



Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
**ОЗДОРОВИТЕЛЬНО – ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ
ЦЕНТР**

ПРИНЯТО на заседании
Педагогического совета Центра
Протокол № 4 от 28.06.2023г.



УТВЕРЖДЕНО
Директор МБУДО ООЦ
Трифонов Н.Н.
Приказ № 76 от 28.06.2023г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
художественной направленности

«СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ»

программа для учащихся 12-17 лет
срок реализации – 5 лет

Авторы-составители:
Баранова Светлана Ивановна,
педагог дополнительного образования,
высшая квалификационная категория

Садыкова Анна Андреевна,
педагог дополнительного образования,
высшая квалификационная категория

Екатеринбург, 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа имеет **художественную направленность**.

Актуальность данной программы обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям. Укрепление психического и физического здоровья. Получение общего эстетического, морального и физического развития.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современный танец» разработана на основании действующих нормативно - правовых документов:

Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (далее – Закон об образовании).

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Принято Правительством РФ 31.03.2022 №678-р).
- Стратегия воспитания в РФ до 2025 года (Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 №996-р)
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (вступает в силу с 1 марта 2023 года);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года»;

- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) Министерства образования и науки России от 18 ноября 2015 № 09-3242;

- Требования к дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам для включения в систему персонифицированного финансирования дополнительного образования Свердловской области, Приказ ГАНУ СО «Дворец молодежи» № 136-д от 26.02.2021;

- Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области №219-д от 04.03.2022 «О внесении изменений в методические рекомендации «Разработка дополнительных общеобразовательных программ в образовательных организациях», утвержденных приказом ГАНУ СО «Дворец молодежи» от 01.11.2021 №934-д4;

- Устав МБУДО ООЦ;

- Положение о проектировании и утверждении дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ МБУДО ООЦ.

Новизна программы состоит в том, что в ней учтены и адаптированы к возможностям детей разных возрастов основные направления танца и пластики, включающие: классический, детский эстрадный и современный танец. В программе суммированы особенности программ по перечисленным видам танца, что позволяет ознакомить обучающихся со многими танцевальными стилями и направлениями. Такой подход направлен на раскрытие творческого потенциала и темперамента детей, а также на развитие их сценической культуры.

Педагогическая целесообразность программы объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это – принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности детей, дает детям возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности;

активности, самостоятельности, трудолюбия. Программные материалы нацелены на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания (развитие разнообразных движений, укрепление мышц; понимание детьми связи красоты движений с правильным выполнением физических упражнений и др.).

Особенностью данной программы состоит в том, что в отличие от типовых, данная программа направлена не только на разучивание хореографических композиций, но и на интеграцию танцевального и театрального искусства, для чего в программу включены занятия по выработыванию пластики тела, основам обучения дыханию в хореографии, знакомству с основами актерского мастерства, развитию способностей к импровизации и сочинению танцевальных движений, комбинаций, используемых в танце. Отличительной особенностью программы «Современный танец» является синтез видов и форм хореографического обучения, создание интегрированной модели обучения: (джазовый танец, танец модерн, классический танец, стретчинг), акцент ставится на изучение современной хореографии. Учитывая особенности и специфику данного танцевального направления, можно предположить трудности, возникающие при обучении. На этапе, когда получено начальное образование по классическому танцу, при этом уже сформировано мировоззрение на форму движения, при обучении современному танцу учащиеся испытывают, как правило психологический дискомфорт, что проявляется в общей зажатости от приобретенных стереотипов. Однако нельзя забывать, что современный танец в основе своей создан на классической школе, поэтому изучение классического танца как источника высокой исполнительской культуры, является задачей первостепенной важности. В связи с этим очень важно на начальном этапе ввести параллельное изучение классического и современного танца.

Адресат общеразвивающей программы

Данная программа рассчитана на 5 лет обучения. Возраст обучающихся – 12-17 лет. В группы первого года обучения зачисляются обучающиеся успешно прошедшие обучение по программе «Хореографическая подготовка детей по основным танцевальным направлениям», а также может быть произведен добор детей с хореографической или спортивной подготовкой при наличии свободных мест в группах.

Примерный портрет учащегося, для которого будет актуальным обучение по данной программе:

Для обучения рекомендуются принимать подростков 10-14 лет. У этой категории детей складываются собственные моральные установки и требования, которые определяют характер взаимоотношений со старшими и сверстниками. Они способны сознательно добиваться поставленной цели, готовы к сложной деятельности. Подростки болезненно относятся к расхождениям между словами и делами взрослого. Они все настойчивее начинают требовать от старших уважения своих взглядов и мнений и особенно ценят серьезный, искренний тон взаимоотношений.

Количество обучающихся в группе определяется требованиями СанПин 2.4.4.3172-14 от 4 июля 2014 года и составляет от 10 до 18 человек.

Режим занятий по годам обучения

(Занятие для групп всех лет обучения состоит из двух частей с перерывом между ними 10 минут)

Таблица 1

год обучения	часов в неделю	время одного занятия в академических часах	перерыв, мин.
1	8	2	10
2	8	2	10
3	8	2	10
4	8	2	10
5	8	2	10

Объем общеобразовательной программы – общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы (1680 часов).

Срок освоения общеразвивающей программы – 5 лет.

Уровневость – продвинутый уровень.

Целью программы: приобщить обучающихся к новым формам танцевального искусства, расширить палитру их технических возможностей и выразительных средств, обучить основам импровизации. Достижение поставленной цели предполагает постановку следующих **задач**:

1. Обучающие задачи заключаются в том, чтобы:

- обучить основным движениям различных направлений современной хореографии;
- обучить точной выразительной передаче характера создаваемого образа с помощью танцевальных и пластических средств;

2. Воспитательные задачи направлены на то, чтобы:

- воспитывать уважения к коллективу, потребности и интересы, имеющих общественно значимый характер;
- формировать художественного вкуса, эмоционально-ценностного отношения к искусству;
- воспитывать трудолюбие и стремление к преодолению препятствий
- формировать творческую личность.

3. Развивающие задачи подразумевают постепенное физическое совершенствование и привитие специальных навыков:

- координации;
- ловкости;
- силы;
- выносливости;
- гибкости;

- правильной осанки, являющейся условием здорового позвоночника;
- музыкально-пластической выразительности;
- активизации специфических видов памяти: моторной, слуховой и образной.

Формы обучения:

- коллективная, в которой обучающиеся рассматриваются как целостный коллектив, имеющий своих лидеров (при самостоятельной постановке хореографических композиций);
- групповая, в которой обучение проводится с группой воспитанников (три и более), имеющих общее задание и взаимодействующих между собой;
- парная, предполагающая общение с двумя воспитанниками при постановке дуэтных танцев;
- индивидуальная, используемая для работы с воспитанником по усвоению сложного материала и подготовки к сольному номеру.

1.3 Виды занятий

Программа включает разные виды занятий:

- учебное занятие
- открытое занятие
- контрольное занятие
- мастер-класс.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1 УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Учебно-тематический план первого года обучения

Таблица 2

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ	50	2	48	
I.	Теория дисциплины.	50	2	-	
1.	Правильное			-	Беседа,

	произношение французских терминов и перевод названий классических pas.				устный опрос
2.	Предназначение, правила выполнения и музыкальные раскладки элементов классического танца.	1	1	-	Беседа, устный опрос
II.	Партерный экзерсис			15	
1.	Постановка корпуса		1	4	Беседа, устный опрос
2.	Позиции ног: I, III, II, V			2	
3.	Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции.			3	Наблюдение, сравнение
4.	Разучивание элементов классического танца.			6	Наблюдение, сравнение
III.	Экзерсис на середине зала			18	
1.	Постановка корпуса (в выворотных позициях).			4	Наблюдение, сравнение
2.	Позиции ног: I, III, II, V			2	Наблюдение, сравнение
3.	Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции.			2	Наблюдение, сравнение
4.	Разучивание элементов классического танца на середине зала			10	Наблюдение, сравнение
IV.	Allegro			15	
1.	Temps levés sautés в I и II свободной позиции ног – на середине зала.			7	Наблюдение, сравнение
2.	Трамплинные прыжки в I и II свободной позиции ног – на середине зала.			8	Наблюдение, сравнение
	ЭСТРАДНЫЙ ТАНЕЦ	90	2	88	
I.	Теория дисциплины.				
1.	Истоки развития эстрадного танца		2		Беседа, устный опрос
II.	Экзерсис на середине зала			18	Наблюдение, сравнение

1.	Стили эстрадного танца			8	Наблюдение, сравнение
2.	Импровизация			10	Наблюдение, сравнение
III.	Сценическая практика			70	
1.	Работа над мимикой и жестами			10	Наблюдение, сравнение
2.	Артистизм и выразительность при помощи движений			20	Наблюдение, сравнение
3.	Работа над синхронностью			30	Наблюдение, сравнение
	СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ	98	4	94	Наблюдение, сравнение
I	Теория дисциплины				
1.	История возникновения современного танца		4		Беседа, устный опрос
II	Экзерсис на середине				
1.	Основные шаги			4	Наблюдение, сравнение
2.	Основные движения корпуса			8	Наблюдение, сравнение
3.	Прыжки			6	Наблюдение, сравнение
4.	Танцевальная комбинация			8	Наблюдение, сравнение
III	Танцевальные комбинации на середине зала				
1.	Основные положения корпуса в современном танце			4	Наблюдение, сравнение
2.	Прыжки			6	Наблюдение, сравнение
3.	Вращения			6	Наблюдение, сравнение
IV	Работа над техникой танца				
1.	Отработка элементов			24	Наблюдение, сравнение
2.	Развитие пластичности			8	Наблюдение, сравнение
3.	Синхронность в исполнении			12	Наблюдение, сравнение
4.	Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений			20	Наблюдение, сравнение
	КОНТРОЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ	6		6	

1.	Промежуточная аттестация I полугодие .			3	Открытое занятие, устный опрос
2.	Промежуточная аттестация II полугодие.			3	Творческий отчетный концерт.
	ПРАЗДНИЧНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ	4		4	
1.	Новогодний праздник			2	
2.	Итоговый отчетный концерт			2	
	Всего часов:	336	8	326	

Учебно-тематический план второго года обучения

Таблица 3

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
	КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ		2	32	
I.	Теория дисциплины.	50			
1.	Правильное произношение французских терминов и перевод названий классических pas.		1		Беседа, устный опрос
2.	Предназначение, правила выполнения и музыкальные раскладки элементов классического танца.		1		Беседа, устный опрос
II.	Экзерсис у станка			14	
1.	Постановка корпуса (в выворотных позициях).			4	Наблюдение, сравнение
2.	Позиции ног: I, III, II, V			2	Наблюдение, сравнение
3.	Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции.			2	Наблюдение, сравнение
4.	Разучивание элементов классического танца у станка.			6	Наблюдение, сравнение
III.	Экзерсис на середине зала			18	
1.	Постановка корпуса (в выворотных позициях).			2	Наблюдение, сравнение

2.	Позиции ног: I, III, II, V			1	Наблюдение, сравнение
3.	Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции.			4	Наблюдение, сравнение
4.	Разучивание элементов классического танца на середине зала			11	Наблюдение, сравнение
IV.	Allegro			10	
1.	Temps levés sautés в I и II свободной позиции ног – лицом к станку, затем на середине зала.			4	Наблюдение, сравнение
2.	Трамплинные прыжки в I и II свободной позиции ног – на середине зала.			6	Наблюдение, сравнение
	ЭСТРАДНЫЙ ТАНЕЦ	90	2	88	
I.	Теория дисциплины.				
1.	Истоки развития эстрадного танца		2		Беседа, устный опрос
II.	Экзерсис на середине зала			18	Наблюдение, сравнение
1.	Комбинация в стиле джаз-танца			10	Наблюдение, сравнение
2.	Комбинация на продвижение			10	Наблюдение, сравнение
III.	Сценическая практика			62	
1.	Работа над мимикой и жестами			10	Наблюдение, сравнение
2.	Артистизм и выразительность при помощи движений			20	Наблюдение, сравнение
3.	Работа над синхронностью			32	Наблюдение, сравнение
	СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ	98	6	180	Наблюдение, сравнение
I	Теория дисциплины				
1.	Стили джазового танца. «Джаз-Модерн», отличительные особенности.		6		Беседа, устный опрос
II	Экзерсис на середине			78	
1.	Повторение пройденного материала.			18	Наблюдение, сравнение

	Усложнение движений за счет увеличения темпа исполнения.				
2.	Изучение новых джазовых элементов			32	Наблюдение, сравнение
3.	Техника изоляции			10	Наблюдение, сравнение
4.	Прыжки			10	Наблюдение, сравнение
5.	Вращения			8	
III	Подготовка репертуара			88	Наблюдение, сравнение
1.	Отработка элементов			28	Наблюдение, сравнение
2.	Работа над музыкальностью			8	Наблюдение, сравнение
3.	Развитие пластичности			8	Наблюдение, сравнение
4.	Синхронность в исполнении			12	Наблюдение, сравнение
5.	Работа над техникой танца			24	Наблюдение, сравнение
6.	Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений			8	Наблюдение, сравнение
	КОНТРОЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ			12	Наблюдение, сравнение
1.	Промежуточная аттестация I полугодие.	6		3	Открытое занятие, устный опрос
2.	Промежуточная аттестация II полугодие.			3	Творческий отчетный концерт.
3.	Участие в конкурсах, фестивалях			6	Конкурсы.
	ПРАЗДНИЧНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ	4		4	
1.	Новогодний праздник			2	
2.	Итоговый отчетный концерт			2	
	Всего часов:	336	10	326	

Учебно-тематический план третьего года обучения

Таблица 4

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
	КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ	45	3	42	
I.	Теория дисциплины.		1		

1.	Освоение методики изучения новых движений классического танца. Сохранение активного поворота головы в экзерсисе.				Беседа, устный опрос
2.	Роль элементарного adagio в уроке.		1		Беседа, устный опрос
II.	Экзерсис у станка			14	
1.	Развитие апломба за счет дальнейшего развития силы ног.			4	Наблюдение, сравнение
2.	Комбинирование элементов движений, освоенных при обучении в период 1-2 годов обучения.			2	Наблюдение, сравнение
3.	Разучивание элементов классического танца у станка.			2	Наблюдение, сравнение
III.	Экзерсис на середине зала			18	
1.	Освоение методики изучения и исполнения полуповоротов, поворотов.			3	Наблюдение, сравнение
2.	Перенос упражнений, изученных у станка, на середину зала – с целью закрепления устойчивости, приобретённой у станка.			6	Наблюдение, сравнение
3.	Ускорения темпа исполнения танцевальных движений.			9	Наблюдение, сравнение
4.	Разучивание элементов классического танца на середине зала.			18	Наблюдение, сравнение
IV.	Allegro			6	
1.	Перераспределение внимания с развития силы и эластичности мышц в прыжковых упражнениях на высоту прыжка, на тренировку мышц на маленьких и средних		1		Беседа, устный опрос

	прыжках.				
2.	Changement de pied.			3	Наблюдение, сравнение
3.	Pas échappé во II позицию.			3	Наблюдение, сравнение
	СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ	187	1	186	
I.	Теория дисциплины				
1.	Стили джазового танца. Модерн-джаз.		1		Беседа, устный опрос
II.	Экзерсис на середине зала			67	Наблюдение, сравнение
1.	Повторение пройденного материала			67	Наблюдение, сравнение
III.	Изучение новых джазовых элементов			75	Наблюдение, сравнение
1.	Шаги: -grand battement -pas de bourre			20	Наблюдение, сравнение
2.	Прыжки: -hop-passé с поджатой ногой -hop с ногой на 90° в стороне			20	Наблюдение, сравнение
3.	Вращения: -пируэт -пируэт на plié			9	Наблюдение, сравнение
4.	Танцевальная комбинация			24	Наблюдение, сравнение
	ЗНАКОМСТВО С ТЕХНИКОЙ МОДЕРН-ДЖАЗ	44		44	Наблюдение, сравнение
I.	Изучение основ модерн джаза			44	Наблюдение, сравнение
	ЭСТРАДНЫЙ ТАНЕЦ	88	2	86	
I.	Теория дисциплины		2		
1.	Знакомство с музыкальным материалом постановки		2		Наблюдение, сравнение
2.	Экзерсис на середине зала			48	Наблюдение, сравнение
3.	Создание сценического образа			2	Наблюдение, сравнение
4.	Изучение танцевальных движений			15	Наблюдение, сравнение
5.	Соединение движений			14	Наблюдение,

	в танцевальные композиции				сравнение
III	Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах			5	Наблюдение, сравнение
1.	Отработка элементов			4	Наблюдение, сравнение
2.	Работа над музыкальностью			7	Наблюдение, сравнение
3.	Развитие пластичности			2	Наблюдение, сравнение
4.	Синхронность в исполнении			9	Наблюдение, сравнение
5.	Работа над техникой танца			6	Наблюдение, сравнение
6.	Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений			4	Наблюдение, сравнение
	Выразительность и эмоциональность исполнения			2	Наблюдение, сравнение
1.	КОНТРОЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ	12		12	
2.	Промежуточная аттестация I полугодие .			3	Открытое занятие, устный опрос
3.	Промежуточная аттестация II полугодие.			3	Творческий отчетный концерт.
	Участие в конкурсах, фестивалях			6	Конкурсы.
	ПРАЗДНИЧНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ	4		4	
1.	Новогодний праздник			2	
2.	Итоговый отчетный концерт			2	
		336	8	328	

Учебно-тематический план четвертого года обучения

Таблица 5

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ	38	2	36	
I.	Теория дисциплины.				
1.	Место классического танца в искусстве хореографии.		1		Беседа, устный опрос
2.	Лексика классического		1		Беседа,

	танца и драматургия.				устный опрос
II.	Экзерсис у станка			16	
1.	Комбинирование элементов движений, освоенных в период 3 года обучения			7	Наблюдение, сравнение
2.	Начало изучения pirouettes в экзерсисах у станка.			2	Наблюдение, сравнение
3.	Разучивание элементов классического танца у станка.			7	Наблюдение, сравнение
III.	Экзерсис на середине зала			12	
1.	Использование переходов из позы в позу через позиции в элементарном adagio.			5	Наблюдение, сравнение
2.	Рисунок положения уровней ног и рук в маленьких и больших позах классического танца.			2	Наблюдение, сравнение
3.	Кантиленность (слитность) танцевальных движений – без фиксирования отдельных положений рук, головы, корпуса, ног в промежуточных позах.			5	Наблюдение, сравнение
IV.	Allegro			8	
1.	Чередование эластичных мягких прыжков с трамплинными прыжками как подготовка к высоким прыжкам			4	Наблюдение, сравнение
2.	Увеличение в ряде прыжков высоты взлёт			4	Наблюдение, сравнение
2.	СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ	210	2	208	Наблюдение, сравнение
I.	Теория дисциплины				Наблюдение, сравнение
	Основоположники современного танца. Айседора Дункан		1		Беседа, устный опрос
	Основные техники		1		Беседа,

	современного танца				устный опрос
II.	Изучение основ техники М. Грэхем			105	Наблюдение, сравнение
1.	Construction.			55	Наблюдение, сравнение
2.	Release.			50	Наблюдение, сравнение
III.	Изучение основ техники Х. Лимона			101	
1.	Rebound.			57	Наблюдение, сравнение
2.	Recovery.			44	Наблюдение, сравнение
	ЭСТРАДНЫЙ ТАНЕЦ	56	1	55	
I.	Теория дисциплины				Наблюдение, сравнение
	Особенности эстрадного танца		1		Беседа, опрос
II.	Экзерсис на середине зала			22	
1.	Повторение пройденного материала			12	Наблюдение, сравнение
2.	Изучение новых танцевальных элементов			6	Наблюдение, сравнение
3.	Шаги: -grand battement назад -grand battement с пируэтом -pas de bourre с прыжком			4	Наблюдение, сравнение
III.	Прыжки			17	Наблюдение, сравнение
1.	-hop с ногой на 90° в стороне с поджатой ногой -leap в сторону с pas de bourre			10	Наблюдение, сравнение
2.	Вращения: - chainés в plie - тур по 2 позиции со спиралью			7	Наблюдение, сравнение
	КОНТРОЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ	12		12	
1.	Промежуточная аттестация I полугодие.			2	Открытое занятие, устный опрос.
2.	Промежуточная			2	Отчетный

	аттестация II полугодие.				концерт.
3.	Участие в конкурсах, фестивалях, концертах			8	Конкурсы
	ПРАЗДНИЧНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ	4		4	
1	Новогодний праздник			2	
2.	Итоговый отчетный концерт			2	
	Итого часов	336	5	331	

Учебно-тематический план пятого года обучения

Таблица 6

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
	КЛАССИЧЕСКИЙ ТАНЕЦ	46	2	36	
I.	Теория дисциплины.				
1.	Рисунок, лексика классического танца и актерское мастерство танцовщика (балерины).		1		Беседа, устный опрос
2.	Музыкальность и классический танец. Исполнительский стиль, манера исполнения.		1		Беседа, устный опрос
II.	Экзерсис у станка			12	
1.	Комбинирование элементов движений, освоенных в период 3, 4 годов обучения			6	Наблюдение, сравнение
2.	Введение в различные упражнения у станка поз croisée, éffacée, écartée вперед и назад.			3	Наблюдение, сравнение
3.	Разучивание элементов классического танца у станка.			9	Наблюдение, сравнение
III.	Экзерсис на середине зала			14	
1.	Введение в различные упражнения на середине зала поз croisée, éffacée, écartée вперед и назад.			3	Наблюдение, сравнение
2.	Выработка правильности и			4	Наблюдение, сравнение

	чистоты исполнения новых движений, развитие силы и выносливости.				
3.	Перенос упражнений, изученных у станка, на середину зала.			7	Наблюдение, сравнение
IV.	Allegro			12	
1.	Чередование эластичных мягких прыжков с трамплинными прыжками как подготовка к высоким прыжкам. Увеличение в ряде прыжков высоты взлёта.			12	Наблюдение, сравнение
	СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ	210	1	209	
I.	Теория дисциплины				Наблюдение, сравнение
1.	Особенности афро- джаз танца		1		Беседа, устный опрос
II.	Экзерсис на середине зала		1	98	
1.	Повторение пройденного материала			44	Беседа, устный опрос
2.	Изучение новых танцевальных элементов			28	Наблюдение, сравнение
3.	Смена уровней: -падение -падение с вращением			12	Наблюдение, сравнение
4.	Шаги: -комбинация grand battement в сочетании с прыжком			14	Наблюдение, сравнение
III.	Прыжки:			77	
1.	- grand pas de chat с продвижением			35	Наблюдение, сравнение
2.	- grand jeté с продвижением - jump с attitude			22	Наблюдение, сравнение
3.	Вращения -chainés сочетание plie и без plie			20	Наблюдение, сравнение
	ЭСТРАДНЫЙ ТАНЕЦ.	62	2	60	
I.	Трюки			11	
1.	Изучение трюковых		1	11	Беседа,

	элементов в паре.				опрос
II.	Экзерсис на середине зала			33	
1.	Знакомство с музыкальным материалом постановки		1		Беседа, устный опрос
2.	Создание сценического образа			2	Наблюдение, сравнение
3.	Изучение танцевальных движений			4	Наблюдение, сравнение
4.	Соединение движений в танцевальные композиции			4	Наблюдение, сравнение
5.	Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах			2	Наблюдение, сравнение
6.	Отработка элементов			4	Наблюдение, сравнение
7.	Работа над музыкальностью			3	Наблюдение, сравнение
8.	Развитие пластичности			4	Наблюдение, сравнение
9.	Синхронность в исполнении			4	Наблюдение, сравнение
10.	Работа над техникой танца			2	Наблюдение, сравнение
11.	Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений			2	Наблюдение, сравнение
12.	Выразительность и эмоциональность исполнения			2	Наблюдение, сравнение
	КОНТРОЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ	14		14	
1.	Промежуточная аттестация I полугодие.			2	Открытое занятие, устный опрос
2.	Промежуточная аттестация II полугодие.			2	Отчетный концерт.
3.	Участие в конкурсах, фестивалях, концертах			10	Конкурсы.
	ПРАЗДНИЧНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ	4		4	
1.	Новогодний праздник			2	

2.	Отчетный концерт.			2	Выступление.
	Итого часов	336	5	331	

Содержание по предмету «Классический танец

Первый год обучения

I Теория дисциплины

Правильное произношение французских терминов и перевод названий классических рас.

1. Предназначение, правила выполнения и музыкальные раскладки элементов классического танца. Наиболее типичные (распространенные) ошибки при исполнении того или иного элемента или упражнения классического танца у станка и на середине зала.

II. Экзерсис у станка

1. Постановка корпуса (в выворотных позициях).
2. Позиции ног: I, III, II, V.
3. Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции. После освоения на середине зала и лицом к станку.
4. Разучивание элементов классического танца у станка.
 - Demi-pliés. Изучается лицом к станку в I II III позициях. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.
 - Battements tendus. Повторяются изученные элементы темы 2. Затем изучаются лицом к станку из I позиции назад. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение (по мере усвоения – 2 такта).
 - Battements tendus с demi-pliés. Изучается из I позиции в сторону, вперед, назад. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение (по мере усвоения – 2 такта).
 - 2.4.4. Demi-rond de jambe par terre en dehors et en dedans (по четверти круга). Изучается лицом к станку с I позиции по точкам – вперед в сторону, в сторону вперед. Затем назад в сторону, в сторону назад. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение и 8 тактов, если музыкальный размер – 2.4.4.

Позднее, при музыкальном размере 4/4 – 1 такт, а при музыкальном размере 3/4 – 4 такта.

- 2.4.5. Battement passé par terre. Изучается из I позиции. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение, затем 1 такт.

- 2.4.6. Подготовительное port de bras. Изучается как вступление и заключение к различным упражнениям. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение, затем 1.

- Положения ноги sur les cou-de-piéd – «условное» и «обхватное». Изучается из I позиции в сочетании с battements tendus в сторону, вперед. Затем продолжается изучение лицом к станку с I позиции по точкам назад в сторону, в сторону назад. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов при музыкальном размере 3/4.

- Battements frappés. Изучается лицом к станку, носком в пол (вначале в сторону, затем вперед назад). Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.

- Battements relevés lents на 45°. Изучается из I позиции, стоя лицом к станку в сторону. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4.

III. Экзерсис на середине зала

1. Повторение элементов темы Постановка корпуса (в выворотных позициях),

2. Повторение элементов темы Позиции ног: I, II, III, V изученные в упражнениях у станку.

3. Повторение элементов темы Позиции и положения рук: подготовительное положение, I, III, II позиции.

4. Разучивание элементов классического танца на середине зала. Повторение элементов темы 2.

IV. Allegro

1. Temps levés sautés в I и II свободной (полувыворотной) позиции ног –

лицом к станку, затем на середине зала.

2. Трамплинные прыжки в I и II свободной (полувыворотной) позиции ног – лицом к станку, затем на середине зала.

3. Трамплинные прыжки во II свободной (полувыворотной) позиции с поджатыми ногами и сокращенными стопами («Лягушка») – лицом к станку, затем на середине зала.

4. Трамплинные прыжки. «Разножка» из I свободной (полувыворотной) позиции с вытянутыми стопами – лицом к станку, затем на середине зала.

Второй год обучения

I. Теория дисциплины

1. Правильное произношение французских терминов и перевод названий классических pas.

2. Предназначение, правила выполнения и музыкальные раскладки элементов классического танца.

II. Экзерсис у станка

1. Подготовительные движения рук(и) – *préparations*. Закрытие рук(и) в подготовительное положение на два заключительных аккорда.

2. Координация ног, рук и головы в движении – *temps relevé par terre*.

3. Закрытие рук(и) в подготовительное положение на два заключительных аккорда.

4. Разучивание элементов классического танца у станка.

В ускоренном темпе повторяются упражнения, держась за станок одной рукой и усложняются за счет увеличения темпа и добавления V позиции.

- Дополнительно изучается: положение работающей ноги на уровне щиколотки опорной ноги (*cou de pied*), икры и колена.

- *Demi-pliés* в V позиции. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение.

- *Battements tendus* из V позиции. Изучается вначале в сторону, вперед, в конце года – назад. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение (по

мере усвоения – 1 такт).

- Battements tendus с demi-pliés из V позиции в сторону, вперед, назад. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.

- Demi-rond de jambe par terre en dehors et en dedans (по четверти круга) с I позиции – с préparation и заключением. Музыкальный размер 4/4 – 1 такт, а при музыкальном размере 3/4 – 4 такта.

- Rond de jambe par terre en dehors et en dedans с I позиции – с préparation и заключением. Музыкальный размер 4/4 – 1 такт, а при музыкальном размере 3/4 – 4 такта.

- Battements tendus jetés. Изучается из I, V позиций. Изучаются, стоя лицом к станку (в сторону 2-й позиции), затем – вперед, назад. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.

- Battements frappés в сторону, вперед, назад (вначале изучается – носком в пол, во втором полугодии – на 30°). Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт, 1/4.

- Battements tendus pour les pieds или battements doubles tendus или battements tendus с нажимом. Изучается из I и V позиций: а) с опусканием пятки во II позицию; б) с опусканием пятки во II позицию на demi-pliés.

- Relevés (подъемы) на полупальцы в I, II и V позициях – с вытянутых ног и с demi-pliés. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт, 1/4.

- Battements fondus. Исполняется в сторону, вперед, назад. Вначале изучается носком в пол, во втором полугодии – на 45°. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение или 4 такта – при музыкальном размере 3/4, по мере усвоения, при музыкальном размере 2/4 и 3/4 – 2 такта.

- Battements relevés lents на 45° из V позиции, стоя боком к станку (в сторону, позднее вперед и назад). Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4.

- Перегибы корпуса назад и в сторону в I позиции лицом к станку –

исполняются в конце экзерсиса у станка. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4; по мере усвоения, соответственно – 1 такт или 4 такта.

- Grands pliés. Изучается в I, II позициях (лицом к станку). Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4 по мере усвоения, соответственно – 1 такт или 4 такта.

- Préparations к ronds de jambe par terre en dehors et en dedans. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4 по мере усвоения,

- Battements retirés «до колена». Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение.

- 1-e port de bras. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4; по мере усвоения, соответственно – 1 такт или 4 такта.

III. Экзерсис на середине зала

1. Подготовительные движения рук (и) – préparations.
2. Закрытие рук(и) в подготовительное положение на два заключительных аккорда.
3. Координация ног, рук и головы в движении – temps relevé par terre.
4. Повторяются упражнения, разученные в теме 2.
5. Дополнительно изучается понятие:
 - épaulement .
 - Épaulemént croisé (с ногой на полу)
 - épaulemént éffacé (с ногой на полу)

IV. Allegro

1. Прыжки – с двух ног на две. Разные этапы прыжка (temps levé sauté): подготовка к взлету, толчок, взлет. Фиксация положения ног, приземление, положение ног после прыжка.

2. Temps levé sauté. Изучается по I, II, V позициям. Музыкальный размер

2/4 – 4 такта на каждое движение.

Pas écharpé. Изучается из V позиции во II позицию. Музыкальный размер 2/4 – 8 тактов на каждое движение

Третий год обучения

I. Теория дисциплины

1. Освоение методики изучения новых движений классического танца. Сохранение активного поворота головы в экзерсисе.

Роль элементарного *adagio* в уроке.

II. Экзерсис у станка

1. Развитие апломба за счет дальнейшего развития силы ног.

2. Комбинирование элементов движений, освоенных при обучении в III-IV классах.

3. Разучивание элементов классического танца у станка.

- *Demi-pliés* в IV позиции. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение.

- *Petits battements sur le cou-de-pieds*. Изучается сначала с равномерным переносом. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.

- *Battements doubles frappés*. Изучается в сторону, вперёд, назад. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.

- *Doubles battements fondus*. Изучается на всей стопе в сторону, вперёд, назад. Музыкальный размер 2/4 или 3/4 – 4 такта на каждое движение.

- *Battements relevés lents* на 90° из V позиции. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4.

- *Battements tendus* с *demi-pliés* во II позицию – без переноса центра тяжести на работающую ногу и с переносом. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.

- *Rond de jambe par terre en dehors* на *demi-plié*. Музыкальный размер 4/4 –

2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4.

- Grands battements jetés из I и V позиций в сторону, вперед, назад.

Музыкальный размер 2/4 – 2 такта, 1 такт

- Rond de jambe en l'air – круг ногой в воздухе. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.

- Battements développés. Изучается в сторону и вперед. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4.

- Battements tendus из V позиции с затактовым построением. Музыкальный размер 2/4 – 1 такт на каждое движение, по мере усвоения – 1/4.

- Battements tendus с demi-pliés из V позиции с затактовым построением. Музыкальный размер 2/4 – 1 такта на каждое движение.

- Rond de jambe par terre en dehors et en dedans с I позиции с затактовым построением. Музыкальный размер 3/4 – 2 такта, по мере усвоения – 1 такт.

- Battements tendus jetés с затактовым построением. Музыкальный размер 2/4 – 1 такт на каждое движение, по мере усвоения – 1/4.

- Battements tendus jetés с demi-pliés из I, V позиций с затактовым построением. Музыкальный размер 2/4 – 1 такт на каждое движение.

- Battements tendus pour les pieds или battements doubles tendus или battements tendus с нажимом из I и V позиций с затактовым построением: а) с опусканием пятки во II позицию; б) с опусканием пятки во II позицию на demi-pliés. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.

- Battements tendus jetés piqués с затактовым построением. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.

- Relevés (подъемы) на полупальцы в I, II и V позициях – с вытянутых ног и с demi-pliés с затактовым построением. Музыкальный размер 2/4 – 1 такт на каждое движение, по мере усвоения – 1/4.

- Grands pliés в I, II, V позициях (боком к станку). Музыкальный размер

4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4 по мере усвоения, соответственно – 1 такт или 4 такта.

- Pas tombé. Изучается на месте (работающая нога в положении sur le cou-de-pieds). Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.

- Pas couré. Изучается сначала с шагом на всю стопу, затем – на полупальцы. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.

- Pas de bourrée simple. Изучается как с переменной ног, так и без перемены ног (по выбору педагога-хореографа). Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.

- 3-е port de bras. Port de bras изучается в учебной форме и в сочетании с различными упражнениями (во 2-ом полугодии, например, в заключении rond de jambe par terre). Музыкальный размер 4/4 – 4 такта на каждое движение или 16 тактов – при музыкальном размере 3/4 по мере усвоения, соответственно – 2 такта или 8 тактов.

III. Экзерсис на середине зала

1. Освоение методики изучения и исполнения полуповоротов, поворотов.

2. Перенос упражнений, изученных у станка, на середину зала – с целью закрепления устойчивости, приобретённой у станка.

3. Ускорения темпа исполнения танцевальных движений.

4. Разучивание элементов классического танца на середине зала.

- Комбинирование элементов движений, освоенных при обучении в период IV и V годов обучения (см. темы 3, 7 и 11). Дополнительное изучение новых элементов классического танца, представленных ниже.

- Позы croisée, éffacée, écartée вперед и назад носком в пол – с руками в больших и маленьких позах.

- Port de bras: 2-е, 3-е.

- 1, 2, 3 arabesques носком в пол.
- Temps lié par terre. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на движение вперед и 2 такта на движение в сторону. Или, соответственно, 8 и 8 тактов – при музыкальном размере 4/4. По мере усвоения, чаще всего во 2-м полугодии, 1 такт и 1 такт (при музыкальном размере 4/4) и 4 такта и 4 такта (при музыкальном размере 3/4).
- Demi-pliés в IV позиции. Музыкальный размер 4/4 – 1 такт на каждое движение.
- Battements tendus в позах croisée, effacée, 1, 2, 3 arabesques.
- Battements tendus с demi-pliés во II позицию – без переноса центра тяжести на работающую ногу и с переносом. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.
- Battements tendus jetés в позах croisée, effacée, 1, 2, 3 arabesques.
- Rond de jambe par terre en dehors et en dedans на demi-plié. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4.
- Battements fondus в сторону, вперед, назад. Вначале изучается носком в пол, во втором полугодии – на 45°. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение или 4 такта – при музыкальном размере 3/4.
- Battements fondus в позах croisée, effacée, 1, 2, 3 arabesques.
- Battements frappés в сторону, вперед, назад (вначале изучается – носком в пол, во втором полугодии – на 30°). Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.
- Battements frappés в позах croisée, effacée, 1, 2, 3 arabesques.
- Battements relevés lents на 45° и на 90° (по усмотрению педагога-хореографа) во всех направлениях и в позах croisée, effacée – во втором полугодии.
- Grands battements jetés из I и V позиций в сторону, вперед, назад. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта, 1 такт.

- Grands battements jetés в больших позах croisée, effacée, 1, 2, 3 arabesques.
- Rond de jambe en l'air. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.
- Grands pliés в V позиции. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4 по мере усвоения, соответственно – 1 такт или 4 такта.
- Battemenst développés в сторону, вперёд. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4.
- Battements tendus из V позиции с затактовым построением. Музыкальный размер 2/4 – 1 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1/4.
- Battements tendus с demi-pliés из V позиции с затактовым построением. Музыкальный размер 2/4 – 1 такта на каждое движение.
- Rond de jambe par terre en dehors et en dedans с I позиции с затактовым построением. Музыкальный размер 3/4 – 2 такта, по мере усвоения – 1 такт.
- Battements tendus jetés с затактовым построением. Музыкальный размер 2/4 – 1 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1/4 такт.
- Battements tendus jetés с demi-pliés из I, V позиций с затактовым построением. Музыкальный размер 2/4 – 1 такта на каждое движение.
- Battements tendus pour les pieds или battements doubles tendus или battements tendus с нажимом из I и V позиций с затактовым построением: а) с опусканием пятки во II позицию; б) с опусканием пятки во II позицию на demi-pliés. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.
- Battements tendus jetés piqués с затактовым построением. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.
- Подготовительное упражнение для rond de jambe en l'air.

Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение.

- *Relevés* (подъемы) на полупальцы в I, II и V позициях – с вытянутых ног и с *demi-pliés* с затактовым построением. Музыкальный размер 2/4 – 1 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1/4.

- *Pas tombé* на месте. Работающая нога в положении *sur le cou-de-pieds*. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.

- *Pas couré* на всю стопу и на полупальцы. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.

- *Pas de bourrée simple* – с переменной ног. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.

- Поворот на двух ногах в V позиции на полупальцах без перемены ног, начиная с вытянутых ног и с *demi-plié*. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.

IV. Allegro

1. Перераспределение внимания с развития силы и эластичности мышц в прыжковых упражнениях на высоту прыжка, на тренировку мышц на маленьких и средних прыжках.

2. *Changement de pied*. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.

3. *Pas échappé* во II позицию. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение.

Четвертый год обучения

I. Теория дисциплины

1. Место классического танца в искусстве хореографии.
2. Лексика классического танца и драматургия.

II. Экзерсис у станка

1. Комбинирование элементов движений, освоенных при обучении в

период 6 года обучения.

2. Дополнительное изучение новых элементов классического танца, представленных ниже.

3. Начало изучения *pirouettes* в экзерсисах у станка.

4. Разучивание элементов классического танца у станка.

- *Demi-pliés* в IV позиции. Музыкальный размер 3/4 – 1 такт на каждое движение.

- *Petits battements sur le cou-de-pieds* на всей стопе с акцентом. Музыкальный размер 2/4 – 1/4 на каждое движение.

- *Battements doubles frappés* на всей стопе носком в пол. Музыкальный размер 2/4 – 1 такт на каждое движение.

- *Battements frappés* с затактовым построением (вначале изучается – носком в пол, во втором полугодии – на 30°. Музыкальный размер 2/4 – 1 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1/4.

- *Doubles battements fondus* на всей стопе. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.

- *Battements tendus* с *demi-pliés* в IV позицию – без переноса центра тяжести на работающую ногу и с переносом. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.

- *Grands pliés* в IV позиции. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4.

- *Rond de jambe par terre en dehors et en dedans* на *demi-plié*. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение или 4 тактов – при музыкальном размере 3/4.

- *Battements relevés lents* на 90° в сторону, вперёд, назад из I и V позиций. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4.

- *Grands battements jetés piqués* в сторону, вперед, назад. Музыкальный размер 2/4 – 1/4 на каждое *piqué*.

- Rond de jambe en l'air. Музыкальный размер 2/4 – 1 такта на каждое движение.
- Battement développés назад. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4.
- Flic вперед и назад на всей стопе. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.
- Pas tombé с продвижением. Работающая нога в положении sur le cou-de-pieds, либо носком в пол, либо поднята на 45°. Музыкальный размер 2/4 – 1 такт на каждое движение.
- Pas tombé на месте. Работающая нога в положении sur le cou-de-pieds. Музыкальный размер 2/4 – 1/4 на каждое движение, по мере усвоения – 1/8.
- Pas coupé на всю стопу и на полупальцы. Музыкальный размер 2/4 – 1/4 на каждое движение.
- Pas de bourrée simple – с переменной ног. Музыкальный размер 2/4 – 1 такт на каждое движение.
- 3-е port de bras. Музыкальный размер 4/4 – 1 такт на каждое движение или 4 такта – при музыкальном размере 3/4.
- Préparation к pirouettes sur le cou-de-pied en dehors et en dedans из V позиции. Музыкальный размер 2/4 – 8 тактов на каждое упражнение, по мере усвоения – 4 такта.

III. Экзерсис на середине зала

1. Использование переходов из позы в позу через позиции в элементарном adagio.
2. Рисунок положения уровней ног и рук в маленьких и больших позах классического танца.
3. Кантиленность (слитность) танцевальных движений – без фиксирования отдельных положений рук, головы, корпуса, ног в промежуточных позах.

- Demi-pliés в IV позиции. Музыкальный размер 3/4 – 1 такт на каждое движение.

- Battements tendus в позах écartée вперед и назад.
- Battements tendus jetés в позах écartée вперед и назад.
- Rond de jambe par terre en dehors et en dedans на demi-plié. Музыкальный размер 4/4 – 1 такта на каждое движение или 4 такта – при музыкальном размере 3/4.

- Battements fondus в сторону, вперед, назад. Вначале изучается носком в пол, во втором полугодии – на 45°. Музыкальный размер 2/4 и 3/4 – 2 такта на каждое движение.

- Battements fondus в позах écartée вперед и назад.
- Battements tendus с demi-pliés в IV позицию – без переноса центра тяжести на работающую ногу и с переносом. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение.

- Grands pliés в IV позиции. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4.

- Battements relevés lents на 45° и на 90° (по усмотрению преподавателя) во всех позах, в том числе и в позах écartée вперед и назад. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4.

- Grand battement jetés в больших позах écartée вперед и назад.
- Pas tombé с продвижением. Работающая нога в положении sur le cou-de-pieds, либо носком в пол, либо поднята на 45°. Музыкальный размер 2/4 – 1 такт на каждое движение.

- Pas tombé на месте. Работающая нога в положении sur le cou-de-pieds. Музыкальный размер 2/4 – 1/4 на каждое движение, по мере усвоения – 1/8.

- Pas couré на всю стопу и на полупальцы. Музыкальный размер 2/4 – 1/4 на каждое движение.

- Pas de bourrée simple – с переменной ног. Музыкальный размер 2/4 – 1 такт на каждое движение.

- 3-е port de bras. Музыкальный размер 4/4 – 1 такт на каждое движение или 4 такта – при музыкальном размере 3/4.

- Préparation к pirouettes sur le cou-de-pied en dehors et en dedans из V позиции. Музыкальный размер 2/4 – 8 тактов на каждое упражнение, по мере усвоения – 4 такта.

IV. Allegro

1. Введение в allegro прыжков трамплинного характера, развивающих силу всей ноги.

- Pas assemblé. Изучается с открытием ноги в сторону. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение, по мере усвоения – 2 такта.

- Pas glissade. Изучается с продвижением в сторону. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение, по мере усвоения – 2 такта.

- Sissonne simple. Изучается со сменой позиции приемом battement tendu. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на один sissonne.

Petit pas jeté. Изучается в сторону. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение, по мере усвоения – 2 такта

Пятый год обучения.

I. Теория дисциплины

1. Рисунок, лексика классического танца и актерское мастерство танцовщика (балерины).

2. Музыкальность и классический танец. Исполнительский стиль, манера исполнения.

II. Экзерсис у станка

1. Комбинирование элементов движений, освоенных в период 3,4 годов обучения.

2. Введение в различные упражнения у станка поз croisée, effacée, écartée вперед и назад. Дополнительное изучение новых элементов классического танца.

3. Разучивание элементов классического танца у станка.

- Battements tendus с demi-pliés во II и IV позиции – без переноса центра тяжести на работающую ногу и с переносом. Музыкальный размер 2/4 – 1 такт на каждое движение.
- Grands pliés в I, II, III, V, IV позициях. Музыкальный размер 4/4 – 1 такт на каждое движение или 4 такта – при музыкальном размере 3/4.
- Battements tendus jetés balanzoïr. Музыкальный размер 2/4 – 1 такт на каждый бросок, по мере усвоения – 1/4.
- Различные port de bras с работающей ногой, открытой на носок в сторону, вперед, назад (наклоны корпуса в сторону, вперед; перегибы корпуса назад). Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.
- Rond de jambe par terre en dehors et en dedans на demi-plié. Музыкальный размер 2/4 – 1 такт на каждое движение или 2 тактов – при музыкальном размере 3/4.
- Port de bras с rond de jambe par terre на plié (3 port de bras в растяжке) с rond de jambe par terre на plié. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4.
- Battements soutenus как сочетание упражнений battement retire sur le cou-de-pied et battement tendu plié soutenu. Изучается в сторону, вперед, назад носком в пол. Музыкальный размер 4/4 – 1 такт или 4 такта – при музыкальном размере 3/4.
- Battements fondus на 45° с чередованием: стопа – полупальцы (во втором полугодии – в маленьких позах). Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение или 4 такта – при музыкальном размере 3/4, по мере усвоения, соответственно – 1 такт или 2 такта.
- Battements doubles fondus на 45° на полупальцах. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение или 4 такта – при музыкальном размере 3/4.

- Petits battements sur le cou-de-pieds на всей стопе с акцентом. Музыкальный размер 2/4 – 1/4 на каждое движение, по мере усвоения – 1/8 такт.

- Battements doubles frappés на 30° с затактовым построением и чередованием: стопа – полупальцы. Музыкальный размер 2/4 – 1 такт на каждое движение.

- Battements frappés на 30° с затактовым построением и чередованием: стопа – полупальцы (во втором полугодии – в маленьких позах). Музыкальный размер 2/4 – 1 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1/4.

- Battements relevés lents на 90° в сторону, вперед, назад из I и V позиций. Музыкальный размер 4/4 – 1 такт на каждое движение или 4 такта – при музыкальном размере 3/4.

- Rond de jambe en l'air en dehors et en dedans на всей стопе. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, позднее – 1 такт.

- Temps relevés на 45° на всей стопе. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.

- Battements développés passés. Изучается на всей стопе во всех направлениях. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение или 8 тактов – при музыкальном размере 3/4.

- Demi-rond de jambe développé на 90° en dehors et en dedans на всей стопе. Музыкальный размер 4/4 – 2 такта на каждое движение, при музыкальном размере 3/4 – 8 тактов.

- Flic вперед и назад с подъемом на полупальцы. Музыкальный размер 2/4 – 1 такт на каждое движение.

- Pas tombé с продвижением. Работающая нога в положении sur le cou-de-pieds, либо носком в пол, либо поднята на 45°. Музыкальный размер 2/4 – 1/4 на каждое движение.

- Relevés на полупальцы с работающей ногой в положении sur le cou-

de-pied. Музыкальный размер 4/4 – 1 такт на каждое движение, по мере усвоения – 2/4.

- Поворот на двух ногах в V позиции на полупальцах без перемены ног, начиная с вытянутых ног и с *demi-plié*. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.

- Préparation к *pirouettes* sur le cou-de-pied en dehors et en dedans из II позиции. Музыкальный размер 2/4 – 8 тактов на каждое упражнение, по мере усвоения – 4 такта.

- *Pirouettés* sur le cou-de-pied en dehors et en dedans с V позиции. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение, по мере усвоения – 2 такта.

III. Экзерсис на середине зала

1. Введение в различные упражнения на середине зала поз *croisée*, *éffacée*, *écartée* вперед и назад.

2. Выработка правильности и чистоты исполнения новых движений, развитие силы и выносливости.

3. Перенос упражнений, изученных у станка, на середину зала.

IV. Allegro

1. Чередование эластичных мягких прыжков с трамплинными прыжками как подготовка к высоким прыжкам. Увеличение в ряде прыжков высоты взлёта.

Grand changements de pieds.

- Pas échappé во II позицию. Музыкальный размер 2/4 – 1 такт на каждое движение.

- Pas échappé в IV позицию (*en face*, позднее – в позах). Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт.

- Pas assemblé – с открытием ноги вперед. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение, по мере усвоения – 2 такта.

- Pas assemblé – с открытием ноги в сторону и вперед. Музыкальный

размер 2/4 – 1 такт на каждое движение, по мере усвоения – 1/4.

- Double pas assemblé. Изучается в сторону и вперед.
- Pas glissade – с продвижением в сторону. Музыкальный размер 2/4 – 1 такт на каждое движение, по мере усвоения – 1/4.
- Pas de basque вперед – сценическая форма. Музыкальный размер 3/4 – 1 такт на каждое движение.
- Petit pas de chat с броском ног вперед. Музыкальный размер 2/4 – 2 такта на каждое движение, по мере усвоения – 1 такт, 1/4.
- Sissonne fermée. Изучается в направлении «вперед». En face. Музыкальный размер 2/4 – 4 такта на каждое движение, по мере усвоения – 2 такта.

.Содержание по предмету «Эстрадный танец»

Первый год обучения

I.Теория дисциплины

- Истоки и история развития эстрадного танца.
- История развития эстрадного танца.

II.Экзерсис на середине зала

1. Основные стили эстрадного танца.

- хип-хопа, фанка,
- классического балета
- джаз-танца.

2.Импровизация играет главную роль в эстрадном танце, ведь любые эстрадные танцы – своеобразные театральные выступления.

- контактная импровизация

III.Сценическая практика

1.Работа над мимикой и жестами

- Упражнения развивающие мимику « Игра лицом», « Взгляд»

2.Артистизм и выразительность при помощи движений

- Развитие артистизма с помощью упражнений и игр:
«Зеркало», «Ассоциации», «Радость или печаль»

3. Работа над синхронностью

- Отработка танцевальных движений, чистота рисунков и перестроений.

Второй год обучения

I. Теория дисциплины

1. История развития стиля «джаз-фанк».

«Джаз-фанк» зародился в Лос-Анджелесе в начале XXI века. Рождению этого стиля хореография обязана американским хореографам – Бобби Ньюберри, Брайану Фридману, Кевину Майеру. «Джаз-фанк» сочетает в себе элементы хип-хопа и джазовой техники, вакинга и многих других направлений. Движения изоляции, волны исполняются в классической постановке корпуса.

II. Экзерсис на середине зала

- Комбинация в стиле «джаз-фанк» танца
- Комбинация на продвижение из базовых элементов Hip-hop.
- Упражнения на импровизацию

III. Сценическая практика

1. Артистизм и мимика

- Развитие артистизма с помощью упражнений и игр:
- «Зеркало», «Ассоциации», «Радость или печаль»

2. Синхронность исполнения

- Работа над синхронностью включает в себя отработку танцевальных движений, чистоту рисунков и перестроений.

Третий год обучения

I. Теория дисциплины

1. Беседа о хореографическом произведении, выбранном к постановке.

2. Знакомство с музыкальным материалом постановки

- **II. Экзерсис на середине зала** Комбинация в стиле «джаз-фанк» танца
- Комбинация на продвижение из базовых элементов Hip-hop.
- Упражнения на импровизацию

III. Сценическая практика

1. Создание сценического образа
2. Изучение танцевальных движений
3. Соединение движений в танцевальные комбинации
4. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах
5. Отработка элементов
6. Работа над музыкальностью
7. Развитие пластичности
8. Синхронность в исполнении
9. Работа над техникой исполнения
10. Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений
11. Выразительность и эмоциональность исполнения

Четвертый год обучения

I. Теория дисциплины

1. Особенности Эстрадного танца.

II. Экзерсис на середине зала

1. Повторение пройденного материала

- Plie

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

- Battement tendu

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

- Battement jeté

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

- *Rond de jambe par terre*

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

- *Relevé lent* на 90°

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

- Техника изоляции

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

2. Изучение новых танцевальных элементов

- *Passé en tournent*

Положение *passé* усложняется добавлением вращения во время исполнения движения.

- *Arabesque*

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

- *Développe* в сторону

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

3. Шаги:

- *grand battement* назад

На четвертом году обучения изучается самый сложный вариант исполнения *grand battement* – бросок ноги назад. Перед тем, как начать изучение данного движения, требуется предварительная подготовка для мышц спины. Изучается движение сначала у станка, затем на середине зала. Передвижение добавляется только после полного освоения движения. Следующий этап – соединение в одну комбинацию *grand battement* вперед, в сторону и назад.

- *grand battement* с пируэтом

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

- *pas de bourre* с прыжком

Триплет исполняется с прыжком *jump* с активным передвижением по залу.

4. Прыжки:

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

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

- *leap* в сторону с *pas de bourre* –

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

5. Вращения:

- *chainés* в *plie* –

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

- тур по 2 позиции со спиралью –

Соединение тура со спиралью в корпусе. Исполняется без продвижения.

Пятый год обучения.

I. ТРЮКИ.

1. Изучение трюковых элементов в паре.

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

II. Теория дисциплины

Знакомство с музыкальным материалом постановки

III. Экзерсис на середине зала

1. Создание сценического образа
2. Изучение танцевальных движений
3. Соединение движений в танцевальные комбинации
4. Разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах
5. Отработка элементов
6. Работа над музыкальностью
7. Развитие пластичности
8. Синхронность в исполнении
9. Работа над техникой исполнения
10. Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений
11. Выразительность и эмоциональность исполнения.

Содержание по предмету «Современный танец» (Contemporary dance)

Первый год обучения

I. Теория дисциплины

История возникновения современного танца. Появление современного танца в России.

II. Экзерсис на середине

1. Техника изоляции.

- Один из основных принципов современного танца. Изолированные движения всех частей тела – головы, плеч, рук, корпуса, бедер, ног. На первом этапе обучения координируется 1, а затем 2 центра в одновременном параллельном или разнонаправленном движении, ритмический рисунок ровный, без синкоп.

2. Основные шаги

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

3. Основные движения корпусом

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

4. Прыжки

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

5. Танцевальная комбинация.

- Танцевальная комбинация строится на основе изученных элементарных движений.

III. Танцевальные комбинации на середине зала

1. Основные положения корпуса в современном танце

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

- Flat back –

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

- Deep body bend –

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

2. Прыжки:

- jump –

Прыжок с двух ног на две. Изучается по I параллельной и out позиции.

- hop –

Прыжок с одной ноги на ту же ногу. На первом этапе изучения руки наверху в V-позиции. Изучаем сначала на месте, а по мере освоения с продвижением по залу.

- leap –

Прыжок с одной ноги на другую. Изучается с продвижением по залу.

3. Вращения:

- поворот на 3 шагах –

Элементарное вращение, изучается с двух ног сначала на месте, а по мере освоения с продвижением по залу.

IV. Работа над техникой танца

- Отработка элементов
- Развитие пластичности
- Синхронность в исполнении
- Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений

Второй год обучения

I. Теория дисциплины

1. Стили джазового танца. Их отличительные особенности.

II. Экзерсис на середине зала

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

- Plie –

Небольшая комбинация на plie изучается на середине зала с переводом рук из позиции в позицию.

- Battement tendu –

Маленькая комбинация на battement tendu изучается на середине зала с переводом рук из позиции в позицию.

2. Изучение новых джазовых элементов.

- Battement jeté –

Маленькая комбинация на battement jeté изучается на середине зала с переводом рук из позиции в позицию.

- Rond de jambe par terre –

Маленькая комбинация на rond de jambe par terre изучается на середине зала с переводом рук из позиции в позицию.

- Relevé lent на 45° –

Relevé lent – подъем рабочей ноги, не сгибая колено. Изучается сначала у станка, а затем на середине зала.

- Grand battement jete –Grand

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

3. Техника изоляции –

- В период 4 года обучения отдельные движения 1го центра группируются в небольшие комбинации с простым ритмом. По мере освоения можно координировать движения 2х центров, например, соединять с шагами.

4. Прыжки:

- jump–

Прыжок изучаем на месте. Во время прыжка ноги разрываются на шпагат или на «веревочку».

- hor-passé с руками во 2 и 3 позиции –

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

- hor с ногой на 45° в стороне –

5. Вращения:

- chaonés –

Chaonés – вращение на двух ногах с продвижением, является логическим продолжением поворота на 3х шагах.

Подготовка репертуара

- Отработка элементов
- Работа над музыкальностью
- Развитие пластичности
- Синхронность в исполнении
- Работа над техникой исполнения
- Отработка четкости и чистоты рисунков, построений и перестроений
- Выразительность и эмоциональность исполнения

Третий год обучения

I. Теория дисциплины

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

II. Экзерсис на середине зала

1. Повторение пройденного материала.
 - Plie –

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

- Battement tendu -

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

- Battement jeté –

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

- Rond de jambe par terre –

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

2. Изучение новых джазовых элементов.

- Relevé lent на 90° –

Изучение движения на данном этапе только у станка.

- Техника изоляции –

В период 5 года обучения комбинации отдельных центров исполняются в более сложном ритмическом рисунке.

- Flat back –

Добавляется положение flat back на полупальцах, и в plie на полупальцах.

- «Восьмерка» рук -

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

3. Шаги:

- grand battement -

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

- pas de bourre –

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

4. Прыжки:

- hop-passé с поджатой ногой –

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

- hop с ногой на 90° в стороне –

Рабочая нога открывается в сторону на 90°. Прыжок с продвижением.

5. Вращения:

- twist во вращении –

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

- пируэт –

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

- пируэт на Plie-

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

6. Танцевальная комбинация.

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

III. Знакомство с техникой модерн-джаз

1. Изучение основ модерн джаза.

- Roll down / up –

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

- Contraction / release –

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

- Swing-

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

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

Четвертый год обучения

I. Теория дисциплины

1. Основоположники современного танца. Айседора Дункан

Современный танец (Contemporary Dance) — направление искусства танца, включающее танцевальные техники и стили XX-начала XXI вв., сформировавшиеся на основе американского и европейского танца Модерн и танца Постмодерн. В данном направлении танец рассматривается как инструмент для развития тела танцовщика и формирования его индивидуальной хореографической лексики. Средствами этого выступает синтез, актуализация и развитие различных техник и танцевальных стилей. Для

современного танца характерна исследовательская направленность, обусловленная взаимодействием танца с постоянно развивающейся философией движения и комплексом знаний о возможностях человеческого тела.

2. Основные техники современного танца

- Техника танца Марты Грэхем
- Техника танца Мерса Каннингхема
- Техника танца Хамфри- Уэйдмана
- Техника танца Хосе Лимона
- Техника танца Лестера Хортон

II. Техника Марты Грэхем.

Уделяется большое внимание сжатию, раскрытию, падению и восстановлению баланса. Для этой техники характерна работа с полом и использование сжатий в области брюшной полости и таза.

1. Техника релиз (Release based Technique) — техника современного танца, основанная на освобождении (релизе) некоторых групп мышц с целью получения навыков использования только тех групп мышц, которые необходимы в процессе танца. С помощью техники релиз развивается понимание собственного тела, что даёт большое разнообразие для развития хореографической лексики танцовщика. В процесс изучения техники включены анатомические аспекты, такие как: костная структура, мышечная, дыхательная и нервная системы. Эти темы подробно разбираются в начале урока, затем следует их практическая разработка в определенных упражнениях и танцевальных комбинациях.

Contraction — это сжатие всех мышц и относительное уменьшение объема тела, которое как бы аккумулирует энергию для дальнейшего движения, которое выполняется одновременно с release. 1-4 — Поднять вверх нижний центр, не поднимая поясницу. 6-8 — Поднять вверх плеча и голову как можно выше. Точкой опоры служит только поясничный позвонок. Исполнить

движения на выдохе. Аналогично повторить упражнение, поднимая нижний центр и торс одновременно.

III. Техника Хосе Лимона

Основной задачей в технике Х. Лимона является выражение личного взаимоотношения с окружающим миром посредством движения. Идеи ощущения веса собственного тела через падение (*fall*) и последующую отдачу (*rebound*), зависание (*suspension*) и последовательность импульса движений (*succession*).

Пятый год обучения

I Теория дисциплины

1. Особенности афро-джаз танца.

II Экзерсис на середине зала

1. Повторение пройденного материала.

- Plie

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

- Battement tendu и jeté

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

- Rond de jambe par terre

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

- Техника изоляции

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

2. Изучение новых танцевальных элементов.

- Attitude

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

- Arabesque на 45°

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

- Développe по всем направлениям

Développe – открытие рабочей ноги через passé в любом направлении. Начинаем изучать движение у станка, затем на середине класса. Движение выполняется в характере adagio по выворотным и параллельным позициям.

3. Смена уровней:

- падение-

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

- падение с вращением-

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

4. Шаги:

- комбинация grand battement в сочетании с прыжком –

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

III. Прыжки.

- grand pas de chat с передвижением –

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

- grand jeté с передвижением –

Grand jeté – прыжок с одной ноги на другую с продвижением вперед, назад или в сторону, ноги раскрываются максимально и принимают в воздухе

положение «шпагат». По мере освоения прыжок усложняется в момент взлета фиксацией рабочей ноги в положении трамплинного сгибания.

- jump с attitude –

Во время исполнения прыжка рабочая нога принимает положение attitude.

IV. Вращения:

- chaînés сочетание plie и без plie –

Чередование вращений на прямых ногах, и в plie.

Планируемые результаты освоения программы

В соответствии с каждым этапом программы воспитанник должен освоить:

- терминологию, используемую на уроке;
- структуру и основные части урока;
- последовательность изучаемых элементов урока;
- методику изучения танцевальных движений и упражнений;
- способы соотношения данных элементов с музыкальным сопровождением.
- движения в технике танцевального направления;
- принципы составления учебных комбинаций;
- организацию труда, рабочего места на уроке и сцене.

2.Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график на 2023-2024 учебный год

Таблица 2

/п	Основные характеристики образовательного процесса	
	Количество учебных недель	42
	Количество учебных дней	168
	Количество часов в неделю	8
	Количество часов	336

	Начало занятий	1 сентября
	Выходные дни	31 декабря-8 января
	Окончание учебного года	30 июня

2.2. Условия реализации программы:

Материально-техническое обеспечение

Для полноценного освоения дополнительной образовательной программы художественно-эстетической направленности учебный зал должен быть оснащен: Зеркалами. Станками, Музыкальным оборудованием (магнитофон), Каучуковый коврик для растяжки

Наличие у детей специальной формы для занятий (у мальчиков шорты и футболка, у девочек купальник для занятий и юбочка).

Кадровое обеспечение:

Реализацию данной программы обеспечивает педагог дополнительного образования, обладающий профессиональными знаниями и компетенциями в организации и ведении образовательной деятельности.

Уровень образования педагога: среднее профессиональное образование, высшее образование - бакалавриат, высшее образование - специалитет или магистратура.

Уровень соответствие квалификации: образование педагога соответствует профилю программы.

Профессиональная категория: без требований к категории.

Методическое обеспечение программы

Реализация данной программы базируется на следующие принципах:

- **принцип дидактики** (построение учебного процесса от простого к сложному).
- **принцип актуальности** (предлагает максимальную приближенность содержания программы к современным условиям деятельности детского объединения).

- **принцип системности** (подразумевает систематическое проведение занятий).

- **принцип творческой мотивации** - индивидуальная и коллективная деятельность позволяет определить и развить индивидуальные особенности воспитанников. Достижение успеха в том или ином виде деятельности способствует формированию позитивной личности, стимулирует осуществление ребенком дальнейшей работы по самообразованию и самосовершенствованию своего «Я».

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

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

Форма аттестации

Наряду с основными методами оценки результативности обучения применяется разработанная **система контроля успеваемости и аттестации обучающихся**. Данная система предполагает текущий контроль, а также промежуточную и итоговую аттестации.

Текущий контроль регулярно (в рамках расписания) осуществляется педагогом ведущим предмет.

Промежуточная аттестация определяет, насколько успешно происходит развитие обучающегося и усвоение им образовательной программы на каждом этапе обучения.

Основным методом промежуточной аттестации по программе являются:

- метод педагогического наблюдения;
- концертные выступления обучающихся.

В основе текущего и промежуточного контроля лежит **пятибалльная система оценки успеваемости.**

Баллы текущего и промежуточного контроля вносятся в ведомость.

Итоговая аттестации проводится в конце каждого из этапов обучения по всем дисциплинам и фиксируется в соответствующей документации.

Для выявления результативности усвоения образовательной программы в начале каждого этапа обучения проводится тестирование исходного уровня владения навыками.

Итоговая аттестация при сопоставлении с исходным тестированием и промежуточным контролем позволяет выявить динамику изменений образовательного уровня. Уровни владения навыками приводятся в соответствие с баллами по следующей шкале.

Механизм выявления результатов реализации программы

Личная аттестация обучающихся. Наряду с коллективными результатами деятельности тщательно отслеживается динамика индивидуального хореографического развития обучающихся, их личные успехи. Способы оценки результатов имеют как общие для всех этапов обучения критерии, так и определяемые принадлежностью к определенной возрастной группе. Общие параметры оценивания включают: балетные данные, музыкально-ритмические способности, сценическая культура.

При переходе с одного этапа на другой, дети проходят контрольную аттестацию по предметам.

Такие условия перевода на следующий этап обучения обеспечивают стабильный и ровный состав каждой группы, гарантирует необходимый уровень хореографической подготовленности детей.

Оценка результативности освоения программы (деятельности) обучающихся основана на методе сравнительного анализа, при котором результаты обучения одних обучающихся сравниваются с достижениями других (социальная соотносительная норма), с прежними результатами того

же воспитанника (индивидуальная соотносительная норма), с поставленными учебными целями и критериями (предметная соотносительная норма).

3.Список литературы

3.1. Нормативные документы

1. Российская Федерация. Законы. Об образовании в Российской Федерации : Уголовный кодекс Российской Федерации : Федеральный закон N 273-ФЗ : [принят Государственной думой 21 декабря 2012 года : одобрен Советом Федерации 26 декабря 2012 года]. - Москва : Эксмо-Пресс, 2022. - 192 с. - ISBN 978-5-04-04-169783-9. - Текст : непосредственный.

2. Концепцию развития дополнительного образования детей до 2030 года : Распоряжение от 31 марта 2022 N 678-р // КонсультантПлюс : [сайт]. – URL:

<https://www.consultant.ru/law/hotdocs/36940.html/?ysclid=la943auazg473932>

(дата обращения 09.10.2022).

3. Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам : Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 // КонсультантПлюс : [сайт]. – URL : https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_312366/6ef84690f6a42b17df0fd2f63e0a5b (дата обращения 10.10.2022).

4. О направлении информации (вместе с "Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)") : Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 N 09-3242 // КонсультантПлюс : [сайт]. – URL : https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_253132/?ysclid=la95dstcrz60235921 (дата обращения 10.10.2022).

5. О направлении методических рекомендаций : Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 19.03.2020 N ГД-39/04 // КонсультантПлюс : [сайт]. – URL : https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_348133/?ysclid=la954tax4a574932788 (дата обращения 14.10.2022).

6. Разработка дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в образовательных организациях : Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области

3.2. Литература, используемая при составлении программы

1. Никитин, В. Ю. Мастерство хореографа в современном танце. Учебное пособие / В. Ю. Никитин. – Москва : Учебники для вузов. Специальная литература, 2011. – 472 с. - ISBN 978-5-91328-122-7. – Текст: непосредственный.

2. Боголюбская, М. С. Музыкально-хореографическое искусство в системе эстетического и нравственного воспитания / М. С. Боголюбская. – Москва : учебное методическое пособие для клубных работников, 1986. – 92 с. Текст: непосредственный.

3. Полятков, С. С. Основы современного танца / С. С. Полятков. – Ростов-на-Дону : Учебники для вузов. Специальная литература, 2005. – 80 с. - ISBN 5-222-05688-0. – Текст: непосредственный.

4. Давыдов, В. В. Проблемы развивающего обучения: опыт теоретического и экспериментального психологического исследования / В. В. Давыдов. – Москва : Высшее образование. Классическая учебная книга, 2004. – 288 с. – ISBN 5-7695-1598-8. – Текст: непосредственный.

5. Зыков, А. И. Современный танец : учебное пособие для студентов театральных вузов / А. И. Зыков. – Санкт-Петербург : Учебники для вузов. Специальная литература, 2016. – 341 с. – ISBN 978-5-8114-1862-6. – Текст: непосредственный.

6. Базарова, Н. П. Азбука классического танца / Н. П. Базарова. – Ленинградское отделение: Учебники для вузов. Специальная литература, 2018. – 272 с. – ISBN: 978-5-8114-0658-6. – Текст: непосредственный.

7. Ваганова, А. Я. Основы классического танца / А. Я. Ваганова. – Санкт-Петербург : Учебники для ВУЗов. Специальная литература, 2000. – 158 с. – ISBN 5-8114-0223-6. – Текст: непосредственный.

3.3. Литература для обучающихся и родителей

1. Костровицкая, В. С. 100 уроков классического танца / В. С. Костровицкая. – Ленинград : «Школа классического танца», 1981. – 272 с. – ISBN: 5-8114-0526-X. – Текст: непосредственный.
2. Михайлова, М. А. Развитие музыкальных способностей детей / М. А. Михайлова. – Ярославль : Попул. пособие для родителей и педагогов, 1997. – 238 с. – ISBN 5-7797-0032-X. – Текст: непосредственный.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Мониторинг освоения общеобразовательной программы

«Современный танец»

1 год обучения

№	Ф.И.О.	Классический танец			Современный танец		Исполнительское мастерство		Личностные качества	
		Экзерсис у станка	Экзерсис на середине	Вращения	Комплекс Разминочных комбинаций	Вращения	Техника исполнения	Артистизм	Ответственность	Самостоятельность

*Техника выполнения упражнения «Складка» - принять положения сидя, выпрямить ноги, натянуть стопы, положение спины прямое. Вытянуть руки вверх и наклониться к стопам так, чтобы грудная клетка была прижата к коленям.

«3» - Кисти не касаются стоп, стопы вытянуты.

«4» - Кисти касаются стоп, но грудная клетка не прижата к коленям, стопы вытянуты.

«5» - Руки полностью обхватывают стопы, грудная клетка прижата к коленям, стопы вытянуты.

*Техника выполнения упражнения «Лягушка» - принять горизонтальное положение лежа на животе, согнув ноги в коленях, образуя ромб так, чтобы стопы были соединены. Руки положить под подбородок, тазовые кости прижаты к полу.

«3» - Таз не прижат к полу, стопы не прижаты к полу.

«4» - Таз прижат к полу, стопы не прижаты к полу.

«5» - Таз и стопы прижаты к полу.

*Техника выполнения упражнения «Мост» - принять горизонтальное положение лежа на спине. Ноги согнуты в коленях. Руки у головы, ладони в пол, пальцы смотрят в направлении ступней, согнутые локти направлены в потолок. Отталкиваясь руками и ногами, поднять таз вверх – до максимально высокого положения. Спина выгнута в дуге. Руки и ноги должны быть прямыми.

«3» - Руки полностью не выпрямлены. Колени согнуты. Таз не поднят.

«4» - Таз максимально поднят вверх. Руки выпрямлены, ноги согнуты в коленях.

«5» - Таз максимально поднят вверх. Руки выпрямлены, ноги выпрямлены.

*Техника исполнения упражнения «Продольный и поперечный шпагат»

«Продольный шпагат» - положение ног на одной линии: правая нога впереди, стопа натянута, левая нога сзади, стопа натянута. Выполняется правило: «Два плеча – два бедра». Руки направлены в стороны.

«Поперечный шпагат» - положение ног на одной линии: правая и левая ноги направлены в стороны, стопы натянуты, мизинцы стремятся к полу. Спина прямая, руки в стороны.

«3» - Упражнение выполняется с помощью рук. Ноги не касаются пола.

«4» - Ноги касаются пола, но руки не отведены в сторону.

«5» - Ноги касаются пола, руки отведены в сторону, спина прямая.

«Комплекс разминочных комбинаций» - различные танцевальные комбинации, выполненные на основе базовых движений современного танца.

«3» - Знание комбинации не полностью.

«4» - Выполнение комбинации с небольшими пометками.

«5» - Выполнение комбинации без ошибок.

Техника исполнения вращения «Шене» - вращение попеременно то на одной, то на другой ноге, выполняемое в быстром темпе. Спина прямая. Голова поворачивается всегда в одну точку. Колени прямые.

«3» - Неумение держать точку.

«4» - Не закреплена спина.

«5» - Прямая спина, голова поворачивается в одну точку, колени прямые.

Техника исполнения – знание танцевального материала и качественное его исполнение.

«3» - Несовпадение движений с танцевальным ритмом.

«4» - Качественное исполнение движений, но неуверенно.

«5» - Полное знание танцевального материала и качественное его исполнение.

Артистизм – умение выражать эмоции на выступлении, соответствуя заданному образу.

«3» - танцор скован и не уверен.

«4» - танцор умеет выражать эмоции, но выходит из заданного образа.

«5» - танцор умеет выражать эмоции, соответствуя заданному образу.

Ответственность – обязанность отвечать за свои действия, за свои поступки, быть ответственным за них.

«3» - невыполнение какого-либо поручения.

«4» - выполнение какого-либо поручения не полностью.

«5» - выполнение всех поручений, внимательность и ответственность.

Поведение – умение вести себя адекватно на занятиях, конкурсах, в поездках.

«3» - танцор постоянно отвлекается, получает много замечаний.

«4» - замечаний нет, но танцор не собран на конкурсах, поездках.

«5» - адекватное поведение на занятиях, конкурсах, в поездках.

Личная карточка обучающегося.

Общие сведения

1. Ф.И.О.
2. Год рождения, возраст.
3. Класс, школа.
4. Номер группы
5. Название программы.

Сведения об успеваемости

№	Наименование дисциплины	1 год обучения		2 год обучения		3 год обучения		4 год обучения		5 год обучения	
		2017г.	2018г.								

Участие в конкурсах, танцевальных выступлениях:

- 1.
- 2.
- 3.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 376304230083447847618637456882370283188412430565
Владелец Трифонова Надежда Николаевна
Действителен с 22.04.2024 по 22.04.2025