

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
МО «Администрации муниципального образования
«Нестеровский муниципальный округ Калининградской области»
Муниципальное автономное учреждение
Замковская средняя общеобразовательная школа

Рассмотрено :
на заседании
педагогического совета
Протокол № 7
от «29» июня 2023г.

Утверждаю:



Директор МАОУ Замковской СОШ


Лысенкова М.П.

Приказ №94

от «29» июня 2023г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа художественной направленности
«Экспромт. Современный танец»**

Возраст учащихся – 7 - 16 лет

Срок реализации программы – 2 года

Автор: социальный педагог

Фур Светлана Владимировна

п.Ясная Поляна 2023г.

Пояснительная записка

Описание предмета, дисциплины которому посвящена программа

Музыкальное и хореографическое искусство являются незаменимыми средствами эстетического воспитания, художественного развития, способного глубоко воздействовать на духовный мир ребенка. В воспитании детей танец занимает особое место. Одна из основных целей его –разнообразных эмоций и чувств, являющихся важнейшим условием развития личности.

Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа

Основной акцент в хореографической работе с детьми делается на освоении «родной» русской танцевальной культуры, национальных фольклорных традиций – фундаментальных, преемственных, генетически проверенных на протяжении веков, оптимистических и жизнерадостных по своему образно-художественному строю. Все это совпадает с мироощущением ребенка, делает творческий процесс успешным, интересным легкоусвояемым, понятным и близким по духу и восприятию.

Описание ключевых понятий, которыми оперирует автор программы

Танец – открывает для детей богатый мир добра, света, красоты, научит творческой преобразовательной деятельности. В процессе занятий музыкально-ритмическими движениями у детей развиваются музыкальный слух, память, внимание; воспитываются морально-волевые качества: ловкость, точность, быстрота, целеустремленность; вырабатываются такие свойства движения, как мягкость, пружинистость, энергичность, пластичность; укрепляется организм ребенка, улучшается осанка. Музыкальный ритм способствует упорядочению движений и облегчает владение ими. Структура танца, его четкий рисунок формируют внешние опоры для личностного поведения ребенка. Танцы создают эмоционального равновесие в группе: собирают, успокаивают, облегчают переход от одного занятия к другому. Кроме того, танец переключает внимание детей, отвлекает их от различных проблем (например, способствует их облегченной адаптации). правильном отборе музыкально-ритмические движения укрепляют сердечные мышцы, улучшают кровообращение, дыхательные процессы, развивают мускулатуру.

Хореография – это музыкально-пластическое искусство, специфика которого состоит в том, что, как и всякий вид искусства, отражая окружающую жизнь в художественных образах, воплощает их с помощью выразительных движений исполнителей, без каких либо словесных пояснений. Хореография - важный элемент культуры, во время обучения которому учащиеся должны получить представления о том, как танцевальное движение выражает внутренний мир человека, что красота танца – это совершенство движений и линий человеческого тела, выразительность, легкость, сила, грация. Это в полной мере отвечает двигательной природе детского воображения, для которого характерно действенное воссоздание образов детьми «при посредстве собственного тела». Понимание физических возможностей своего тела способствует воспитанию уверенности в себе, предотвращает появление различных психологических комплексов.

Особенно это важно для детей с умственными отклонениями в развитии. Преподавание хореографии в школе-интернате обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития у детей средствами музыки, ритмики и игровой деятельности. ___

Направленность (профиль) программы

Дополнительная общеразвивающая программа « Экспромт. Современный танец» имеет художественную направленность.

Уровень освоения программы - базовый

Актуальность образовательной программы

В настоящее время происходит подъем интереса детей и подростков к современному танцу. В данном виде искусства лаконично соединены в одно целое многообразие танцевальных стилей и элементы сценических трюков.

Программа «Современный танец» дает возможность подросткам совершенствовать уровень исполнения современных танцев, создает условия для творческой самореализации через пластику, дальнейшего личностного, творческого, культурного и профессионального самоопределения обучающихся, всестороннего развития личности.

Танец является неотъемлемой частью пластической культуры человека. Он повышает эмоциональное и физическое здоровье, помогает раскрыть внутренний мир, сформировать в подростках уверенность в себе, упорство, трудолюбие, помогает оценить красоту музыки и движения.

Современная хореография предъявляет высокие требования не только к технике выполнения сложнейших элементов, но и к умению донести образ, характер композиции, гармонию движения тела, предмета и музыки. Это требует от исполнителя владения всеми средствами выразительности, навыками сценического движения, актерского мастерства.

Программа «Современный танец» неразрывно связана и является продолжением программы базового уровня обучения «Школа хореографического искусства «Айседора»», логично дополняя и развивая его, направлена на расширение и углубление знаний, умений и навыков в области искусства современной хореографии, развитие творческих способностей, мотивации на дальнейший выбор пути своего профессионального развития.

Педагогическая целесообразность образовательной программы.

Занятия современным танцем позволяют обучающимся овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения танцев различных направлений, в значительной степени расширяют и обогащают их исполнительские возможности, формируя особые исполнительские качества и навыки. Так же занятия современным танцем закладывают основы нравственности, красоты, расширяют культурный кругозор. Способствуют гармоничному развитию подростков, развивают физическую силу, выносливость, ловкость, помогают подросткам снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе.

Современная хореография является действенным методом эстетического и физического воспитания. В процессе обучения подростки совершенствуют навыки музыкальности, пластичности, координации, актерского мастерства.

Занятия в коллективе воспитывают чувство товарищества, взаимовыручки, умения чувствовать ответственность. Групповые занятия способствуют социализации и адаптации детей и подростков в обществе.

Практическая значимость программы

заключается в обобщении методического материала на основе личного опыта работы с детьми при постановке различных танцевальных композиций: этюдов, танцевальных зарисовок, танцевальных миниатюр, которые могут быть использованы хореографами, педагогами дополнительного образования, а также любителями танцевального искусства.

Принципы отбора содержания (образовательный процесс построен с учетом уникальности и неповторимости каждого ребенка и направлен на максимальное развитие его способностей):

- принцип единства развития, обучения и воспитания;
- принцип систематичности и последовательности;
- принцип доступности;
- принцип наглядности;
- принцип взаимодействия и сотрудничества;
- принцип комплексного подхода.

Отличительные особенности программы.

« Экспромт. Современный танец» является - синтез видов и форм хореографического обучения, создание интегрированной модели обучения: (джазовый танец, танец модерн, классический танец, стретчинг, hip-hop), акцент ставится на изучение современной хореографии.

Реализация программы способствует формированию у обучающихся гармонии в различных сферах отношений:

- отношение к своему телу (принимая образ собственного тела) и со своим телом (совершенствую свое тело, двигательные возможности организма);
- отношение к культуре (знакомство с классической и современной культурой через танец, выстраивание собственных эстетических пристрастий), отношение с культурой (формирование собственного стиля функционирования в танцевальной культуре);
- отношение к окружающим людям (обретение в коллективе друзей, субъективно значимых взрослых), отношения с окружающими людьми

Цель дополнительной общеразвивающей программы: личностное и профессиональное становление посредством совершенствования и повышения танцевально-исполнительского мастерства.

Задачи

Обучающие:

- расширение кругозора в области современной хореографии, истории музыки, сценического костюма;
- углублённое изучение техник джаз- танца и танца модерн;
- обучение виртуозности исполнения;
- обучение эмоциональной раскрепощенности в танцевальной практике;

- обучение основам театрального и сценического искусства;
 - совершенствование умения точной выразительной передаче характера создаваемого образа с помощью танцевальных и пластических средств;
 - совершенствование в освоении французской терминологии, используемой в классическом танце и английской терминологии, используемой в джазовом танце и танце модерн;
- организация постановочной и концертной деятельности.

Развивающие:

- развитие физической выносливости, поддержки двигательной активности детей;
- развитие танцевально-исполнительских способностей, обучающихся на основе приобретенного ими комплекса знаний, умений, навыков, необходимых для исполнения различных видов современного танца, танцевальных композиций;
- развитие художественных способностей, сценического артистизма, фантазии и образной памяти;
- развитие умения использовать приобретенные знания и навыки, самостоятельно их концентрировать и выражать в творческой деятельности;
- развитие мотивации на дальнейший выбор пути своего профессионального развития.

Воспитательные:

- формирование здорового образа жизни;
- воспитание морально-волевых личностных качеств;
 - воспитание уважительного отношения к сверстникам и взрослым, формирование чувства этики, вежливости и такта;
 - развитие познавательной и жизненной активности, самостоятельности, коммуникабельности;
 - воспитание чувства взаимопомощи, формирование сплоченного коллектива;
 - воспитание трудолюбия и устремленности в достижении творческих результатов, проявления собственной гражданской позиции, направленной на защиту уважительного отношения к собственному выбору дальнейшего профессионального развития;
 - воспитание художественного вкуса, художественно-творческого мышления и интереса к искусству.

Психолого-педагогическая характеристика обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы:

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предназначена для детей в возрасте 7- 16 лет. Набор детей в объединение – свободный.

Особенности организации образовательного процесса.

Принимаются обучающиеся, освоившие программу базового уровня обучения или имеющие уровень специальных знаний, умений и навыков, соответствующий программе углубленного уровня.

Программа объединения предусматривает индивидуальные, групповые формы работы с детьми. Состав групп для 1 года – 8-22 человек, 2 года – 8-22 человек. Во время приема обучающихся и формирования групп происходит первичная

диагностика творческих способностей ребенка, его знаний, умений, навыков и хореографических данных.

Форма обучения – очная с применением дистанционных технологий.

Режим, периодичность и продолжительность занятий.

Общее количество часов для 1 года – 216, 2 года – 216. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 45 минут, между занятиями установлены 5-минутные перемены. Недельная нагрузка на одну группу: 6 часов. Занятия проводятся 3 раза в неделю.

Срок освоения программы – 2 года.

Основные формы и методы.

Для достижения цели и задач программы, предусматривается в рамках учебно-воспитательного процесса проведение следующих видов занятий: теоретические и практические занятия, индивидуально-групповая работа, творческие занятия импровизации, открытые занятия, зачеты, отчетные концерты, участие в конкурсах и фестивалях. Специфика обучения - это многократное регулярное повторение изученного с постепенным усложнением. Новые движения, упражнения основываются на ранее изученных. С постепенным усложнением и увеличением двигательных умений и навыков в процессе практической деятельности нарастает объем и интенсивность нагрузок, обеспечивающих развитие двигательных качеств обучающихся.

Последовательность изложения тем и количество времени корректируется календарным планом и может быть изменено в зависимости от индивидуальных способностей детей, темы года, участия в конкурсах, фестивалях и концертах.

Первый и второй годы обучения углублённого уровня - совершенствование полученных знаний, продолжение изучения классического экзерсиса и особенностей техники танца джаз-модерн, изучение и исполнение танцев в различных стилях, знакомство с другими направлениями современной хореографии.

Продолжается работа над постановкой корпуса, ног, рук и головы. Развитие выносливости путем повторения пройденных движений в увеличенном количестве и более быстром темпе.

Музыкальное сопровождение для танцевальных постановок подбирается с учётом возрастных особенностей подростков.

Большую роль в развитии творческих способностей играет участие в концертных выступлениях. На сцене от подростка требуется не только хорошее и четкое исполнение движений и перестроений танца, но и способность донести до зрителя образы, заложенные в идею хореографической постановки. Это может произойти только при полной эмоциональной свободе подростка перед зрителем.

В плане работы предусмотрены индивидуальные беседы с обучающимися по вопросам духовно-нравственного воспитания, результатам творческой деятельности. Во время бесед уделяется большое внимание формированию у подрастающего поколения моральных принципов, общечеловеческих ценностей, правил поведения в обществе.

Важным условием для успешного усвоения программы является организация творческой атмосферы, что необходимо для возникновения

отношений сотрудничества и взаимопонимания между педагогом и обучающимися между собой.

В коллективе предусмотрена работа с родителями, с родительским комитетом, что определённо облегчит подготовку к концертной и конкурсной деятельности, пошив костюмов, а также развитие определённых традиций в коллективе, таких как торжественный приём в состав коллектива, чествования именинников, празднования определённых дат, торжественные чаепития и поздравления по поводу успешных выступлений на конкурсах, окончания учебного года, выпуску учащихся. В образовательную программу включены регулярные беседы с родителями для своевременного выявления проблем детей и подростков. Вовлечение родителей в учебно-воспитательный процесс способствует увеличению его эффективности.

Планируемые результаты.

К концу 1 года обучающиеся должны *знать*:

- комплекс движений классического экзерсиса у станка и на середине зала;
- комплекс упражнений джазового экзерсиса на середине зала;
- этюды с использованием всех изученных движений в сочетании классических и джазовых позиций ног и корпуса;
- комбинации с использованием ранее изученного материала в сочетании с падениями и подъемами, использованием различных ракурсов, изменениями уровня, перемещением по пространству класса;
- элементы композиции и постановки танцевальных номеров.

***Уметь*:**

- самостоятельно исполнять классический экзерсис на середине зала;
- исполнять сложные кроссы и прыжки в стиле танца джаз-модерн;
- исполнять танцевальные комбинации повышенной сложности.

***Владеть*:**

- характером и особенностями техники танца;
- навыком импровизации в стилях джаз-модерн;
- навыком постановки и исполнения танцевальных номеров;
- навыками сценической деятельности.

К концу 2 года обучающиеся должны *знать*:

- терминологию классического танца;
- экзерсис классического танца у станка и на середине зала;
- терминологию джаз-модерн танца;
- экзерсис джаз-модерн танца у станка и на середине зала;
- систему растяжки (stretch);
- комбинации с использованием ранее изученного материала;
- отличительные особенности школы современного танца от других видов танца (классический танец и др.);
- законы танцевальной драматургии и элементы постановки танцевальных номеров.

***Уметь*:**

- самостоятельно исполнять классический экзерсис у станка и на середине зала;

- исполнять танцевальные комбинации повышенной сложности, включая сложные кроссы и прыжки;
- самостоятельно исполнять экзерсис танца джаз-модерн у станка и на середине зала;
- передавать идею, замысел, сюжетную линию различных видов современного танца, танцевальных композиций на основе танцевально-исполнительских способностей;
- мотивацию на дальнейший выбор пути своего профессионального развития в области хореографии проявление сценического артистизма, фантазии и образной памяти в танцевальных композициях;
- позитивно оценивать свои танцевальные способности и навыки, быть ориентированными на успех.

Владеть:

- характером и особенностями техник танца джаз-модерн и contemporary;
- навыком импровизации в стилях джаз-модерн и contemporary;
- навыками сценической деятельности;
- танцевальными элементами, изученными за весь период обучения.
- физической выносливостью;
- художественным вкусом, художественно-творческим мышлением, иметь интерес к искусству, культурным традициям и мероприятиям.

Механизм оценивания образовательных результатов:

- педагогическое наблюдение;
- педагогический анализ результатов опросов, выполнения обучающимися диагностических заданий, участия детей в мероприятиях (открытых уроках, конкурсах), активности обучающихся на занятиях.

В качестве системы оценивания в творческом объединении используется коллективный анализ исполнительского мастерства обучающихся, где отмечаются наиболее удачные решения, оригинальные подходы, разбираются типичные ошибки.

К отслеживанию результатов обучения предъявляются следующие требования:

- индивидуальный характер, требующий осуществления отслеживания за работой каждого обучающегося;
- систематичность, регулярность проведения на всех этапах процесса обучения;
- разнообразие форм проведения, повышение интереса к его проведению;
- всесторонность, то есть должна обеспечиваться проверка теоретических знаний, интеллектуальных и практических умений и навыков обучающихся;
- дифференцированный подход.

Административно-методической службой разработаны единые для Центра оценочные параметры, представляющие из себя трёхуровневую шкалу оценки качеств:

- освоил полностью;

- в необходимой степени;
- на начальном этапе.

Формы подведения итогов реализации программы: опрос, открытое занятие: класс - концерт. Итоговая аттестация осуществляется по окончании учебного курса. По результатам итогового контроля (аттестация) обучающимся выдается свидетельство об окончании.

Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеразвивающей программы.

Образовательный процесс осуществляется на основе учебного плана, рабочей программы и регламентируется расписанием занятий. В качестве нормативно-правовых оснований проектирования данной программы выступает Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 296 утверждения Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам.

Материально-техническое обеспечение реализации программы.

- кабинет, содержащий станки хореографические и зеркала;
- музыкальный центр;
- музыкальная фонотека;
- аудио и видеоматериалы разного содержания и формата;
- карта памяти, flash-носители информационного материала.
- фортепьяно.

Кадровое обеспечение реализации программы.

Реализацию программы осуществляет квалифицированный специалист, имеющий профессиональное образование в художественной области.

Педагог, реализующий данную программу «Современный танец», владеет следующими профессиональными и личностными качествами:

- обладает специальным и психолого-педагогическим образованием;
- владеет навыками и приёмами организации занятий по хореографии;
- знает физиологию и психологию детского возраста;
- умеет вызвать интерес к себе и преподаваемому предмету;
- умеет создать комфортные условия для успешного развития личности обучающихся;
- умеет видеть и раскрывать творческие способности обучающихся;
- систематически повышает уровень своего педагогического мастерства и уровень квалификации по специальности.

Оценочное и методическое обеспечение программы.

- рабочая программа;
- методические разработки и планы – конспекты занятий, методические указания и рекомендации к практическим занятиям;
- развивающие и дидактические процедуры: дидактические и психологические игры и упражнения;
- дидактические материалы;

- подборка литературы: книг, журналов по всем изучаемым видам хореографии;
- видео-аудио пособия.
- фонотека: сборники «Джаз танец»; «Джаз-ремикс»; «Rondo Veniciano»; «Классическая музыка» №1; «Классическая музыка» № 2;
- видеотека: онлайн уроки, записи современных танцевальных шоу, хореографических конкурсов.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 1 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов				Формы аттестации/ контроля
		Теория	Практика	Самостоятельная подготовка	Всего	
1.	Введение в программу	1	1		2	Текущий контроль
2	Танцевальная разминка	2	14		16	Текущий контроль
3	Классический танец	10	35		45	Контрольное занятие
4	Гимнастика	5	24		29	Контрольное занятие
5	Текущий контроль ЗУН	1	1		2	Текущий контроль
6	Современный танец	10	55		65	Контрольное занятие
7	Кроссы	3	10		13	Контрольное занятие
8	Импровизация	2	20		22	Текущий контроль
9	Постановка танцевальных номеров	3	17		20	Анализ результата деятельности
10	Итоговое занятие. Промежуточный контроль ЗУН	1	1		2	Анализ результата деятельности
Итого		38	178		216	

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1 год обучения (216 часов, 6 часов в неделю)

1. Раздел «Ведение в программу» (2 ч.).

Теория: знакомство с творческим объединением, режимом работы, основными видами деятельности по программе. Правила техники безопасности на занятиях.

Практика: игры на знакомство, коллективообразование: «Снежный ком», «Агенты 007», «Взаимные презентации», «Пересядьте те, кто...» и др.

2. Раздел «Танцевальная разминка» (16 ч.).

Теория: Техника исполнения. Последовательность построения.

Практика: Движения для разогрева позвоночника и суставов. На первом году комплекс разминки состоит из элементов танца джаз-модерн. Самостоятельное исполнение. Совершенствование техники исполнения движений.

3. Раздел «Классический танец» (45 ч.).

3.1. Passe.

Теория: понятие passe - пересечённый.

Практика: Passe исполняется в воздухе, то есть нога, отведённая в сторону (à la second), или другое положение, сгибается в колене в выворотном состоянии и располагается рядом с углублением в колене. Passe также берётся с приёма retire.

3.2. Battement developpe.

Теория: Battement developpe— разворачивающееся движение — развивает силу ног и выворотность тазобедренного сустава, необходимую для так называемого танцевального шага, вырабатывает изящество основных поз классического танца.

Практика: Battement developpe вперед. Battement developpe в сторону. Battement developpe назад.

3.3. Battement developpetombe

Теория: Battement developpetomb развивает более сложную координацию и является в известной степени подготовкой к большим прыжкам, в частности к grand jeté.

Практика: активно подтянутый корпус перед tombé, работающая нога, открытая по возможности выше, и приземление как можно дальше помогают исполнению перелета в больших прыжках. Тщательно изучить и отработать développé tombé, и только по усвоении его перейти к изучению développé tombé в позах croisée вперед и effacée назад.

3.4. Grandbattementjete.

Теория: Grand battement jete— движение с большим броском — как и в battement releve lent на 90°, развивает силу и легкость ног в танцевальном шаге.

Практика: Grandbattementjete вперед. Grandbattementjete в сторону.

Grandbattementjete назад. Grandbattementjete начинают изучать в сторону

лицом к палке, затем так же назад; grandbattementjete вперед изучают держась за палку одной рукой.

3.5. *Grandbattementjetepointe.*

Теория: Повторение grandbattementjete. Grandbattementjetepoint.

Практика: Для начала делается grandbattementjete, но нога не возвращается на место в V позицию, а опускается вытянутая в колене и подьеме на землю в положение, которое она занимает на крайней точке battementtendusimple. После легкого прикосновения к этой точке носком нога снова поднимается и так продолжает движение, лишь при последнем battement возвращаясь в V позицию.

3.6. *Grandbattementjetebalance.*

Теория: Grandbattementjeté balancé сначала изучают отдельно, учитывая очень сложную его координацию.

Практика: Grandbattementjeté balancé с броском ноги вперед. Grandbattementjeté balancé с броском ноги назад. По усвоении точной координации движения вперед и назад grandbattementjeté balancé исполняют в его настоящем виде.

3.7. *Arabesque. 3-йarabesque, 4-йarabesque.*

Теория: в arabesque корпус подтянут, плечи, сохраняя ровность, раскрыты и опущены. Руки находятся в arabesque на одном уровне: рука, открытая на вторую позицию, продолжает линию плеча; рука, направленная вперед, выдерживает прямую линию. Кисти, поворачиваясь ладонями вниз, продолжают общую линию рук, локти смягчаются.

Практика: повторение 1-й arabesque и 2-й arabesque. Изучение и отработка 3-й arabesque и 4-й arabesque.

3.8. *Pasdebourree. Pasdebourreeendehors, endedans*

Теория: Pasdebourree развивает подвижность и живость стопы, а также придает четкость и ловкость движениям ног.

Практика: Pasdebourree начинают изучать лицом к палке. Выработав четкость, его переносят на середину зала. Сначала движение заканчивают, раскрывая руки в направлении второй позиции, затем — в маленькие позы. Изучение и отработка pas de bourree en dehors. Узучение и отработка pasdebourreeendedans.

3.9. *Tour с IV позиции. Tour с V позиции. Endehors. Endedans*

Теория: подготовительные упражнения, в которых все движения tour изучаются без поворота.

Практика: изучение и отработка tour en dehors с IV позиции. Изучение и отработка tour en dedans с IV позиции. Изучение и отработка tour en dehors с V позиции. Изучение и отработка tour en dedans с V позиции.

3.10. *Sissonnesimple.*

Теория: Sissonnesimple — простой прыжок с двух ног на одну.

Практика: Вначале sissonne simple изучают лицом к палке, перенося его на середину зала, как только учащиеся усвоят эластичность demi plie и выворотность обеих ног в момент окончания прыжка (принцип battement fondu). Корпус и руки спокойны, как и в других прыжках.

3.11. *Sissonneouverte*

Теория: Sissonneouverte — открытый прыжок.

Практика: в sissonne ouverte в сторону в обратном направлении нога, открываясь из пятой позиции сзади, проходит на вторую позицию через soude-pied сзади, руки открываются в сторону второй позиции, голова поворачивается к открытой ноге в профиль, то есть без наклона. Усвоив sissonne ouverte в сторону, его исполняют вперед и назад en face. В sissonne ouverte вперед и назад нога открывается точно по прямой, плечи и бедра сохраняют ровность. Руки, повышая подготовительное положение в момент прыжка, открываются в направлении второй позиции вместе с работающей ногой, к ней же поворачивается и голова. Вместе с demi plié пятой позиции руки опускаются в подготовительное положение.

3.12. *Sissonnefermee.*

Теория: Сначала sissonne fermee исполняется с руками в подготовительном положении, впоследствии руки сопровождают движение: на раз руки, приоткрываясь за тактом, повышают подготовительное положение, вместе с demi plié в пятой позиции; на и руки раскрываются в прыжке в направлении второй позиции; на два руки вместе с demi plié закрываются в подготовительное положение.

Практика: усвоив sissonne fermee с продвижением в сторону ноги, стоящей впереди, переходят к sissonne fermee в сторону ноги, стоящей сзади. Затем sissonne fermee исполняют в одном направлении подряд с переменной ног во время прыжка: поворот головы меняется в сторону ноги, стоящей впереди в конце прыжка.

3.13. *Sissonnefondue. Sissonnerenverse*

Теория: Sissonne fondue - прыжок в больших позах, работающая нога открывается на 90°.

Практика: Sissonne fondue на 90° изучают по усвоению sissonne fermée. Приемы их исполнения аналогичны. Sissonne fondue - прыжок в больших позах, работающая нога открывается на 90°. Естественно, работающая нога приходит в пятую позицию с запозданием, ее мягко подводят к пятой позиции в demi plié. Отсюда и название fondu, то есть тающий. Sissonne fondue с продвижением в сторону. Sissonne fondue в позу третьего arabesque. Изучение и отработка sissonne renverse.

4. Раздел «Гимнастика» (29 ч.).

4.1. *Упражнения для стоп.*

Теория: техника безопасности при выполнении гимнастических упражнений.

Практика: разучивание и отработка комплекса гимнастических упражнений для разогрева и подвижности суставов стопы. Для повышения эластичности связок.

4.2. *Упражнения на выворотность.*

Теория: изучение упражнений на выворотность.

Практика: упражнения на выворотность: «бабочка», «угол», «лягушка», «шнур», «выворотная складочка», «складочка с оттягиванием носка», «паучок», «ноги вверх».

4.3. Упражнения на гибкость вперед.

Теория: упражнения для туловища в горизонтальной плоскости, из положения стоя.

Практика: наклоны туловища вперед из положения стоя. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Наклоны туловища вперед из положения сидя с ногами вместе, раздельно.

4.4. Развитие гибкости назад.

Теория: комплекс упражнений на развитие гибкости назад

Практика: разучивание и отработка комплекса упражнений на развитие гибкости назад: наклоны назад, различные «мостики», «корзиночка», «лодочка» и т. п.

4.5. Силовые упражнения для мышц живота.

Теория: развитие мышц брюшного пресса

Практика: сгибание корпуса в положении лежа + скручивание в противоположную сторону. Сгибание корпуса в положении лежа + скручивание в одноименную сторону. Скручивание в положении сидя. Скручивания в положении лежа. Скручивания, лежа на боку.

4.6. Силовые упражнения для мышц спины.

Теория: разучивание и отработка комплекса упражнений для мышце спины

Практика: разучивание и отработка комплекса упражнений для мышц спины: «мостик бедрами», «собака и птица», «планка на боку», выпады, «сарпасана», поясничные скручивания, поза младенца, удержание ног в статике.

4.7. Силовые упражнения для мышц ног. Теория:

комплекс упражнений для мышц ног.

Практика: приседания с отягощением и без. Сгибание и разгибания ног в коленях. Подъемы и опускания на носках. Подъем на носки "осликом". Подъемы ног вперед, сторону, назад.

4.8. Упражнения на развитие шага.

Теория: комплекс упражнений на развитие танцевального шага.

Практика: Разучивание и отработка комплекса упражнений на развитие танцевального шага.

4.9. Прыжки

Теория: опорные и простые (неопорные) прыжки. Четыре фазы неопорных прыжков: подготовка к толчку, толчок одной или двумя ногами, полет и приземление.

Практика: отработка простых прыжков. Подбивные прыжки.

5. Текущий контроль ЗУН (2 ч.). Проверка знаний и подведение итогов по первому полугодю.

6. Раздел «Современный танец» (10 ч.).

6.1. Stretch – в области ахила, бедер и позвоночника (лицом к станку)

Теория: Stretch-это система упражнений, основная цель которых – растяжка связок и мышц, а также повышение гибкости тела

Практика: выполнение медленных пружинящих движений, завершающиеся удержанием статических положений в конечной точке амплитуды движения.

6.2. *Contract-release pelvis позвоночника и наклон корпуса вперед (лицом к станку). Contract-release корпуса и наклон вперед*

Теория: Contraction / release. Contraction – выдох и сжатие диафрагмы, release – положение обратное contraction, вдох и раскрытие диафрагмы.

Практика: Изучаются движения сначала в партере, затем стоя.

6.3. *Plié: demi-plié contract-release корпуса; grand-plié contract-release (лицом к станку); grand-plié с волнообразным перевиванием (лицом к станку); demi-plié relevé с отклонением корпуса назад – диагональ*

Теория: Demi-plié в выворотных и параллельных позициях ног. Движение аналогично классическому варианту, но имеет больше вариантов, за счет большего количества позиций ног, в котором исполняется.

Практика: изучается сначала лицом к станку по I и II позициям, затем боком к станку, и позже на середине по тем же позициям. К комбинации на plié добавляется перемена позиций рук во время движения. Plié соединяется с наклонами, contraction / release, спиралями в корпусе.

6.4. *Battement tendus: point-flex; с последующим twist, верха корпуса и accent бедра опорной ноги (вперед, в сторону); heeldrop-bounce (назад)*

Теория: комбинация с использованием battement tendu изучается на середине зала с координацией рук.

Практика: к комбинации на battement tendu добавляется исполнение движения в сочетании с вращениями, сменами уровня и ракурса. К комбинации на battement tendu добавляется смена позиций рук во время движения. Включаются новые движения и положения с последующим twist верха корпуса и accent бедра опорной ноги (вперед и в сторону). Движение соединяется с наклонами, contraction/release, спиралями в корпусе.

6.5. *Battement tendu jeté piqé*

Теория: комбинация на battement jeté изучается на середине зала с координацией рук.

Практика: в комбинации на battement tendu и jeté усложняются переходы, смена уровня через падение. Движение накладывается на сложный ритмический рисунок. К комбинации на battement jeté добавляется перемена позиций рук во время движения. Движение соединяется с наклонами, contraction/release, спиралями в корпусе.

6.6. *Swing balancoire (вперед-назад)*

6.7. *Battement fondu в координации с движением рук*

Теория: Battement fondu - тающий, текучий батман. Координация - умение согласовывать движения различных частей тела. Отдельные элементы движения соединяются в единое двигательное действие, которое производится не напряженно, пластично, четко.

Практика: Плавное и мягкое сгибание и вытягивание ног: обе ноги сгибаются и вытягиваются одновременно. Бедро работающей ноги удерживается в выворотном положении, не двигаясь вверх и вниз.

6.8. *Battementdéveloppé point-flex*

Теория: Développe по всем направлениям. Développe – открытие рабочей ноги через passé в любом направлении

Практика: начинаем изучать движение у станка, затем на середине класса. Движение выполняется в характере adagio по выворотным и параллельным позициям.

6.9. *Battementsdéveloppé через passé contract*

Теория: battement – бросок ноги на 90о в любом направлении. Сначала изучается в чистом виде, затем добавляются шаги.

Практика:

6.10. *Kick. Kickballchange*

6.11. *Pelvisstretch (лицом к станку)*

7. **Раздел «Кроссы» (5 ч.).**

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

Практика: Шаги в модерн-джаз манере Прыжки («глиссад вперед», «подскоки с противоходом рук», «ножницы», «пистолетик»).

Комбинации шагов + Kick (пинок). Прыжки. Техника вращения. Комбинации усложняются добавлением акробатических элементов, увеличением скорости.

8. **Раздел «Импровизация» (2 ч.).**

Теория: Композиция и постановка танца. Творческие задания на создание индивидуальных танцевальных композиций.

Практика: Создание образа. Наполнение образа содержанием. Подбор музыкального материала. Сочинение сюжета с применением законов драматургии, подбор движений. Танцевальная импровизация в различных стилях на основе изученного материала.

9. **Раздел «Постановка танцевальных номеров» (3 ч.).**

Теория: Объяснение правильного исполнения синхронных, переходов и рисунков. Объяснение передачи характера и манеры исполнения.

Практика: Закрепление и отработка изученных синхронных. Основные ходы и движения. Построение рисунков номера. Актерская выразительность во время исполнения танцевальных номеров.

Культура исполнителя. Поведение на сцене.

Участие обучающихся в концертах различного уровня.

10. **Раздел «Итоговое занятие» (1 ч.).**

Опрос по пройденному материалу. Разбор и оценка практической деятельности обучающихся. Подведение итогов за год. Планы на следующий год.

Открытое занятие для родителей. Выступления, обучающихся с лучшими номерами.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
2 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов				Формы аттестации/ контроля
		Теория	Практика	Самостоятельная подготовка	Всего	
1.	Введение в программу	1	1		2	Текущий контроль
2	Танцевальная разминка	2	14		16	Текущий контроль
3	Классический танец	10	35		45	Контрольное занятие
4	Гимнастика	5	24		29	Контрольное занятие
5	Текущий контроль ЗУН	1	1		2	Текущий контроль
6	Современный танец	10	55		65	Контрольное занятие
7	Кроссы	3	10		13	Контрольное занятие
8	Импровизация	2	20		22	Текущий контроль
9	Постановка танцевальных номеров	3	17		20	Анализ результата деятельности
10	Итоговое занятие. Промежуточный контроль ЗУН	1	1		2	Анализ результата деятельности
Итого		38	178		216	

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2 год обучения (216 часов, 6 часов в неделю)

1. Раздел «Ведение в программу» (2 ч.).

Теория: знакомство с творческим объединением, режимом работы, основными видами деятельности по программе. Правила техники безопасности на занятиях.

Практика: игры на знакомство, коллективообразование: «Снежный ком», «Агенты 007», «Взаимные презентации», «Пересядьте те, кто...» и др.

2. Раздел «Танцевальная разминка» (16 ч.).

Теория: Техника исполнения. Последовательность построения.

Практика: Движения для разогрева позвоночника и суставов. На первом году комплекс разминки состоит из элементов танца джаз-модерн. Самостоятельное исполнение. Совершенствование техники исполнения движений.

3. Раздел «Классический танец» (45 ч.).

3.1. *Ronddejambeenl'air. Endehors. EndedansRonddejambeenl'airendedans.*

Теория: Rond de jambe en l'air переводится как круг ногой в воздухе.

Практика: И. п. – V позиция, правая нога сзади, боком к палке.

Preparation изложено выше. Работающая нога, сгибаясь в колене, описывает дугообразную линию вперед, подводя носок к середине опорной ноги. Далее, без остановки, у икры, описывает дугообразную линию назад, возвращается во II позицию на 45°. Rond de jambe en l'air en dehors. Два вступительных аккорда. На раз правая рука, приоткрываясь за тактом, поднимается в первую позицию. На и работающая нога вытягивается на вторую позицию носком в пол, правая рука открывается на вторую позицию, голова поворачивается направо. На два работающая нога поднимается на вторую позицию на 45°, голова поворачивается en face. На раз и работающая нога, при полной неподвижности своей верхней части, сгибается в колене и, сохраняя выворотность пятки, описывает дугу в том же направлении, что и в ronddejambe par terre en dehors, несколько назад, затем — направляя вытянутый носок к середине икры. На два и работающая нога, усиливая выворотность пятки, вытягиваясь, описывает дугу несколько вперед, заканчивая движение предельно натянутой и выворотной работающей ногой во вторую позицию на высоте 45°. На три и четыре положение сохраняется.

3.2. *Grandronddejambejete. Endehors. Endedans.*

Теория: Grand rond de jambe jete движение с большим броском Это упражнение входит в экзерсис у палки.

Практика: Grandronddejambejeté en dehors. Исходное положение - первая позиция, левая рука лежит на палке, правая - в подготовительном положении, поворот головы направо. На два вступительных такта правая рука через первую позицию открывается на вторую позицию, одновременно правая нога отводится назад носком в пол, голова поворачивается направо. На раз правая нога скользящим движением через первую позицию выводится вперед на 45°, остается полусогнутой и, не задерживаясь, на и два сильным

броском нижней части открывается на 90° в направлении условного effacé вперед. Продолжая движение, отводят работающую ногу через вторую позицию в условное ecarte назад и, завершая круг, на счет и опускаются назад носком в пол, касаясь пола в точке - пятка против пятки опорной ноги, выворотность ноги при этом усиливается. На три и, четыре и положение сохраняется. На раз следующего такта правая нога через первую позицию выводится вперед на 45° , и движение повторяется. Grand rond de jambe jeté en dedans. На два вступительных такта правая рука открывается на вторую позицию, одновременно правая нога вытягивается вперед носком в пол, голова поворачивается направо. На раз правая нога скользящим движением через первую позицию отводится назад на 45° , оставаясь полусогнутой (выворотность верха ноги обязательна) и, не задерживаясь, на и два сильным броском нижней части ноги открывается на 90° в направлении условного ecarte назад. Продолжая движение, работающая нога повышает уровень высоты, выводится через вторую позицию вперед в условное effacé и, завершая круг, на счет и опускается вперед носком в пол, касаясь пола в точке - пятка против пятки опорной ноги, выворотность всей ноги при этом усиливается. На три и, четыре и положение сохраняется. На раз следующего такта правая нога через первую позицию отводится назад на 45° , и движение повторяется.

3.3. Attitude. Attitude croisee. Attitude efface.

Теория: Attitude - поза, положение тела

Практика: Attitude croisee. Исходное положение — epaulement croise, пятая позиция, левая нога впереди, руки в подготовительном положении, поворот головы налево.

На раз и, два и руки, приоткрываясь за тактом, поднимаются через подготовительное положение в первую позицию, голова наклоняется направо, взгляд направлен па кисти рук, работающая правая нога поднимается через sou-de-pied сзади до колена. На три и, четыре и работающая нога сильным отводом колена назад, стремясь возможно выше подняться вверх, наполовину вытягивается назад, оставаясь в полусогнутом положении, корпус усиливает подтянутость при ровных, раскрытых и опущенных плечах и, сдерживая неизбежный наклон, устремляется вверх, правая рука поднимается в третью позицию, левая — открывается на вторую позицию, голова поворачивается налево. На раз и, два и второго такта attitude croisee сохраняется. На три и — правая рука открывается на вторую позицию, правая нога вытягивается назад, корпус сохраняет подтянутость, обе руки опускаются одновременно с ногой. На четыре и движение заканчивают в исходное положение. Attitude effacee. Исходное положение — epaulement efface, правая нога сзади, руки в подготовительном положении, поворот головы направо. На раз и, два и руки, приоткрываясь за тактом, поднимаются через подготовительное положение в первую позицию, голова наклоняется палево, взгляд направлен на кисти рук, работающая правая нога поднимается через sou-de-pied сзади до колена.

3.4. Ecartee. Ecartee назад. Ecartee вперед.

Теория: Ecartee – поза классического танца, развернутая по диагонали вперед или назад.

Практика: работающая нога вытягивается в позу и возвращается в пятую позицию по правилам *battement tendu*. С основными позами классического танца проходят и так называемые маленькие позы, сопутствующие ряду движений классического экзерсиса. В таких позах соблюдают характер и правила основных поз. Поза *ecartee* вперед. Поза *ecartee* назад.

3.5. *Tour с preparation degage.*

Теория: DE GAGE - перенос тяжести корпуса с одной ноги на другую по PREPARATION - подготовительное движение

Практика: Эти *tours* изучаются по диагонали, а потом по кругу, тогда левая нога *sur le cou-de-pied* сзади правой. Корпус в начале исполнения повернуть *efface*. Ногу во время *tour* держать *sur le cou-de-pied* сзади. Затем изучают *tour с IV* позиции, который благодаря *preparation с IV* позиции удастся легче, чем следующая разновидность — *tour с V* позиции.

3.6. *Adagio на середине.*

Теория: это упражнение на середине зала, состоящее из комбинации различных поз, наклонов и перегибов корпуса, поворотов, вращений и других движений в спокойном темпе, задача которого - выработка устойчивости, выразительности, музыкальности, чувства позы, гармонии и плавности

Практика: упражнения на середине зала начинают с маленького *adagio*, не загружая его большим количеством поз и положений. В маленьком *adagio* новые движения сочетают с уже пройденными, как, например, с *туром lent*, с *port de bras-preparation* и т. д. Большое *adagio* исполняют перед *allegro*, оно значительно сложнее. В большом *adagio* необходимо уделять внимание художественной координации движений. Переходы из одного положения в другое окрашиваются свободными движениями корпуса, головы и особенно рук, это развивает танцевальность.

3.7. *Ведение полупальцев у станка и на середине.*

Теория: развитие устойчивости.

Практика: введение полупальцев у станка. Введение полупальцев в некоторые движения на середине зала. Ускорение темпа исполнения движений (некоторые движения исполняются восьмыми долями).

3.8. *Pasdebasque. Pasdebasque назад.*

Теория: Pas de basque буквально — движение из национального танца испанской народности басков. Это движение встречается и во многих других народных плясках. В классическом танце оно подверглось стилизации.

Практика: Pas de basque назад. В затакте три восьмых. На первую восьмую — *demi plie* в пятой позиции; руки, приоткрываясь, возвращаются в подготовительное положение. На вторую восьмую правая нога вытягивается скользящим движением в направлении точки б плана класса. На третью восьмую натянута правая нога, скользя носком, описывает по полу полукруг на вторую позицию, левая, сохраняя *demi plie*, направляет пятку вперед,

выравниваясь en face; руки открываются на вторую позицию, тотчас же левая нога в коротком прыжке сильно вытягивает колено, подъем и пальцы.

3.9. *Grandpasdebasque. Grandpasdebasque назад.*

Теория: чтобы дать прыжку больше силы, это pas делается с руками, вскинутыми наверх.

Практика: для начала вскинуть руки на II позицию и, проводя их через подготовительное положение и через I позицию, поднять на III. Ноги проделывают все движения на больших позах. Правой ногой описать большой полукруг en dehors на 90°, левая — на demi-plié; доведя правую до II позиции, сделать большой прыжок на правую ногу (руки на III позицию), левую согнуть высоко и выбросить вперед на 90°, раскрывая постепенно руки на II позицию. Опустить левую ногу на пол вперед на croisé и подтянуть ноги к заключительной позе, как в малом pas de basque. Для окончательной отделки этого pas в начале движения пригнуть голову и корпус вперед и поднять их в тот момент, когда руки выбрасываются на III позицию.

3.10. *Pasballonne. Grandballonne.*

Теория: Ballon (воздушный шар) — способность танцовщиков фиксировать разные позы в прыжке. Pasballonne прыжок на одной ноге, с продвижением в сторону, вперед, назад за рабочей ногой, которая вытягивается во время прыжка, так же как и опорная нога, затем возвращается в положение sur le soude-pied.

Практика: разучивание и отработка Grandballonne.

3.11. *Pasballotte.*

Теория: это движение очень трудноисполнимо в его правильной форме, оно требует силы ног и корпуса и редко удается танцовщицам.

Практика: удобнее приступать к изучению ballotté, начиная с V позиции; сделав demi-plié, соединяя ноги в прыжке в V позиции, крепко сомкнуть ступни с вытянутыми пальцами в начале прыжка и в таком виде отлететь вперед от точки, на которой стоял вначале, упасть на левую ногу на plié, правая нога открыта на effacé вперед на 45°. Закончить, сделав assemblé. Затем в такой же форме ballotté исполняется и назад, т. е. после прыжка с V позиции отлететь двумя ногами назад от точки, на которой стоял вначале, упасть на правую ногу на plié, левая открыта на effacé на 45°, закончить assemblé

3.12. *Cabriole. Grandcabriole.*

Теория: Cabriole (кабриоль, франц. – прыжок), один из сложных прыжков в классическом танце, когда одна нога ударяется о другую снизу вверх.

Практика: исполняется во всех позах на 45° и 90°. Как правило, подходом к C. служат шаг, glissade, coupé, sissonne tombé, sissonne ouverte и другие. Существует C. fermée и C. fouetté. Разучивание и отработка Grande cabriole.

4. Раздел «Гимнастика» (29 ч.).

4.1. Упражнения для стоп.

Теория: техника безопасности при выполнении гимнастических упражнений.

Практика: разучивание и отработка комплекса гимнастических упражнений для разогрева и 4.2. *Упражнения на выворотность.*

Теория: изучение упражнений на выворотность.

Практика: упражнения на выворотность: «бабочка», «угол», «лягушка», «шнур», «выворотная складочка», «складочка с оттягиванием носка», «паучок», «ноги вверх».

4.3. *Упражнения на гибкость вперед.*

Теория: упражнения для туловища в горизонтальной плоскости, из положения стоя.

Практика: наклоны туловища вперед из положения стоя. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Наклоны туловища вперед из положения сидя с ногами вместе, отдельно.

4.4. *Развитие гибкости назад.*

Теория: комплекс упражнений на развитие гибкости назад

Практика: разучивание и отработка комплекса упражнений на развитие гибкости назад: наклоны назад, различные «мостики», «корзиночка», «лодочка» и т. п.

4.5. *Силовые упражнения для мышц живота.*

Теория: развитие мышц брюшного пресса

Практика: сгибание корпуса в положении лежа + скручивание в противоположную сторону. Сгибание корпуса в положении лежа + скручивание в одноименную сторону. Скручивание в положении сидя. Скручивания в положении лежа. Скручивания, лежа на боку.

4.6. *Силовые упражнения для мышц спины.*

Теория: разучивание и отработка комплекса упражнений для мышце спины

Практика: разучивание и отработка комплекса упражнений для мышце спины: «мостик бедрами», «собака и птица», «планка на боку», выпады, «сарпасана», поясничные скручивания, поза младенца, удержание ног в статике.

4.7. *Силовые упражнения для мышц ног.*

Теория: комплекс упражнений для мышц ног.

Практика: приседания с отягощением и без. Сгибание и разгибания ног в коленях. Подъемы и опускания на носках. Подъем на носки "осликом". Подъемы ног вперед, сторону, назад.

4.8. *Упражнения на развитие шага.*

Теория: комплекс упражнений на развитие танцевального шага.

Практика: Разучивание и отработка комплекса упражнений на развитие танцевального шага.

4.9. *Прыжки*

Теория: опорные и простые (неопорные) прыжки. Четыре фазы неопорных прыжков: подготовка к толчку, толчок одной или двумя ногами, полет и приземление.

Практика: отработка простых прыжков. Подбивные прыжки.

5. Текущий контроль ЗУН (2 ч.).

Проверка знаний и подведение итогов по первому полугодю.

6. Раздел «Современный танец» (65 ч.).

6.1. *Stretch – в области ахила, бедер и позвоночника (лицом к станку)*

Теория: Stretch-это система упражнений, основная цель которых – растяжка связок и мышц, а также повышение гибкости тела

Практика: выполнение медленных пружинящих движений, завершающиеся удержанием статических положений в конечной точке амплитуды движения.

6.2. *Contract-releasepelvis позвоночника и наклон корпуса вперед (лицом к станку). Contract-release корпуса и наклон вперед*

Теория: Contraction / release. Contraction– выдох и сжатие диафрагмы, release– положение обратное contraction, вдох и раскрытие диафрагмы.

Практика: Изучаются движения сначала в партере, затем стоя.

6.3 *.Plié: demi-plié contract-releaseкорпуса; grand-plié contract-release (лицом к станку); grand-plié с волнообразным перевиванием (лицом к станку); demi-plié relevé с отклонением корпуса назад – диагональ*

Теория: Demiplies в выворотных и параллельных позициях ног. Движение аналогично классическому варианту, но имеет больше вариантов, за счет большего количества позиций ног, в котором исполняется.

Практика: изучается сначала лицом к станку по I и II позициям, затем боком к станку, и позже на середине по тем же позициям. К комбинации на plié добавляется перемена позиций рук во время движения. Plié соединяется с наклонами, contraction / release, спиралями в корпусе.

6.4. *Battementstendus: point-flex; с последующим twist, верха корпуса и ascent бедра опорной ноги (вперед, в сторону); heeldrop-bounce (назад)*

Теория: комбинация с использованием battementtendu изучается на середине зала с координацией рук.

Практика: к комбинации на battementtendu добавляется исполнение движения в сочетании с вращениями, сменами уровня и ракурса. К комбинации на battementtendu добавляется смена позиций рук во время движения. Включаются новые движения и положения с последующим twist верха корпуса и ascent бедра опорной ноги (вперед и в сторону). Движение соединяется с наклонами, contraction/release, спиралями в корпусе.

6.5. *Battementtendujeté pique*

Теория: комбинация на battementjeté изучается на середине зала с координацией рук.

Практика: в комбинации на battementtendu и jete усложняются переходы, смена уровня через падение. Движение накладывается на сложный ритмический рисунок. К комбинации на battementjeté добавляется перемена позиций рук во время движения. Движение соединяется с наклонами, contraction/release, спиралями в корпусе.

6.6. *Swingbalancoire (вперед-назад)*

6.7. *Battementfondeu в координации с движением рук*

Теория: Battement fondu - тающий, текучий батман. Координация - умение согласовывать движения различных частей тела. Отдельные элементы движения соединяются в единое двигательное действие, которое производится не напряженно, пластично, четко.

Практика: Плавное и мягкое сгибание и вытягивание ног: обе ноги сгибаются и вытягиваются одновременно. Бедро работающей ноги удерживается в выворотном положении, не двигаясь вверх и вниз.

6.8. *Battementdéveloppé point-flex*

Теория: Développe по всем направлениям. Développe – открытие рабочей ноги через passé в любом направлении

Практика: начинаем изучать движение у станка, затем на середине класса. Движение выполняется в характере adagio по выворотным и параллельным позициям.

6.9. *Battementsdéveloppé через passé contract*

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

Практика:

6.10. *Kick. Kickballchange*

6.11. *Pelvisstretch (лицом к станку)*

7. Раздел «Кроссы» (13 ч.).

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

Практика: Комбинации прыжков. Вращение как способ перемещения в пространстве.

Комбинации шагов, соединенных с вращениями.

Использование всего пространства класса Шаги с координацией 3-4хцентров.

Шаги с использованием contraction и release.

Смена направлений в комбинации шагов. Соединение шагов, прыжков, вращений в единые комбинации. Изучение вращений по кругу и со сменой уровней.

8. Раздел «Импровизация» (22 ч.).

Теория: дыхание (каждое движение построено на дыхании). Работа с движением по «синусоиде» Импровизация с движением (разноритмическая схема) Импровизацияэмоциональная сторонатехники

(неосознанностьдвижения, этюд «воображение – состояние – явление – образ-отклик тела...») Контактнаяимпровизация, контактв дуэте: - физический контакт(направление движения партнёра, сила импульса, «придумывание»позировок, движение от импульса с продолжением) - эмоциональный контактв движении («не касание», уход от касания партнёра, «не любовь», «заигрывание») Центр веса тела в поддержке Приёмы поддержки в дуэте: - «Перетекание» - Танец от разных частей тела.

Практика: Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней Танцевальные этюды

9. Раздел «Постановка танцевальных номеров» (20 ч.).

Теория: Объяснение правильного исполнения синхронов, переходов и рисунков. Объяснение передачи характера и манеры исполнения.

Практика: Закрепление и отработка изученных синхронов. Основные ходы и движения. Построение рисунков номера. Актерская выразительность во время исполнения танцевальных номеров. Культура исполнителя. Поведение на сцене. Участие обучающихся в концертах различного уровня.

10. Раздел «Итоговое занятие» (2 ч.).

Аттестация выпускников. Разбор и оценка практической деятельности обучающихся. Подведение итогов за год. Открытое занятие для родителей. Выступления, обучающихся с лучшими номерами. Подведение итогов и вручение сертификатов.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Срок обучения	Начало учебного года	I полугодие (17 недель)	Форма контроля	Зимний каникулярный период	II полугодие (19 недель)	Форма контроля	Продолжительность учебного периода (аудиторные занятия)	Летний каникулярный период	
								Срок (01.06-31.08) 6 недель	
1 год	07.09	07.09-30.12	Текущий контроль	31.12-09.01	10.01-31.05	Промежуточный контроль	34 учебных недель	Виды деятельности	
								аудиторные	внеаудиторные
2 год и последующие	01.09	01.09-30.12	Текущий контроль	31.12-09.01	10.01-31.05	Итоговая аттестация	34 учебных недель	ЛОЛ, мастер-классы, хобби-клубы, культурно-досуговые мероприятия; просмотр фильмов и спектаклей	Самостоятельная работа, работа над темами проектов, рефератов; учебно-исследовательская деятельность по направленности

РЕГЛАМЕНТ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Начало учебного года (34 недели): 1 сентября

Продолжительность учебной недели: 5 дней

Периодичность учебных занятий -3 раза в неделю

Количество часов – 216 часов

Окончание учебного года – 31 мая

Период реализации программы – 1.09.2023- 31.05.2025 г.

Воспитательный компонент осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

- 1) гражданско-патриотическое
- 2) нравственное и духовное воспитание;
- 3) воспитание положительного отношения к труду и творчеству;
- 4) интеллектуальное воспитание;
- 5) здоровьесберегающее воспитание;
- 6) правовое воспитание и культура безопасности;
- 7) воспитание семейных ценностей;
- 8) формирование коммуникативной культуры;
- 9) экологическое воспитание.

Цель – формирование гармоничной личности с широким мировоззренческим кругозором, с серьезным багажом теоретических знаний и практических навыков, посредством информационно-коммуникативных технологий.

Используемые формы воспитательной работы: викторина, экскурсии, игровые программы, диспуты.

Методы: беседа, мини-викторина, моделирование, наблюдения, столкновения взглядов и позиций, проектный, поисковый.

Планируемый результат: повышение мотивации к изобретательству и созданию собственных конструкций; сформированность настойчивости в достижении цели, стремление к получению качественного законченного результата; умение работать в команде; сформированность нравственного, познавательного и коммуникативного потенциалов личности.

Календарный план воспитательной работы

п/п	№	Название мероприятия, события	Направления воспитательной работы	Форма проведения	Сроки проведения
1.		Инструктаж по технике безопасности при работе с компьютерами робототехническим конструктором, правила поведения на занятиях	Безопасность и здоровый образ жизни	В рамках занятий	Сентябрь
2.		Игры на знакомство и командообразование	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-май
3.		Беседа о сохранении материальных ценностей, бережном отношении к оборудованию	Гражданско-патриотическое воспитание, нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-май
4.		Защита проектов внутри группы	Нравственное воспитание,	В рамках занятий	Октябрь-май

		трудовое воспитание		
5.	Участие в соревнованиях различного уровня	Воспитание интеллектуально-познавательных интересов	В рамках занятий	Октябрь-май
6.	Беседа о празднике «День защитника Отечества»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Февраль
7.	Беседа о празднике «8 марта»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Март
8.	Открытые занятия для родителей	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству; интеллектуальное воспитание; формирование коммуникативной культуры	В рамках занятий	Декабрь, май

Список литературы

Нормативные правовые акты:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-03.
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599.
3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.
4. Распоряжение Правительства РФ от 30 декабря 2012 г. №2620-р.
5. Проект межведомственной программы развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года.
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.43172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Нормативные акты образовательной организации

1. Устав МАУДО ДЮОЦ «Московский».
2. Положение о порядке организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам в МАУДО ДЮОЦ «Московский».
3. Положение об аттестации учащихся детских творческих объединений МАУДО ДЮОЦ «Московский».

Литература для педагога и обучающихся:

1. Барышникова Т.А. Азбука хореографии. – Санкт-Петербург, 2013.
2. Васильева Т.К. Секрет танца. – Санкт-Петербург, 2016.
3. Васильева Е. Танец: книга для учителей. – М., 2016.
4. Пуртова Т.В. Учите детей танцевать. - М., 2013.
5. Смирнова М.В. Классический танец. – М., 2014.
6. Бурмистрова И., Силаева К. Школа танца для юных. – М., 2016.
7. Козлов В.В. Физическое воспитание детей в учреждениях дополнительного образования: Акробатика. – М., 2013.
8. Коренева Т.Ф. Музыкальные ритмопластические спектакли для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – М., 2015.
9. Левин М.В. Гимнастика в хореографической школе. – М., 2017.
10. Миллер Э., Блэкман, К. Упражнения на растяжку. – М., 2016.
11. Михайлова М. А., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль, 2017.
12. Попова Е. Г. Общеразвивающие упражнения в гимнастике. – М., 2017.

Интернет-ресурсы:

- Игумнова И.Н. Дополнительная образовательная программа «Современный танец»
<http://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/dopolnitelnaya-obrazovatelnaaya-programma-sovremennyu-tanec>.
- Щёголева О. В. «Программа по модерн-джаз танцу»<http://festival.1september.ru/articles/525396>
- Гремпель О.А. Образовательная программа «Современные танцы»<http://pandia.ru/text/78/084/84981.php>

