

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
СИМФЕРОПОЛЬСКАЯ ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ГОРОДСКОЙ ОКРУГ СИМФЕРОПОЛЬ**

Предметная область

1.Художественно-творческая подготовка

Программа 1.1

СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ

**дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программы
в области хореографического искусства
«Современная хореография»
(срок обучения- 4 года)
I ступень**

<p>«РАССМОТРЕНО» педагогическим советом МБУДО «СДШИ» Протокол № 5 от 02.06.2025 г.</p>	<p>«УТВЕРЖДАЮ» Директор МБУДО «СДШИ» _____ Терехова М.Н. Приказ №82-0 от 02.06.2025г.</p>
--	--

Разработчик программы: Ю.В.Попондополова , преподаватель хореографических дисциплин высшей квалификационной категории муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Симферопольская детская школа искусств» муниципального образования городской округ Симферополь

Рецензент: Н.Л.Кабачек, декан факультета художественного творчества ГБОУ ВО РК «Крымский университет культуры, искусств и туризма», кандидат искусствоведения, профессор.

Рецензент: В.А.Путра, доцент кафедры хореографии ГБОУ ВО РК «Крымский университет культуры, искусств и туризма», кандидат культурологии.

Рецензия

на программу по учебному предмету 1.1 «Современный танец»
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы в
области хореографического искусства «Современная хореография»

Представленная на рецензию программа учебному предмету 1.1 «Современный танец» предназначена для детей от 6,5 лет и рассчитана на четыре года обучения. Программа составлена в соответствии с рекомендациями по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеобразовательных общеразвивающих программ в области искусств.

Основной целью программы является формирование социально активной личности, сочетающей в себе высокие нравственные качества, деловитость, творческую индивидуальность. Из нее вытекают задачи, определенные автором программы: развитие танцевальных, музыкальных, творческих способностей; формирование эстетической, танцевальной культуры; воспитание восприимчивости к творчеству; приобщение к искусству хореографии.

Структура программы отвечает общепринятым требованиям к учебным программам. В основе программы прослеживаются принципы от простого к сложному, доступности, наглядности, личностного подхода. Данная программа создает условия для развития творческих способностей для детей средствами хореографии, построена с учетом современных требований, обеспечивает единство воспитания и обучения. Таким образом, можно сделать вывод о том, что программа эффективна и результативна.

Заключение:

Программа учебного предмета 1.1 «Современный танец»
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы в

области хореографического искусства «Современная хореография» имеет практическую значимость, соответствует современным требованиям к общеобразовательным программам в области музыкального искусства и может быть использована в учебном процессе хореографического отделения детских школ искусств.

Рецензент:

Кабачёк Наталья Леонидовна

кандидат искусствоведения, доцент

декан факультет художественного творчества

заведующий кафедрой хореографии

ГБОУВО РК «Крымский университет культуры,

искусств и туризма»



Подпись Кабачёк Н.Л. удостоверяю,
Инициалы Н.Л. начальник управления кадров
« » 20 г.

Рецензия

на программу по учебному предмету 1.1 «Современный танец»
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы в
области хореографического искусства «Современная хореография»

Данная программа по учебному предмету «Современный танец» разработана в соответствии с рекомендациями по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеобразовательных общеразвивающих программ в области искусств, а также с учетом педагогического опыта в области хореографического искусства и рассчитана на четырехлетний курс обучения детей в возрасте от 6,5 лет. Программа имеет четкую структуру. В пояснительной записке отражена реализация учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе, срок реализации учебного времени, представлены цели и задачи. Прописан механизм реализации программы и содержание учебного процесса по годам обучения, формы контроля и учет успеваемости, критерии оценки. Список литературы и средств обучения представлен полно, с указанием традиционных и современных источников.

Данная программа организует работу преподавателя, устанавливает содержание, объем знаний и навыков, которые должны усвоить учащиеся в течение каждого года обучения. Освоение программы способствует формированию общей культуры детей, музыкального вкуса, навыков коллективного общения, развитию двигательного аппарата, мышления, фантазии, раскрытию индивидуальности.

Заключение:

Программа учебного предмета 1.1 «Современный танец» дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы в области хореографического искусства «Современная хореография» имеет практическую значимость, соответствует современным требованиям к общеобразовательным программам в области музыкального искусства и

может быть использована в учебном процессе хореографического отделения
детских школ искусств.

Рецензент:

Путра Виолетта Анатольевна
старший преподаватель кафедры хореографии
ГБОУВО РК «Крымский университет культуры,
искусств и туризма»



М.П.

Подпись *А. П. П.* удостоверяю,
Начальник управления кадров

« » _____ 20__ г.

Содержание

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
1. Актуальность, педагогическая целесообразность и отличительные особенности программы.....	3
2. Цели и задачи программы.....	5
3. Организационно-педагогические основы обучения.....	6
3.1 Условия набора и формирования групп.....	6
3.2 Формы и режим занятий.....	7
3.3. Методы обучения.....	8
3.4 Возрастные особенности учащихся.....	9
3.5 Прогнозируемые результаты.....	12
3.5 Формы подведения итогов качества реализации программы.....	15
II. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.....	16
Первый год обучения.....	17
Второй год обучения.....	19
Третий год обучения.....	21
Четвертый год обучения.....	23
III. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.....	26
1. Воспитательная работа.....	26
2. Психолого-педагогическая диагностика.....	26
3. Методическое обеспечение.....	27
4. Материально-техническое обеспечение.....	27
IV. Список литературы.....	28

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. Актуальность, педагогическая целесообразность и отличительные особенности программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современный танец» художественной направленности предназначена для реализации в условиях Детской школы искусств.

Программа «Современный танец» разработана в соответствии с рекомендациями по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств, а также с учетом педагогического опыта в области хореографического искусства

Дополнительная общеразвивающая программа «Современный танец» составлена в соответствии с нормативными документами: Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ, Концепция развития дополнительного образования в РФ, распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 г. №1726-р; Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 г. № 1008), с учетом современных тенденций в области хореографического искусства, Устава МБУДО «СДШИ»

Современный танец – это своеобразный пласт в искусстве танца, в котором по-новому соединились движения, музыка, свет и краски. Он обладает своей неповторимой спецификой, изяществом и энергетикой.

Современный танец возник относительно недавно (в начале XX века), но успел довольно быстро развиваться за это время. Современный танец можно условно разделить на *танец модерн* и *джазовый танец*, которые в свою очередь подразделяются на различные техники: модерн-техника М.Грэхем, Дж.Маллер, Х.Лимона, Д.Хэмфри, техника низкого полёта и др.; джаз – афро-джаз, фанки-джаз, стрит-джаз и др.

Современный танец – особый вид пластического, хореографического языка. Основные принципы его техники базируются на понимании структуры человеческого тела, координации движения и дыхания, ощущении гравитации, пространства и времени.

Современный танец в отличие от классического впитывает в себя все сегодняшнее, он подвижен и непредсказуем, не хочет обладать какими-то правилами и канонами. Он пытается воплотить в хореографическую форму окружающую жизнь, ее новые ритмы, новые манеры, одним словом, создает новую пластику. Именно поэтому современный танец интересен и близок молодому поколению.

Педагогическая целесообразность программы «Современный танец» заключается в ее содействии гармоничному психическому, духовному и физическому развитию детей и подростков; формировании художественно-

эстетического вкуса, умения самовыражения чувств и эмоций, физической культуры, а также нравственных качеств личности.

Актуальность данной образовательной программы обусловлена спросом родителей и обучающихся на подобного рода развивающие программы художественной направленности.

Программа «Современный танец» помогает решать целый комплекс вопросов, связанный с формированием творческих навыков, удовлетворением индивидуальных потребностей в нравственном, художественном, интеллектуальном совершенствовании подростков, организации их свободного времени.

В процессе занятий обучающийся получает профессиональные навыки владения своим телом, изучает основы хореографии; знакомится с историей и теорией современного и классического танца; получает возможность для самовыражения в актерской пластике; учится преодолевать физические и технико-исполнительские трудности, чем совершенствует своё мастерство и свой характер; познает способы сосуществования в коллективе.

В **социальном аспекте** обучающиеся учатся через партнерство воспринимать других людей, дружно существовать в коллективе, выстраивать взаимоотношения. Осваивая технику движения, ребята двигаются от удовлетворения интереса к этому виду деятельности и потребности в движении к удовлетворению творческих потребностей в самовыражении, к решению сложных технических танцевальных задач.

По ходу освоения программы ребята знакомятся с историей танца, с ведущими современными исполнителями, слушают музыку, учатся различать новомодное, сиюминутное и вечное.

Современный танец 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. Современный танец является одним из основных предметов хореографического отделения СДШИ, он развивает физические данные детей, укрепляет мышцы ног и спины, сообщает подвижность суставно-связочному аппарату, формирует технические навыки и основы правильной осанки, тренирует сердечно-сосудистую и дыхательную системы, корректирует физические недостатки строения тела – в этом его значение и значимость.

Развитие современного танцевального искусства невозможно представить вне процесса расширения жанрового и стилевого разнообразия. Появление новых стилей, в корне отличающихся от традиционных академических систем хореографического искусства, заставляет обратиться к изучению новых техник танца.

Новизна программы состоит в сочетании изучения танца модерн с такими современными танцевальными направлениями как: contemporary, street jazz, flash dance, hip-hop.

В основе курса лежит изучение техник современного танца: джаз-модерн, contemporary, хип-хоп, floor technique/техники работы с полом, импровизация.

Еще одной особенностью данного курса является **интеграция всего комплекса специальных дисциплин**: в начале изучения мы опираемся на ритмику и партерную гимнастику – предметы, которые изучаются на подготовительном отделении и в младших классах, затем – на классический и народно-сценический танец, в дальнейшем акцент идет на становление и развитие творческой индивидуальности учащегося.

Программа учебного предмета «Современный танец» разработана с учетом физических, психологических и возрастных особенностей детей и построена по принципу «от простого к сложному». Физическая нагрузка и уровень сложности движений нарастает поэтапно и последовательно, усложняются творческие задания, 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.

2. Цели и задачи программы

Цель программы – формирование и развитие пластических, танцевальных способностей и творческого потенциала обучающихся посредством овладения техниками современного танца.

Задачи программы:

Обучающие:

- ~ выработать у обучающихся комплекс навыков и умений, способствующих свободному и выразительному овладению различными техниками и стилями современной хореографии;
- ~ познакомить с историей танца, различными танцевальными культурами;
- ~ сформировать исполнительскую культуру и навыки ориентации в сценическом пространстве.

Развивающие:

- ~ раскрыть и развить творческие способности обучающихся, эмоциональную отзывчивость на музыку, способность к импровизации;

- ~ содействовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата, формированию правильной осанки, профилактике плоскостопия, функциональному совершенствованию органов дыхания;
- ~ развить мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности обучающихся.

Воспитательные:

- ~ привить интерес к танцевальному творчеству;
- ~ воспитать культуру общения, способствовать установлению и укреплению дружеских взаимоотношений в коллективе;
- ~ воспитать чувство ответственности за индивидуальное и коллективное творчество;
- ~ приобщить к здоровому образу жизни;
- ~ способствовать организации свободного времени, профилактике девиантного поведения и социальной адаптации подростков.

3. Организационно-педагогические основы обучения

3.1 Условия набора и формирования групп

Программа «Современный танец» реализуется в соответствии с учебным планом МБУДО «СДШИ» адресована учащимся 1-8 классов хореографического отделения.

Стартовый набор учащихся (в 1 класс хореографического отделения) осуществляется на конкурсной основе. Его цель – выявление детей, наиболее способных к занятиям хореографией и выявление психологических и профессиональных (медицинских) противопоказаний.

Набор в коллектив проводится с учетом следующих требований: пластичность, музыкальность, способность уловить ритм, «живость» ног, выразительность, спортивность.

По итогам первичной диагностики, в зависимости от музыкальных данных и специальной подготовки, дети, поступающие в объединение, могут быть приняты в группы второго и последующих годов обучения. Также возможен досрочный перевод обучающихся на следующий год обучения по результатам диагностики и аттестации.

После освоения программы дети могут продолжить занятия в объединении для дальнейшего совершенствования своих знаний, умений и навыков в концертной (ансамблевой) группе.

Программа рассчитана и на ребят пришедших позже (добор в группы), без какой-либо специальной подготовки, которые раньше не выбрали себе занятия по душе, а к этому возрасту обрели желание танцевать. Главным

определяющим фактором является желание ребенка, от него зависит и степень освоения материала.

Поскольку внутренний мир подростков в этом возрасте насыщен целым рядом психологических проблем, то ребятам предоставляется уникальная возможность их преодоления через пластику, актерские этюды, движущие игры, сценические танцы.

Возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программы **6,6-14 лет**.

Срок реализации образовательной программы 4 года.

Уровень Программы – **базовый (I)**

Программа рассчитана на **четыре года обучения**:

1 год обучения – 66 часов,

2 год обучения – 66 часов,

3 год обучения – 66 часов,

4 год обучения – 66 часов.

За весь курс обучения – **264 часов**.

3.2 Формы и режим занятий

Учебно-тематический план программы рассчитан на **33 учебные недели** с 1 сентября с включением часов на проведение текущей, промежуточной и итоговой аттестации, консультации, подготовку к экзаменам и дополнительные индивидуальные репетиционные занятия и занятия с одаренными детьми.

Продолжительность занятия – **40 минут**, согласно Устава МБУДО СДШИ.

Занятия на первом, втором, третьем и четвертом годах обучения проводятся по 2 учебных часа в неделю (40 минут каждый учебный час)

Режим занятий

Год обучения	I	II	III	IV
Недельная нагрузка (час)	2	2	2	2

Форма организации деятельности детей – **групповая**, основная форма проведения занятий – урок.

- Группа может делиться на подгруппы:
- ~ мальчиков и девочек, в зависимости от педагогической задачи;
 - ~ в зависимости от специфики концертного номера или спектакля формируются разновозрастные подгруппы;
 - ~ кроме того, подгруппы формируются и по количеству участников, необходимых для данного конкретного номера.

В соответствии с технологическим регламентом, наполняемость групп от 8 человек.

Формы занятий:

- учебное занятие
- класс-концерт (открытое, контрольное занятие для родителей и специалистов)
- репетиция
- выход на сцену (участие в концертах, программах, спектаклях, конкурсах)
- творческая мастерская
- занятие-игра
- самостоятельная работа
- тренинг
- посещение спектаклей, концертов, мастер-классов и т.п.

3.3. 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.

3.4 Возрастные особенности учащихся

Возрастные особенности – это особенности присущие определенному периоду жизни, комплекс анатомо-физиологических и психологических качеств (познавательных, интеллектуальных, мотивационных и т.д.), характерных для большинства людей одного возраста.

Известно, что человек развивается в младенческом, дошкольном, младшем школьном возрасте. Развитие и формирование психики продолжается в отроческие и юношеские годы. Меняются формы и способы самоутверждения, самопознания, психологической самозащиты и т.п., однако каждая возрастная ступенька завершается появлением новых качеств – физических, физиологических, психологических и др.

В разные возрастные периоды ученики по-разному мыслят и чувствуют, различным образом действуют, находятся в разных отношениях с действительностью. Учет возрастных особенностей является основным критерием при определении учебной нагрузки.

На первом уровне (младшие классы, дети до 10 лет), его можно назвать информационным, учащиеся знакомятся с законами организации процесса подготовки танцовщика. Второй уровень (средние классы, 11-12 лет) – аналитический – заключается в осмыслении ими получаемых на уроках современного танца знаний, навыков, умений. Третий уровень (старшие классы) – эвристический – характеризуется творческим началом, поиском, а главное – пониманием выполняемой работы.

Для выбора учебного материала или характера работы на конкретный урок необходимо помнить о том, что процессы восприятия во многом зависят от различных факторов: индивидуальных особенностей ребенка, его общего и музыкального развития, жизненного опыта, интересов, склонностей, типа высшей нервной деятельности, от социального окружения, а также физической подготовки.

Младший школьный возраст (от 6,6-7 до 9-10 лет) – это особый период в жизни ребенка. В этот период происходит активное *анатомо-физиологическое* созревание организма. Изменения нервной системы закладывают основу для нового этапа умственного развития ребенка.

Возрастает подвижность нервных процессов, отмечается равновесие процессов возбуждения и торможения, хотя процессы возбуждения преобладают, что определяет такие характерные особенности младших школьников как непоседливость, повышенная эмоциональная возбудимость и т.п.

Из особенностей анатомо-физиологического созревания заслуживают внимания следующие моменты: развитие крупных мышц опережает развитие мелких, и поэтому дети лучше выполняют сравнительно сильные и размашистые движения, чем те, которые требуют точности. Важно также иметь в виду неравномерность анатомо-физиологического созревания детей.

Возросшая физическая выносливость, повышение работоспособности носят относительный характер, и в целом для детей остается характерной высокая утомляемость. Все это необходимо специально учитывать, имея в виду повышенную эмоциональную возбудимость.

Мышление приобретает теоретический характер. Ребенок учится мыслить научными понятиями, которые в подростковом возрасте становятся основой мышления, сталкивается с музыкальными терминами и понятиями средств музыкальной выразительности. В области *восприятия* происходит переход от произвольного к целенаправленному произвольному наблюдению за музыкально-художественным объектом, подчиняющемся определенной задаче. *Память* приобретает ярко выраженный характер. Идет интенсивное формирование приемов запоминания. Учитель должен уметь руководить *приемами запоминания и воспроизведения* для того, чтобы процесс обучения и воспитания имел положительные результаты танцевальной деятельности.

Возраст 10-11 лет. Это самый трудный и самый интересный возраст и для учащегося, и для педагога. Продолжается формирование организма. Происходит процесс осознания себя как личности. Дети начинают ценить в людях волевые качества, ум, характер, независимость. Но это и период психологической неуравновешенности: резкая смена настроения, переход от экзальтации к депрессии и наоборот, нарастание общего возбуждения, и ослабление всех видов условного торможения. Это наиболее трудный возраст эмоционального развития, повышенной тревожности. Тревожность проявляется в двигательном беспокойстве (сжимание рук, покусывание губ), в эмоциональном внутреннем возбуждении (слезы, сердцебиение), в состоянии напряжения (скованность, мышечная зажатость).

Дети 10 лет наиболее активны на занятиях и еще не утратили той детской непосредственности, которая так выгодно отличает их от подростков. Однако они уже приобрели много знаний, у них развивается чувство коллективизма. Опыт работы показывает, что основу коллектива должны составлять дети именно этого возраста. Ребята занимаются с любовью и увлечением.

Возраст 11-13 лет. Занятия с учащимися средних классов имеют сложную систему организации, это связано с изменениями физиологических процессов организма в подростковом возрасте. Учебный процесс предполагает более сложную систему развития исполнительских навыков. Большое внимание уделяется повторению и закреплению материала.

В этом возрасте происходит переоценка сил, стремление выделиться, но и стремление к анализу и самоконтролю. Это возраст, когда закладывается отношение к трудолюбию. От педагога требуется особое внимание, осторожность при постановке задач перед детьми: не подчеркивать значение результата, не ориентировать на высокие достижения, но и не сомневаться в возможностях ребенка сделать задание хорошо.

С 10-11 лет интенсивно развивается сила мышц. К 12 годам дети становятся выносливыми к динамической работе, т.е. способными поддерживать постоянный уровень мышечного напряжения. Педагогу необходимо выявлять, поддерживать и направлять стремления, увлечения подростков, воспитывать привычку к волевым усилиям – настойчивость, выдержку, уверенность, – давая посильные задания.

Организация урока принимает более профессиональную форму. Экзерсис (тренаж) выполняет функцию разминки и сокращается до 15-20 минут, остальное время урока используется на танцевальные композиции, этюды, работу над мастерством исполнения.

Подростки (школьники 6-8 классов) больше отличаются друг от друга, чем дети других возрастов; их рост, физическое и умственное развитие различны. Этот возраст самый трудный для работы в танцевальном коллективе, и весьма невыгодный с точки зрения творчества. Дети растут, формируются, их фигуры теряют пропорциональность, движения становятся угловатыми. Для учащихся 6-8 классов следует находить особые формы занятий в хореографических коллективах.

Тематика постановок для таких детей несколько видоизменяется в сторону большей серьезности, значительности, как по содержанию, так и по технике. Дети такого возраста охотно исполняют роли взрослых в массовых постановках для детей младшего возраста.

В тематике постановок для детей-подростков необходимо предусматривать парные танцы, воспитывающие естественное уважительное отношение мальчика к девочке, и наоборот.

13-15 лет. Старшие подростки не только познают действительность, но и вырабатывают к ней соответствующее отношение. Представление о жизни, требования к себе и другим превращаются в убеждения, формирующие мировоззрение, которое начинает выступать в качестве основных мотивов в поведении и деятельности. Как отмечают психологи, мышление подростков полно увлечений и страсти. Особенно остро эмоциональность характера проявляется в спорах, в отстаивании своих взглядов. Выражено стремление объединить свои знания в единую систему и тем самым определить смысл своего существования. Это возраст между детством и юностью, когда

осуществляются основные процессы физического созревания. Работая с этой возрастной группой, педагогу необходимо воспитывать волевые качества участников коллектива, поощрять выдержку, упорство, настойчивость.

В этом периоде учащимся доступна сложная координация, точность, отчетливость движений. Развивается художественный вкус: не всегда интересны конкретные, приземленные характеры, образы, сюжеты. Это необходимо учитывать при формировании репертуара коллектива.

В старших классах больше времени уделяется подготовке учащихся к сценической практике. В этот период они учатся применять полученные знания, умения, навыки на практике, т.е. показывать полученные в процессе учебы результаты зрительской аудитории.

Для контроля психолого-педагогического аспекта и для успешной реализации данной программы используются различные методы диагностики (тесты, опросники, игровые моменты), которые можно найти в разделе «Психолого-педагогическая диагностика».

3.5 Прогнозируемые результаты

Поскольку образовательная деятельность в системе дополнительного образования предполагает не только обучение детей определенным знаниям, умениям и навыкам, но и развитие многообразных личностных качеств обучающихся, о ее результатах необходимо судить по двум группам показателей:

~ **предметным**, фиксирующим *предметные* и *метапредметные* (общеучебные) знания, умения, навыки, приобретенные ребенком в процессе освоения образовательной программы;

~ **личностным**, выражающим изменения личностных качеств ребенка под влиянием занятий в детском объединении.

Предметные результаты:

В результате обучения по программе обучающиеся будут знать:

- основные стили современной хореографии;
- специальную терминологию;
- основы техники безопасности на учебных занятиях и концертной площадке;
- принципы взаимодействия музыкальных и хореографических средств выразительности.

иметь представление:

- об основных направлениях и этапах развития современной хореографии;
- о тенденциях развития современного танца.

Обучающиеся будут уметь:

- исполнять основные танцевальные движения в манере танца модерн, современных молодежных направлений танца (contemporary, hip-hop, и др.);
- владеть мелкой техникой, уметь справляться с быстрыми темпами;
- выполнять упражнения на развитие физических данных, владеть навыками сохранения и поддержки собственной физической формы;
- определять средства музыкальной выразительности в контексте хореографического образа и самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ;
- создавать комбинации различной степени сложности, используя знания современного лексического материала;
- отражать в танце особенности исполнительской манеры разных стилей современной хореографии;
- творчески реализовать поставленную задачу;
- владеть навыками музыкально-пластического интонирования, исполняя движения и комбинации артистично и музыкально;
- владеть навыками ансамблевого исполнения танцевальных номеров;
- владеть навыками сценической практики.

Метапредметные (общеучебные) результаты обучения будут охарактеризованы: повышением уровня культурного развития личности, развитием учебно-интеллектуальных умений и навыков (использование специальной литературы и компьютерных источников информации); высокой степенью развития коммуникативности и эмпатии; владением технической и эмоциональной уверенностью в танце, в т.ч. в ситуации сценического выступления; развитием учебно-организационных умений и навыков (организация рабочего пространства, соблюдение техники безопасности, аккуратность в выполнении работы).

Личностные результаты будут охарактеризованы: проявлением трудолюбия и самодисциплины, воли и выносливости; навыками самооценки; ответственностью за собственный и коллективный результат; способностью справиться с конфликтной ситуацией; установлением и укреплением дружеских взаимоотношений в коллективе.

- В конце *первого года обучения* учащиеся будут:
- ~ знать основные позиции ног и уметь переходить из выворотных в параллельные позиции;
 - ~ знать основные положения рук;
 - ~ согласовывать движения корпуса, рук, ног при переходе из позы в позу;
 - ~ выполнять элементарные движения и комбинации у станка и на середине зала.

~ В конце *второго года обучения* учащиеся будут:
~ знать движений классического экзерсиса в современном
танце;
~ самостоятельно выполнять изученные элементы танца;
~ свободно ориентироваться в терминологии современного танца;
~ выполнять различные виды кросса и гимнастические элементы.

~ В конце *третьего года обучения* учащиеся будут:
~ самостоятельно и правильно выполнять отдельные элементы и
движения современного танца;
~ ориентироваться в пространстве;
~ координировать свои движения;
~ выполнять упражнения для развития позвоночника;
~ выполнять танцевальные связки и комбинации;

~ В конце *четвертого года обучения* учащиеся будут:
~ знать основные направления современного танца;
~ владеть приёмами изоляции и координации;
~ владеть корпусом во время исполнения движений;
~ технично, точно исполнять танцевальные элементы и комбинации.

В ходе реализации программы подростки расширят знания в области танцевальной культуры, разовьют танцевальные способности, приобретут большой опыт межличностного общения в условиях практической деятельности, освоят и накопят танцевальный материал для осуществления собственных постановок.

3.5 Формы подведения итогов качества реализации программы

Программа «Современный танец» включает в себя текущую, промежуточную и итоговую аттестацию учащихся.

Успеваемость учащихся проверяется различными формами:

- практические учебные задания;
- аттестационный открытый урок (класс-концерт);
- контрольные уроки по полугодиям (зачет);
- сценические выступления учащихся (участие в концертах, конкурсах, фестивалях и т.п.).

Текущий контроль успеваемости учащихся, промежуточная и итоговая аттестация, консультации, подготовка к экзаменам, дополнительные индивидуальные репетиционные занятия и занятия с одаренными детьми проводятся вне аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Текущий контроль по полугодиям проводится в форме контрольных

занятий и зачетов. Промежуточная аттестация по итогам года проводится в форме класс-концертов. Итоговая аттестация по завершению обучения проводится в форме экзаменационного класс-концерта.

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

II. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Структура урока

Урок современного танца состоит из следующих этапов:

1. *Разогрев*

Главная задача этого этапа урока – разогреть все мышцы, используя упражнения стрейч-характера, экзерсис plie, tends, jets и т.д., а также наклоны и повороты торса.

2. *Isolation* (изолированные движения какой-либо частью тела)

Основная цель этого этапа урока – добиться достаточной свободы тела и изолированности движений, что достаточно сложно, т.к. анатомически все центры тесно связаны.

3. *Упражнения для позвоночника*: release (расширение, распространение), contractions (сжатие, сокращение), наклоны, волны, спирали. Основой техники танца модерн служит позвоночник, поэтому главная задача этого этапа урока – развить у учащихся подвижность во всех его отделах.

4. *Уровни*

Задачи уровней во время уроков многообразны. Во-первых, в различных уровнях исполняются упражнения на изоляцию (особенно эффективно в нижних уровнях, так как нет необходимости держать вес тела и все центры двигаются более свободно). Во-вторых, в партере очень полезно исполнять движения стрейч-характера, т.е. растяжки. В уровнях сидя и лежа достаточно много упражнений на Contraction и Release. Смена уровней, быстрый переход из одного уровня в другой – дополнительный тренаж на координацию.

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

6. *Усложненная координация* (2,3,4 центра в одновременном параллельном движении). Процесс изучения координации строится от простого к сложному. Первоначально нужно распределить правильно внимание между движениями двух центров. Возможно, один из центров находится в свинговом качании, а все внимание уделяется движению другого центра.

7. *Танцевальные комбинации или импровизация*: лирического и

динамического характера.

Главные требования этой части – использование всех средств танцевальной выразительности, раскрывающих индивидуальность исполнителя. Особое внимание необходимо обратить на развитие музыкального слуха и ритмически точного исполнения комбинаций.

ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Учебно-тематический план и содержание программы

№	Темы программы	Содержание	Количество часов		
			всего	теория	практика
1.	<i>Вводное занятие</i>	История развития современного танца. Основные направления современного танца	1	1	-
2.	<i>Изучение Позций рук и ног</i>	Вторая и четвертая позиции	1	0,5	0.5
3.	<i>Изучение положений рук</i>	Положение рук в танце модерн (на талии с отведенными локтями назад, с фиксацией на грудной клетке)	2	-	2
4.	<i>Основные положения корпуса.</i>	Поза коллапса ; Release (расширение, распространение) Contractions (сосредоточение) Roll down, roll up Flat back Arch	2	0,5	1,5
5.	<i>Изучение движений изолированных центров и техника их исполнения</i>	Повороты и наклоны головы. Руки (отдельно кисти рук, рука от локтя, от плеча). Движения плечами: - подъем одного-двух поочередно вверх; - движение плеч вперед-назад; - твист плеч (изгиб) - резкая смена направлений в движении плеч (одно вперед друг назад и т.д.)	2	-	2

		Движение грудной клеткой – диафрагмой: - из стороны в сторону; - вперед-назад; - подъем и опускание	2	-	2
		Пелвис (бедро): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра вверх Поза коллапса	2	-	2
6.	Координация изолированных центров	Координация 2-х центров в одновременном параллельном движении	4	0,5	3,5
7.	Построение и разучивание экзерсиса на середине зала	Plie в первоначальной раскладке	2	-	2
		Battement tendu et Battement tendu iete в параллельных позициях	4	-	4
		Rond de jamb par terre в первоначальной раскладке	2	-	2
		Grand Battement Jete (45, 90,)	2	-	2
8.	Упражнения для позвоночника	Наклоны и изгибы торса; roll down и roll up; flat back	2	0,5	1,5
		High-reliase (хай-релиз) + Body roll (волны)	2	-	2
9.	Элементы гимнастики	Мостик Стойка на руках Колесо Упражнения стрейч-характера (растяжки, шпагаты) Силовые упражнения: отжимания, качание пресса	6	-	6
10	Кросс	Шаги примитива (исполняются в позе коллапса) Flat step, camel walk, триплет Прыжки: с двух ног на две (jump); с одной ноги на другую с продвижением (leap) ;с одной ноги на ту	2	0,5	1,5

		же ногу(hop); с двух ног на одну.			
11	Уровни (верхний, средний, нижний)	Уровни (стоя, на четвереньках, на коленях, сидя, лежа) Игра «Фотоальбом»	4	-	4
12	Партерные перекаты (транзишен)	Изучение техники исполнения движений партера - Перекаты из положения: сидя в группировки, через «лягушку», через поперечный шпагат (поза ученика) - Поза «зародыша» - Прямые повороты на полу (бревно) - Подготовительные упражнения к перекату через одно плечо	4	0,5	3,5
13.	Импровизация	Расслабление, исследование своего тела. Дыхание (каждое движение построено на дыхании)	2	0,5	1,5
		Импровизация с движением (шаги, прыжок, скрутка...) Импровизация движения, этюд «воображение – состояние – явление – образ-отклик тела...» Импровизация с музыкой, ритмом	4	0,5	3,5
		Импровизация с пространством класса, смена уровней, ракурсов	4	0,5	3,5
		Контактная импровизация, контакт (этюды «продолжить движение в дуэте»)	4	0,5	3,5
14	Танцевальные комбинации	Составление танцевальных комбинаций	6	-	6
		комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации			

	Текущий контроль	Проведение аттестации по итогам первого полугодия в форме зачета	-		-
	Промежуточная аттестация	Проведение аттестации по итогам года в форме класс-концерта	-		-
	Всего:		66	6	60

ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Учебно-тематический план и содержание программы

№	Темы программы	Содержание	Количество часов		
			всего	теория	практика
1.	Вводное занятие	Повторение материала, пройденного ранее: Release (расширение, распространение) Contractions сосредоточение Roll down, roll up и т.д.	2	-	2
2.	Разогрев с использованием уровней	Твисты и спирали торса в положении сидя	2	0,5	1,5
		Упражнения на contraction и release в положении сидя	2	-	2
		Упражнения стрейч-характера в различных положениях	2	-	2
3.	Экзерсис на середине зала	Plie с различными движениями рук	2	-	2
		Battement tandu et Battement tandu iete (с сокращением стопы, с поворотами и рук, головы, contractions)	4	-	4
		Rond de jamb par terre с «противоходом» рук	2	0,5	1,5
		Battement fondu во всех направлениях	2	-	2
		Battement developpe на 45, 90 по всем направлениям	2	-	2
		Grand Battement Jete	2	-	2
4.	Работа над комплексами изоляций	Голова: соединение движений с другими центрами	2	-	2
		Плечи: соединение с движениями других центров	2	-	2

		Грудная клетка в сочетании с различными движениями	2	-	2
		Пелвис: восьмерка, с комбинациями различных движений	2	-	2
		Руки: соединение с движениями ног, торса (спираль, твист, contraction и release)	2	-	2
5.	Упражнения для позвоночника	Flat back вперед, назад, в сторону Наклон торса вперед ниже 90°, сохраняя прямую линию Vodi-roll (волны: вперед, назад, боковая) Arch – округление позвоночника в пояснично-грудном отделе	6	-	6
6.	Партерные перекаты	Партерные перекаты и упражнения Перекаты через одно плечо	2	0,5	1,5
7.	Элементы гимнастики	Перевороты вперед, назад Колесо на одной руке Силовые и упражнения стрейч- характера	6	-	6
8.	Кросс	Комбинации шагов + Kick (пинок) Прыжки Техника вращения	6	-	6
9.	Импровизация	Дыхание (каждое движение построено на дыхании) Работа с движением по «синусоиде» Импровизация с движением (разно-ритмическая схема) Импровизация эмоциональная сторона техники (неосознанность движения, этюд «воображение – состояние – явление – образ-отклик тела...»	2	0,5	1,5

		Вход в импровизацию, пространство класса, смена уровней, ракурсов Импровизация с музыкой	2	-	2
		Контактная импровизация, контакт в дуэте: - физический контакт (направление движения партнёра, сила импульса, «придумывание» позировок, движение от импульса с продолжением) - эмоциональный контакт в движении («не касание», уход от касания партнёра, «не любовь», «заигрывание»)	4	0,5	3,5
10	<i>Танцевальные этюды</i>	Исполнение танцевальных этюдов на основе комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации	6	-	6
	<i>Текущий контроль</i>	Проведение аттестации по итогам первого полугодия в форме зачета	-		-
	<i>Промежуточная аттестация</i>	Проведение аттестации по итогам года в форме класс-концерта	-		-
	Всего:		66	2,5	63,5

ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Учебно-тематический план и содержание программы

№	Темы программы	Содержание	Количество часов		
			всего	теория	практика
1.	<i>Вводное занятие</i>	Повторение пройденного материала	2	-	2
2.	<i>Экзерсис на середине зала</i>	Plie в сочетании с contraction и release	2	0,5	1,5

		Battement tandu и Battement tandu iete с добавлением рук: соединение движений с движениями ног, торса (спираль, твист, contraction и releos)	2	-	2
		Rond de jamb par terre в различных сочетаниях с hip-lift (полукруги и круги одним бедром)	2	-	2
		Battement fondu во всех направлениях	2	-	2
		Grand Battement Jete Адажио	4	-	4
3.	Комплексы изоляций	Голова: sundari-квадрат и sundari- круг Плечи: разноритмические комбинации	2	0,5	1,5
		Грудная клетка: круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскости	2	-	2
4.	Партер (техника низкого полета)	Упражнения, закрепляющие технику исполнения contraction и reliase	2	-	2
		Спирали	2	-	2
		Виды поворотов на полу	2	-	2
		Построение и разучивание комбинаций в партере	2	-	2
5.	Элементы гимнастики	Силовые и упражнения стрейч - характера	2	-	2
		Перевороты (с одной ногой)	2	-	2
6.	Кросс	Комбинации прыжков	2	-	2
		Вращение как способ перемещения в пространстве	2	-	2
		Вращения на одной и двух ногах	6	-	6
		Комбинации шагов, соединенных с вращениями	2	0,5	1,5
7.	Импровизация	Изучение техники параллель и оппозиция Импровизация эмоциональная сторона техники неосознанность движения, этюд	6	-	6

		«воображение – состояние – явление – образ-отклик тела...»)			
		Контактная импровизация: - эмоциональный контакт в движении в группе, - центр веса тела в поддержке. - Приёмы поддержки в дуэте: - «Перетекание» (разнообразные приемы) - Танец от разных частей тела - «Поток» (связь движений) - «Пространство за спиной» - «Танцор, обычный человек, нет некрасивых движений»	6	-	6
		Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней Танцевальные этюды	2	0,5	1,5
8.	<i>Изучение техники движений танца хип-хоп</i>	Положение корпуса, пружина, кач	2	-	2
		Техника исполнения движений отдельных центров в манере танца хип-хоп (плечи, диафрагма, пелвис)	4	0,5	3,5
		Комбинации шагов. Танцевальные комбинации Хопа	4	-	4
	<i>Текущий контроль</i>	Проведение аттестации по итогам первого полугодия в форме зачета	-		-
	<i>Промежуточная аттестация</i>	Проведение аттестации по итогам года в форме класс-концерта	-		-
	Всего:		66	2,5	63,5

ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Учебно-тематический план и содержание программы

№	Темы программы	Содержание	Количество часов		
			всего	теория	практика
1.	<i>Вводное занятие</i>	Повторение пройденного материала	2	-	2
2.	<i>Экзерсис на середине зала</i>	Plie в сочетании с различными движениями	3	1	2
		Battement tandu и Battement tandu iete в сочетании с движениями корпуса	2	-	2
		Rond de jamb par terre в сочетаниях с движениями	2	-	2
		Battement fondu в сочетаниях с движениями	2	-	2
		Grand Battement Jete в сочетаниях с движениями	4	-	4
		Адажио	2	0,5	1,5
		Разучивание учебных и танцевальных комбинаций в экзерсисе на середине зала	4	-	4
3.	<i>Упражнения для позвоночника</i>	Использование падений и подъемов во время комбинаций, с перемещением в пространстве	2	-	2
4.	<i>Комплексы изоляций</i>	Движения 3-х центров одновременно Движения в различных ритмических рисунках	2	-	2
5.	<i>Партер (техника низкого полета)</i>	Виды поворотов на полу Гимнастические элементы Построение и разучивание комбинаций в партере	2	-	2
6.	<i>Кросс</i>	Использование всего пространства класса Шаги с координацией 3-4х центров.	2	-	2
		Шаги с использованием contraction и release	2	-	2
		Смена направлений в комбинации шагов Соединение шагов, прыжков, вращений в единые комбинации	3	-	3

7.	<i>Импровизация</i>	Продолжение изучения техники параллель и оппозиция, составление этюдов «Поток» (связь движений)	7	-	7	
		Контактная импровизация: - Композиция в контакте (взгляд, пауза, звук) Приёмы поддержки в дуэте: - «Перетекание» (разнообразные приемы)	7	-	7	
		- Этюд «Сдвиг» - «Не делать старое» - «Перфоманс»				
		Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней Танцевальные этюды	3	1	2	
8.	<i>Элементы гимнастики</i>	Силовые и упражнения стрейч-характера, гимнастические элементы	2	-	2	
9.	<i>Изучение техники движений танца джаз-модерн</i>	Техника исполнения движений отдельных центров в манере танца джаз-модерн (плечи, диафрагма, пелвис)	5	1	4	
		Комбинации шагов	3	-	3	
		Танцевальные комбинации	5		5	
	<i>Текущий контроль</i>	Проведение аттестации по итогам первого полугодия в форме зачета	-		-	
	<i>Промежуточная аттестация</i>	Проведение аттестации по итогам года в форме класс-концерта		-	-	
		Всего:		66	3,5	62,5

III. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

1. Воспитательная работа

Хореографическую работу в коллективе должна отличать высокая организованность и дисциплина, культура поведения и общения между участниками коллектива и их педагогом. Работа педагога осуществляется по всем правилам формирования детского коллектива. В процессе участия в

программе у детей формируется положительная оценка результатов труда: собственного и коллективного, чужого; чувство ответственности за собственные поступки, чувство солидарности, уважение к себе и другим, адекватная самооценка. В процессе воспитательной деятельности педагог использует «принцип тройственного союза»: дети – педагог – родители. Привлечение родителей к решению воспитательных вопросов положительно влияет на сплоченность коллектива и как следствие – повышается качество образовательного процесса.

Посещение спектаклей, концертов танцевальных коллективов в филармонии, на концертных площадках города. Просмотр видеофильмов шедевров классического наследия. Беседы по хореографии. Проведение дней именинников. Встречи с выпускниками. Совместное с родителями празднование Нового года и 8 Марта.

2. Психолого-педагогическая диагностика

Психолого-педагогическая диагностика – неотъемлемая часть педагогической психологии, инструмент целесообразной профессиональной деятельности педагогов, работающих в системе развивающего обучения. Она позволяет педагогу не только научно обоснованно определять тактику развития хореографических способностей ребенка, но и видеть их место в построении стратегии общего развития личности. Безусловно, использование диагностических методов в педагогической практике требует хорошей психологической подготовки специалиста.

В рамках программы регулярно используются различные методы психолого-педагогической диагностики, направленные на изучение общих и специальных интересов и склонностей учащихся, их мотивации и заинтересованности в предмете, степени удовлетворенности от получаемых знаний и уровня комфортности окружающей среды.

Регулярно проводится тестирование на предмет выявления успеваемости учащихся, развития познавательного интереса, эрудиции в целом. Также регулярными являются и анкетирования родителей учащихся с целью выявления уровня удовлетворенности обучением, выяснения качества отношений и системы ценностей в семье, их понимания и взаимодействия с ребенком.

Используемые диагностические методики:

- ~ методика изучения уровня развития детского коллектива «Какой у нас коллектив» Лутошкина А.Н.;
- ~ методика оценивания нравственного и психологического климата в детском коллективе;
- ~ тест рисуночной фрустрации Розенцвейга С.;
- ~ рейтинговые шкалы Рензулли Д., направленные на диагностику способностей к обучению, творческих и лидерских качеств ребенка;
- ~ тренинг «Расширение телесного и эмоционального опыта»;
- ~ игра-тест на проявление интеллектуальной познавательной активности

- ~ детей;
- ~ тест на определение специальных знаний и умений;
- ~ анкетирования удовлетворенности детей и родителей и т.п.

3. Методическое обеспечение

- ~ Библиотека по хореографии: учебно-методическая литература для преподавателей.
- ~ Наглядные пособия: учебные DVD фильмы, нотный материал, CD диски, альбомы, книги по истории танца, персоналии-библиографии.
- ~ Специальные журналы по хореографии «Балет и Танец» для учащихся.
- ~ Электронные образовательные ресурсы (мультимедийные презентации, учебные пособия, интернет-контент).

4. Материально-техническое обеспечение

Для реализации данной программы необходимы:

- ~ Оборудованный балетными станками и зеркалами просторный класс со специальным покрытием пола (паркет, линолеум);
- ~ Раздевалка для обучающихся;
- ~ Наличие специальной танцевальной формы;
- ~ Наличие аудиоаппаратуры с флеш-носителем;
- ~ Наличие музыкальной фонотеки;
- ~ Наличие танцевальных костюмов.

IV. Список литературы

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. – М.: Айрис, 2001.
2. Баскаков В. Свободное тело. – М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2001.
3. Борисов-Дрондин А.И. Коррекционная гимнастика для учащихся хореографических школ. – Самара: НТЦ, 2003.
4. Васенина Е. Российский современный танец. Диалоги. – М.: Emergency Exit., 2005.
5. Володина О.В. Самоучитель клубных танцев. – Ростов на Дону: Феникс, 2005.
6. Выготский Л.С. Психология искусства / Анализ эстетической реакции. – М.: Лабиринт, 1997.
7. Выготский Л. Педагогическая психология. – М.: АСТ, Астрель, ЛЮКС, 2005.
8. Гиршон А. Е. Импровизация и хореография. Электронный ресурс.- <http://girshon.ru/>
9. Гренлюнд. Э., Оганесян Н. Танцевальная терапия. Теория, методика, практика. – СПб.: Речь, 2014.

10. Громов Ю.И. Танцуйте, дети! / Репертуар для детских танцевальных коллективов. – Чебоксары: Чувашское книжное издательство, 2002.
11. Громов Ю.И. Работа педагога-балетмейстера в детском хореографическом коллективе // Основы подготовки специалистов-хореографов / Хореографическая педагогика: учебное пособие. – СПб.: СПбГУП, 2006.
12. Данилова Н.И. Функциональные состояния: Механизмы и диагностика. – М.: МГУ, 1985.
13. Диниц Е.В. Джазовые танцы. – М.: АСТ, 2010.
14. Добровольская Г.Н. Танец. Пантомима. Балет. – Л.: Искусство, 1975.
15. Добротворская К.А. Айседора Дункан и театральная культура эпохи модерна. – Л.: ЛГИТМ и К, 1992.
16. Ерохина О.В. Школа танцев для детей: (Фольклор, классика, модерн). – Ростов н/Д.: Феникс, 2003.
17. Запора Р. Импровизация присутствия // Танцевальная импровизация. – М., 1999.
18. Захаров Р. Сочинение танца. – М.: Искусство, 1989.
19. Зуев Е. И. Волшебная сила растяжки. – М.: Советский спорт, 1990.
20. Иваницкий М.Ф. Анатомия человека. – М.: Физкультура и спорт. – 1985.
21. Ивлева Л.Д. Методика педагогического руководства любительским хореографическим коллективом: учебное пособие. – Челябинск: ЧГАКИ, 2004.
22. Ивлева Л.Д. Методика обучения хореографии в старшей возрастной группе. – Челябинск: ЧГАКИ. – 1997.
23. Ивлева Л.Д. Джазовый танец. – Челябинск: ЧГАКИ, 2006.
24. Козлов В.В., Гиршон А.Е. Интегративная танцевально-двигательная терапия.. – СПб.: Речь, 2016.
25. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. – М.: Гном-Пресс, 2000.
26. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмическое движение. – М.: Искусство, 2001.
27. Коркин В. П., Аракчеев В. И. Акробатика. – М.: Физкультура и спорт, 1989.
28. Костровицкая В.С., Писарев А.А. Школа классического танца. – Л., Искусство, 1968
29. Латиноамериканские танцы/ Авт.-сост. О.В. Иванникова. – М.: АСТ, 2003.
30. Левин М.В. Гимнастика в хореографической школе. – М.: Терра-спорт, 2001.
31. Лейтес Н.С. Возрастная одаренность школьников: Учеб. Пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2001.
32. Лисицкая Т. Ритм + пластика. – М.: Физкультура и спорт, 1987.
33. Лисицкая Т.А. Хореография в гимнастике. – Ростов-на-Дону: Феникс, 1993.
34. Лунькова А. Пусть шоу продолжается // Современные и эстрадные танцы.

- World dance. – 2006. – № 5. – С.16-21.
35. Мессерер А.М. Танец. Мысль. Время. – М.: Искусство, 1990.
36. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. – М.: Академия. – 2000.
37. Никитин В.Н. Энциклопедия тела (психология, психотерапия, педагогика, театр, танец, спорт, менеджмент) /В. Н. Никитин. – М.: Алетейа 2000.
38. Никитин В.Ю. Композиция урока и методика преподавания модерн- джаз танца. – М.: Один из лучших, 2010.
39. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец: История. Методика. Практика. – М.: Изд-во ГИТИС, 2000.
40. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. – Я вхожу в мир искусств. – 1998. – №4.
41. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Методика преподавания – М.: ВЦХТ («Я вхожу в мир искусств»), 2002.
42. Новицкая Л.П. Уроки вдохновения. – М.: Всерос. театр. об-во, 1984.
43. Панферов В.И. Пластика современного танца. – Челябинск: ЧГИИК, 1996.
44. Пасютинская В. Путешествие в мир танца. – М.: Просвещение, 2006.
45. Педагогика дополнительного образования: мониторинг качества образовательного процесса в учреждении дополнительного образования детей: методические рекомендации/сост. А.М. Тарасова, М.М. Лобода; под общ. ред. Н.Н. Рыбаковой. – Омск: БОУ ДПО «ИРООО», 2009.
46. Пидкасистый П.И. Педагогика. – М.: Педагогическое общество России. – 1998.
47. Полятков С.С. Основы современного танца. – М.:Феникс, 2009.
48. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать.– М.: Владос, 2003.
49. Ротерс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. – М.: Просвещение, 1989.
50. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. - М.: Линка – Пресс, 2016.
51. Суриц Е. Балет и танец в Америке. Очерки истории. – Екатеринбург: Изд-во госуниверситета, 2004.
52. Страковская В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей. – М.: Новая школа, 1994.
53. Томилин Д.В. Джаз-модерн: обучение. - http://www.vavilova2.ru/jazz_modern.php
54. Уральская В.И. Рождение танца. – М.: Советская Россия, 1982.
55. Уроки танцев: лучшая методика обучения танцам / Джим Холл [пер. с англ. Т. В. Сидориной]. – М.: АСТ : Астрель, 2009.
56. Федорова Л. Африканский танец. Обычай, ритуалы, традиции. – М.: Наука, 1987.
57. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Сафидансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2001.
58. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Фитнес-данс. – СПб.: Союз, 2007.
59. Шереметьевская Н. Прогулка в ритмах степа. – М.: Один из лучших, 2010.

60. Шкурко Т.А. Танцевально-экспрессивный тренинг. – СПб: Речь, 2003.
 61. <https://kopilkaurokov.ru>
 62. <https://vk.com/dancerussia>
 63. <https://vk.com/dancederevnya>

СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ

- A la SECONDE [а ля згонд] – положение, при котором исполнитель располагается en face, а «рабочая» нога открыта в сторону на 90°.
- ARCH [атч] – арка, прогиб торса назад.
- ATTITUDE [аттитюд] – положение ноги, оторванной от пола и немного согнутой в колене.
- ARABESQUE [арабеск] – поза классического танца, при которой нога отводится назад «носком в пол» или на 90°, положение торса, рук и головы зависят от формы арабеска. BATTEMENT DEVELOPPE [батман девлоппе] – вынимание через passe ноги вперед, назад или в сторону на 90°.
- BATTEMENT FONDU [батман фондю] – движение, состоящее из одновременного сгибания ног, в конце которого «рабочая» нога приходит в положение sur le sou-de pied спереди или сзади опорной ноги, а затем следует одновременное вытягивание коленей и «рабочая» нога открывается вперед, в сторону или назад. В модерн-джаз танце используется форма fondu из урока народно-сценического танца.
- BATTEMENT FRAPPE [батман фραπε] – движение, состоящее из быстрого, энергичного сгибания и разгибания ноги, стопа приводится в положение sur le sou-de-pied в момент сгибания и открывается носком в пол или на высоту 45° в момент разгибания вперед, в сторону или назад.
- BATTEMENT RELEVÉ LENT (батман релеве лян) – плавный подъем ноги через скольжение по полу на 90° вперед, в сторону или назад.
- BATTEMENT TENDU (батман тандю) – движение ноги, которая скольльзящим движением отводится на носок вперед, назад или в сторону. В модерн-джаз танце исполняется так же по параллельным позициям.
- BATTEMENT TENDU JETE [батман тандю жете] – отличается от battement tendu активным выбрасыванием ноги в воздух на высоту.
- BATTU [баттю] – в данном случае используется для обозначения заноски, т.е. резких коротких ударов ног по 5 аут-поз. спереди и сзади во время прыжка или в положении «лежа на спине».
- BODY ROLL [боди ролл] – группа наклонов торса, связанная поочередным перемещением центра корпуса в боковой или фронтальной плоскости (синоним «волна»).
- BOUNCE [баунс] – трамплинное покачивание вверх вниз, в основном происходит либо за счет сгибания и разгибания коленей, либо пульсирующими наклонами торса.
- BRUCH [браш] – скольжение или мазок всей стопой по полу перед

открытием ноги в воздух или при закрытии в позицию.

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

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

CORKSCREW TURN (корскру повороты) – «штопорные» повороты, при которых исполнитель повышает или понижает уровень вращения.

COUPE [купе] – быстрая подмена одной ноги другой, служащая толчком для прыжка или другого движения.

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

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

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

DEGAGE [дегаже] – перенос тяжести корпуса с одной ноги на другую по второй позиции (вправо, влево) и по четвертой позиции ног (вперед, назад), может выполняться как с demi plie, так и на вытянутых ногах.

DEMI-PLIE [деми-плие] – полуприседание, при котором пятки не отрываются от пола. DEVELOPPE [деveloppe] – разновидность battements, работающая нога из пятой позиции, сгибаясь, скользит носком по опорной ноге, поднимается до колена и вытягивается вперед, в сторону или назад.

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

EMBOITE [амбуате] – последовательные переходы ноги на ногу на полупальцах, пальцах и с прыжком.

EN DEDAN [ан дедан] – направление движения или поворота к себе, вовнутрь. EN DEHOR [ан деор] – направление движения или поворота от себя или наружу.

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

FLAT STEP [флэт стэп] – шаг, при котором вся стопа одновременно ставится на пол. FLEX [флекс] – сокращенная стопа или кисть.

FLIK [флик] – мазок стопой по полу к себе или от себя.

FROG-POSITION [фрог-позишн] – позиция сидя, при которой согнутые в коленях ноги касаются друг друга стопами, колени должны быть максимально раскрыты в стороны.

GLISSADE [глиссад] – партерный скользящий прыжок без отрыва от пола из пятой позиции в пятую позицию с продвижением вправо-влево или вперед-назад.

GRAND BATTEMENT [гран батман] – бросок ноги на 90° и выше вперед, назад или в сторону.

GRAND PLIE [гран плие] – полное приседание.

HIGH RELEASE [хай релиз] – высокое расширение, движение, состоящее из раскрытия грудной клетки с небольшим перегибом назад.

HIP LIFT [хип лифт] – подъем бедра вверх.

HOP [хоп] – шаг-подскок, «рабочая» нога обычно в положении «у колена».

JACK KNIFE [джэк найф] – положение корпуса, при котором торс наклоняется вперед, спина прямая, опора на руки, колени вытянуты, ноги во второй параллельной позиции, пятки не отрываются от пола.

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

JELLY ROLL [джелли ролл] – движение пелвисом, состоящее из мелкого сокращения мышц с одновременным небольшим поворотом пелвиса вправо-влево (синоним – шейк пелвиса).

JERK-POSITION [джек-позишн] – позиция рук, при которой локти сгибаются и немного отводятся назад на уровень грудной клетки, предплечья располагаются параллельно полу.

JUMP [джамп] – прыжок на двух ногах.

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

LAY OUT [лэй аут] – положение, при котором нога, открытая на 90° в сторону или назад, и торс. Составляют одну прямую линию.

LEAP [лиип] – прыжок с одной ноги на другую с продвижением.

LOCOMOTOR [локомотор] – круговое движение согнутых в локтях рук вдоль торса.

LOW BACK [лоу бэк] – округление позвоночника в пояснично-грудном отделе.

PAS CHASSE [шассе] – вспомогательный прыжок с продвижением во всех направлениях, при исполнении которого одна нога «догоняет» другую в высшей точке прыжка.

PAS DE BOURREE [па-де-бурре] – танцевальный вспомогательный шаг, состоящий из чередования pas tombe и pas coupe. Синоним step pas de bourree. В модерн-джаз танце во время pas de bourree положение sur le cou-de-pied не фиксируется.

PASSE [пассе] – проходящее движение, которое является связующим при переводе ноги из одного положения в другое, может исполняться по первой позиции на полу (passe par terre) либо на 45° или 90°.

PETIT BATTEMENT [пти батман] – в классическом танце – маленький прыжок.

PLIE RELEVÉ [плие релеве] – положение ног на полупальцах с согнутыми коленями.

POINT [пойнт] – вытянутое положение стопы.

PRANCE [прайс] – движение для развития подвижности стопы, состоящее из быстрой смены положения «на полупальцах» и point.

PRESS-POSITION [пресс-позишн] – позиция рук, при которой согнутые в локтях руки ладонями касаются бедер спереди или сбоку.

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

RELEVÉ [релеве] – подъем на полупальцы.

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

ГОЛОВЫ.

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

ROND DE JAMBE PAR TERRE [рон де жамб пар терре] – круг вытянутой ногой, касаясь пальцами ноги пола.

SAUTE [соте] – прыжок классического танца с двух ног на две ноги (синоним temps leve). SHIMMI [шимми] – спиральное, закручивающееся движение пел висом вправо и влево.

SIDE CONTRACTION [сайд контракшн] – боковое сжатие в торсе.

SIDE STRETCH [сайд стрэтч] – боковое растяжение торса, наклон торса вправо или влево. SOUTENU EN TOURNANT [сутеню ан турнан] – поворот на двух ногах, начинающийся с вытягивания «рабочей» ноги в пятую позицию.

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

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

SUR LE COU-DE-PIED [сюр ле ку-де-пье] – положение вытянутой ступни работающей ноги на щиколотке опорной ноги спереди или сзади.

СВИНГОВОЕ РАСКАЧИВАНИЕ – раскачивание любой частью тела (рукой, ногой, головой, торсом) в особом джазовом ритме.

THRUST [фраст] – резкий рывок грудной клеткой или пелвисом вперед, в сторону или назад.

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

ТОМБЕ [томбе] – падение, перенос тяжести корпуса на открытую ногу вперед, в сторону или назад на demi-plie.

TOUR CHAINES [тур шене] – туры, исполняемые на двух ногах по диагонали или по кругу на высоких полупальцах, в модерн-джаз танце могут исполняться на полной стопе и в demi-plie.