



Департамент образования мэрии города Магадана  
**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ "Гимназия № 30"**  
(МАОУ «Гимназия № 30»)

ул. Якутская, д. 7, корп. 1, Магадан г., 685000 тел./факс 8 (4132) 65-49-27  
E-mail: [gymnasia30@mail.ru](mailto:gymnasia30@mail.ru) <http://gymn30-mgd.3dn.ru>

РАССМОТРЕНО  
на заседании методического совета  
3 сентября 2021 г.  
протокол № 1



СВЕТЛОДАЮ  
Директор МАОУ «Гимназия № 30»

Т.В. Фризон

30»  
н

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
художественной направленности  
Кружок «Современная хореография»**

Возраст обучающихся: 10 - 18  
Срок реализации программы: 3 года  
Объем часов: 324 за 3 года / 3 в неделю

Автор-составитель программы:  
Жукова Т.А., педагог дополнительного образования

г. Магадан, 2021

## СОДЕРЖАНИЕ

1.	Пояснительная записка	3
2.	Учебный план образовательной программы хореографического искусства	8
3.	Учебно-тематическое планирование 1 года обучения	8
4.	Содержание учебно-тематического планирования 1 года обучения	9
5.	Прогнозируемая результативность 1 года обучения	11
6.	Учебно-тематическое планирование 2 года обучения	11
7.	Содержание учебно-тематического планирования 2 года обучения	12
8.	Прогнозируемая результативность 2 года обучения	14
9.	Учебно-тематическое планирование 3 года обучения	14
10.	Содержание учебно-тематического планирования 3 года обучения	15
11.	Прогнозируемая результативность 3 года обучения	16
12.	Планируемые результаты обучения по программе и способы их проверки	17
13.	Материальное обеспечение Программы	22
14.	Кадровое обеспечение Программы	22
15.	Методическое обеспечение Программы	22
16.	Список литературы для преподавателя	30

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современная хореография» художественной направленности.

Вид программы – модифицированная.

Данная программа разработана в 2021 году на основе:

1. Приказ министерства образования науки РФ и министерства просвещения РФ от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ».
2. Постановление Главного государственного санитарного врача от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»».
3. Положения ЛГ МАОУ ДО «ДШИ» о структуре, порядке разработки, утверждения и реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ от 31.08.2016 №188.
4. Типовой программы «Хореографический кружок» М.С. Боголюбская Москва, «Просвещение», 1986 год.
5. Никитин, В. Ю. Модерн-джаз танец. Методика преподавания / В. Ю. Никитин. – М.: ВЦХТ, 2002. – 210 с

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 развиться 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 «Современная хореография» 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 «Современная хореография» 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 учащийся 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* учащиеся 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 развивает физические данные детей, укрепляет мышцы ног и спины, сообщает подвижность суставно-связочному аппарату, формирует технические навыки и основы правильной осанки, тренирует сердечнососудистую 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, партнеринг.

Еще одной особенностью данной программы является *интеграция всего комплекса специальных дисциплин*: в начале изучения мы опираемся на ритмику и партерную гимнастику – предметы, которые изучаются на первых годах обучения, затем – на классический танец, в дальнейшем акцент идет на становление и развитие творческой индивидуальности учащегося.

Программа «Современная хореография» 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.

Условия набора и добора и возраст учащихся.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современная хореография» предназначена для занятий с детьми, имеющими склонность к танцевальной деятельности. Дополнительно в группы принимаются все желающие заниматься дети, имеющие медицинское разрешение, в возрасте от 10 до 18 лет.

Эти дети проходят предварительный просмотр, где определяются их индивидуальные возможности, учитываются возрастные и психологические особенности, что и способствует распределению детей по группам и годам обучения. Группы формируются по возрастным и индивидуальным способностям детей. В течение учебного года группы могут пополняться вновь поступившими ребятами, способными продолжать обучение по данной программе.

#### Срок освоения программы.

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современная хореография» рассчитана на *3 года обучения*.

Основное назначение программы направлено на раскрытие творческих и коммуникативных способностей ребенка, а так же на его общекультурное развитие.

Особенность методики программы заключается во взаимопроникновении обучающих и творческих моментов в едином процессе, который строится по принципу: от обучения языку выразительных движений к исполнительскому творчеству. Содержание программы ориентировано на детей 10 до 18 лет.

Наполняемость групп составляет от 6 до 20 человек (в зависимости от возраста, года обучения и помещения, в котором проводятся занятия).

Объем программы и режим занятий

1 год обучения – 2 раза в неделю по 1,5 часа – 108 часа;

2 год обучения – 2 раза в неделю по 1 и 2 часа – 108 часа;

3 год обучения – 1 раз в неделю 3 часа – 108 часа.

Всего по программе часов-324 ч.

Продолжительность занятия – 40 минут, согласно СанПин 2.4.4.3172-14, утвержденного постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 (нормы для занятий художественной направленности).

В учебном году предусмотрены каникулы: осенние, зимние и весенние. На каникулах возможны выезды на конкурсы различного уровня, воспитательные мероприятия, творческие мастерские, семинары по теоретическому материалу. Тематические образовательные сессии по истории хореографии.

#### Формы организации образовательного процесса

Форма организации деятельности учащихся:

- Коллективная – учащиеся рассматриваются как целостный коллектив, имеющий своих лидеров (постановка или отработка хореографических композиций).
- Групповая – осуществляется с группой учащихся состоящих из трех и более человек, которые в свою очередь имеют общие цели, и активно взаимодействуют между собой.
- Парная – общение с двумя учащимися, которые в свою очередь взаимодействуют (дуэтный танец).
- Индивидуальная - оказание помощи учащемуся по усвоению сложного материала.

Подготовка к сольному номеру.

#### Основная форма проведения занятий – урок

Формы занятий:

- традиционное занятие
- практическое занятие (изучение новых концертных номеров)
- класс-концерт (открытое, контрольное занятие для родителей и специалистов)

- выступление, конкурс, фестиваль
- творческая лаборатория (мастер-классы с ведущими педагогами по современному танцу)
- зрительская практика (посещение, спектаклей, концертов, театров)
- открытое, контрольное занятие (согласно данной программе)
- занятие-игра
- самостоятельная работа
- тренинг
- репетиция

**ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:** формирование и развитие пластических, танцевальных способностей и творческого потенциала учащихся посредством овладения техниками современного танца.

**ЗАДАЧИ:**

Обучающие:

- Ознакомление учащихся с истоками современного танца (история развития джаз-модерн танца), различных течений.
- Ознакомление с особенностями ритмического строения музыки.
- Освоение техники джаз-танца, стрит-джаза.
- Обучение основам свободной импровизации.
  - Организация постановочной и концертной деятельности.

Развивающие:

- Раскрытие творческой индивидуальности учащихся.
- Развитие физической выносливости и силы, силы духа.
- Воспитание умения передавать стиль и манеру исполнения различных течений, создавать яркие сценические образы.

Воспитательные:

- Воспитание умения распознавать «прекрасное» и «безобразное» в общем потоке современной индустрии.
- Привитие бытовой и сценической культуры.
  - Создания условий для общения.

Отличительные особенности

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Современная хореография» отличается от типовой программы, на основе которой она разработана тем, что обучение ведется на основе классической и современной хореографии, создается интегрированная модель обучения с использованием инновационных направлений (джазовый танец, танец модерн, стретчинг, импровизация), которые делают ее интересной и современной. Акцент ставится на изучение современной хореографии.

Особенности организации образовательного процесса

На каждом этапе обучения материал дается по четырем основным

1. Азбука современной хореографии
2. Основы современного танца
3. Репертуарная практика, подготовка концертных номеров
4. История современной хореографии

Содержание разделов программы предполагает вариантность использования предлагаемого материала (т.е. на каждом уроке используются задания всех разделов), выбор которого направлен на раскрытие способностей учащихся, формирование культуры поведения и общения, воспитание и реализацию творческого начала.

Работа строится таким образом, чтобы не нарушался целостный педагогический процесс, учитывая тренировочные цели, задачи эстетического воспитания и конкретные перспективы коллектива. В основе преподавания современного танца лежит профессиональная методика, без которой учащиеся не могут получить необходимые навыки.

#### Первый раздел – азбука современной хореографии.

Этот раздел предусматривает приобретение учащимися двигательных навыков и умений, развитие координации, формирование осанки и физических данных (шаг, гибкость). Он включает разминку по кругу и на середине, экзерсис на полу.

#### Второй раздел – основы современного танца.

Предполагает изучение разноплановых элементов современных танцев (джаз-модерн, фанки-джаз, бродвей-джаз), композиций, этюдов, которые могут стать основой репертуара для сценической практики; а так же экзерсиса у станка и на середине.

#### Третий раздел – репертуарная практика, подготовка концертных номеров.

Значительную роль в художественном воспитании детей играет репертуарная практика. На основе изученных танцевальных этюдов и элементов танца составляются концертные номера. Правильный подбор концертных номеров с учетом возможностей учащихся развивает танцевальность и выразительность. Репертуарная практика – это в своём роде утверждение ребёнка как личности, которая не смущается и не тушует на сцене перед большим количеством зрителей, также это уверенность ребёнка в своих силах. Если учащийся смог перебороть страх и неуверенность выйдя на сцену, можно сказать, что он в жизни справится с любыми трудностями.

#### Четвертый раздел – беседы о хореографическом искусстве.

Раздел – теоретический, знакомит с общими понятиями современного танца (терминология), с его истоками и историей развития. Желательно осваивать этот материал в форме бесед и видео-просмотров, посещение конкурсов, фестивалей современного танца.

На первом году обучения учащиеся знакомятся с основными принципами техники движения танца модерн. Позвоночник – основа движения. Понятия «contraction» – сжатие и «release» – расширение как основы движения техники М. Грэхем. Движение за счет падения и подъема тяжести корпуса, его построение по синусоиде: движение-задержка в кульминационной точке (suspend) и обратный возврат (recovery) – техника Д. Хамфри и Х. Лимона. Развивается творческое мышление средством свободной импровизации, формируется творческий интерес и эстетический вкус.

На втором году обучения учащиеся познают особенности современного направления джаз-модерна и партеринга. Больше внимание на занятии уделяется импровизации как мгновенному воплощению музыкального ритма средствами пластики тела, мимики и эмоциональной окраски. Привлекательность этого направления для ребят в том, что отсутствует дистанция между замыслом и воплощением.

Третий год обучения посвящен, в основном, глубокому изучению джаз-модерн танца. Поскольку модерн это особая философия (не просто мышечная работа, а синтез энергии мысли, чувств и движения), то изучение такого направления современной хореографии целесообразно именно на этом этапе обучения. К этому моменту учащиеся уже физически развиты, максимально владеют собственным телом, что является кульминацией танцевального мастерства и завершающим этапом изучения предмета «Современная хореография». Учитывая особенности кризисного возраста подростков, кроме танцевальной подготовки с ними проводятся беседы, направленные на воспитание у них внутренней культуры, умения избирательно относиться к людям, событиям и явлениям, объяснять свои взгляды, выразить личное мнение, управлять

своими эмоциями, контролировать свое поведение, оценивать свои поступки и прогнозировать их возможные последствия. Кроме этого, проводятся диспуты о содержании программ на музыкальных каналах М-TV и МузТВ, которые они смотрят независимо от желания взрослых. Педагог старается «стихию» направить в позитивное русло, пытается формировать у воспитанников музыкальный вкус, эстетическое отношение к искусству, научить их разбираться что «прекрасно», а что «безобразно».

### УЧЕБНЫЙ ПЛАН (срок обучения 3 года)

Наименование предмета	Количество часов в неделю			Итоговая аттестация Проводится в
	1 год обучения	2 год обучения.	3 год обучения	
Азбука современной хореографии	1	1	1	3-ем году обучения
Основы современного танца	1	1	1	3-ем году обучения
Репертуарная практика, подготовка концертных номеров	0,5	0,5	0,5	-
Беседы о хореографическом искусстве	0,5	0,5	0,5	-
<b>ИТОГО</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	

### УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

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

Основная задача на данном этапе (1 год обучения):

- научить учащихся качественно, «чисто» и грамотно выполнять основные позиции, движения и положения современного танца;
- развить у учащихся элементарные навыки координации, ощущения себя и своих мышц в пространстве.
- направить решение локальных учебных задач на развитие силы и выносливости, музыкальности и артистичности.

### Учебно-тематический план 1 год обучения

№	Наименование темы	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Азбука современной хореографии	36	5	31
2	Основы современного танца	36	4	32
3	Беседы о хореографическом искусстве	6	6	-
4	Репертуарная практика, подготовка концертных	28	3	25

	номеров			
5	Контрольное занятие	2	-	2
	Итого	108	18	90

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОГО ПЛАНИРОВАНИЯ ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

### 1. Азбука современной хореографии – 36 часов

#### *Упражнения в партере:*

- Проработка положений ног – flex, point.
- Изолированная работа мышц в положении лежа и сидя.
- Фиксируемые наклоны торса к ногам в положении сидя.
- Упражнения stretch-характера в положении лежа и сидя.
- Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release.
- Contraction, release на четвереньках.
- Body roll в положении croisee сидя.
- Упражнения stretch-характера на проработку положения ноги в сторону и из положения frog-position с использованием рук.
- Подъем ног на 90 градусов из положения, лежа (стопы – point).
- Grand battement вперед, из положения, лежа на спине, grand battement в сторону из положения, лёжа на боку и grand battement в сторону и назад из положения, стоя на четвереньках.

#### *Упражнения у станка:*

- Demi и grand plie с переводом стоп и коленей из выворотного положения в параллельное и наоборот.
- Demi и grand plie в сочетании с releve.
- Battements tendus с переводом из параллельного положения в выворотное и наоборот.
- Battements tendus с использованием brash.
- Battements tendus с подъемом пятки опорной ноги во время вынесения на носок или броска.
- Battements tendus jetes с переводом из параллельного в выворотное положение и наоборот.
- Battements tendus jetes с использованием brash.
- Battements tendus jetes с подъемом пятки опорной ноги во время выноса на носок или броска.
- Rond de jambe par terre с подъемом ноги на 90°.
- Grands battements jetes с подъем пятки опорной ноги во время броска

#### *Упражнения на середине зала:*

- Позиции рук и ног в джаз-танце.
- Изолированная работа головы, плеч, рук, стоп, бедер, ног в положении стоя.
- Изолированная работа головы, стоп, коленей, плеч, бедер со средней частью корпуса и ног в джаз-модерн танце.
- В разделе изоляция проучиваем новое понятие – крест.
- Проучивание flat back вперед из положения стоя.
- Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release, с добавлением работы рук в положении стоя.
- Паховые и боковые растяжки.
- Упражнения свингового характера.
- Упражнения для расслабления позвоночника.
- Проработка движений: drop, swing, roll down, roll up. Twist торса.
- «Восьмерка» корпусом с позиции скручивания одновременно.

- Трехшаговый поворот по прямой.
- Трехшаговый поворот с пируэтом по прямой.
- Flat back в сторону.
- Flat back вперед в сочетании с работой рук.
- Flat step в сочетании с работой плеч.

## 2. Основы современного танца – 36 часов

Теория – объяснение техники исполнения изучаемого материала и контроль за чистотой выполнения. Термины современного танца на английском языке, т.к. современный танец «пришёл» из США.

Необходимо переводить термины на русский язык в процессе обучения, объяснять их значение, характер исполнения.

Например:

- contract – контракция (сжатие к центру, общее и изолированное)
- bodi roll – скручивание тела
- stretch – тянуть, растягивать
- flex, point – сократить, вытянуть
- flat back – плоская спина
- skate – скольжение и т.д.

Практика - Знакомство с танцем джаз

Основные стили джазового танца:

- Классический джаз (классический танец и джазовая пластика)
- Джаз-модерн (джаз-танец и свобода пластики модерна)
- Джаз-бит – «ритмический джаз» (чарльстон, рок-н-ролл, диско, хип-хоп, электрик-буги, фанки-джаз, бродвей - джаз).

Разучивание танцевальных движений и комбинаций в стиле джаз.

На основе изученных движений, исполнение учащимися импровизации – комбинации собственного сочинения в стиле классического джаза.

## 3. Беседы о хореографическом искусстве – 6 часов

Возникновение жанра модерн.

Тема 1. Творчество Айседоры Дункан

- Творческая биография

Тема 2. Творчество Триши Браун

- Творческая биография
- «Проект на крыше 12-ти домов»

Тема 3. Творчество Пины Бауш.

- Творческая биография

Тема 4. Современный танец как зарубежное явление.

## 4. Репертуарная практика, подготовка концертных номеров – 24 часов

Теория – объяснение неточностей и слабых мест в исполнении.

Практика – отработка танцевальных блоков и композиций, техники исполнения и артистичности, закрепление и дальнейшая проработка артистического исполнения танцевальных номеров с целью удержания исполнительского мастерства.

- изучение движений, исправление ошибок
- соединение движений в танцевальные комбинации, отработка техники соединения комбинаций в блоки
- техника исполнения
- композиционное решение танца
- артистичность

5. Контрольное занятие – 2 часа

1 полугодие – контрольный урок

2 полугодие – участие в отчетном концерте ансамбля или конкурсе современного танца «Танцующий город»

### ПРОГНОЗИРУЕМАЯ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ.

На первом этапе должен быть заложен фундамент для формирования всего комплекса знаний, умений и навыков. Ожидаемый результат на данном этапе освоения программы – правильное выполнение программных требований по уровню подготовленности учащихся.

1. *В обучении:* учащиеся овладели умением различать свинг и стрейчинговый характеры движений и отражать особенности при исполнении, выделять своим телом музыкальный акцент. Освоены акробатические элементы: «перекаты» на спине, «кувырки», «мосты» из положения «стоя» в усложненных формах и с продвижением в разных направлениях. Знают основы джазовой импровизации, что позволяет создавать яркие сценические образы.

2. *В развитии:* развит вестибулярный аппарат, макро- и микрокоординации (наработана скорость реакции в смене направления движения при перемещении в пространстве), стали более выносливы физически, легко переходят из одного уровня в другой, ребята умеют координировать одновременно два центра. Нарботана техника вращения на середине зала в среднем темпе.

3. *В воспитании:* стремление к четкому, правильному, красивому выполнению задания, что в свою очередь требует организованности, активности, внимания; ребята ориентируются в стилях джаз-танца, у них формируется эстетический вкус, творческий интерес к занятиям, осознанно применяют знания, полученные в беседах по здоровому питанию.

### УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ВТОРОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

На втором году обучения продолжается работа над качеством и чистотой исполнения пройденного в 1 году обучения материала. Идет дальнейшее развитие выносливости и силы мышц за счет выполнения упражнений в более быстром темпе и увеличения общего количества повторов. Движения и положения сочетаются в небольшие комбинации с простым ритмическим рисунком, упражнения исполняются в сочетании с позициями рук. Вводятся новые элементы, усложняется координация.

Основная задача на данном этапе обучения (2 год обучения):

- целенаправленное обучение учащихся грамотному исполнению движений современного танца, ритмически точному и четкому, с фиксацией;
- дальнейшее развитие координации и артистизма.

Все требования, предъявленные к учащимся первого года обучения, остаются обязательными и для учащихся второго года обучения.

Учебно-тематический план  
2 год обучения

№	Наименование темы	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Азбука современной хореографии	36	3	33
2	Основы современного танца	36	4	32
3	Беседы о хореографическом искусстве	6	6	-
4	Репертуарная практика, подготовка концертных номеров	28	2	26
5	Контрольное занятие	2	-	2
	Итого	108	15	93

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОГО ПЛАНИРОВАНИЯ  
ВТОРОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

1. Азбука современной хореографии – 36 часов

*Упражнения в партере:*

Развернутые комбинации с использованием движений изолированных центров, движений позвоночника (твисты, спирали, contraction и release), падения и подъемы, а также переходы из уровня в уровень. Смена нескольких положений исполнителя во время разогрева (у станка, на середине, в партере.)

Разогрев в положении «сидя» и «лежа», используя упражнения стэтч-характера, наклоны и твисты торса.

*Упражнения для позвоночника.*

- Flatback вперед, назад, в сторону, полукруги и круги торсом.
- Deepbody bend.
- Twist и спираль.

*Упражнения у станка:*

Выполняются все упражнения 1 года обучения. Усложнение техники движений за счет ускорения темпа в комбинациях. Особое внимание уделяется исполнительской манере.

Соединение движений нескольких центров в различных ритмических рисунках. Использование различных ритмов в исполнении движений, например один центр исполняет движение медленно и плавно, другой – акцентировано и резко.

*Упражнения на середине зала:*

- Изолированная работа головы, плеч, рук, стоп, бедер, ног в положении стоя.
- Изолированная работа головы, стоп, коленей, плеч, бедер со средней частью корпуса и ног в джаз-модерн танце.
- В разделе изоляция проучиваем новое понятие – квадрат.
- Проучивание flat back вперед из положения стоя.
- Паховые и боковые растяжки.
- Упражнения свингового характера.
- Упражнения для расслабления позвоночника.
- Проработка движений: drop, swing, roll down, roll up. Twist торса.
- «Восьмерка» корпусом с позиции скручивания одновременно.
- Трехшаговый поворот с пируэтом по диагонали.
- Flat step в сочетании с работой плеч.
- Flat step в сочетании с «восьмеркой» тазом.

## 2. Основы современного танца – 36 часов

Теория – объяснение техники исполнения изучаемого материала и контроль за чистотой выполнения.

Практика - Знакомство с танцем модерн

Основные разделы танца модерн:

- Сидя или лёжа на полу (floorwork)
- Работа на месте (centrework)
- Работа, включающая движение в пространстве (moving in the space)  
Понятие контактная импровизация:
- Работа в группе: верхний, средний, нижний уровень
  - Работа в паре: перекаты на мостик, plie спина к спине, поддержка через бедро и т.д.
- Простейшие движения в парной работе через импульс, передаваемый одним партнером другому.
- Уражнения till или «Т-позиция». (Примечание: одновременное исполнение подъема ноги приемом developpe или releve lent на 90 и наклона торса в противоположном направлении. При этом торс, голова и работающая нога оставляют одну прямую линию.)
- Изучение движения till с открытием ноги вперед и отклонением торса назад.

## 3. Беседы о хореографическом искусстве – 6 часов

Тема 1. Морис Бежар.

- Творческая биография

Тема 2. Матс Эк

- Творческая биография
- Видео просмотр

Тема 3. Киллиан

- «История солдата»
- Просмотр видео.

Тема 4. Ролан Пети

- «Собор парижской богородицы»
- Видео просмотр

## 4. Репертуарная практика, подготовка концертных номеров – 28 часов

Теория – объяснение неточностей и слабых мест в исполнении.

Практика – отработка танцевальных блоков и композиций, техники исполнения и артистичности, закрепление и дальнейшая проработка артистического исполнения танцевальных номеров с целью удержания исполнительского мастерства.

- изучение движений, исправление ошибок
- соединение движений в танцевальные комбинации, отработка техники соединения комбинаций в блоки
- техника исполнения
- композиционное решение танца
- артистичность

## 5. Контрольное занятие – 2 часа

1 полугодие – контрольный урок

2 полугодие – участие в отчетном концерте ансамбля

## ПРОГНОЗИРУЕМАЯ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ ВТОРОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Все требования, предъявленные к учащимся первого года обучения, остаются обязательными и для второго года обучения.

1. *В обучении:* овладели стилистикой и лексикой, характеризующей особенности танцевальных течений современной хореографии, искусством свободной импровизации, исполнением движений в полицентрии. Чувство локтя и доверие друг другу настолько развиты, что все это позволяет учащимся исполнять сложные трюки в парах, тройках и группах.

2. *В развитии:* учащиеся овладели приемом взаимосвязи дыхания и движения, развитие вестибулярного аппарата позволяет в высшей степени овладеть скоростью реакции и вращений, перемещением из одного уровня в другой, перемещением в плоскостях и в пространстве, т.е. выполнять более сложную танцевальную задачу.

3. *В воспитании:* происходит развитие общей и танцевальной культуры, расширение художественного кругозора, продолжается формирование эстетического вкуса.

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ТРЕТЬЕГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

*Третий год обучения* завершает обучение основам современного танца и суммирует приобретенные учащимися знания и навыки.

Закрепляются знания и навыки, полученные на первых двух годах обучения. Совершенствуется и усложняется форма движений, изученных ранее. Продолжается работа над координацией движений, точности изолированных движений, ориентации в пространстве. Идет работа над индивидуальной манерой исполнения.

Важным моментом в процессе обучения является импровизация. На уроке учащимся предлагается разнохарактерный музыкальный материал, выбирается тема или конкретный образ. Учащиеся должны проявить себя, используя знания, полученные на уроке.

В уроке используются комбинации различных современных направлений: джаз-танец, модерн, хип-хоп, funk и др. Возможно использование трюковых элементов, заимствованных из акробатики.

Упражнения объединяются в комбинации, ускоряется общий темп исполнения движений и усложняется ритмический рисунок. Продолжается работа над развитием силы и выносливости, а также работа над чистотой исполнения движений при более быстром темпе урока. Следует уделить внимание выработке устойчивости и правильности формы при выполнении вращений.

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

Основная задача на данном этапе обучения (3 год обучения):

- уделить наибольшее внимание развитию координации учащихся, а также развитию творческих навыков, навыков музыкальности и танцевальности учащихся.

Все требования, предъявленные к учащимся второго года обучения, остаются обязательными и для учащихся третьего года обучения.

### Учебно-тематический план 3 год обучения

№	Наименование темы	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Азбука современной хореографии	36	4	32

2	Основы современного танца	38	5	33
3	Беседы о хореографическом искусстве	6	6	-
4	Репертуарная практика, подготовка концертных номеров	26	3	23
5	Контрольное занятие	2	-	2
	Итого	108	18	90

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОГО ПЛАНИРОВАНИЯ ТРЕТЬЕГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

### 1. Азбука современной хореографии – 36 часов

*Упражнение на середине зала.*

1. Проработка deep body bend, side stretch.
2. Изгибы торса: curve, arch, roll down и roll up.
3. Овладение системой растяжки stretch.
4. Овладение характером и особенностями классического, традиционного джаза.

*Изоляция:*

Полиритмия и полицентрия. Движения трех четырех и более центров одновременно в различных ритмических рисунках и оппозиционном направлении.

*Упражнения для позвоночника.*

- Торсовая работа корпуса twist, на закрепление мышечных ощущений спины и бока.
- Соединение всех возможных движений торса (спиралей, twist, release, high release, наклоны торса во всех направлениях) в единые развернутые комбинации с использованием падений и подъемов, а также с поворотами на одной ноге.
- Проработка стопы на «параллель» через чередование выворотных и параллельных позиций с одновременной усложненной работой корпуса через contraction, release, с раскрытием и закрытием корпуса, с постоянной сменой рук в позициях, маховой работой рук, с использованием дыхания и т.д.
- Развернутые комбинации с использованием движений изолированных центров, движений позвоночника (twist, спиралей, contraction, release), падения и подъема, а также переходы из уровня в уровень.

*Вращения*

1. Штопорные вращения.
2. Tours chaines по диагонали.

*Кросс*

1. Grand battement jete по всем направлениям.
2. Sissonne ferme по всем направлениям.
3. Шаги с координацией трех, четырех и более центров.
4. Шаги с использованием contraction, release, сменой направлений в комбинации шагов.
5. Pas chasse как подготовка к большим прыжкам.
6. Соединение шагов, прыжков в вращении в единые комбинации.
7. Вращения по кругу.

### 2. Основы современного танца – 36 часов

Теория – объяснение техники исполнения изучаемого материала и контроль за чистотой выполнения.

Практика - Понятие contemporary dance.

- Изучение элементов техники современного танца, с особым упором на динамику, присущую технике Каннингема.
- Основные принципы работы в парах в contemporary dance. Работа свесом партнера в разных уровнях.
- Комбинация в стиле *contemporary dance*
- Комбинация с прыжками, вращениями и передвижением в пространстве с использованием разных уровней.
- Импровизация, построенная на работе двух партнеров, на основе изученных техник.
- Комбинация, с использованием принципов партнерской работы, на развитие физической выносливости с элементами из акробатики: «переворотами», «фляками», «перелетами», «украинскими» и «бедуинскими» прыжками.
- Импровизация в стиле contemporary dance, на основе выражения своих мыслей и чувств.

### 3. Беседы о хореографическом искусстве – 6 часов

Российский современный танец.

Тема 1. Борис Эйфман.

- Творческая биография

Тема 2. Алла Сигалова

- Творческая биография
- «Желтое танго»

Тема 3. Евгений Панфилов

- Творческая биография
- «Ромео и Джульетта»

Тема 4. Ольга Пона

- Творческая биография

### 4. Репертуарная практика, подготовка концертных номеров – 26 часов

Теория – объяснение техники данного материала, образа танца и его эмоциональная подача.

Практика – отработка танцевальных блоков и композиций, техники исполнения и артистичности, закрепление и дальнейшая проработка артистичного исполнения танцевальных номеров с целью удержания исполнительского мастерства.

- изучение движений, исправление ошибок
- соединение движений в танцевальные комбинации, отработка техники соединения комбинаций в блоки
- техника исполнения
- композиционное решение танца
- артистичность

### 5. Контрольное занятие – 2 часа

1 полугодие – контрольный урок

2 полугодие – участие в отчетном концерте ансамбля

## ПРОГНОЗИРУЕМАЯ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ ТРЕТЬЕГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Обязательными остаются все требования второго года обучения.

1. *В обучении:* научились двигаться плавнее, шире и более пространственно, стали более сильными и гибкими, координированными, полностью овладели терминологией современного

танца, научились взаимосвязи исполнения движения с дыханием, научились свободному импровизационному движению, избавились от скованности и зажатости.

2. *В развитии:* научились концентрироваться на процессе, на практическом применении информации, учащиеся овладели импровизационной свободой и способностью принимать творческие решения.

3. *В воспитании:* приобрели навыки самовыражения через движение, учащиеся получают удовольствие от танца, видна увлеченность процессом импровизации, понимают и умеют различать разные стили и направления в современном танце, в современной музыкальной культуре.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПО ОКОНЧАНИЮ ОБУЧЕНИЯ ПО ПРОГРАММЕ И СПОСОБЫ ИХ ПРОВЕРКИ.

Планируемые результаты и способы проверки.

Основным результатом учебной деятельности является набор ключевых компетенций учащихся, выражающиеся в знаниях и умениях, которыми учащиеся должны овладеть в процессе обучения по программе.

Предметные:

1. танцевальные знания, умения и навыки на основе овладения и освоения программного материала;
2. выразительность и пластичность движений;
3. наличие мышечного корсета, ловкости, выносливости;
4. знания о танцах разных народов и различных эпох; истории развития современных направлений танца.
5. умение передать музыку и содержание образа движением;
6. стремление самостоятельно фантазировать и разрабатывать новые танцевальные движения и сюжеты

Метапредметные:

1. умение соотносить свои действия с планируемыми результатами,
2. осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата,
3. определять способы действий в рамках предложенных условий и требований,
4. корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

Личностные:

1. позитивное отношение к товарищам, уважение к членам творческого коллектива, родителям, педагогам;
2. проявление музыкального вкуса, любви к искусству танца;
3. активность, самостоятельность, трудолюбие;
4. стремление к здоровому образу жизни, негативное отношение к вредным привычкам

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.

В результате обучения по программе учащиеся будут знать:

- специальную терминологию;
- основные сведения по истории современного танца;
- основные стили и жанры современной хореографии.

- основы техники исполнения движений джаз танца, танца модерн, современных молодежных направлений танца;
- современные формы, стили и техники танца.

Учащиеся будут уметь:

- исполнять основные движения современного танца;
- грамотно подходить к изучению лексики разных жанров и стилей современного танца;
- использовать знания современного лексического материала в хореографических произведениях коллектива;
- отражать в танце особенности исполнительской манеры разных стилей современной хореографии;
- исполнять движения и комбинации артистично и музыкально.

Иметь представление:

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

Все накопленные навыки в процессе обучения реализуются в разных видах деятельности:

- контрольные уроки;
- танцевальные этюды, постановки;
- импровизация;
- участие в концертных программах, мероприятиях, смотрах и конкурсах.

Критерии и формы оценки качества знаний учащихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Современная хореография».

В соответствии с целями и задачами программы предусмотрено проведение мониторинга и диагностических исследований учащихся. Проведение диагностической работы позволяет в целом анализировать результативность образовательного, развивающего и воспитательного компонента программы.

Эффективность реализации программы оценивается по следующим критериям:

№	Критерии	Формы проведения	Сроки проведения
1.	Закрепляемость учащихся в ансамбле.	Статистические данные	Сентябрь, январь, май.
2.	Уровень овладения теоретическим материалом.	Контрольные уроки. Тесты.	Сентябрь, 1 год обучения, май – последующие года обучения.
3.	Уровень овладения практическими навыками.	Контрольные уроки. Отчетный концерт	Сентябрь, 1 год обучения, май – последующие года обучения.
4.	Участие в мероприятиях	Концертная деятельность. Участие в конкурсах.	По итогам учебного года
5.	Достижения учащихся.	Участие в конкурсах.	По итогам учебного года.
6.	Мотивация воспитанников на посещение занятий.	Анкета «Изучение мотивов»	Март

Показателем качества обучения будет являться знание терминологии и теоретических основ программы по годам обучения; осмысленное, эмоциональное и технически верное выполнение танцевальных комбинаций, этюдов и хореографических постановок.

Все данные, полученные в результате диагностической работы, заносятся в таблицы, на основе которых строятся графики и диаграммы, показывающие динамику освоения учащимися программного материала.

Формы подведения итогов реализации программы:

В ходе практической деятельности (во время тренировочных занятий и постановочной работы), учащиеся приобретают и закрепляют теоретические знания и овладевают умениями и навыками танцевальной техники.

Для определения стартового уровня знаний и специальных танцевальных данных в начале учебного года проводится входная диагностика с целью выявления у учащихся специальных танцевальных данных и комплекса танцевальности, а также активности и готовности к овладению новыми знаниями.

В процессе обучения проводится промежуточный контроль по изучению отдельных разделов программы, выявляющий уровень обучаемости каждого учащегося, что при необходимости позволяет внести корректировку в образовательный процесс.

В конце учебного года проводится итоговая диагностика, которая показывает конкретные результаты освоения программы. На основе итоговой диагностики педагог определяет задачи работы на будущие года обучения.

Способами проверки качества знаний учащихся являются

- контрольные уроки
- беседы
- тестовые задания
- тесты, созданные с помощью процессора презентаций Power Point для проверки знаний теоретической части программы
- тестовые упражнения
- викторины
- творческие кроссворды
- концертные выступления
- конкурс современного танца «Танцующий город»
- ежегодный отчетный концерт участников ансамбля
- участие в хореографических спектаклях, смешанных концертах, праздничных мероприятиях.

Результаты обучения фиксируются в протоколах, что дает возможность отследить динамику развития и корректировать содержание программы. В таблицах мониторинга воспитанности, уровня обучения и личностного развития фиксируются требования, которые предъявляются к ребенку в процессе освоения им образовательной программы.

Оценка результатов выставляется по следующей шкале: высокий, выше среднего, средний, ниже среднего и низкий уровни. В диагностической таблице фиксируются результаты детей, полученные на протяжении всего учебного года. Общий уровень определяется путем процентного соотношения показателей.

Таблица мониторинга результатов (показатели и критерии) обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Современная хореография»

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Методы диагностики
1. Теоретическая подготовка детей:  1.1. Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы):	Соответствие теоретических знаний программным требованиям	- низкий уровень (овладели менее чем ½ объема знаний);	Собеседование,  Тестирование,  Анкетирование,  Наблюдение,  Итоговая работа
- средний уровень (объем освоенных знаний составляет более ½);			
- высокий уровень (дети освоили практически весь объем знаний, предусмотренных программой)			
1.2. Владение специальной терминологией:	Осмысленность и правильность использования	- низкий уровень (избегают употреблять специальные термины);	Собеседование,  Тестирование,  Опрос,  Анкетирование,  наблюдение
- средний уровень (сочетают специальную терминологию с бытовой);			
- высокий уровень (термины употребляют осознанно и в полном соответствии с их содержанием)			
2. Практическая подготовка детей:  2.1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам):	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	- низкий уровень (овладели менее чем ½ предусмотренных умений и навыков);	Наблюдения,  Соревнования,  Итоговые работы
- средний уровень (объем освоенных умений и навыков составляет более ½);			
- высокий уровень (дети овладели практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой)			
2.2. Специальные танцевальные данные: Выворотность ног  Подъем стопы  Балетный шаг  Гибкость тела  Прыжок	Степень развития специальных танцевальных данных	Уровни развития специальных танцевальных данных описаны ниже <i>Приложение 1</i>	Тестовые упражнения, наблюдение
2.3. Исполнительская культура и музыкальная выразительность (по годам обучения – см. ниже)	- соответствие уровня развития практических умений и навыков программным требованиям - качество выполнения практического задания - технологичность практической деятельности	- низкий уровень танцует программу <u>не</u> в <u>музыку</u> , держит слабо линии корпуса и рук, технически не точно исполняет фигуры	Наблюдения,  Соревнования,  Итоговые работы
- средний уровень танцует в музыку (в соответствии с музыкальным рисунком танца), держит <u>слабо</u> линии корпуса и рук, <u>технически не точно</u> исполняет фигуры.			
- высокий уровень танцует в музыку (в соответствии с музыкальным рисунком танца), <u>эмоционально</u> , держит линии корпуса и рук, технически верно исполняет фигуры у станка и			

		на середине.	
3. Учебно - коммуникативные умения: 3.2.1. Умение слушать и слышать педагога	Свобода владения и подачи подготовленной информации	- низкий (в диалоге не участвует, предпочитает молчать; испытывает серьезные затруднения в построении диалога и ответов на вопросы) -средний (слушает и слышит педагога, отвечает на вопросы педагога, участвует в диалоге, но под постоянным контролем педагога) - высокий (слушает и слышит педагога, отвечает на вопросы педагога, участвует в диалоге, принимает во внимание мнение других)	Наблюдения
3.3. Учебно-организационные умения и навыки: 3.3.1. Умение самостоятельно подготовиться к занятиям	Самостоятельно готовятся к занятиям, передеваются в специальную форму и причесывают волосы соответственно требованиям <i>Приложение 2</i>	- низкий (приходит на занятия без специальной формы, не причесан в соответствии с требованиями нуждается в постоянном контроле и помощи педагога); -средний (приходит на занятия в специальной форме, аккуратно причесан в соответствии с требованиями при напоминании педагога); - высокий (приходит на занятия в специальной форме, аккуратно причесан в соответствии с требованиями; может оказать помощь другому воспитаннику (проконтролировать)).	Наблюдение
3.3.2. Навыки соблюдения ТБ в процессе деятельности	Соответствие реальных навыков соблюдения ТБ программным требованиям	- низкий уровень (овладели менее чем 1/2 объема навыков соблюдения ТБ); - средний уровень (объем освоенных навыков составляет более 1/2); - высокий уровень (освоили практически весь объем навыков)	Наблюдение
3.3.3. Ответственное отношение к выполняемым заданиям	Ответственность в работе	- удовлетворительно  - хорошо  -отлично	Наблюдение,  Итоговые работы
4. Участие в конкурсах	На уровне Центра На уровне города На региональном уровне На Международном уровне	Кол-во участников / кол-во призеров Кол-во участников / кол-во призеров Кол-во участников / кол-во призеров Кол-во участников / кол-во призеров	Статистические данные  Наблюдение
5. Сохранность контингента, закрепляемость контингента	Движение детей в течение учебного года	На 15.09. – На 15.01. – На 15.05. -	Статистические данные

## МАТЕРИАЛЬНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.

Для реализации программы необходимо:

- оборудованный балетными станками и зеркалами просторный класс со специальным покрытием пола (паркет, линолеум)
- раздевалка для учащихся
- наличие музыкального инструмента в классе (фортепиано)
- ноутбук
- музыкальный материал для проведения занятий
- наличие аудиоаппаратуры с флеш-носителем
- наличие музыкальной фонотеки
- наличие танцевальных костюмов
- наличие специальной танцевальной формы
- методические разработки

## КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.

Для успешной реализации программы и достижения высоких результатов в реализации программы должны участвовать основные педагогические работники:

- хореограф,
- концертмейстер;

и вспомогательные специалисты:

- звукорежиссер

## МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.

Для организации учебного процесса необходимо широко использовать различные методические и дидактические средства:

- музыкально-ритмические игры
- книги и пособия по изучению балетного и современного танцев
- разработки занятий
- репертуарные планы по годам обучения
- сценарии мероприятий
- фонотека – записи фонограмм к танцевальным постановкам и занятиям
- книги и методические пособия по изучению теоретической части программы «Современная хореография»

Приемы и методы организации хореографической работы.

Для успешной реализации программы и достижения положительных результатов у учащихся предполагается применять на занятиях следующие методы и приемы хореографической работы, которые можно условно разделить на наглядные, словесные и практические.

Наглядный метод включает в себя разнообразные приемы:

- образный показ педагога;
- эталонный образец-показ движения лучшим исполнителем;
- подражание образам окружающей действительности;
- прием тактильно-мышечной наглядности;
- наглядно-слуховой прием;
- демонстрация эмоционально-мимических навыков;
- использование наглядных пособий;

- метод утрированного отрицательного показа в контрасте с идеальной формой исполнения движения;
- использование возможностей демонстрации презентаций Power Point (вводное занятие «Основные направления современного танца»), как одного из методов изучения нового теоретического материала.

Словесный метод состоит из многочисленных приемов:

- рассказ;
- объяснение;
- инструкция;
- лекция;
- беседа;
- анализ и обсуждение;
- словесный комментарий педагога по ходу исполнения танца;
- прием раскладки хореографического рас;
- прием закрепления целостного танцевального движения-комбинации;
- прием словесной презентации образа хореографического движения.

Практический метод обогащен комплексом различных приемов, взаимосвязанных наглядностью и словом:

- игровой прием;
- детское «сотворчество»;
- соревновательность;
- использование ассоциаций-образов, ассоциаций-метафор;
- выработка динамического стереотипа (повторяемости и повторяемости однотипных движений);
- фиксация отдельных этапов хореографических движений;
- сравнение и контрастное чередование движений и упражнений;
- деления сложного движения, комбинации на составные части;
- прием пространственной ориентации;
- развитие основных пластических линий;
- музыкальное сопровождение танца как методический прием;
- хореографическая импровизация;
- прием художественного перевоплощения.

Кроме того, в хореографической работе очень эффективен и психолого-педагогический метод:

- прием педагогического наблюдения;
- проблемного обучения и воспитания;
- прием индивидуального, дифференцированного подхода к каждому учащемуся;
- прием воспитания подсознательной деятельности;
- прием контрастного чередования психофизических нагрузок и восстановительного отдыха (релаксация);
- педагогическая оценка исполнения учащимся танцевальных упражнений.

Педагог в своей деятельности использует следующие технологии:

- здоровьесберегающая технология, помогает воспитать всесторонне развитую личность, бережно относящуюся к своему здоровью, и соблюдающую принципы здорового образа жизни;

- информационно-коммуникативная технология, позволяющая воспитанникам получать новую информацию и знания через просмотры видео и мультимедиа, сопровождающиеся пояснениями педагога. Так же этот метод полезен при просмотре концертов и выступлений, в которых они сами принимали участие, для осмысления и оценки своего собственного результата;
- деятельностная технология, посредством которой воспитанники изучают новый материал через личный показ педагогом и его объяснениями с последующим повторением;
- проектная технология заключается в организации под руководством педагога творческой лаборатории, где провозглашается тема и ставится задача, а воспитанники создают творческую импровизацию, участвуют в процессе подготовки традиционных мероприятий коллектива;
- игровая технология, помогает развитию творческого мышления, развивает воображение и фантазию, улучшает общение и взаимодействие в коллективе;
- технология дифференцированного обучения, помогает в обучении каждого на уровне его возможностей и способностей, развитии творческих способностей, созидательных качеств личности, воспитании человека высокой культуры.

#### Музыкальное сопровождение.

На занятиях хореографии важное место отводится музыке, которая, положительно влияя на детей, помогает развивать их способности, раскрыть содержание танца. Тесная связь двух видов искусства – музыки и танца – подтверждается историей векового развития мировой культуры. Музыка является неотъемлемой частью танца, важным компонентом в хореографическом искусстве, в художественном и эстетическом воспитании детей. Нельзя рассматривать ее только, как ритмическое сопровождение, облегчающее исполнение движений. Подбирать музыку следует так, чтобы содержание танцевальной постановки целиком соответствовало характеру музыки и давало бы возможность при разработке отдельных эпизодов увязать действия и движения с музыкой.

Подбор музыки влияет на качество хореографической постановки, она может способствовать успеху или быть причиной неудачи.

Необходимо следить, чтобы на занятиях учащиеся внимательно слушали музыкальное сопровождение, чувствовали и правильно воспроизводили его в движениях. Музыка должна быть доступной и понятной детям по содержанию и форме. Движения, которые дети исполняют под музыку, должны быть средством выразительности. Музыка с определенным темпом, метром и ритмическим рисунком выражает и подчеркивает характерные особенности движений, помогает их исполнению.

Использование музыкальных материалов с видеохостингов: YouTube, RuTube, Vimeo, Яндекс.видео, Видео@mail.ru.

ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ		
1	Проработка положений ног – flex, point.	1,5
2	Проучивание танцевальных связок.	1,5
3	Изолированная работа мышц в положении лежа и сидя.	1,5
4	Проучивание танцевальных связок.	1,5
5	Фиксируемые наклоны торса к ногам в положении сидя. Упражнения stretch-характера в положении лежа и сидя.	1,5
6	Проучивание танцевальных связок.	1,5
7	Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release.	1,5
8	Проучивание танцевальных связок.	1,5
9	Contraction, release на четвереньках. Body roll в положении croisee сидя.	1,5

10	Проучивание танцевальных связок.	1,5
11	Творчество Айседоры Дункан. Творческая биография.	1,5
12	Проучивание танцевальных связок.	1,5
13	Упражнения stretch-характера на проработку положения ноги в сторону и из положения frog-position с использованием рук.	1,5
14	Проучивание танцевальных связок.	1,5
15	Подъем ног на 90 градусов из положения, лежа (стопы – point).	1,5
16	Проучивание танцевальных связок.	1,5
17	Grand battement вперед, из положения, лежа на спине, grand battement в сторону из положения, лёжа на боку и grand battement в сторону и назад из положения, стоя на четвереньках.	1,5
18	Проучивание танцевальных связок.	1,5
19	Demi и grand plié с переводом стоп и коленей из выворотного положения в параллельное и наоборот.	1,5
20	Проучивание танцевальных связок.	1,5
21	Demi и grand plié в сочетании с releve.	1,5
22	Проучивание танцевальных связок.	1,5
23	Battements tendus с переводом из параллельного положения в выворотное и наоборот.	1,5
24	Проучивание танцевальных связок.	1,5
25	Battements tendus с использованием brash. Battements tendus с подъемом пятки опорной ноги во время вынесения на носок или броска.	1,5
26	Проучивание танцевальных связок.	1,5
27	Возникновение жанра модерн.	1,5
28	Проучивание танцевальных связок.	1,5
29	Battements tendus jetes с переводом из параллельного в выворотное положение и наоборот.	1,5
30	Составление танцевальных композиций.	1,5
31	Battements tendus jetes с использованием brash.	1,5
32	Составление танцевальных композиций.	1,5
33	Battements tendus jetes с подъемом пятки опорной ноги во время выноса на носок или броска.	1,5
34	Составление танцевальных композиций.	1,5
35	Rond de jambe par terre с подъемом ноги на 90°.	1,5
36	Контрольный урок.	1,5
37	Grands battements jetes с подъем пятки опорной ноги во время броска	1,5
38	Составление танцевальных композиций.	1,5
39	Творчество Триши Браун. Творческая биография.	1,5
40	Составление танцевальных композиций.	1,5
41	Позиции рук и ног в джаз-танце.	1,5
42	Составление танцевальных композиций.	1,5
43	Изолированная работа головы, плеч, рук, стоп, бедер, ног в положении стоя.	1,5
44	Составление танцевальных композиций.	1,5
45	«Проект на крыше 12-ти домов»	1,5
46	Составление танцевальных композиций.	1,5
47	Изолированная работа головы, стоп, коленей, плеч, бедер со средней частью корпуса и ног в джаз-модерн танце.	1,5
48	Составление танцевальных композиций.	1,5
49	В разделе изоляция проучиваем новое понятие – крест. Проучивание	1,5

	flat back вперед из положения стоя.	
50	Постановка танца.	1,5
51	Дыхательная гимнастика с использованием contraction, release, с добавлением работы рук в положении стоя.	1,5
52	Постановка танца.	1,5
53	Творчество Пины Бауш. Творческая биография	1,5
54	Постановка танца.	1,5
55	Паховые и боковые растяжки.	1,5
56	Постановка танца.	1,5
57	Упражнения свингового характера. Упражнения для расслабления позвоночника	1,5
58	Постановка танца.	1,5
59	Проработка движений: drop, swing, roll down, roll up. Twist torca.	1,5
60	Постановка танца.	1,5
61	Современный танец как зарубежное явление.	1,5
62	Постановка танца.	1,5
63	«Восьмерка» корпусом с позиции скручивания одновременно.	1,5
64	Постановка танца.	1,5
65	Трехшаговый поворот по прямой.	1,5
66	Постановка танца.	1,5
67	Трехшаговый поворот с пируэтом по прямой.	1,5
68	Постановка танца.	1,5
69	Flat back в сторону. Flat back вперед в сочетании с работой рук.	1,5
70	Итоговое выступление.	1,5
71	Flat step в сочетании с работой плеч.	1,5
72	Обсуждение и просмотр видео выступления, подведение итогов.	1,5

ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ		
1	Flatback вперед, назад, в сторону, полукруги и круги торсом.	1
2	Проучивание танцевальных связок.	2
3	Deepbody bend. Twist и спираль.	1
4	Проучивание танцевальных связок.	2
5	Demi и grand plie с переводом стоп и коленей из выворотного положения в параллельное и наоборот.	1
6	Проучивание танцевальных связок.	2
7	Demi и grand plie в сочетании с releve.	1
8	Проучивание танцевальных связок.	2
9	Battements tendus с переводом из параллельного положения в выворотное и наоборот.	1
10	Проучивание танцевальных связок.	2
11	Battements tendus с использованием brash. Battements tendus с подъемом пятки опорной ноги во время вынесения на носок или броска.	1
12	Проучивание танцевальных связок.	2
13	Морис Бежар. Творческая биография	1
14	Проучивание танцевальных связок.	2
15	Battements tendus jetes с переводом из параллельного в выворотное положение и наоборот.	1
16	Проучивание танцевальных связок.	2
17	Battements tendus jetes с использованием brash.	1

18	Проучивание танцевальных связок.	2
19	Battements tendus jetes с подъемом пятки опорной ноги во время выноса на носок или броска.	1
20	Проучивание танцевальных связок.	2
21	Rond de jambe par terre с подъемом ноги на 90°.	1
22	Проучивание танцевальных связок.	2
23	Grands battements jetes с подъем пятки опорной ноги во время броска	1
24	Проучивание танцевальных связок.	2
25	Изолированная работа головы, плеч, рук, стоп, бедер, ног в положении стоя.	1
26	Проучивание танцевальных связок.	2
27	Изолированная работа головы, стоп, коленей, плеч, бедер со средней частью корпуса и ног в джаз-модерн танце.	1
28	Проучивание танцевальных связок.	2
29	В разделе изоляция проучиваем новое понятие – квадрат.	1
30	Составление танцевальных композиций.	2
31	Проучивание flat back вперед из положения стоя.	1
32	Составление танцевальных композиций.	2
33	Матс Эк. Творческая биография.	1
34	Составление танцевальных композиций.	2
35	Паховые и боковые растяжки.	1
36	Контрольный урок.	2
37	Упражнения свингового характера.	1
38	Составление танцевальных композиций.	2
39	Упражнения для расслабления позвоночника.	1
40	Составление танцевальных композиций.	2
41	Проработка движений: drop, swing, roll down, roll up. Twist топса.	1
42	Составление танцевальных композиций.	2
43	Видео просмотр	1
44	Составление танцевальных композиций.	2
45	«Восьмерка» корпусом с позиции скручивания одновременно.	1
46	Составление танцевальных композиций.	2
47	Трехшаговый поворот с пируэтом по диагонали.	1
48	Составление танцевальных композиций.	2
49	Flat step в сочетании с работой плеч.	1
50	Постановка танца.	2
51	Flat step в сочетании с «восьмеркой» тазом.	1
52	Постановка танца.	2
53	Киллиан. «История солдата».	1
54	Постановка танца.	2
55	Сидя или лёжа на полу (flooowork).	1
56	Постановка танца.	2
57	Работа на месте (centrework).	1
58	Постановка танца.	2
59	Работа, включающая движение в пространстве (moowing in the space).	1
60	Постановка танца.	2
61	Работа в группе: верхний, средний, нижний уровень	1
62	Постановка танца.	2
63	Ролан Пети. «Собор парижской богородицы».	1
64	Постановка танца.	2

65	Работа в паре: перекаты на мостик, plie спина к спине, поддержка через бедро и т.д.	1
66	Постановка танца.	2
67	Простейшие движения в парной работе через импульс, передаваемый одним партнером другому.	1
68	Постановка танца.	2
69	Уражнения till или «Т-позиция». (Примечание: одновременное исполнение подъема ноги приемом developpe или releve lent на 90 и наклона торса в противоположном направлении. При этом торс, голова и работающая нога оставляют одну прямую линию.)	1
70	Итоговое выступление.	2
71	Изучение движения till с открытием ноги вперед и отклонением торса назад.	1
72	Обсуждение и просмотр видео выступления, подведение итогов.	2

ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ		
1	Проработка deep body bend, side stretch.	1
2	Проучивание танцевальных связок.	2
3	Изгибы торса: curve, arch, roll down и roll up.	1
4	Проучивание танцевальных связок.	2
5	Овладение системой растяжки stretch.	1
6	Проучивание танцевальных связок.	2
7	Овладение характером и особенностями классического, традиционного джаза.	1
8	Проучивание танцевальных связок.	2
9	Полиритмия и полицентрия. Движения трех четырех и более центров одновременно в различных ритмических рисунках и оппозиционном направлении.	1
10	Проучивание танцевальных связок.	2
11	Торсовая работа корпуса twist, на закрепление мышечных ощущений спины и бока.	1
12	Проучивание танцевальных связок.	2
13	Соединение всех возможных движений торса (спиралей, twist, release, high release, наклоны торса во всех направлениях) в единые развернутые комбинации с использованием падений и подъемов, а также с поворотами на одной ноге.	1
14	Проучивание танцевальных связок.	2
15	Борис Эйфман. Творческая биография.	1
16	Проучивание танцевальных связок.	2
17	Проработка стопы на «параллель» через чередование выворотных и параллельных позиций с одновременной усложненной работой корпуса через contraction, release, с раскрытием и закрытием корпуса, с постоянной сменой рук в позициях, маховой работой рук, с использованием дыхания и т.д.	1
18	Проучивание танцевальных связок.	2
19	Развернутые комбинации с использованием движений изолированных центров, движений позвоночника (twist, спиралей, contraction, release), падения и подъема, а также переходы из уровня в уровень.	1
20	Проучивание танцевальных связок.	2

21	Штопорные вращения.	1
22	Проучивание танцевальных связок.	2
23	Tours chaines по диагонали	1
24	Проучивание танцевальных связок.	2
25	Алла Сигалова. Творческая биография.	1
26	Проучивание танцевальных связок.	2
27	Grand battement jete по всем направлениям.	1
28	Проучивание танцевальных связок.	2
29	Sissonne ferme по всем направлениям.	1
30	Составление танцевальных композиций.	2
31	Шаги с координацией трех, четырех и более центров.	1
32	Составление танцевальных композиций.	2
33	Шаги с использованием contraction, release, сменой направлений в комбинации шагов.	1
34	Составление танцевальных композиций.	2
35	«Желтое танго»	1
36	Контрольный урок.	2
37	Pas chasse как подготовка к большим прыжкам.	1
38	Составление танцевальных композиций.	2
39	Соединение шагов, прыжков в вращении в единые комбинации.	1
40	Составление танцевальных композиций.	2
41	Вращения по кругу.	1
42	Составление танцевальных композиций.	2
43	Изучение элементов техники современного танца, с особым упором на динамику, присущую техники Каннингема.	1
44	Составление танцевальных композиций.	2
45	Евгений Панфилов. Творческая биография.	1
46	Составление танцевальных композиций.	2
47	Основные принципы работы в парах в contemporary dance. Работа свесом партнера в разных уровнях.	1
48	Составление танцевальных композиций.	2
49	Grand battement вперед, из положения, лежа на спине, grand battement в сторону из положения, лёжа на боку и grand battement в сторону и назад из положения, стоя на четвереньках.	1
50	Постановка танца.	2
51	Demi и grand plie с переводом стоп и коленей из выворотного положения в параллельное и наоборот.	1
52	Постановка танца.	2
53	Demi и grand plie в сочетании с releve.	1
54	Постановка танца.	2
55	Battements tendus с переводом из параллельного положения в выворотное и наоборот.	1
56	Постановка танца.	2
57	Battements tendus с использованием brash. Battements tendus с подъемом пятки опорной ноги во время вынесения на носок или броска.	1
58	Постановка танца.	2
59	Grands battements jetes с подъем пятки опорной ноги во время броска	1
60	Постановка танца.	2
61	Комбинация в стиле contemporary dance.	1
62	Постановка танца.	2

63	Комбинация с прыжками, вращениями и передвижением в пространстве с использованием разных уровней.	1
64	Постановка танца.	2
65	Импровизация, построенная на работе двух партнеров, на основе изученных техник.	1
66	Постановка танца.	2
67	«Ромео и Джульетта»	1
68	Постановка танца.	2
69	Комбинация, с использованием принципов партнерской работы, на развитие физической выносливости с элементами из акробатики: «переворотами», «фляками», «перелетами», «украинскими» и «бедуинскими» прыжками.	1
70	Итоговое выступление.	2
71	Импровизация в стиле contemporary dance, на основе выражения своих мыслей и чувств.	1
72	Обсуждение и просмотр видео выступления, подведение итогов.	2

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ.

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Примерные требования к программам дополнительного образования детей (Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной защиты детей Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844).
3. Санитарно-эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования детей (внешкольные учреждения) (Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 3 апреля 2003 г. № 27).
4. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам. Утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. N 1008 г.
5. Базарова Н., Мей В. «Азбука классического танца» - М., Л., 1964г.
6. Барышникова Т. «Азбука хореографии». – М.: Рольф, 1999. – 272 с., с илл. – (Внимание: дети!).
8. Бондаренко Л.А. «Методика хореографической работы в школе и внешкольных заведениях», - К.: Муз. Украина, 1985г.221 с.
9. «Современный балльный танец» (под редакцией Степанова В. и Уральской В. – М., 1978г.)
10. Дени Г., Дассвиль Л. «Все танцы»: Сокр. Пер. с фр. – 2-е изд. – К. Муз. Украина, 1987. – 336 с.
11. Ваганова А.Я. «Основы классического танца». Издание 6. Серия «Учебники для вузов. Специальная литература» - СПб.: Издательство «Лань», 2001. – 192 с.
12. Костровицкая В. «100 уроков классического танца» – Л., 1981г.

13. Т.В.Пуртова, А.Н. Беликова, О.В.Кветная , «Учите детей танцевать». М. 2004
14. Методика преподавания классического танца в самодеятельном хореографическом коллективе» Фадеева С.; Л. 1988г.
15. Методика Т.Константиновой «Стретчинг и саморегуляция». СПб. 1993 г.