур шене и тур лян.

Прыжки: педальный (жете вниз), гранд жете вперёд, в сторону, назад через пассе, сиссон ферме, ранверсе.

Танцевальные шаги: па томбе и па де буре. «Стретч» - скручивание и раскручивание корпуса. Постижение основ джазового танца на середине зала. Проработка стопы на позициях «параллель» через чередование выворотных и параллельных позиций с одновременной усложнённой работой корпуса через контракцию, закрытием и раскрытием корпуса с постоянной сменой работы рук в позициях «джаз».

##### **6.2 Модерн танец.**

*Теория:* В уроке Модерн-джаз танца нет определенной последовательности упражнений, как в классическом танце, но есть свой определенный стиль.

Основные разделы урока модерн-джаз танца: разогрев, изоляция и координация, партер, adagio, передвижение (cross): шаги, прыжки, вращения, комбинация.

Последовательность изучаемых движений неслучайна - от простого к сложному, учитывается полезность движений, возможность сочетания одних с другими, равномерное распределение нагрузки на все группы мышц тела.

*Практика:* Развёрнутая разминка у палки на материале танца модерн : батман тандю,

плие, жете, ронд, адажио, гранд жете (простейшие комбинации).

Разучивание различных танцевальных комбинаций на середине зала.

Импровизация под музыку используя технику release, создание определённого образа.

### 6.3 MTV-стиль.

*Теория:* Разновидность современного клубного танца. В комбинациях сочетание мелких быстрых движений и медленных более широких. Основа движений MTV-стиля джаз танец.

*Практика:* Разминка на середине зала: работа головы, плеч, средней части корпуса и

бедер, коленей, стоп, паховые и боковые растяжки.

*Практика:* Разучивание танцевальных комбинаций и составление танцевального номера.

## **VI. Индивидуальные занятия.**

*Теория:* Проводятся с солистами группы, для разучивания сольных номеров и сольных партий в массовых танцах, а так же для работы над техникой исполнителей и эмоциональностью.

В сольном танце главным действующим лицом является сам исполнитель. Независимо от того, является ли танец традиционно парным, или нет, его хореография может быть преобразована для исполнения одним танцором. Это очень современный взгляд, и он не накладывает никаких ограничений на танцора, способствуя максимальному самовыражению и личной интерпретации характера и экспрессии танца.

Занятия представляют собой комплексную программу, в которую входят элементы современных танцев, музыкально-ритмические игры и упражнения, развивающие творческое воображение, музыкальность, пространственное восприятие.

Отдельное внимание уделяется растяжке и развитию гибкости тела, укреплению мышц спины и пресса, развитию координации движений. Кроме этого, в процессе артистической подготовки, дети учатся направлять собственные мысли на контроль эмоционального состояния и работу своего тела.

Одной из главных задач является развитие лидерских качеств в ребенке, уверенности в себе, трудолюбия и умения переносить, полученные в процессе занятий навыки, из комфортного танцевального зала в условия конкурсов и соревнований.

Соревнования по сольному танцу проходят так же, как и общепринятые соревнования по парному танцу. Разница в том, что участники танцуют по одному. Каждая дисциплина представлена как дисциплина одного танца. Возрастная категория танцора определяется его датой рождения, в непосредственной связи с датой турнира.

Особенности конкурсного исполнения, естественно, диктуют особые условия. Лидировать будут те танцоры, которые на фоне безупречного владения телом продемонстрируют артистичность исполнения соревновательных программ и захватывающий зрителя танец.

*Практика:* Постановочная работа новых хореографических композиций;

Репетиционная деятельность хореографических номеров;

## **VII. Репетиции и постановка танцев.**

Пополнение репертуара новыми концертными постановками: «Восточная фантазия», «Латино-денс» и. т. д.

Работа над техникой и эмоциональностью исполнения концертных номеров, в танцевальном зале и на сценической площадке.

### **Сценическая практика.**

Применение полученных знаний, умений и навыков на практике.

### **Итоговое занятие**

*Практика:* Выступление на отчетном концерте.

## Основные требования к знаниям и умениям обучающихся:

Знать:	Уметь:
<ul style="list-style-type: none"><li>- знать хореографическую азбуку школы классического танца;</li><li>- понимать и интересоваться фольклором, народными танцами и костюмами, связывать характер танца с образом жизни народа, с окружающей природой;</li><li>- знать сложные технические движения народно-сценического танца;</li><li>- знать репертуар ведущих профессиональных коллективов страны, творчество балетмейстеров этих коллективов;</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- уметь анализировать балетные спектакли, определять их жанр;</li><li>- исполнять танцы, построенные на движениях разных жанров, стилей;</li><li>- иметь красивую осанку, грамотность и выразительность движений;</li><li>- уметь выражать в пластике общее содержание музыки, её образные ассоциации;</li><li>- уметь свободно импровизировать в новых молодёжных стилях и направлениях;</li><li>- уметь сочинять небольшие миниатюры, этюды.</li></ul>

### ***1. 4. Предполагаемые результаты обучения по окончании обучения***

#### *Предметные*

##### *Знать:*

- истоки и историю развития современных танцев;
- специальную терминологию современного и классического танцев;
- технику и методику современных направлений танца;
- композиции произведения и основы хореографической деятельности.

##### *Уметь:*

- использовать танцевальные элементы в разнообразных формах творческой и концертной деятельности;
- использовать выразительные средства для создания образа в хореографическом произведении;
- точно и грамотно исполнять разноплановые элементы современных танцев (эстрадный, диско, хип-хоп, стрит денс, джаз, бродвей-джаз), композиций, этюдов, которые могут стать основой репертуара для сценической практики, а так же экзерсиса у станка и на середине;
- исполнять хореографический репертуар ансамбля, как в группе так и сольно.

#### *Метапредметные*

- формирование мотивации к самоопределению и самореализации учащегося;

-формирование творческого мышления, навыков продуктивного сотрудничества;

-овладение навыками контроля и самоконтроля, самокритичность в оценке своих способностей.

*Личностные:*

-приобретение чувства стиля и вкуса по средствам современной хореографии, формирование эстетического идеала учащихся;

-развитие навыков общения, коммуникативных компетентностей;

-повышение культурного уровня учащихся;

-воспитание настойчивости и самоотдачи, коллективной и личной ответственности за порученное дело.

## **Блок №2. «Комплекс организационно-педагогических условий»**

### **2.1. Условия реализации программы**

#### **Материально-техническое обеспечение программы**

- просторное, светлое помещение (танцевальный класс с зеркалами и станками, соответствующими росту ребёнка) с учётом норм СанПиН;

- мягкие коврики;

- специальная форма и обувь;

- фортепиано, магнитофон, фонотека.

#### **Методическое обеспечение**

-объяснительно – иллюстративный (объяснение, беседа, показ);

-репродуктивный (тренаж, повторение по образцу);

-исследовательский (задания на ассоциации, импровизацию, артистизм);

-творческий (постановка танцев, составление композиций);

-метод хореокоррекции (здоровьесберегающая технология (оздоровительная хореография), предусматривающая интегрированные занятия с использованием музыки, движения, музыкально-пластических игр и этюдов);

-метод тройных передвижений (координация, чувство равновесия, ориентировка в пространстве).

#### **Кадровое обеспечение**

-педагог, работающий по данной программе, должен иметь высшее или среднее специальное образование по специализации «Хореография», а так же обладать необходимыми знаниями по детской психологии;

-концертмейстер.

### **2.2. Формы аттестации**

Для отслеживания результатов деятельности обучающихся проводятся начальная, промежуточная и итоговая аттестации в форме выполнения контрольных тестов, зачетов, диагностики, открытых занятий.

### **2.3. Оценочные материалы**

#### **1-3 год обучения**

Теоретическая часть:

- распределение нагрузки на все группы мышц;

-основные технические элементы классического, народного, современного танца;

-основы импровизации.

Практическая часть:

- выполнение акробатических упражнений и спортивных элементов
- выполнение упражнения седы (на пятках, углом);
- выполнение комплекса группировок, перекаты в группировке;
- выполнение стойки на лопатках (согнув и выпрямив ноги) и выход в стойку на прямые руки.
- выполнение кувырков вперед, назад через плечо с выходом в шпагат;
- стойки на руках с поворотом на 180-360 градусов.
- специальные данные: способность к артистизму, импровизации (приложение 1).

## **2. 4. Методические материалы**

Успешное решение поставленных задач на занятиях возможно только при использовании педагогических принципов и методов обучения.

Учебный материал программы «Современная хореография» состоит из 2-х составных частей:

Теоретической - формирующей систему понятий, теоретических знаний, которые должны получить учащиеся в процессе обучения;

Практической – направленной на приобретение умений и навыков в области хореографического искусства.

В основу программы положены следующие принципы:

индивидуализации (определение посильных заданий с учётом возможностей ребёнка);

систематичности (непрерывность и регулярность занятий);

наглядности (безукоризненный показ движений педагогом);

повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков);

сознательности и активности (обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям);

культуросообразности, обеспечивающий построение образовательного процесса в контексте лучших образцов мировой и отечественной культур, в том числе музыкальной и хореографической;

системности и последовательности, предусматривающий взаимосвязь и последовательность всех компонентов программы, соблюдение установок «от простого к сложному», «от частного – к общему»;

дифференциации и индивидуализации, предполагающий создание условий для максимального развития задатков и способностей каждого воспитанника.

**Методические приемы:**

Для каждого уровня освоения доминирующими методами обучения являются:

для стартового уровня: объяснительно-иллюстративные методы обучения. При использовании такого метода обучения обучающиеся воспринимают и усваивают готовую информацию;

для базового уровня: репродуктивные методы обучения. В этом случае обучающиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности.

для углубленного уровня: частично-поисковые методы обучения. Участие учащихся в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом; исследовательские методы обучения: овладение обучающимися методами научного познания, самостоятельной творческой работы. астично-поисковый метод (эвристический), педагог расчленяет проблемную задачу на подпроблемы, а учащиеся осуществляют отдельные шаги поиска ее решения, каждый шаг предполагает творческую деятельность, но целостное решение проблемы пока отсутствует) самостоятельная работа, наблюдение, работа в малых группах.

Наглядный метод– выразительный показ под счет, с музыкой.

Метод аналогий. В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог, используя игровую атрибутику, образ, активизирует пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей.

Словесный метод. Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.

Практический метод заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения.

Репродуктивный метод. Суть его состоит в повторении (многократном) способа деятельности по заданию педагога.

Эмоциональный метод (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений).

Наглядно-иллюстративный метод. (Просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся танцовщиц и танцовщиков, качественный показ педагогом комбинации или отдельных движений, посещение концертов).

Концентрический метод. (Этот метод заключается в том, что педагог по мере усвоения детьми определенных движений, танцевальных композиций снова возвращается к пройденному, но с более усложненным вариантом исполнения).

Преподаватель на занятиях должен стремиться к достижению им поставленной цели, добиваясь грамотного, техничного и выразительного исполнения танцевального движения, комбинации движений, умения определять средства музыкальной выразительности в контексте хореографического образа, умения выполнять комплексы специальных хореографических упражнений, способствующих развитию профессионально необходимых физических качеств. Умения осваивать и преодолевать технические трудности при тренаже и разучивании хореографического произведения.

В начале каждого учебного года проводится диагностирование уровня сохранности пройденного материала. В конце года проводятся открытые

занятия, где проверяется уровень освоения данной программы, также организуется отчётный концерт для родителей и педагогов.

Формой организации образовательного процесса является групповое занятие.

***Формы организации учебного занятия:***

1. Беседа. Живое общение педагога с детьми.  
2. Занятие - консультация. На занятиях данного типа проводится целенаправленная работа по ликвидации пробелов в знаниях учащихся и по развитию их умений. Педагог систематизирует затруднения в практических работах и теории учащихся.

3. Занятие – презентация– публичное представление определенной темы или предмета.

4. Занятие - практикум. Занятия-практикумы, помимо своей специальной задачи - усиления практической направленности обучения, должны быть не только тесным образом связаны с изученным материалом, но и способствовать прочному, неформальному их усвоению.

5. Занятие – викторина.

6. Интерактивное занятие. Современная педагогика богата целым арсеналом интерактивных подходов, среди которых можно выделить следующие:

творческие задания;  
работа в малых группах;  
обучающие игры (дидактические игры, имитации и общеразвивающие игры);

разработка проекта (эвристический метод);

7. Занятие - зачет. Одной из форм организации контроля знаний, умений и навыков учащихся является занятие-зачет. Основная цель его - в установлении уровня усвоения знаний и умений каждым учащимся на определенном этапе обучения.

8. Защита проекта– обоснование и представление проделанной работы.

9. Занятие – экскурсия. Задачи: обогащение знаний учащихся; установление связи теории с практикой, с жизненными явлениями и процессами; развитие творческих способностей воспитанников; их самостоятельности, организованности.

10. Семинарские занятия. Форма групповых занятий в виде обсуждения подготовленных сообщений и докладов под руководством педагога формирует аналитическое мышление, отражает интенсивность самостоятельной работы, развивает навыки публичных выступлений.

11. Занятие - соревнование. Основу занятия-соревнования составляют состязания команд при ответах на вопросы и решении чередующихся заданий. Форма проведения таких занятий самая различная.

12. Творческий отчёт - форма проведения итогового занятия.

***Педагогические технологии:***

В настоящее время наряду с традиционными технологиями обучения используются современные образовательные технологии, обеспечивающие

личностное развитие ребенка за счет уменьшения доли репродуктивной деятельности (воспроизведение оставшегося в памяти) в учебном процессе, можно рассматривать как ключевое условие повышения качества образования, снижения нагрузки учащихся, более эффективного использования учебного времени.

К числу современных образовательных технологий можно отнести:

информационно-коммуникационные технологии;

здоровье-сберегающие технологии - рациональное чередование учебной и досуговой деятельности, индивидуальное дозирование объёма сложности, мониторинг эмоционального состояния учащихся;

развивающее обучение - это принципиально иное построение учебной деятельности, ничего общего не имеющей с репродуктивным обучением, основанным на натаскивании и зазубривании. Суть ее концепций заключается в создании условий, когда развитие ребенка превращается в главную задачу, как для учителя, так и для самого ученика. Способ организации, содержание, методы и формы развивающего обучения ориентированы на всестороннее развитие ребенка;

проблемные технологии обучения - такое обучение основано на получении учащимися новых знаний при решении теоретических и практических задач в создающихся для этого проблемных ситуациях. В каждой из них учащиеся вынуждены самостоятельно искать решение, а учитель лишь помогает ученику, разъясняет проблему, формулирует ее и решает;

технологии дифференцированного обучения;

коллективную систему обучения - формируется адекватная самооценка личности, своих возможностей и способностей, достоинств и ограничений; обсуждение одной информации с несколькими сменными партнерами увеличивает число ассоциативных связей, а следовательно, обеспечивает более прочное усвоение;

технологии проектного обучения – в основе метода проектов лежит развитие познавательных навыков учащихся, умений самостоятельно конструировать свои знания, умений ориентироваться в информационном пространстве, развитие критического мышления. **Результаты** выполненных проектов должны быть, что называется, "осязаемыми", т.е., если это теоретическая проблема, то конкретное ее решение, если практическая - конкретный результат, готовый к внедрению;

технологии использования в обучении игровых методов – дидактических и других видов обучающих игр. В игре воссоздаются условия ситуаций, какой-то вид деятельности, общественный опыт, а в результате складывается и совершенствуется самоуправление своим поведением;

обучение в сотрудничестве (командная, групповая работа);

технологии индивидуализации обучения - организация учебного процесса, при котором выбор способов, приемов, темпа обучения обуславливается индивидуальными особенностями учащихся;

технологии портфолио– способ фиксирования, накопления и аутентичного оценивания индивидуальных образовательных результатов ученика в

определенный период его обучения. Портфолио позволяет учитывать результаты в разнообразных видах деятельности: учебной, творческой, социальной, коммуникативной.

## 2.5. Список литературы для педагога

1. Акимова М., Котова В. Индивидуальность учащегося и индивидуальный подход. – М.: Знание, 1992.
2. Баднин И.А. «Отбор детей в хореографическое училище» - М., 1987.
3. Базарова Н. «Классический танец» - Л.: Искусство, 1975.
4. «Балет для всех».- М.: ООО Гурман Медиа, 2008.
5. Бахрах И.И., Дорохов Р.Н. «Физическое развитие школьников 8-17 лет в связи с индивидуальными темпами роста и формирования организма» - Медицина, подросток и спорт. – Смоленск, 1975.
6. Блазис К. Искусство танца. Классики хореографии. – М. – Л., 1937.
7. Блок Л.Д. Классический танец. История и современность. – М., 1987.
8. Бондаренко Л. Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях. – Киев: Музична Украина, 1985.
9. Боттомер П. Урок танца. М.: Эксмо-Пресс.- 2003.
10. Ваганова А.Я. «Основы классического танца» - Л.: Искусство, 1980.
11. Васильева – Рождественская М. Историко-бытовой танец. – М.: Искусство, 1987.
12. Властовский В.Г. Акселерация роста и развития детей. – М.: Издательство МГУ, 1976.
13. Захаров Р. Слово о танце. – М.: Молодая гвардия, 1979.
14. Захаров Р. Радуга русского танца. – М.: Советская Россия, 1986.
15. Ивашковский А. А. «Хореокоррекция: теоретические и практические основы: Научное издание». – Калуга: КГПУ им. К. Э. Циолковского, 2006.
16. Климов А. Основы русского народного танца. – М., 1994.
17. Костровицкая В.С. 100 уроков классического танца. – М., 1994.
18. Лопухов А.В., Ширяев А.В., Бочаров А.И. Основы характерного танца. – М. – Л., 1939.
19. Миронова З.С., Баднин И.А. Медицинские и социально-психологические аспекты отбора детей в хореографическое училище. – М., 1976.
20. Моисеев И. Я вспоминаю ... - М.: Согласие, 1998.
21. Никитин В. Модерн – джаз танец: продолжение обучения. – М: ВЦХТ, 2001.
22. Ратников В. Резервы музыкальной педагогики. – М.: Знание, 1980.
23. Русские танцы для молодежных коллективов. Сборник. – М., 1993.
24. Смирнов И. Искусство балетмейстера. – М.: Просвещение, 1986.
25. Сюжетные и народные танцы. – М.: Советская Россия, 1977.
26. Устинова Т. Избранные русские народные танцы. – М.: Искусство, 1996.

27. Устинова Т. Русский народный танец. – М.: Искусство, 1976.
28. Чурко Ю. Линия, уходящая в бесконечность. – Минск: Полымя, 1999.
29. Шевцов Е. Эстетическое воспитание: пути и проблемы. – Знание, 1988.

### **Интернет – ресурсы**

1. Ансамбль народного танца имени Ф. Гаскарова - <http://www.gaant.ru/>
2. Школа современного танца и балета - <http://tancpole.ru/>
3. Все для хореографов и танцоров - <http://www.horeograf.com/>
4. Танцевальная ритмика Суворовой - <http://deti-ritmika.ru/>

## Список литературы для обучающихся и родителей

1. Балет. Иллюстрированная энциклопедия. – М.: Конец века, 1995.
2. «Балет для всех». - М.: ООО Гурман Медиа, 2008.
3. Барышникова Т.А. Азбука хореографии. - М.: Просвещение, 2000.
4. Бахрах И.И., Дорохов Р.Н. «Физическое развитие школьников 8-17 лет в связи с индивидуальными темпами роста и формирования организма» - Медицина, подросток и спорт. – Смоленск, 1975.
5. Башаева Т. Развитие воспитания у детей: форма, цвет, звук. – Ярославль: Академия развития, 1997.
6. Боброва Г. Искусство грации. – М.: Детская литература, 1986.
7. Богомолова Л.В. Основы танцевальной культуры. - М.: Новая школа, 1993.
8. Боттомер П. Урок танца. М.: Эксмо-Пресс.- 2003.
9. Властовский В.Г. Акселерация роста и развития детей. – М.: Издательство МГУ, 1976.
10. Гальперин С.Н. «Анатомия и физиология человека (возрастные особенности с основами школьной гигиены)» - М., 1974.
11. Ивашковский А. А. «Хореокоррекция: теоретические и практические основы: Научное издание». – Калуга: КГПУ им. К. Э. Циолковского, 2006.
12. Моисеев И. Я вспоминаю ... - М.: Согласие, 1998.
13. Музыка и движение. – М.: Просвещение, 1984.
14. Разрешите пригласить. Сборник популярных бальных танцев. Выпуск 1. – М.: Советский композитор, 1976.
15. Субботина Л. Развитие воображения у детей. – Ярославль: Академия развития, 1996.
16. Шереметьевская Н. Танец на эстраде. – М.: Искусство, 1985.

*Первый год обучения:*

*Промежуточная аттестация.*

*Цель:* выявление уровня освоения теоретического и практического материала первого года обучения.

*Форма проведения:* открытое занятие.

*Содержание:*

*Теоретическая часть:*

*Тестовые материалы:*

- Что такое танец модерн? (свободная пластика, основанная на элементах классического танца);
- Когда возник танец модерн? (зародился в конце XIX — начало XX вв. в США и Германии);
- Кто основатель танцевального направления модерн? (Айседора Дункан);
- Какие элементы танца модерн называются основными? (изоляция, параллель и оппозиция);
- Что такое *battement developpees*? (упражнение из экзерсиса классического танца, раскрытие ноги на 90 градусов и выше);
- Что относится к выразительным средствам хореографии? (хореографический текст, лексика, драматургия произведения);
- Что такое хореографический текст? (это танцевальные движения, жесты, позы, мимика);
- Дайте определение слову лексика. («отдельные движения (*pas*) и позы, из которых складывается танец как художественное целое»);
- Танцевальная драматургия что это? (построение номера, драматургия обязательна для всех танцев как сюжетных, так и танцах, где нет сюжета, но есть тема, развивающая любое человеческое чувство, характер и другое);
- Назовите основные части хореографического произведения по законам драматургии. (экспозиция, завязка, развитие действия, кульминация и развязка).

*Практическая часть:*

- составление комбинации в классическом стиле (учащиеся делятся на 3 группы, каждой дается одно упражнение экзерсиса у станка. Задание составить комбинацию с использованием изученных элементов. Упражнения для задания: 1 группа - *demi plie* и *grand plie*, 2 группа - *battement tendu* и *battement tendu jete*, 3 группа - *rond de jambe par terre*);
- выполнение танцевальных композиций в современных стилях танца;
- тренаж классического танца (выполнение экзерсиса у станка, на середине зала и *allegro*);
- комбинации партеринга (выполнение танцевальной комбинации с использованием перекатов, выполнение простейших партерных поддержек и слайдов с выходом на ноги).

По итогам аттестации определяется уровень освоения программы «высокий», «средний», «низкий».

«Высокий» уровень: Учащийся владеет теоретическими знаниями в области модерн танца, терминологией классического танца, танцевальной техникой современных направлений танца, безупречен в исполнении экзерсиса у станка, танцевальных комбинаций на середине зала в стиле модерн, имеет хороший баллон прыжка. Имеет определенный багаж знаний в области актерского мастерства и импровизации.

«Средний» уровень: отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами лексического материала танца модерн, убедительная трактовка терминологии классического танца. Учащийся не достаточно владеет искусством актёрского мастерства и импровизации.

«Низкий» уровень: исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное танцевальных движений, слабая техническая подготовка. Учащийся не владеет теоретическими и практическими знаниями в области современной хореографии и классического танца. Не умеет импровизировать под музыку.

### *Второй год обучения:*

#### *Итоговая аттестация.*

*Цель:* выявление уровня освоения программы «Современная хореография».

*Форма проведения:* открытое занятие, зачет.

#### *Содержание:*

#### *Теоретическая часть:*

Выполнение тестовых заданий:

- Что такое preparation? (подготовка к движению);
- Какие формы portdebras вы знаете? (первая, вторая, третья и шестая формы);
- Перечислите упражнения, входящие в экзерсис классического танца. (demi и grand plié, battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe par terre, battement fondu, battement frappe, adagio, grand battement);
- Какие вращения в классическом танце вы знаете? (tours picce, tours chainés, пируэт);
- Какое основное правило при выполнении вращений? (держат точку);
- Назовите позы классического танца. (анфас, круазе, экарте)
- Сколько арабесков существует в классическом танце? (4)
- Что такое рисунок танца? (расстановка и передвижения исполнителей по планшету сцены);
- Какие бывают рисунки танца? (симметричные и ассиметричные, простые и сложные);

- Какие стили современных танцев вы знаете? (эстрадный, хип – хоп, джаз, модерн, contemporary dance);
- Понятие «контракшн» и «релиз» в современной хореографии (контракшн – сжатие, релиз – раскрытие);
- Перечислите основные позиции ног в современной хореографии (6 позиций вывернутых и 6 позиций параллельных);
- Что такое метро – ритмические характеристики? (чередование акцентных и неакцентных долей в музыке);
- Какие основные части сценического пространства вы знаете? (планшет сцены, аванс сцена, кулисы).

*Практическая часть:*

- составление танцевальной связки в современном стиле (Учащиеся делятся на 3 группы, каждая группа вытягивает задание, на котором указан стилия танца – модерн, хип – хоп и джазовый танец. Задание составить танцевальную комбинацию на заданную музыку с использованием изученных элементов.);
- контактная импровизация (учащиеся делятся на пары, задание двигаться под музыку передавая импульсы от одного партнера к другому);
- выполнение танцевальных комбинаций в партеринге, партнеринге и слоу;
- тренаж классического танца (выполнение экзерсиса у станка, на середине зала и allegro).

По итогам аттестации определяется уровень освоения программы «высокий», «средний», «низкий».

«Высокий» уровень: технически качественное и художественно осмысленное исполнение движений, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения. Учащийся владеет теоретическими знаниями в области современной хореографии, терминологией классического танца, танцевальной техникой различных стилей танца, безупречен в исполнении экзерсиса у станка, танцевальных комбинаций на середине зала, имеет хороший баллон прыжка. Имеет багаж знаний в области актерского искусства, хорошо импровизирует под музыку.

«Средний» уровень: отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном); владение хорошей исполнительской техникой, убедительная трактовка хореографических комбинаций. Учащийся не достаточно хорошо владеет теоретическими знаниями в области современной хореографии и классического танца.

«Низкий» уровень: исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений. Учащийся не владеет теоретическими и практическими знаниями в области современной хореографии и классического танца. Не умеет импровизировать под музыку.