

Министерство образования и науки Мурманской области  
Государственное автономное негосударственное образовательное учреждение  
Мурманской области  
«Центр образования «Лапландия»

ПРИНЯТА

Методическим советом

Протокол

от «08» мая 2024 г.

№ 22

Председатель



О. А. Бережнюк

УТВЕРЖДЕНА  
Приказом ГАОУ МО  
«ЦО «Лапландия»  
от «08» мая 2024 г.  
№ 666  
Директор  С. В. Кулаков



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«Dance modern-jazz «Quest»

Срок реализации: 10 лет  
Возраст учащихся: 7 – 17 лет

Составитель:  
**Паливода Антонина Ивановна,**  
педагог дополнительного образования

Мурманск  
2024

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа **«Dance modern-jazz «Quest»** содержит учебный материал по современной хореографии, модерн-джаз танцу, который является основой всех современных танцевальных течений. Модерн-джаз соединил в себе всё лучшее, что есть в классической и современной хореографии, благодаря чему танцовщик имеет неограниченные возможности для творчества. Модерн-джаз один из самых популярных танцев у детей и молодёжи - яркий и многообразный, полон энергии и изящества, даёт возможность через пластику и движения выразить эмоции и чувства.

**Область применения программы «Dance modern-jazz «Quest»:** программа может применяться в учреждениях дополнительного образования.

**Направленность программы** - художественная.

**Уровень программы** - разноуровневая.

Программа **«Dance modern-jazz «Quest»** составлена в соответствии с требованиями следующих **нормативных актов:**

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей и признании утратившим силу Распоряжения Правительства РФ от 04.09.2014 №1726-р».

**Актуальность программы «Dance modern-jazz «Quest»** заключается в систематизации работы с учащимися в направлении «Модерн - джаз танца», который является одним из видов современного хореографического искусства и объединяет в себе все модные танцевальные течения. На сегодняшний день данное направление очень востребовано в репертуаре детских хореографических коллективов, поскольку модерн-джаз один из самых популярных танцев у детей и молодёжи, который способствует не только эстетическому, но и их физическому развитию и оздоровлению.

**Педагогическая целесообразность реализации программы «Dance modern-jazz «Quest»** определена тем, что ее содержание ориентирует учащихся на приобщение к танцевально-музыкальной культуре, применению полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в повседневной деятельности, развитие танцевальных и музыкальных способностей, что в дальнейшем поможет более тонко воспринимать хореографическое искусство. Внимание на занятиях акцентируется на личностном развитии, нравственно-эстетическом воспитании, формировании культуры мировосприятия учащихся через эмпатию, идентификацию, эмоционально-эстетический отклик на танцевальные движения. Танец открывает возможности для познания чувств и мыслей человека, его духовно-нравственного становления, развивает способность сопереживать, встать на позицию другого человека, вести диалог, участвовать в обсуждении значимых для человека явлений жизни и искусства, продуктивно сотрудничать со сверстниками и взрослыми. Это способствует формированию интереса и мотивации к дальнейшему овладению различными видами танцевальной деятельности и

организации своего культурно-познавательного досуга. Программа включает в себя три этапа:

- стартовый этап программы предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого освоения содержания программы;

- базовый этап программы предполагает у учащихся формирование опыта эмоционально-образного восприятия, развитие знаний и умений, приобретенных на стартовом уровне, овладение универсальными учебными действиями, что становится фундаментом обучения на дальнейших ступенях реализации программы, обеспечивает введение учащихся в мир современного искусства и понимание неразрывной связи танцевальных движений и жизни;

- продвинутый этап программы даёт возможность учащимся увеличить свою подвижность, гибкость, расширить репертуар привычных движений, импровизационные возможности и предполагает доступ к профессиональным знаниям в рамках содержания данной программы. Занятия современным танцем на данном этапе позволяют учащимся расширить культурный кругозор, способствуют гармоничному эстетическому и физическому развитию, дальнейшей профориентации, развивают физическую силу, выносливость, ловкость, помогают снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе.

**Цель программы** - создание условий, способствующих раскрытию и развитию эмоциональных, физических и творческих способностей учащихся средствами современного искусства хореографии (модерн - джаз танца).

**Задачи программы:**

**Обучающие:**

- сформировать систему знаний, умений и навыков в сфере модерн-джаз танца;
- обучить детей техниками модерн-джаз танца с учетом их возрастных и физических особенностей;
- способствовать освоению учащимися танцевальной лексики;
- обучить грамотному исполнению и выразительности;
- умение определить особенности танцевальной техники модерн-джаз танца;
- сформировать у учащихся музыкально-ритмические навыки правильного и выразительного движения в области современной хореографии; актерского мастерства, самостоятельной и коллективной деятельности;
- расширить кругозор учащихся в области истории танцевального искусства;
- познакомить с особенностями народной культуры в области танца, костюма, духовно нравственных ценностей;
- познакомить с различными стилями исполнения современного танца;
- научить демонстрировать свои достижения зрителю.

**Развивающие:**

- развивать физический аппарат учащегося посредством программных упражнений;
- развивать музыкальность посредством приобщения к классической музыке, джазовой музыке и авангардным музыкальным направлениям;
- развивать стремление к самовыражению, посредством импровизации, освобождения учащихся от общей зажатости, скованности, психофизических комплексов;
- развивать образность мышления и восприятия;
- развивать у учащихся мотивацию познания и достижений, поиска новых познавательных ориентиров;
- развивать музыкально-ритмические способности учащихся, творческое мышление, воображение, фантазию;
- развивать внимание, память, пространственное мышление;
- развивать творческие и организаторские способности.

**Воспитательные:**

- воспитание навыков творческой дисциплины;
- воспитание чувства тактичного отношения детей между собой, с педагогом;
- воспитание стремления к максимально качественному исполнению всех изучаемых элементов и композиций;
- воспитание эстетического вкуса и художественного восприятия путем приобщения учащихся к мировым образцам современного хореографического направления;
- воспитывать морально-волевые качества личности: ответственность, трудолюбие, силу воли, уверенность в себе, веру в свои способности, самостоятельность, инициативность и т.д.;
- воспитать эстетический вкус, интерес к творческой деятельности;
- воспитать активную жизненную позицию, лидерские качества;
- сформировать общую культуру поведения ребенка в обществе, навыки самоконтроля и взаимоконтроля.

**Адресат программы.** Программа «Dance modern-jazz «Quest» рассчитана на обучающихся 7-17 лет, имеющих интерес к современному хореографическому искусству:

Стартовый этап - 7-9 лет;

Базовый этап - 9-14 лет;

Продвинутый этап - 14-17 лет.

**Форма реализации программы:** очная

**Срок реализации программы «Dance modern-jazz «Quest»:** 10 лет

Программа «Dance modern-jazz «Quest» предполагает три этапа обучения:

**Первый этап - стартовый:**

1 год обучения - 72 часа;

2 год обучения - 72 часа.

**Второй этап - базовый:**

3 год обучения - 72 часа;

4 год обучения - 72 часа;

5 год обучения - 144 часа;

6 год обучения - 144 часа;

7 год обучения - 144 часа.

**Третий этап - продвинутый:**

8 год обучения - 144 часа;

9 год обучения - 144 часа;

10 год обучения - 144 часа.

**Форма организации занятий:** групповая

**Режим занятий:**

**Первый этап - стартовый:**

1 год обучения - 1 раз в неделю по 2 академических часа или 2 раза в неделю по 1 академическому часу (9 месяцев);

2 год обучения - 1 раз в неделю по 2 академических часа или 2 раза в неделю по 1 академическому часу (9 месяцев).

**Второй этап - базовый:**

3 год обучения - 1 раз в неделю по 2 академических часа или 2 раза в неделю по 1 академическому часу (9 месяцев);

4 год обучения - 1 раз в неделю по 2 академических часа или 2 раза в неделю по 1 академическому часу (9 месяцев);

5 год обучения - 2 раза в неделю по 2 академических часа, или 2 раза в неделю по 1 академическому часу и 1 раз в неделю по 2 академических часа, или 1 раз в неделю по 3 академических часа и 1 раз в неделю по 1 академическому часу (9 месяцев);

6 год обучения - 2 раза в неделю по 2 академических часа, или 2 раза в неделю по 1 академическому часу и 1 раз в неделю по 2 академических часа, или 1 раз в неделю по 3 академических часа и 1 раз в неделю по 1 академическому часу (9 месяцев);

7 год обучения - 2 раза в неделю по 2 академических часа, или 2 раза в неделю по 1 академическому часу и 1 раз в неделю по 2 академических часа, или 1 раз в неделю по 3 академических часа и 1 раз в неделю по 1 академическому часу (9 месяцев).

**Третий этап - продвинутый:**

8 год обучения - 2 раза в неделю по 2 академических часа, или 2 раза в неделю по 1 академическому часу и 1 раз в неделю по 2 академических часа, или 1 раз в неделю по 3 академических часа и 1 раз в неделю по 1 академическому часу (9 месяцев);

9 год обучения - 2 раза в неделю по 2 академических часа, или 2 раза в неделю по 1 академическому часу и 1 раз в неделю по 2 академических часа, или 1 раз в неделю по 3 академических часа и 1 раз в неделю по 1 академическому часу (9 месяцев);

10 год обучения - 2 раза в неделю по 2 академических часа или 2 раза в неделю по 1 академическому часу и 1 раз в неделю по 2 академических часа, или 1 раз в неделю по 3 академических часа и 1 раз в неделю по 1 академическому часу (9 месяцев).

**Набор.** В целях изучения учащимися различных танцевальных стилей программа «Dance modern-jazz «Quest» полагает совместную реализацию с программой «Dance Quest», в связи с чем набор обучающихся на данные программы предполагается тоже совместный. Учащиеся зачисляются в учебные группы при наличии заявления родителей или законных представителей. При зачислении на первый год стартового этапа обучения приоритет отдается учащимся, освоившим дополнительную общеразвивающую программу «Танцевальные смешинки» стартового уровня. Учащиеся могут зачисляться на программу в ходе ее реализации на последующие годы обучения по положительным результатам входящей диагностики.

**Виды занятий:** практические занятия, беседы, игры, тренинги, мастер-классы, репетиции.

**Планируемые результаты** освоения данной программы отслеживаются по трем компонентам: личностный, метапредметный и предметный, что позволяет определить динамическую картину творческого развития учащихся.

### **Ожидаемые результаты 1 года обучения**

*Предметные результаты:*

- знание специальной терминологии модерн-джаз танца (в соответствии с содержанием программы 1 г. о.);
- знание методических правил исполнения танцевальных движений и упражнений (в соответствии с содержанием программы 1 г. о.);
- умение исполнять в соответствии с методическими правилами программные танцевальные движения и упражнения;
- самостоятельно находить свободное место в танцевальном классе, перестраиваться в круг, несколько кругов, в пары, в шахматном порядке, друг за другом, строиться в шеренгу и колонну;
- самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;
- передавать в пластике музыкальный образ с использованием разученных танцевальных движений;
- придумывать оригинальные танцевальные движения для выражения характера музыки, танцевально-игрового образа;
- корректировать с помощью педагога свои танцевальные движения при выполнении задания;
- анализировать с помощью педагога собственное исполнение;
- знание особенностей модерн-джаз танца и историю его развития, танцовщиков, балетмейстеров (в соответствии с содержанием программы 1 г. о.);
- знание правил поведения в танцевальном классе;

- знание требований к внешнему виду на занятиях хореографией;
- знание особенностей репетиционной формы танцовщика и гигиенические требования к ней.

*Метапредметные результаты:*

- приобретение навыка совместной творческой деятельности;
- умение анализировать итоги своей деятельности (как положительные, так и отрицательные), делать выводы (промежуточные и итоговые), вносить коррективы;
- формирование умений находить ассоциативные связи между художественными образами в современном танце, других танцевальных направлений и видов искусства;
- формирование навыков наблюдения за разнообразными явлениями жизни, искусства и оценивания их.

*Личностные результаты:*

- формирование устойчивого интереса к занятиям модерн-джаз танца;
- формирование духовно-нравственных и этических чувств, эмоциональной отзывчивости, понимание и сопереживание уважительное отношение к историко-культурным традициям других народов;
- формирование положительных качеств личности ребенка: взаимопомощь, доброжелательное отношение, внимательность, организованность;
- формирование чувства ритма и музыкальной памяти;
- воспитание в себе чувства дисциплины, трудолюбия, ответственности, коммуникативных навыков.

**Ожидаемые результаты 2 года обучения**

*Предметные результаты:*

- знание специальной терминологии модерн-джаз танца (в соответствии с содержанием программы 2 г. о.);
- знание методических правил исполнения танцевальных движений и упражнений (в соответствии с содержанием программы 2 г. о.);
- умение исполнять в соответствии с методическими правилами программные танцевальные движения и упражнения;
- самостоятельно выполнять перестроения в пространстве в простых танцевальных композициях;
- передавать в пластике музыкальный образ с использованием имитационных движений и элементарных движений модерн-джаз танца;
- выражать в танцевальном движении характер музыки и ее настроение;
- импровизировать под музыку с целью создания пластического образа;
- сочинять с помощью педагога простые танцевальные движения и их комбинации, обосновывая логику построения композиции;
- корректировать с помощью педагога свои танцевальные движения при выполнении заданий;
- анализировать с помощью педагога собственное исполнение и исполнение других;
- соблюдать правила поведения на сценической (танцевальной) площадке;
- знание особенностей модерн-джаз танца и историю его развития, танцовщиков, балетмейстеров (в соответствии с содержанием программы 2 г. о.).

*Метапредметные результаты:*

- умение анализировать итоги своей деятельности (как положительные, так и отрицательные), делать выводы (промежуточные и итоговые), вносить коррективы;
- умение определять новые цели и задачи на основе результатов работы;
- формирование умений находить ассоциативные связи между художественными образами в современном танце, других танцевальных направлений и видов искусства;
- формирование навыков наблюдения за разнообразными явлениями жизни, искусства и оценивания их;

– формирование умений выявлять особенности взаимодействия современной хореографии с другими видами искусства (литература, изобразительное искусство, театр и др.).

*Личностные результаты:*

- формирование духовно-нравственных и этических чувств, эмоциональной отзывчивости, понимание и сопереживание уважительное отношение к историко-культурным традициям других народов;
- формирование положительных качеств личности ребенка: взаимопомощь, доброжелательное отношение, внимательность, организованность;
- формирование чувства ритма и музыкальной памяти;
- формирование умения оценивать свои творческие проявления и давать оценки творческим проявлениям сверстников;
- воспитание в себе чувства дисциплины, трудолюбия, ответственности, коммуникативных навыков.

### **Ожидаемые результаты 3 года обучения**

*Предметные результаты:*

- знание специальной терминологии модерн-джаз танца (в соответствии с содержанием программы 3 г. о.);
- знание особенностей модерн-джаз танца и историю его развития, танцовщиков, балетмейстеров (в соответствии с содержанием программы 3 г. о.);
- знание методических правил исполнения танцевальных движений и упражнений основных структурных разделов модерн-джаз танца (в соответствии с содержанием программы 3 г. о.);
- самостоятельно выполнять пространственные перестроения композиций, основанных на элементарных движениях модерн-джаз танца;
- самостоятельно определять точки танцевального класса, свободно ориентироваться в пространстве;
- импровизировать под музыку, создавая пластический образ с использованием изученных движений модерн-джаз танца;
- сочинять с помощью педагога и самостоятельно простые танцевальные комбинации на основе изученных движений модерн-джаз танца, обосновывая логику построения композиции;
- корректировать с помощью педагога и самостоятельно свои танцевальные движения при выполнении заданий;
- анализировать с помощью педагога собственное исполнение и исполнение других.

*Метапредметные результаты:*

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- умение определять новые цели и задачи на основе результатов работы;
- формирование умений находить ассоциативные связи между художественными образами в современном танце, других танцевальных направлений и видов искусства;
- формирование умений выявлять особенности взаимодействия современной хореографии с другими видами искусства (литература, изобразительное искусство, театр и др.).

*Личностные результаты:*

- формирование духовно-нравственных и этических чувств, эмоциональной отзывчивости, понимание и сопереживание уважительное отношение к историко-культурным традициям других народов;
- формирование положительных качеств личности ребенка: взаимопомощь, доброжелательное отношение, внимательность, организованность;
- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- формирование чувства ритма и музыкальной памяти;
- формирование умения оценивать свои творческие проявления и давать оценки творческим проявлениям сверстников;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.

#### **Ожидаемые результаты 4 года обучения**

##### *Предметные результаты:*

- знание специальной терминологии модерн-джаз танца (в соответствии с содержанием программы 4 г. о.);
- знание особенностей модерн-джаз танца и историю его развития, танцовщиков, балетмейстеров (в соответствии с содержанием программы 4 г. о.);
- знание методических правил исполнения танцевальных движений и упражнений структурных разделов модерн-джаз танца (в соответствии с содержанием программы 4 г. о.);
- самостоятельно выполнять более сложные пространственные перестроения композиций, основанных на движениях модерн-джаз танца;
- сочинять с помощью педагога и самостоятельно более сложные танцевальные комбинации на основе изученных движений джаз-модерн танца, обосновывая логику построения композиции;
- импровизировать под музыку с целью создания пластического образа с использованием новых и ранее разученных движений модерн-джаз танца;
- корректировать с помощью педагога и самостоятельно свои танцевальные движения и других учащихся при выполнении заданий;
- самостоятельно анализировать собственное исполнение и исполнение других.

##### *Метапредметные результаты:*

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- управление эмоциями;
- формирование навыков наблюдения за разнообразными явлениями жизни, искусства и оценивания их.

##### *Личностные результаты:*

- формирование общей внутренней культуры;
- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями;
- самостоятельно анализировать собственное исполнение и исполнение других;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.

#### **Ожидаемые результаты 5 года обучения**

##### *Предметные результаты:*

- знание специальной терминологии модерн-джаз танца (в соответствии с содержанием программы 5 г. о.);
- знание особенностей модерн-джаз танца и историю его развития, танцовщиков, балетмейстеров (в соответствии с содержанием программы 5 г. о.);
- знание методических правил исполнения танцевальных движений и упражнений структурных разделов модерн-джаз танца (в соответствии с содержанием программы 5 г. о.);
- самостоятельно выполнять более сложные пространственные перестроения композиций, основанных на изученных движениях модерн-джаз танца;

- самостоятельно сочинять простые танцевальные комбинации на основе изученных движений модерн-джаз танца, обосновывая логику построения композиции;
- импровизировать на заданную тему и музыку с целью создания пластического образа с использованием новых и ранее разученных движений модерн-джаз танца;
- самостоятельно корректировать свои танцевальные движения при выполнении заданий;
- самостоятельно анализировать собственное исполнение и исполнение других;
- осуществлять с помощью педагога самоконтроль и взаимоконтроль при выполнении методических правил программных танцевальных движений и упражнений.

*Метапредметные результаты:*

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- формирование навыков наблюдения за разнообразными явлениями жизни, искусства и оценивания их;
- управление эмоциями.

*Личностные результаты:*

- формирование общей внутренней культуры;
- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями;
- формирование умения оценивать свои творческие проявления и давать оценки творческим проявлениям сверстников;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.

**Ожидаемые результаты 6 года обучения**

*Предметные результаты:*

- знание специальной терминологии модерн-джаз танца (в соответствии с содержанием программы 6 г. о.);
- знание особенностей модерн-джаз танца и историю его развития, танцовщиков, балетмейстеров (в соответствии с содержанием программы 6 г. о.);
- знание методических правил исполнения танцевальных движений и упражнений структурных разделов модерн-джаз танца (в соответствии с содержанием программы 6 г. о.);
- самостоятельно выполнять методическую раскладку движений и комбинаций модерн-джаз танца теоретически и практически;
- самостоятельно выполнять сложные пространственные перестроения композиций, основанных на изученных движениях модерн-джаз танца;
- самостоятельно сочинять простые танцевальные комбинации на основе изученных движений модерн-джаз танца с последующим анализом и обоснованием логики построения композиции;
- импровизировать на заданную тему и музыку с целью создания пластического образа с использованием новых и ранее разученных движений модерн-джаз танца.

*Метапредметные результаты:*

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;

- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- управление эмоциями;
- формирование умений выявлять особенности взаимодействия современной хореографии с другими видами искусства (литература, изобразительное искусство, театр и др.).

*Личностные результаты:*

- формирование общей внутренней культуры;
- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями;
- формирование умения оценивать свои творческие проявления и давать оценки творческим проявлениям сверстников;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.

**Ожидаемые результаты 7 года обучения**

*Предметные результаты:*

- знание специальной терминологии модерн-джаз танца (в соответствии с содержанием программы 7 г. о.);
- знание особенностей модерн-джаз танца и историю его развития, танцовщиков, балетмейстеров (в соответствии с содержанием программы 7 г. о.);
- знание методических правил исполнения танцевальных движений и упражнений структурных разделов модерн-джаз танца (в соответствии с содержанием программы 7 г. о.);
- самостоятельно выполнять методическую раскладку движений и комбинаций модерн-джаз танца теоретически и практически;
- самостоятельно выполнять сложные пространственные перестроения композиций, основанных на изученных движениях модерн-джаз танца;
- самостоятельно сочинять простые танцевальные комбинации на основе изученных движений модерн-джаз танца с последующим анализом и обоснованием логики построения композиции;
- импровизировать на заданную тему и музыку с целью создания пластического образа с использованием новых и ранее разученных движений модерн-джаз танца.

*Метапредметные результаты:*

- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- управление эмоциями;
- формирование умений находить ассоциативные связи между художественными образами в современном танце, других танцевальных направлений и видов искусства;
- формирование навыков наблюдения за разнообразными явлениями жизни, искусства и оценивания их;
- формирование умений выявлять особенности взаимодействия современной хореографии с другими видами искусства (литература, изобразительное искусство, театр и др.).

*Личностные результаты:*

- формирование общей внутренней культуры;
- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями;

- формирование умения оценивать свои творческие проявления и давать оценки творческим проявлениям сверстников;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей.

#### **Ожидаемые результаты 8 года обучения**

##### *Предметные результаты:*

- знание специальной терминологии модерн-джаз танца (в соответствии с содержанием программы 8 г. о.);
- знание особенностей модерн-джаз танца и историю его развития, танцовщиков, балетмейстеров (в соответствии с содержанием программы 8 г. о.);
- знание методических правил исполнения танцевальных движений и упражнений структурных разделов модерн-джаз танца (в соответствии с содержанием программы 8 г. о.);
- умение исполнять в соответствии с методическими правилами программные танцевальные движения и упражнения 8 г. о.;
- самостоятельно выполнять методическую раскладку движений и комбинаций модерн-джаз танца теоретически и практически;
- самостоятельно выполнять сложные пространственные перестроения композиций, основанных на изученных движениях модерн-джаз танца;
- самостоятельно сочинять простые танцевальные комбинации на основе изученных движений модерн-джаз танца с последующим анализом и обоснованием логики построения композиции;
- импровизировать на заданную тему и музыку с целью создания пластического образа с использованием новых и ранее разученных движений модерн-джаз танца.

##### *Метапредметные результаты:*

- формирование умений планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения;
- умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества.

##### *Личностные результаты:*

- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- формирование мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли;
- формирование этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей;
- формирование навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

#### **Ожидаемые результаты 9 года обучения**

##### *Предметные результаты:*

- знание специальной терминологии модерн-джаз танца (в соответствии с содержанием программы 9 г. о.);
- знание особенностей модерн-джаз танца и историю его развития, танцовщиков, балетмейстеров (в соответствии с содержанием программы 9 г. о.);

- знание методических правил исполнения танцевальных движений и упражнений структурных разделов модерн-джаз танца (в соответствии с содержанием программы 9 г. о.);
- умение применять специальную терминологию модерн-джаз танца (в соответствии с содержанием программы 9 г. о.);
- умение исполнять в соответствии с методическими правилами танцевальные движения и упражнения 9 г. о.;
- комбинировать движения модерн-джаз танца в соответствии с логической целесообразностью;
- самостоятельно строить простые пространственные композиции, рисунок танца;
- самостоятельно сочинять сложные танцевальные комбинации на основе изученных движений модерн-джаз танца с последующим обоснованием логики построения композиции;
- самостоятельно выполнять пространственные перестроения, в том числе и перестроения повышенной сложности;
- самостоятельно сочинять и передавать разнохарактерные пластические образы;
- выполнять анализ танцевальных комбинаций, в том числе и комбинаций повышенной сложности;
- импровизировать с целью создания пластического образа при помощи самостоятельно подобранной характерной лексики.

*Метапредметные результаты:*

- формирование умений планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определения общей цели и путей её достижения;
- умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества.

*Личностные результаты:*

- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- формирование мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли;
- формирование этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей;
- формирование навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

**Ожидаемые результаты 10 года обучения**

*Предметные результаты:*

- знание специальной терминологии модерн-джаз танца (в соответствии с содержанием программы 10 г. о.);
- знание особенностей модерн-джаз танца и историю его развития, танцовщиков, балетмейстеров (в соответствии с содержанием программы 10 г. о.);
- знание методических правил исполнения танцевальных движений и упражнений структурных разделов модерн-джаз танца (в соответствии с содержанием программы 10 г. о.);
- умение применять специальную терминологию модерн-джаз танца (в соответствии с содержанием программы 10 г. о.);

- умение исполнять в соответствии с методическими правилами танцевальные движения и упражнения 10 г. о.;
- комбинировать движения модерн-джаз танца в соответствии с логической целесообразностью;
- самостоятельно строить простые пространственные композиции, рисунок танца;
- самостоятельно сочинять сложные танцевальные комбинации на основе изученных движений модерн-джаз танца с последующим обоснованием логики построения композиции;
- самостоятельно выполнять пространственные перестроения, в том числе и перестроения повышенной сложности;
- самостоятельно сочинять и передавать разнохарактерные пластические образы;
- выполнять анализ танцевальных комбинаций, в том числе и комбинаций повышенной сложности;
- импровизировать с целью создания пластического образа при помощи самостоятельно подобранной характерной лексики;
- самостоятельно сочинять хореографические композиции.

*Метапредметные результаты:*

- формирование умений планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения;
- самостоятельно сочинять и передавать разнохарактерные пластические образы;
- умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества.

*Личностные результаты:*

- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- формирование мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли;
- формирование этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей;
- формирование навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

**Формы аттестации на завершающем этапе реализации программы:**

- открытые занятия (для групп, не принимающих участие в концертной деятельности);
- балетный спектакль;
- отчетный концерт.

## Общий учебный план

№ п/п	Название темы	Количество часов																			
		I этап (стартовый)				II этап (базовый)										III этап (продвинутый)					
		1 г.о.		2 г.о.		3 г.о.		4 г.о.		5 г.о.		6 г.о.		7 г.о.		8 г.о.		9 г.о.		10 г.о.	
		теория	практика	теория	практика	теория	практика	теория	практика	теория	практика	теория	практика	теория	практика	теория	практика	теория	практика	теория	практика
1	Вводное занятие	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
2	Ведение в мир хореографического искусства	4	-	4	-	4	-	4	-	6	-	6	-	6	-	4	-	4	-	4	-
3	Ритм и музыкально-ритмические упражнения	1	7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
4	Постановка корпуса	1	7	1	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
5	Позиции рук и ног	1	3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6	Stretch (растяжение)	1	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
7	Isolation (изоляция)	1	7	1	5	1	5	1	5	1	9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8	Упражнения для ног	1	5	1	9	1	10	1	9	3	15	3	20	2	18	2	18	2	20	2	18
9	Walks (ходы)	1	5	1	5	1	5	1	5	2	10	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
10	Jumps (прыжки)	1	5	1	5	1	5	1	5	2	10	2	10	2	10	2	10	2	14	1	11
11	Блюз	2	8	1	10	1	10	1	11	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
12	Координация	-	-	1	3	1	3	1	3	2	8	2	10	2	8	2	8	2	8	1	9
13	Упражнения для позвоночника	-	-	1	4	1	5	1	5	2	8	2	10	2	8	2	8	-	-	-	-
14	Par terre и Stretch	-	-	1	4	1	5	1	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
15	Вращения	-	-	1	3	1	3	1	3	2	10	2	8	1	7	1	8	1	13	1	9
16	Par terre и уровни танцевания	-	-	-	-	-	-	-	-	2	10	2	10	2	14	2	14	2	16	2	18
17	Кросс	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	10	1	9	1	9	-	-	-	-	-
18	Блюз и импровизация	-	-	-	-	-	-	-	-	2	16	3	18	3	25	3	21	4	27	5	34
19	Концертная деятельность	-	2	-	4	-	4	-	4	-	20	-	20	-	20	-	25	-	25	-	25
20	Заключительное занятие	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
<b>Всего</b>		16	56	16	56	15	57	15	57	26	118	26	118	23	121	21	123	19	125	18	126
		72		72		72		72		144		144		144		144		144		144	

## Учебный план

## I этап

## Стартовый

## 1 год обучения

№	Тема	Теория	Практика	Количество часов	Форма контроля
1	Вводное занятие	1	1	2	Входная диагностика Наблюдение
2	Введение в мир хореографического искусства	4	-	4	Собеседование по изученным темам
3	Ритм и музыкально-ритмические упражнения	1	7	8	Наблюдение Собеседование Обсуждение
4	Постановка корпуса	1	7	8	Наблюдение Собеседование Обсуждение
5	Позиции рук и ног	1	3	4	Наблюдение Собеседование Обсуждение

6	Stretch (растяжение)	1	5	6	Наблюдение Собеседование Обсуждение
7	Isolation (изоляция)	1	7	8	Наблюдение Собеседование Обсуждение
8	Упражнения для ног	1	5	6	Наблюдение Собеседование Обсуждение
9	Walks (ходы)	1	5	6	Наблюдение Собеседование Обсуждение
10	Jumps (прыжки)	1	5	6	Наблюдение Собеседование Обсуждение
11	Блюз	2	8	10	Наблюдение Собеседование Обсуждение
12	Концертная деятельность	-	2	2	Наблюдение Промежуточная диагностика (балетный спектакль, отчетный концерт)
13	Заключительное занятие	1	1	2	Наблюдение Собеседование
<b>Всего</b>		16	56	72	

**Содержание программы**  
**I этап**  
*Стартовый*  
**Первый год обучения**

**Вводное занятие**

**Теория (1 час)**

Входная диагностика.

Цель, задачи программы.

План работы на учебный год.

Режим занятий.

Инструктаж по охране труда и пожарной безопасности.

Инструктаж по теме: «Правила поведения в хореографическом классе».

Введение в тему «Модерн – джаз танец».

Понятия:

- «хореография»;
- «современный танец»;
- «танцовщик»;
- «балетный класс»;
- «танцевальное приветствие».

Требования к внешнему виду и форме для занятий.

Правила исполнения танцевального приветствия-поклона.

Роль игры в развитии музыкально-хореографических способностей.

**Практика (1 час)**

Входная диагностика. Разучивание поклона. Музыкально-ритмические упражнения.

Танцевально-игровая программа «Давайте познакомимся».

Наблюдение.

## **Введение в мир хореографического искусства**

### **Теория (4 часа)**

Темы:

- «Модерн-джаз танец и его характерные особенности»;
- «Солнечный мир танца»;
- «История хореографии: танец древности, средневековье, возрождение, просвещение, романтизм»;
- «История развития модерн-джаз танца»;
- «Отличительные особенности движений джаз - танца».

Просмотр видеоматериала по современному танцу.

Собеседование.

### **Ритм и музыкально-ритмические упражнения**

#### **Теория (1 час)**

Понятия:

- «ритм», «ритмические упражнения»;
- «bit-удар» - основная доля;
- «off bit» - джаз акцент или синкопа перед или после основной доли;
- «swing» - свинг-качание - способ движения - акцент не только на основные доли, но и доли в промежутках между основными.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений для развития ритма:

- слушание и счет музыки, хлопки в ладоши, удар стопой в пол носком, пяткой, всей стопой;
- шаги на месте и с продвижением;
- щелчки пальцами, простейшие движения рук;
- сочетание и соединение всех этих упражнений в разных темпах и ритмах;
- прослушивание музыки для создания музыкально-ритмического образа.

Объяснение, комментируемый показ.

#### **Практика (7 часов)**

Разучивание и исполнение в соответствии с методическими правилами танцевальных движений и упражнений для развития ритма.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Постановка корпуса**

#### **Теория (1 час)**

Понятия:

- «relax» - расслабление;
- «release» - реализация, расширение, распространение;
- «contraction» - сжатие, группировка к центру тела или сжатие отдельных частей его;
- «higher lease» - наклон от лопаток верхней части корпуса.

Методические правила исполнения программных упражнений:

- «relax» - в положениях лежа, сидя, стоя;
- «release» - в положениях лежа, сидя, стоя;
- «contraction» - группировка к центру тела или сжатие его отдельных частей в положениях лежа, сидя, стоя;
- «higher lease» - наклон от лопаток верхней части корпуса.

Объяснение, комментируемый показ.

#### **Практика (7 часов)**

Разучивание и исполнение упражнений в соответствии с методическими правилами.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### Позиции рук и ног

#### Теория (1 час)

Понятия:

- «позиция»;
- «V» - позиция;
- «press-position».

Методические правила исполнения программных упражнений:

*позиции рук*

- подготовительная позиция;
- 1, 2, 3 позиции;
- «v» - позиция;
- вытянутые и согнутые в локтях («press-position»);
- согнутые в локтях под прямым углом;
- прижатые к корпусу;

*формы ладони*

- пальцы вытянуты и прижаты;
- пальцы сжаты в кулак;
- пальцы открыты в сторону веером;

*позиции ног*

– 1, 2, 3, 6 позиции ног, стопы становятся параллельно друг другу, в необходимых случаях выворотные или завернутые внутрь носками.

Объяснение, комментируемый показ.

#### Практика (3 часа)

Разучивание и исполнение упражнений в соответствии с методическими правилами.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### Stretch

#### Теория (1 час)

Понятие:

- «stretch».

«Волшебная сила растяжки» - роль стретчинга в формировании гибкости и пластичности танцовщика.

Методические правила исполнения программных упражнений:

- стоя на двух ногах по 2 позиции растяжение позвоночника при помощи рук, направленных вверх, в стороны, корпус вертикальный;
- то же самое, но корпус наклонен параллельно полу;
- корпус наклонен вниз, параллельно линии ног.

Объяснение, комментируемый показ.

#### Практика (5 часов)

Разучивание и исполнение упражнений в соответствии с методическими правилами.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### Isolation

#### Теория (1 час)

Понятия:

- «isolation» - движение различных частей тела независимо от других;
- «sundari» - смещение;
- «hip lift» - подъем бедра;
- «point» - натяжение;
- «flex» - сокращение;
- «catch step» - перенос веса тела.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:  
*для головы*

- наклон вперед-назад, через центр и слитно;
- наклон вправо-влево, через центр и слитно;
- повороты вправо-влево, через центр и слитно;
- повороты вправо-влево с наклоном;
- «sundari» вперед-назад, через центр;

*для плеч*

- подъем одного или двух плеч вверх;
- движение плеч вперед-назад, через центр и слитно;
- круговое движение плеч;

*для грудной клетки*

- движение из стороны в сторону, через центр и слитно;
- подъем и опускание;

*для бедер*

- движение из стороны в сторону, через центр и слитно;
- «hip lift» - подъем бедра вверх;
- движение вперед-назад, через центр и слитно;

*для рук*

- сочетание в различных плоскостях (вперед, вверх, в стороны);
- каждая часть руки (кисть, предплечье, пальцы) может двигаться изолированно или в сочетании друг с другом;

*для ног*

- отдельные части ног (стопа, голеностоп) могут двигаться изолированно;
- натяжение - «point», сокращение - «flex», из стороны в сторону, круговращательные;
- «catch step» - перенос веса тела с одной ноги на другую.

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (7 часов)**

Разучивание и исполнение упражнений в соответствии с методическими правилами.

Выполнение изолированных движений различных частей тела отдельно от других и дальнейшее их сочетание в координации с другими частями тела.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

#### **Упражнения для ног**

### **Теория (1 час)**

Понятия:

- «demi plie»;
- «battement tendu»;
- «releve».

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- вытягивание и сгибание стопы;
- вытягивание и сгибание колена;
- «demi plie» по 6 позиции;
- «battement tendu» по 6 позиции;
- «releve» на полупальцы по 6 позиции.

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (5 часов)**

Разучивание и исполнение упражнений в соответствии с методическими правилами.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

#### **Walks (ходы)**

### **Теория (1 час)**

Понятия:

- «walks»;

- «flat step».

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- марш;
- приставные шаги;
- шаги с высоким поднятием колена;
- ходьба на полу пальцах и на пятках;
- «flat step»;
- бег с поджатыми ногами.

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (5 часов)**

Разучивание и исполнение упражнений в соответствии с методическими правилами.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Jumps (прыжки)**

#### **Теория (1 час)**

Понятия:

- «jumps»;
- «soute» - прыжок на месте по позициям.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- на двух ногах («soute», «трамплинные» прыжки);
- подскоки и соскоки;
- галоп;
- с двух на две на месте (1-2 позиции);
- на одной ноге.

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (5 часов)**

Разучивание и исполнение упражнений в соответствии с методическими правилами.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Блюз**

#### **Теория (2 часа)**

Понятия:

- «блюз»;
- «импровизация», «танцевальная импровизация»;
- «этюды»;
- «port de bras».

Правила исполнения танцевальных движений в этюдах на заданные темы и в импровизациях.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- «port de bras» подготовительное;
- несложные комбинации в медленном темпе.

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (8 часов)**

Разучивание и исполнение упражнений в соответствии с методическими правилами.

Хореографические импровизации на заданную тему и музыку.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Концертная деятельность**

#### **Практика (2 часа)**

Балетный спектакль - промежуточная диагностика.

Отчетный концерт - промежуточная диагностика.

Наблюдение.

### **Заключительное занятие**

#### **Теория (1 час)**

Повторение методических правил исполнения программных упражнений 1 года обучения.

### Практика (1 час)

Повторение разученных танцевальных движений, упражнений и учебных хореографических композиций.

Собеседование по пройденным темам, наблюдение.

### Учебный план I этап Стартовый 2 год обучения

№	Тема	Теория	Практика	Количество часов	Форма контроля
1	Вводное занятие	1	1	2	Входная диагностика Наблюдение Собеседование
2	Введение в мир хореографического искусства	4	-	4	Собеседование по изученным темам
3	Постановка корпуса	1	2	3	Наблюдение Собеседование Обсуждение
4	Isolation	1	5	6	Наблюдение Собеседование Обсуждение
5	Координация	1	3	4	Наблюдение Собеседование Обсуждение
6	Упражнения для ног	1	9	10	Наблюдение Собеседование Обсуждение
7	Упражнения для позвоночника	1	4	5	Наблюдение Собеседование Обсуждение
8	Par terre и Stretch	1	4	5	Наблюдение Собеседование Обсуждение
9	Walks (ходы)	1	5	6	Наблюдение Собеседование Обсуждение
10	Jumps (прыжки)	1	5	6	Наблюдение Собеседование Обсуждение
11	Вращения	1	3	4	Наблюдение Собеседование Обсуждение
12	Блюз	1	10	11	Наблюдение Собеседование Обсуждение
13	Концертная деятельность		4	4	Наблюдение. Промежуточная диагностика (балетный спектакль, отчетный концерт)
14	Заключительное занятие	1	1	2	Наблюдение Собеседование
<b>Всего</b>		16	56	72	

## Содержание программы

### I этап

#### *Стартовый*

### Второй год обучения

#### Вводное занятие

##### **Теория (1 час)**

Повторение правил поведения и гигиены на занятиях хореографии.

Инструктаж по охране труда и пожарной безопасности на занятиях.

Инструктаж по технике безопасности во время занятий современным танцем.

Повторение правил исполнения движений, изученных на первом году обучения.

Цели и задачи 2-го года обучения.

План работы на учебный год.

Режим занятий.

##### **Практика (1 час)**

Исполнение в соответствии с методическими правилами танцевальных движений и упражнений, изученных на первом году обучения. Импровизации под музыку с целью создания пластического образа с использованием разученных движений модерн-джаз танца. Входная диагностика, собеседование, наблюдение.

#### Введение в мир хореографического искусства

##### **Теория (4 часа)**

Темы:

- «Модерн-джаз танец и его основные направления»;
- «Афро - джаз. Истоки джаз - танца»;
- «Эстрадный танец. Становление и развитие эстрадного танца, как жанра хореографического искусства»;
- «Путешествие в Закулисье» («секреты» сцены, правила поведения на сценической площадке);
- «Путь к гармонии. Йога - древнейшая индийская оздоровительная система»;

Рассказы о ведущих исполнителях и постановщиках направления джаз-модерн танца:

- «Великая «босоножка». Жизнь и творчество Айседоры Дункан»;
- «Творчество К. Голейзовского».

Просмотр видеоматериала по современному танцу.

Собеседование.

#### Постановка корпуса

##### **Теория (1 час)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 1 году обучения.

Понятие:

- «поза коллапса» (своеобразное движение тела, когда нет напряжения и вытянутости вверх; тело свободно и расслаблено, его изгибы немного утрируются, колени согнуты, торс и голова чуть наклонены вперед).

Методические правила исполнения программных упражнений «поза коллапса».

Объяснение, комментируемый показ.

##### **Практика (2 часа)**

Разучивание и исполнение упражнений в соответствии с методическими правилами.

Отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

#### Isolation

##### **Теория (1 час)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 1 году обучения.

Понятия:

- «shimmy» - спиральное закручивание пелвиса;
- «твист»;
- «шейк».

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:  
для головы

- «sundari» вперед-назад, вправо-влево через центр и слитно;
- «крест»;
- «квадрат»;
- фиксированный полукруг;
- круг;

для плеч

- «твист» плеч;
- «шейк» плеч;
- полукруги и круги;

для грудной клетки

- движение вперед-назад;
- «твист»;
- «крест»;

для бедер

- движение вперед-назад;
- «крест»;
- «shimmy» - спиральное закручивание бедер вправо-влево;
- диагональное движение из стороны в сторону, через центр и слитно;

для рук

- «полуволны», с остановкой в частях сгиба рук.

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (5 часов)**

Разучивание и исполнение упражнений в соответствии с методическими правилами.

Отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Координация**

#### **Теория (1 час)**

Понятия:

- «координация»;
- «координация изолированных центров».

Методические правила исполнения программных упражнений:

- «два центра в одновременном параллельном движении».

Объяснение, комментируемый показ.

#### **Практика (3 часа)**

Разучивание и исполнение упражнений в соответствии с методическими правилами.

Усложнение и отработка чистоты движений.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Упражнения для ног**

#### **Теория (1 час)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 1 году обучения.

Понятия:

- «grand plie»;
- «battement tendu jete»;
- «rond de jamb par terre»;
- «releve lent»;

- «grand battement jete»;
- «sur le cou-de-pied»;
- «kick».

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- «demi» и «grand plie» по 6, 1, 2 позициям;
- «battement tendu» и «battement tendu jete» по 6 позиции;
- «rond de jamb par terre» по точкам и слитно в 6 позиции;
- подготовка к «battement fondu»;
- «relevelent» на 25, 45 и 90 градусов;
- «grand battement jete»;
- «kick»;
- положение ноги «sur le cou-de-pied» спереди и сзади.

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (9 часов)**

Исполнение упражнений в соответствии с методическими правилами. Отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

#### **Упражнения для позвоночника**

### **Теория (1 час)**

Понятия:

- «flat back» (плоская спина);
- «table top» (поверхность стола);
- поза «собаки».

Методические правила исполнения программных упражнений:

- наклоны торса вперед-назад, вправо-влево;
- «flat back»;
- «table top»;
- поза «собаки»;
- «contraction»;
- «release»;
- «high release».

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (4 часа)**

Разучивание и исполнение упражнений в соответствии с методическими правилами.

Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

#### **Par terre и Stretch**

### **Теория (1 час)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 1 году обучения.

Методические правила исполнения программных упражнений:

- сидя на полу в позициях:
  1. ноги вместе вытянуты вперед;
  2. ноги разведены в стороны;
  3. 4 позиция ног;
  4. ноги согнуты в коленях, одна стопа перед другой, колени согнуты и соединены;
- стоя на полу на коленях;
- с опорой на руки - растягиваются ноги в различных направлениях;
- лежа (спина, живот, бок).

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (4 часа)**

Разучивание и исполнение упражнений в соответствии с методическими правилами.  
Усложнение и отработка чистоты исполнения.  
Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Walks (ходы)**

#### **Теория (1 час)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 1 году обучения.

Закрепление понятия «flat step».

Понятие:

- «верблюжья ходьба»;
- «латинская ходьба».

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- «шаги - примитива»;
- «верблюжья ходьба»;
- «латинская ходьба»;
- шаг из танца «Ча-ча-ча»;
- припадания, упадания;
- шаг «гармошка».

Объяснение, комментируемый показ.

#### **Практика (5 часов)**

Разучивание и исполнение упражнений в соответствии с методическими правилами.  
Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Jumps (прыжки)**

#### **Теория (1 час)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 1 году обучения.

Понятия:

- «temps leve sauté»;
- «pas echappe»;
- «sissonne simple»;
- «temps live».

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- «temps leve sauté» по 1, 2, 6 позициям;
- «pas echappe» из 6 позиции на 2 позицию;
- «sissonne simple»;
- прыжок с раскрытием ног в стороны и приземлением в 6 позицию;
- «temps live» на одной ноге;
- трамплинные прыжки по 6 позиции;
- прыжки с поджатыми ногами.

Объяснение, комментируемый показ.

#### **Практика (5 часов)**

Разучивание и исполнение упражнений в соответствии с методическими правилами.  
Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Вращения**

#### **Теория (1 час)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 1 году обучения.

Понятия:

- «tour» - поворот;

- «tour chaine».

Методические правила выполнения программных упражнений:

- подготовка к «tour»;
- повороты на двух ногах;
- подготовка к «tour chaine».

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (3 часа)**

Разучивание и выполнение упражнений в соответствии с методическими правилами.

Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Блюз**

#### **Теория (1 час)**

Повторение методических правил выполнения упражнений, изученных на 1 году обучения.

Закрепление понятия «port de bras».

Правила выполнения хореографических импровизаций на заданные темы.

Методические правила выполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- «port de bras» 1, 3;
- несложные комбинации в медленном темпе;
- танцевальные этюды.

Объяснение, комментируемый показ.

#### **Практика (10 часов)**

Разучивание и выполнение упражнений, несложных комбинаций и этюдов в соответствии с методическими правилами. Отработка чистоты исполнения.

Хореографические импровизации на заданную тему и музыку с использованием разученных движений модерн-джаз танца.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Концертная деятельность**

#### **Практика (4 часа)**

Концертные выступления на мероприятиях ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия».

Балетный спектакль - промежуточная диагностика.

Отчетный концерт - промежуточная диагностика.

Наблюдение.

### **Заключительное занятие**

#### **Теория (1 час)**

Повторение основных правил выполнения упражнений, изученных на втором году обучения (по всем программным разделам).

#### **Практика (1 час)**

Повторение разученных танцевальных движений, упражнений и учебных хореографических композиций.

Собеседование по пройденным темам, наблюдение.

## **Учебный план**

### **II этап**

#### *Базовый*

### **3 год обучения**

№	Тема	Теория	Практика	Количество часов	Форма контроля
1	Вводное занятие	1	1	2	Входная диагностика Наблюдение Собеседование
2	Введение в мир хореографического искусства	4	-	4	Собеседование по изученным темам

3	Isolation	1	5	6	Наблюдение Собеседование Обсуждение
4	Координация	1	3	4	Наблюдение Собеседование Обсуждение
5	Упражнения для ног	1	10	11	Наблюдение Собеседование Обсуждение
6	Упражнения для позвоночника	1	5	6	Наблюдение Собеседование Обсуждение
7	Par terre stretch	1	5	6	Наблюдение Собеседование Обсуждение
8	Walks	1	5	6	Наблюдение Собеседование Обсуждение
9	Jumps	1	5	6	Наблюдение Собеседование Обсуждение
10	Вращения	1	3	4	Наблюдение Собеседование Обсуждение
11	Блюз	1	10	11	Наблюдение Собеседование Обсуждение
12	Концертная деятельность	-	4	4	Наблюдение Промежуточная диагностика (балетный спектакль, отчетный концерт)
13	Заключительное занятие	1	1	2	Наблюдение Собеседование
<b>Всего</b>		15	57	72	

## Содержание программы

### II этап

#### Базовый

#### Третий год обучения

#### Вводное занятие

##### Теория (1 час)

Повторение правил поведения и гигиены на занятиях хореографии.

Инструктаж по охране труда и пожарной безопасности на занятиях.

Инструктаж по технике безопасности во время занятий современным танцем.

Повторение правил исполнения движений, изученных на втором году обучения.

Цели и задачи 3-го года обучения.

План работы на учебный год.

Режим занятий.

##### Практика (1 час)

Исполнение в соответствии с методическими правилами движений, изученных на втором году обучения. Импровизации под музыку с целью создания пластического образа с использованием разученных движений модерн-джаз танца. Обсуждение, анализ, самоанализ. Входная диагностика, собеседование, наблюдение.

#### Введение в мир хореографического искусства

##### Теория (4 часа)

Темы:

- «Модерн-джаз танец как вид искусства»;

- «История происхождения танцев «Charleston», «Lindy Hop», «Бугги-Вугги», «Джайв», «Рок-н-ролл», «Disco»;

- «Фольклор. Традиции, обряды и обычаи русского народа»;

- «Народы Севера. Саами: эпос, обряды и обычаи коренных жителей Кольского полуострова»;

- «Роль музыки в хореографии».

Рассказ о ведущих исполнителях и постановщиках направления модерн - джаз танца:

- «Марта Грэхем - создательница американского танца модерн»;

- «Знакомство с творчеством Мориса Бежара».

Просмотр видеоматериалов. Балеты выдающихся хореографов нашего времени, выполненных в жанре модерн-джаз танца.

Собеседование.

### **Isolation**

#### **Теория (1 час)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 2 году обучения.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

*для головы*

- фиксированный полукруг параллельно полу;

- круг - параллельно полу;

- «sundari» - крест;

- «полуволна»;

*для плеч*

- «крест»;

- квадрат;

- «твист» плеч;

- «шейк» плеч;

*для грудной клетки*

- квадрат;

- полукруги;

*для бедер*

- квадрат;

- полукруги;

*для рук*

- «полуволны» (в раздельном движении).

Объяснение, комментируемый показ.

#### **Практика (5 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами.

Отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Координация**

#### **Теория (1 час)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 2 году обучения.

Закрепление понятий:

- «координация»;

- «координация изолированных центров»;

- «два центра в одновременном параллельном движении».

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

– координация изолированных центров: два центра в одновременном параллельном движении.

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (3 часа)**

Исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

#### **Упражнения для ног**

### **Теория (1 час)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 2 году обучения.

Понятия:

- «passe par terre»;
- «battement tendu pour le pied»;
- «battement frappe»;
- «battement soutenu»;
- «battement retire»;
- «battement developpe».

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- «prance»;
- «battement tendu» из 1 позиции;
- «battement tendu demi plie» в 1 позиции;
- «passé par terre» из 1 позиции вперед и назад;
- «rond de jamb par terre en dehors» и «en dedans» в аут-позиции;
- «battement tendu pour le pied»;
- «battement tendu jete» со сгибом подъема работающей ноги на высоте 25 градусов;
- «battement fondu» (джазовый) носком в пол;
- «battement frappe»;
- «battement soutenu» носком работающей ноги в пол;
- «rond de jambe» на воздух по точкам в 6 позиции;
- «battement retire»;
- «battement developpe».

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (10 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

#### **Упражнения для позвоночника**

### **Теория (1 час)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 2 году обучения.

Понятия:

- «deep body bend» - глубокий наклон вперед;
- «side stretch» - наклон в сторону;
- «curve» – загиб верхней части позвоночника вперед или в сторону;
- «arch» – арка;
- «roll down» - закручивание торса вниз;
- «roll up» - подъем и раскручивание позвоночника снизу вверх.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- «deep body bend»;

- «side stretch»;
- «curve»;
- «arch»;
- «твист» плеч (движение начинается с закручивания плеч, за которыми поворачивается торс, изменяя плоскость своего расположения);
- «roll down» и «roll up».

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (5 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

#### **Par terre и stretch**

### **Теория (1 час)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 2 году обучения.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- изоляция центров;
- растяжки для мышц ног, спины, боков;
- стоя на одном колене, другая нога открыта в любом из направлений;
- джазовый шпагат.

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (5 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

#### **Walks**

### **Теория (1 час)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 2 году обучения.

Понятия:

- «pas»;
- «pas de bourree»;
- «pas de bourree sougu»;
- «pas balance».

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- «pas de bourree» с переменной ног;
- «pas de bourree sougu»;
- шаги в джаз-модерн манере;
- передвижения, в пространстве используя шаги и бег;
- танцевальный шаг;
- «pas balance en face»;
- «pas» польки.

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (5 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

#### **Jumps**

### **Теория (1 час)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 2 году обучения.

Понятия:

- «changement de pied»;
- «pas assemble»;
- «pas jete»;
- «pas glissade».

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- «changement de pied»;
- «pas assemble» в сторону;
- «pas jete» в сторону;
- «pas glissade» в сторону;
- трамплинные прыжки с различными положениями корпуса.

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (5 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Вращения**

#### **Теория (1 час)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 2 году обучения.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- подготовка к «tours» на месте;
- подготовка к «tour chaine»;
- повороты из стороны в сторону.

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (3 часа)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Блюз**

#### **Теория (1 час)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 2 году обучения.

Понятия:

- «epaulement croise»;
- «epaulement efface»;
- «arabesques»;

Правила исполнения танцевальных движений в комбинациях и этюдах на заданные темы.

Правила исполнения танцевальных движений в импровизациях.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- «port de bras» 1, 3;
- «epaulement croise»;
- «epaulement efface»;
- «arabesques»: 1, 2, 3;
- танцевальные комбинации;
- танцевальные этюды.

Обсуждение, анализ, самоанализ.

### **Практика (10 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений, упражнений, комбинаций и этюдов в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Хореографические импровизации на заданную тему и музыку с использованием разученных движений модерн-джаз танца.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Концертная деятельность**

#### **Практика (4 часа)**

Выступления на мероприятиях ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия».

Балетный спектакль - промежуточная диагностика.

Отчетный концерт - промежуточная диагностика.

Наблюдение.

#### **Заключительное занятие**

#### **Теория (1 час)**

Повторение основных правил исполнения упражнений, изученных на третьем году обучения (по всем программным разделам).

#### **Практика (1 час)**

Повторение разученных танцевальных движений, упражнений и учебных хореографических композиций.

Собеседование по пройденным темам, наблюдение.

## **Учебный план**

### **II этап**

#### *Базовый*

### **4 год обучения**

<b>№</b>	<b>Тема</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Форма контроля</b>
1	Вводное занятие	1	1	2	Входная диагностика Наблюдение Собеседование
2	Введение в мир хореографического искусства	4	-	4	Собеседование по изученным темам
3	Isolation	1	5	6	Наблюдение Собеседование Обсуждение
4	Координация	1	3	4	Наблюдение Собеседование Обсуждение
5	Упражнения для ног	1	9	10	Наблюдение Собеседование Обсуждение
6	Упражнения для позвоночника	1	5	6	Наблюдение Собеседование Обсуждение
7	Par terre и stretch	1	5	6	Наблюдение Собеседование Обсуждение
8	Walks	1	5	6	Наблюдение Собеседование Обсуждение
9	Jumps	1	5	6	Наблюдение Собеседование Обсуждение
10	Вращения	1	3	4	Наблюдение Собеседование Обсуждение
11	Блюз	1	11	12	Наблюдение Собеседование Обсуждение
12	Концертная деятельность		4	4	Наблюдение Промежуточная

					диагностика (балетный спектакль, отчетный концерт)
13	Заключительное занятие	1	1	2	Наблюдение Собеседование
<b>Всего</b>		15	57	72	

## Содержание программы

### II этап

#### Базовый

### Четвертый год обучения

#### Вводное занятие

##### Теория (1 час)

Повторение правил поведения и гигиены на занятиях хореографии.

Инструктаж по охране труда и пожарной безопасности на занятиях.

Инструктаж по технике безопасности во время занятий современным танцем.

Повторение правил исполнения движений, изученных на третьем году обучения.

Цели и задачи 4-го года обучения.

План работы на учебный год.

Режим занятий.

##### Практика (1 час)

Исполнение в соответствии с методическими правилами движений, изученных на третьем году обучения. Импровизации под музыку с целью создания пластического образа с использованием разученных движений модерн-джаз танца.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

#### Введение в мир хореографического искусства

##### Теория (4 часа)

Темы:

- «Красота и выразительность русского народного танца»;
- «Многообразие народно-сценического танца»;

Рассказ о ведущих исполнителях и постановщиках направления модерн-джаз танца:

- «Жизнь и творчество Игоря Моисеева»;

Просмотр видеоматериалов. Балеты выдающихся хореографов нашего времени, выполненных в жанре модерн-джаз танца. Новые направления современного танца.

Собеседование.

#### Isolation

##### Теория (1 час)

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 3 году обучения.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

*для головы*

- «sundari» - крест, квадрат, круг;
- свинговый полукруг;
- разбитый крест через центр;

*для плеч*

- «восьмерка»;

*для грудной клетки*

- круги;
- разбитый крест через центр;

*для бедер*

- круги;
- полукруг одним бедром;

- разбитый крест через центр;  
для рук
- «полуволны» (в слитном движении).

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (5 часов)**

Исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Координация**

#### **Теория (1 час)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 3 году обучения.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- координация изолированных центров. Три центра в одновременном параллельном движении.

Объяснение, комментируемый показ.

#### **Практика (3 часа)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Упражнения для ног**

#### **Теория (1 час)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 3 году обучения.

Понятия:

- «pique»;
- «double»;
- «pointe»;
- «temps releve».

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- «battement tendu jete pique»;
- «rond de jamb par terre en dehors и en dedans» на «plie»;
- «battement soutenu» на 45 градусов;
- «battement fondu» на 45 градусов;
- «grand battement jete pointe»;
- «port de bras» изучается с «plie» на опорной ноге (растяжка);
- «temps releve en de hors и en dedans»;
- полуповорот в 5 позиции на полупальцах.

Объяснение, комментируемый показ.

#### **Практика (9 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Упражнения для позвоночника**

#### **Теория (1 час)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 3 году обучения.

Понятия:

- «body roll» - «волны»;
- «tilt» - угол.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- спирали;
- «body roll» простые, обратные, боковые;
- «tilt».

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (5 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

#### **Par terre и stretch**

### **Теория (1 час)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 3 году обучения.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- сидя на одном бедре (колено опорной ноги согнуто, тяжесть корпуса переносится с ягодич на бедро, свободная нога открыта назад или в сторону и оторвана от пола).
- контактный par terre;
- контактные растяжки;

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (5 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

#### **Walks**

### **Теория (1 час)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 3 году обучения.

Понятия:

- «pas de bourge suivi».

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- американский шаг;
- «pas de bourge suivi»;
- «pas balance» сценической формы с поворотом на  $\frac{1}{4}$  круга;
- «pas de bourgee» без перемены ног с продвижением из стороны в сторону.

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (5 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

#### **Jumps**

### **Теория (1 час)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 3 году обучения.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- «grand changement de pied»;
- «petit changement de pied»;
- «pas glissade» вперед и назад;
- «pas assemble» вперед и назад;
- «pas jete» вперед и назад;
- «pas echarpe» на 2 позицию.

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (5 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.  
Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Вращения**

#### **Теория (1 час)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 3 году обучения.

Понятие:

- «tour soutenu».

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- «tour soutenu»;
- «tour chaine»;
- «tour» по 6 позиции;

Объяснение, комментируемый показ.

#### **Практика (3 часа)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами.

Отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Блюз**

#### **Теория (1 час)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 3 году обучения.

Понятия:

- «temps lie par terre»;
- «adajio».

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- маленькие позы «croisee», «efface», «ecartee»;
- «arabesque» носком в пол;
- «temps lie par terre»;
- «port de bras» 2;
- элементы «adajio»;
- танцевальные комбинации;
- этюды.

Объяснение, комментируемый показ.

#### **Практика (11 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Создание танцевальных комбинаций и этюдов на основе изученных движений. Импровизации под музыку с целью создания простых пластических образов с использованием разученных движений модерн-джаз танца.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Концертная деятельность**

#### **Практика (4 часа)**

Концертные выступления на мероприятиях ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия».

Балетный спектакль - промежуточная диагностика.

Отчетный концерт - промежуточная диагностика.

Наблюдение.

### **Заключительное занятие**

#### **Теория (1 час)**

Повторение основных правил исполнения упражнений, изученных на четвертом году обучения (по всем программным разделам).

**Практика (1 час)**

Повторение разученных танцевальных движений, упражнений и учебных хореографических композиций.

Собеседование по пройденным темам, наблюдение.

**Учебный план****II этап***Базовый***5 год обучения**

№	Тема	Теория	Практика	Количество часов	Форма контроля
1	Вводное занятие	1	1	2	Входная диагностика Собеседование Наблюдение
2	Введение в мир хореографического искусства	6	-	6	Собеседование по изученным темам
3	Isolation	1	9	10	Наблюдение Собеседование Обсуждение
4	Координация	2	8	10	Наблюдение Собеседование Обсуждение
5	Упражнения для ног	3	15	18	Наблюдение Собеседование Обсуждение
6	Упражнения для позвоночника	2	8	10	Наблюдение Собеседование Обсуждение
7	Par terre и уровни танцевания	2	10	12	Наблюдение Собеседование Обсуждение
8	Walks	2	10	12	Наблюдение Собеседование Обсуждение
9	Jumps	2	10	12	Наблюдение Собеседование Обсуждение
10	Вращения	2	10	12	Наблюдение Собеседование Обсуждение
11	Блюз и импровизация	2	16	18	Наблюдение Собеседование Обсуждение Самостоятельная работа
12	Концертная деятельность		20	20	Наблюдение Промежуточная диагностика (балетный спектакль, отчетный концерт)
13	Заключительное занятие	1	1	2	Наблюдение Собеседование
<b>Всего</b>		26	118	144	

**Содержание программы**  
**II этап**  
*Базовый*  
**Пятый год обучения**

**Вводное занятие**

**Теория (1 час)**

Повторение правил поведения и гигиены на занятиях хореографии.  
 Инструктаж по охране труда и пожарной безопасности на занятиях.  
 Инструктаж по технике безопасности во время занятий современным танцем.  
 Повторение правил исполнения движений, изученных на четвертом году обучения.  
 Цели и задачи 5-го года обучения.  
 План работы на учебный год.  
 Режим занятий.

**Практика (1 час)**

Исполнение в соответствии с методическими правилами движений, изученных на четвертом году обучения. Импровизации под музыку с целью создания пластического образа с использованием разученных движений модерн-джаз танца.  
 Входная диагностика, собеседование, наблюдение.

**Введение в мир хореографического искусства**

**Теория (6 часов)**

Темы:

- «История происхождения танцев «Jazz-Street», «Flash», «Hot top-techno», «Степ»;
- «Современный танцевальный костюм».

Рассказ о ведущих исполнителях и постановщиках направления джаз-модерн танца:

- «Танец, наполненный жизнью. Творчество Н. Дуато».

Просмотр видеоматериалов. Балеты выдающихся хореографов нашего времени, выполненных в жанре модерн-джаз танца. Новые направления современного танца.

Собеседование.

**Isolation**

**Теория (1 час)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 4 году обучения.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:  
*для головы*

- разбитый крест слитно;

*для плеч*

- мелкий параллельный твист;

*для грудной клетки*

- разбитый крест слитно;
- мелкие круговращательные движения;

*для бедер*

- разбитый крест слитно;
- мелкие круговращательные движения;

*для рук*

- «волны».

Объяснение, комментируемый показ.

**Практика (9 часов)**

Исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

## **Координация**

### **Теория (2 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 4 году обучения.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

– управление, когда один центр через импульс приводит в движение другой центр, «цепочка».

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (8 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

#### **Упражнения для ног**

### **Теория (3 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 4 году обучения.

Понятия:

- «en l'air»;
- «tombe»;
- «pas coupe».

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- ранее изученные упражнения для ног исполняются на полупальцах;
- «battement tendu» из 5 позиции;
- «rond de jamb en l'air en de hors и en dedans»;
- «battement double frappe»;
- «plie releve» на всей стопе опорной ноги, по мере усвоения – на полупальцах;
- «demi rond de jambe en dehors и en dedans» 45 градусов;
- «battement fondu tombe» вперед и назад;
- «pas coupe»;
- «demi rond de jamb» из позы в позу;
- «battement releve lent» на 90 градусов и «battement developpe» на 90 градусов во всех направлениях.

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (15 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

#### **Упражнения для позвоночника**

### **Теория (2 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 4 году обучения.

Понятие:

- «body roll» - «полуволны» и «волны».

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- «body roll» простые, боковые с продвижением в сторону.

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (8 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Par terre и уровни танцевания**

#### **Теория (2 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 4 году обучения.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- растяжки для мышц ног, корпуса;
- переход через все уровни: стоя, колени, сидя, лежа и обратно.

Объяснение, комментируемый показ.

#### **Практика (10 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Walks**

#### **Теория (2 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 4 году обучения.

Понятия:

- «pas de basque»;
- «shasse».

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- мультипликация ранее изученных шагов;
- «pas de basque» сценической формы;
- «shasse»;
- джазовое «pas de bourree»;

Объяснение, комментируемый показ.

#### **Практика (10 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Jumps**

#### **Теория (2 час)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 4 году обучения.

Понятие:

- «petit pas de chat».

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- «temps leve sauté» по 4 позиции;
- «double assemble»;
- «petit pas de chat»;
- «pas jete» с продвижением во всех направлениях и в маленькие позы;
- «changement de pied en tournant» на 90 градусов.

Объяснение, комментируемый показ.

#### **Практика (10 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Вращения**

#### **Теория (2 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 4 году обучения.

Понятие:

- «preparation»;

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- повороты из стороны в сторону с различными положениями корпуса;
- «preparation» для «tours» со 2, 4, 5 позиций;
- «tour chaine»;
- трехшаговые повороты.

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (10 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Блюз и импровизация**

#### **Теория (2 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 4 году обучения.

Роль импровизации в создании хореографических образов.

Понятия:

- «ecartee».

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- «port de bras» 5;
- «temps lie par terre» с перегибом корпуса;
- «adajio» из пройденных поз на 90 градусов в сочетании с «demi rond de jamb» на 90 градусов, переходами из позы в позу, поворотами на полупальцах, танцевальными шагами, «port de bras», наклонами и перегибами корпуса;
- танцевальные комбинации;
- этюды.

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (16 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Создание танцевальных комбинаций и этюдов на основе изученных и самостоятельно придуманных движений. Свободные хореографические импровизации под музыку.

Обсуждение, собеседование, наблюдение, самостоятельная работа.

### **Концертная деятельность**

#### **Практика (20 часов)**

Концертные выступления на мероприятиях ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия».

Участив в конкурсах - фестивалях в сфере хореографических искусств.

Балетный спектакль - промежуточная диагностика.

Отчетный концерт - промежуточная диагностика.

Наблюдение.

### **Заключительное занятие**

#### **Теория (1 час)**

Повторение основных правил исполнения упражнений, изученных на пятом году обучения (по всем программным разделам).

#### **Практика (1 час)**

Повторение разученных танцевальных движений, упражнений и учебных хореографических композиций.

Собеседование по пройденным темам, наблюдение.

**Учебный план**  
**II этап**  
*Базовый*  
**6 год обучения**

№	Тема	Теория	Практика	Количество часов	Форма контроля
1	Вводное занятие	1	1	2	Входная диагностика Собеседование Наблюдение
2	Введение в мир хореографического искусства	6	-	6	Собеседование по изученным темам
3	Координация	2	10	12	Наблюдение Собеседование Обсуждение
4	Упражнения для ног	3	20	23	Наблюдение Собеседование Обсуждение
5	Упражнения для позвоночника	2	10	12	Наблюдение Собеседование Обсуждение
6	Parterre и уровни танцевания	2	10	12	Наблюдение Собеседование Обсуждение
7	Кросс	2	10	12	Наблюдение Собеседование Обсуждение
8	Jumps	2	10	12	Наблюдение Собеседование Обсуждение
9	Вращения	2	8	10	Наблюдение Собеседование Обсуждение
10	Блюз и импровизация	3	18	21	Наблюдение Собеседование Обсуждение Самостоятельная работа
11	Концертная деятельность	-	20	20	Наблюдение Выступления Промежуточная диагностика (балетный спектакль, отчетный концерт)
12	Заключительное занятие	1	1	2	Собеседование Наблюдение
<b>Всего</b>		26	118	144	

**Содержание программы**  
**II этап**  
*Базовый*  
**Шестой год обучения**

**Вводное занятие**

**Теория (1 час)**

Повторение правил поведения и гигиены на занятиях хореографии.

Инструктаж по охране труда и пожарной безопасности на занятиях.

Инструктаж по технике безопасности во время занятий современным танцем.

Повторение правил исполнения движений, изученных на пятом году обучения.

Цели и задачи 6-го года обучения.

План работы на учебный год.

Режим занятий.

### **Практика (1 час)**

Повторение движений, изученных на четвертом году обучения, в соответствии с методическими правилами. Импровизации под музыку с целью создания пластического образа с использованием разученных движений модерн-джаз танца.

Входная диагностика, собеседование, наблюдение.

### **Введение в мир хореографического искусства**

### **Теория (6 часов)**

Темы:

- «История происхождения танцев «Break dance», «Hip-hop»;
- «Балетмейстер. Особенности профессии»;
- «Танец и его роль в воспитании пластической культуры».

Рассказ о ведущих исполнителях и постановщиках:

– «Балетный академизм Мариуса Петипа». Балеты: «Жизель», «Спящая красавица», «Лебединое озеро» (просмотр и обсуждение видеозаписей).

Просмотр видеоматериалов с модерн-джаз постановками современных выдающихся хореографов.

Собеседование.

### **Координация**

### **Теория (2 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 5 году обучения.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

– координация четырех и более центров, т.е. одновременное движение всех центров тела, одновременный импульс.

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (10 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Упражнения для ног**

### **Теория (2 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 5 году обучения.

Понятия:

- «petit battement»;
- «lay out»;
- «attitude»;
- «en tournant».

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- ранее изученные упражнения для ног исполняются на полупальцах;
- «demi rond de jambe en dehors и en dedans» на 90 градусов;
- «battement double fondu»;
- «battement double fondu» с «tombe» вперед и назад;
- «petit battement»;
- джазовый «attitude»;
- «lay out»;
- «battement relevent» на 90 градусов и «battement developpe» на 90 градусов во всех направлениях и в большие позы: «croisee», «efface», «ecartee», «attitude croisee и efface», 1, 2, 3 «arabesques»;
- «grand rond de jamb» на 90 градусов;

– «en tournant» (с поворотом на 1/8 круга) «en dehors» и «en dedans» исполняют: «battement tendu» и «battement tendu jete», «rond de jamb par terre».

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (20 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

#### **Упражнения для позвоночника**

### **Теория (2 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 5 году обучения.

Понятие:

- «body roll» - «полуволны» и «волны».

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- усложненные спирали;
- «body roll» простые, обратные, боковые с продвижением вперед, в сторону, назад.

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (10 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

#### **Parterre и уровни танцевания**

### **Теория (2 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 5 году обучения.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- растяжки для мышц ног, корпуса;
- переход через все уровни: «стоя», «колени», «сидя», «лежа»;
- падения;
- подъемы.

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (10 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

#### **Кросс**

### **Теория (2 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 5 году обучения.

Понятия:

- «pas de bourree dessus - dessous»;
- «pas de bourree ballote».

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- продвижения, в пространстве используя шаги и бег;
- шаги в рок - манере;
- шаги в мюзикл - комедии - джаз манере;
- «pas de bourree dessus - dessous»;
- «pas de bourree ballote»;
- джазовое «pas de bourree»;
- «pas de basque» сценической формы с поворотом на ¼ круга.

Объяснение, комментируемый показ.

**Практика (10 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

**Jumps****Теория (2 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 5 году обучения.

Понятия:

- «sissonne ouverte»;
- «sissonne ferme»;

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- «pas de basque» вперед и назад;
- «sissonne ouverte» в сторону, вперед и назад;
- «sissonne ferme» вперед, в сторону и назад «en face»;
- «сценический sissonne»;
- «grand jete».

Объяснение, комментируемый показ.

**Практика (10 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

**Вращения****Теория (2 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 5 году обучения.

Понятия:

- «corkscrew».

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- полный поворот на полу пальцах;
- повороты из стороны в сторону с различными положениями корпуса.
- полуповорот на одной ноге с подменной ноги «en de hors» и «en de dans» без «полу пальцев» и с «полу пальцами»;
- «tours» со 2 позиции,
- «tours» 5 позиции;
- «corkscrew» повороты.

Объяснение, комментируемый показ.

**Практика (8 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

**Блюз и импровизация****Теория (3 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 5 году обучения.

Роль импровизации в создании хореографических образов.

Понятие:

- «ecartee».

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- «port de bras» 4;
- «temps lie par terre» с подъемом ноги на 90 градусов;

– «adagio» из пройденных поз на 90 градусов в сочетании с «demi» и «grand rond de jamb» на 90 градусов, переходами из позы в позу, поворотами на полупальцах, танцевальными шагами, «pas de bourree» различных видов, «pas glissade en face» и «entournant» на 180 градусов, «balance», «pas de basque», «port de bras», наклонами и перегибами корпуса;

- танцевальные комбинации;
- танцевальные этюды.

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (21 час)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Создание танцевальных комбинаций и этюдов на основе изученных и самостоятельно придуманных движений. Свободные хореографические импровизации под музыку.

Обсуждение, собеседование, наблюдение, самостоятельная работа.

### **Концертная деятельность**

#### **Практика (20 часов)**

Концертные выступления на мероприятиях ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия».

Участие в конкурсах - фестивалях в сфере хореографических искусств.

Балетный спектакль - промежуточная диагностика.

Отчетный концерт - промежуточная диагностика.

Наблюдение.

### **Заключительное занятие**

#### **Теория (1 час)**

Повторение основных правил исполнения упражнений, изученных на шестом году обучения (по всем программным разделам).

#### **Практика (1 час)**

Повторение разученных танцевальных движений, упражнений и учебных хореографических композиций.

Собеседование по пройденным темам, наблюдение.

## **Учебный план**

### **II этап**

#### *Базовый*

### **7 год обучения**

<b>№</b>	<b>Тема</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Форма контроля</b>
1	Вводное занятие	1	1	2	Входная диагностика Наблюдение Собеседование
2	Введение в мир хореографического искусства	6		6	Собеседование по изученным темам
3	Координация	2	8	10	Наблюдение Собеседование Обсуждение
4	Упражнения для ног	2	18	20	Наблюдение Собеседование Обсуждение
5	Упражнения для позвоночника	2	8	10	Наблюдение Собеседование Обсуждение
6	Parterre и уровни танцевания	2	14	16	Наблюдение Собеседование Обсуждение
7	Кросс	1	9	10	Наблюдение Собеседование

					Обсуждение
8	Jumps	2	10	12	Наблюдение Собеседование Обсуждение
9	Вращения	1	7	8	Наблюдение Собеседование Обсуждение
10	Блюз и импровизация	3	25	28	Наблюдение Собеседование Обсуждение Самостоятельная работа
11	Концертная деятельность	-	20	20	Наблюдение Выступления Промежуточная диагностика (балетный спектакль, отчетный концерт)
12	Заключительное занятие	1	1	2	Наблюдение Собеседование
<b>Всего</b>		23	121	144	

**Содержание программы**  
**II этап**  
*Базовый*  
**Седьмой год обучения**

**Вводное занятие**

**Теория (1 час)**

Повторение правил поведения и гигиены на занятиях хореографии.  
Инструктаж по охране труда и пожарной безопасности на занятиях.  
Инструктаж по технике безопасности во время занятий современным танцем.  
Повторение правил исполнения движений, изученных на шестом году обучения.  
Цели и задачи 7-го года обучения.  
План работы на учебный год.  
Режим занятий.

**Практика (1 час)**

Повторение движений, изученных на четвертом году обучения, в соответствии с методическими правилами. Импровизации под музыку с целью создания пластического образа с использованием разученных движений модерн-джаз танца.  
Входная диагностика, собеседование, наблюдение.

**Введение в мир хореографического искусства**

**Теория (6 часов)**

Темы:

- «История происхождения танцев «Funk», «Trance», «House», «R`n`B»;
- «Структура художественного произведения. Содержание и форма хореографического искусства»;
- «Ганец и его роль в воспитании пластической культуры».

Рассказ о ведущих исполнителях и постановщиках:

- «Современный взгляд и новаторство Матса Эка». Балеты: «Жизель», «Спящая красавица», «Лебединое озеро», «Кармен» (просмотр и обсуждение видеозаписей).
- Просмотр видеоматериалов с модерн-джаз постановками современных выдающихся хореографов.  
Собеседование.

## **Координация**

### **Теория (2 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 6 году обучения.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- координация изолированных центров: два центра в одновременном параллельном движении;
- координация изолированных центров. три центра в одновременном параллельном движении;
- координация четырех и более центров, т.е. одновременное движение всех центров тела, одновременный импульс.

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (8 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Упражнения для ног**

#### **Теория (2 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 6 году обучения.

Понятия:

- «petit battement»;
- «lay out»;
- «attitude»;
- «en tournant».

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- ранее изученные упражнения для ног исполняются на полупальцах;
- «battement double fondu»;
- «battement double fondu» с «tombe» вперед и назад;
- «petit battement»;
- джазовый «attitude»;
- «lay out»;
- «battement relevent» на 90 градусов и «battement developpe» на 90 градусов во всех направлениях и в большие позы: «croisee», «efface», «ecartee», «attitude croisee и efface», 1, 2, 3 «arabesques» и исполнении tourlent (турлян) - медленный поворот на полу, поворот на носке опорной с фиксирующим опусканием пятки на пол на 90°, 180°, 360°;
- «grand rond de jamb» на 90 градусов;
- «renverse»;
- «en tournant» (с поворотом на 1/4 круга) «en dehors» и «en dedans» исполняют: «battement tendu» и «battement tendu jete», «rond de jamb par terre».

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (18 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Упражнения для позвоночника**

#### **Теория (2 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 6 году обучения.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- усложненные спирали;

- «body roll» простые, обратные, боковые с продвижением вперед, в сторону, назад;
- «lester horton technique».

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (8 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

#### **Parterre и уровни танцевания**

### **Теория (2 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 6 году обучения.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- растяжки для мышц ног, корпуса;
- переход через все уровни: «стоя», «колени», «сидя», «лежа»;
- падения;
- подъемы;
- поза «зародыша»;
- поза «звезда»;
- перекаты;
- «grand battement» в положении лежа;
- «геликоптер».

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (14 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

#### **Кросс**

### **Теория (1 час)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 6 году обучения.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- продвижения, в пространстве используя шаги и бег;
- шаги в рок - манере;
- шаги в мюзикл - комедии - джаз манере;
- джазовое «pas de bourree» en dehors и en dedance;
- «pas de basque» сценической формы с поворотом на  $\frac{1}{4}$  круга.

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (9 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

#### **Jumps**

### **Теория (2 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 6 году обучения.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- «sissonne ouverte» в сторону, вперед и назад на 90;
- «sissonne ferme» вперед, в сторону и назад «enface»;
- «сценический sissonne» с различными положениями корпуса;
- «трамплинные прыжки» в продвижении;
- «grand jete» вперед, в сторону и назад.

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (10 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

#### **Вращения**

### **Теория (1 час)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 6 году обучения.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- полный поворот на полу пальцах;
- повороты из стороны в сторону с различными положениями корпуса;
- «tours» со 2 позиции;
- «tours» 5 позиции;
- «corkscrew» повороты.

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (7 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

#### **Блюз и импровизация**

### **Теория (3 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 6 году обучения.

Роль импровизации в создании хореографических образов.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- «temps lie par terre» с подъемом ноги на 90 градусов и выходом на полупальцы;
- «adajio» из пройденных поз на 90 градусов в сочетании с «demi» и «grand rond de jamb» на 90 градусов, переходами из позы в позу, поворотами на полупальцах, танцевальными шагами, «pas de bourree» различных видов, «pas glissade enface» и «en tournant» на 180 градусов, «balance», «pas de basque», «port de bras», наклонами и перегибами корпуса;
- танцевальные комбинации;
- танцевальные этюды;
- танцевальные композиции.

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (25 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Создание танцевальных комбинаций и этюдов на основе изученных и самостоятельно придуманных движений. Свободные хореографические импровизации под музыку.

Обсуждение, собеседование, наблюдение, самостоятельная работа.

#### **Концертная деятельность**

### **Практика (20 часов)**

Концертные выступления на мероприятиях ГАНУ МО «ЦО «Лапландия».

Участие в конкурсах - фестивалях в сфере хореографических искусств.

Балетный спектакль - промежуточная диагностика.

Отчетный концерт - промежуточная диагностика.

Наблюдение.

**Заключительное занятие****Теория (1 час)**

Повторение основных правил исполнения упражнений, изученных на седьмом году обучения (по всем программным разделам).

**Практика (1 час)**

Повторение разученных танцевальных движений, упражнений и учебных хореографических композиций.

Собеседование по пройденным темам, наблюдение.

**Учебный план****III этап***Продвинутый***8 год обучения**

№	Тема	Теория	Практика	Количество часов	Форма контроля
1	Вводное занятие	1	1	2	Входная диагностика Наблюдение Собеседование
2	Введение в мир хореографического искусства	4		4	Собеседование по изученным темам
3	Координация	2	8	10	Наблюдение Собеседование Обсуждение
4	Упражнения для ног	2	18	20	Наблюдение Собеседование Обсуждение
5	Упражнения для позвоночника	2	8	10	Наблюдение Собеседование Обсуждение
6	Раг terre и уровни танцевания	2	14	16	Наблюдение Собеседование Обсуждение
7	Кросс	1	9	10	Наблюдение Собеседование Обсуждение
8	Jumps	2	10	12	Наблюдение Собеседование Обсуждение
9	Вращения	1	8	9	Наблюдение Собеседование Обсуждение
10	Блюз и импровизация	3	21	24	Наблюдение Собеседование Обсуждение Самостоятельная работа
11	Концертная деятельность	-	25	25	Наблюдение Промежуточная диагностика (балетный спектакль, отчетный концерт)
12	Заключительное занятие	1	1	2	Наблюдение Собеседование
<b>Всего</b>		21	123	144	

**Содержание программы**  
**III этап**  
*Продвинутый*  
**Восьмой год обучения**

**Вводное занятие**

**Теория (1 час)**

Повторение правил поведения и гигиены на занятиях хореографии.  
 Инструктаж по охране труда и пожарной безопасности на занятиях.  
 Инструктаж по технике безопасности во время занятий современным танцем.  
 Повторение правил исполнения движений, изученных на седьмом году обучения.  
 Цели и задачи 8-го года обучения.  
 План работы на учебный год.  
 Режим занятий.

**Практика (1 час)**

Повторение движений, изученных на седьмом году обучения, в соответствии с методическими правилами. Импровизации под музыку с целью создания пластического образа с использованием разученных движений модерн-джаз танца.  
 Входная диагностика, наблюдение, собеседование.

**Введение в мир хореографического искусства**

**Теория (4 часа)**

Темы:

- «Танец и его роль в воспитании пластической культуры актера»;
- «Композиция и постановка танца»;
- «Этапы работы над постановкой сюжетного танца»;
- «Бродвейский театр»;
- «История создания и развития мюзикла».

Просмотр и обсуждение видеозаписей мюзиклов: «Кошки», «Вестсайдская история», «Чикаго», «Собор Парижской Богоматери», «Юнона и Авось» и др.  
 Собеседование.

**Координация**

**Теория (2 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 7 году обучения. Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- координация в оппозицию.

Объяснение, комментируемый показ.

**Практика (8 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Отработка чистоты исполнения.  
 Обсуждение, собеседование, наблюдение.

**Упражнения для ног**

**Теория (2 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 7 году обучения. Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- «battement fondu» с «plie releve» и «demi rond de jambe» во всех направлениях и во все позы вперед и назад;
- «grand rond de jamb developpe en dehors» и «en dedans»;
- «tombe» с полуповоротом «sur le cou-de-pied en dehors и en dedans»;
- «grand battement jete» с подъемом на полупальцы;
- «battement soutenu» на 90 градусов во всех направлениях и позах;

- «мягкий battements»;
- «battement developpe» с медленными поворотами «en dehors» и «en dedans» с ногой, вытянутой вперед и назад;
- ряд движений исполняется «entournant».

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (18 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

#### **Упражнения для позвоночника**

### **Теория (2 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 7 году обучения. Методические правила исполнения программных упражнений:

- для шейного отдела позвоночника;
- для грудного отдела позвоночника;
- для поясничного отдела позвоночника.

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (8 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

#### **Par terre и уровни танцевания**

### **Теория (2 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 7 году обучения. Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- растяжки для мышц ног, корпуса;
- переход через все уровни: стоя, колени, сидя, лежа и обратно;
- падения;
- подъемы;
- перекаты.

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (14 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

#### **Кросс**

### **Теория (1 час)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 7 году обучения.

Понятия:

- «slide» - скольжение;
- «rapid».

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- продвижения, в пространстве используя шаг, бег, прыжки и вращения;
- «лунная дорожка»;
- «slide»;
- кроссовые комбинации со сменой направления и по рисункам танца;
- продвижения в «rapid».

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (9 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Jumps**

#### **Теория (2 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 7 году обучения.

Понятия:

- «pas emboite»;
- «pas ballonne»;
- «battu»;
- «pas chasse».

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- «sissonne ouverte» в позах «croisee», «efface», «ecartee» на 45 градусов;
- «sissonne ferme» во всех направлениях и в маленькие позы;
- «pas echappe en tournant» на 90 градусов;
- «сценический sissonne»;
- «pas emboite» на 45 градусов с продвижением;
- «sissonne tombe»;
- «temps lie sauté»;
- «pas ballonne»;
- «pas echappe battu» со 2 позиции;
- «pas chasse»;
- «changement de pied en tournant» на 180 градусов.

Объяснение, комментируемый показ.

#### **Практика (10 часа)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Вращения**

#### **Теория (1 час)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 7 году обучения. Методические правилами исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- полный поворот на полупальцах;
- «tour» с 5 позиции;
- полуповорот с вытянутой ногой вперед и назад на 45 градусов;
- полуповорот с «plie releve» на полупальцы с ногой, вытянутой вперед и назад на 45 градусов;
- «tour» со 2 позиции;
- «tour» с 4 позиции;
- «tour» в воздухе.

Объяснение, комментируемый показ.

#### **Практика (8 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Блюз и импровизация**

#### **Теория (3 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 7 году обучения. Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- «grand temps lie»;
- «adajio» из пройденных поз на 90 градусов в сочетании с «demi и grand rond de jamb» на 90 градусов, переходами из позы в позу, поворотами на полупальцах, танцевальными шагами, «pas de bourree» различных видов, «pas glissade en face и en tournant» на 180 градусов, «balance», «pas de basque», «port de bras», наклонами и перегибами корпуса;
  - танцевальные комбинации;
  - танцевальные этюды;
  - импровизация.

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (25 часов)**

Исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Отработка чистоты исполнения. Создание танцевальных комбинаций и этюдов на основе изученных и самостоятельно придуманных движений. Свободные хореографические импровизации под музыку.

Обсуждение, собеседование, наблюдение, самостоятельная работа.

### **Концертная деятельность**

#### **Практика (8 часа)**

Концертные выступления на мероприятиях ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия».

Участие в конкурсах - фестивалях в сфере хореографических искусств.

Балетный спектакль - промежуточная диагностика.

Отчетный концерт - промежуточная диагностика.

Наблюдение.

### **Заключительное занятие**

#### **Теория (1 час)**

Повторение основных правил исполнения упражнений, изученных на восьмом году обучения (по всем программным разделам).

#### **Практика (1 час)**

Повторение разученных танцевальных движений, упражнений и учебных хореографических композиций.

Собеседование по пройденным темам, наблюдение.

## **Учебный план**

### **III этап**

### *Продвинутый*

### **9 год обучения**

<b>№</b>	<b>Тема</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Форма контроля</b>
1	Вводное занятие	1	1	2	Входная диагностика Наблюдение Собеседование
2	Введение в мир хореографического искусства	4	-	4	Собеседование по изученным темам
3	Координация	2	8	10	Наблюдение Собеседование Обсуждение
4	Упражнения для ног	2	20	22	Наблюдение Собеседование Обсуждение
5	Par terre и уровни танцевания	2	16	18	Наблюдение Собеседование Обсуждение
6	Jumps	2	14	16	Наблюдение Собеседование Обсуждение

7	Вращения	1	13	14	Наблюдение Собеседование Обсуждение
8	Блюз и импровизация	4	27	31	Наблюдение Собеседование Обсуждение Самостоятельная работа
9	Концертная деятельность	-	25	25	Наблюдение Выступления Промежуточная диагностика (балетный спектакль, отчетный концерт)
10	Заключительное занятие	1	1	2	Наблюдение Собеседование
<b>Всего</b>		19	125	144	

### Содержание программы

#### III этап

#### *Продвинутый*

#### Девятый год обучения

##### Вводное занятие

##### **Теория (1 час)**

Повторение правил поведения и гигиены на занятиях хореографии.

Инструктаж по охране труда и пожарной безопасности на занятиях.

Инструктаж по технике безопасности во время занятий современным танцем.

Повторение правил исполнения движений, изученных на восьмом году обучения.

Цели и задачи 9-го года обучения.

План работы на учебный год.

Режим занятий.

##### **Практика (1 час)**

Повторение движений, изученных на восьмом году обучения, в соответствии с методическими правилами. Импровизации под музыку с целью создания пластического образа с использованием разученных движений модерн-джаз танца.

Входная диагностика, собеседование, наблюдение.

##### **Введение в мир хореографического искусства**

##### **Теория (4 часа)**

Темы:

- «Варьете»;
- «Водевиль»;
- «Комическая опера».

Просмотр и обсуждение видеоматериалов с модерн-джаз постановками выдающихся хореографов нашего времени.

Собеседование.

##### **Координация**

##### **Теория (2 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 8 году обучения.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- полицентрия и полиритмия, усложнение ритмического рисунка и темпа.

Объяснение, комментируемый показ.

##### **Практика (8 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения движений.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Упражнения для ног**

#### **Теория (2 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 8 году обучения.

Понятия:

- «flic - flac»;
- «pas ballotte»;
- «fouette».

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- «battement fondu с plie releve и demi rond de jamb»;
- «grand rond de jamb developpe en dehors и en dedans», на полупальцах и из позы в позу;
- «tombe» с полуповоротом;
- «battement fondu» на 90 градусов;
- «battement developpe с plie releve»;
- «battement developpe с plie releve и demi rond de jamb»;
- «мягкие battements» в позах с подъемом на полупальцы;
- «flic - flac»;
- «battement battu»;
- «короткое balance» на уровне 90 градусов;
- «pas ballotte»;
- «developpe с plie releve» и поворотом;
- «grand temps releve»;
- «grand battement jete balance» вперед и назад;
- «developpe tombe» – во всех направлениях;
- «grand fouette».

Объяснение, комментируемый показ.

#### **Практика (20 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения движений.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Par terre и уровни танцевания**

#### **Теория (2 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 8 году обучения.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- растяжки для мышц ног, корпуса;
- переход через все уровни: стоя, колени, сидя, лежа и обратно;
- падения;
- подъемы;
- перекаты.

Объяснение, комментируемый показ.

#### **Практика (16 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения движений

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Jumps**

#### **Теория (2 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 8 году обучения.

Понятия:

- «royale»;
- «entrachats-quatres»;
- «brise».

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- «pas echappe en tournant»;
- «pas chasse» с приема «developpe tombe»;
- «grand assemble» с продвижением;
- «echappe battu»;
- «royale»;
- «entrachats-quatres»;
- «assemble battu»;
- «jete battu»;
- «brise»;
- «grand jete».

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (14 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения движений  
Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Вращения**

#### **Теория (1 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 8 году обучения.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- «preparation для tours с temps releve»;
- подготовительное упражнение к «tours» со 2 позиции на 90 градусов;
- подготовительное упражнение к «tours» с 4 позиции на 90 градусов;
- подготовительное упражнение к «tours» в больших позах с «port de bras preparation»;
- «tour» в больших позах;
- повороты на одной ноге;
- повороты по кругу вокруг воображаемой оси;
- повороты на различных уровнях;
- лабильные вращения.

Объяснение, комментируемый показ.

### **Практика (13 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения движений  
Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Блюз и импровизация**

#### **Теория (4 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 8 году обучения.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- «6 port de bras preparation»;
- «temps lie» на 90 градусов с переходом на полупальцы;
- «temps lie par terre с tour»;
- «tourlent» в больших позах;
- «adajio» из пройденных поз на 90 градусов в сочетании с «demi» и «grand rond de jamb» на 90 градусов, переходами из позы в позу, поворотами на полупальцах, танцевальными шагами, «pas de bourree» различных видов, «pas glissade en face» и «en

tournant» на 180 градусов, «balance», «pas de basque», «port de bras», наклонами и перегибами корпуса;

- танцевальные комбинации;
- танцевальные этюды;
- импровизация.

Объяснение, комментируемый показ.

#### **Практика (27 часов)**

Исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Отработка чистоты исполнения движений. Создание сложных танцевальных комбинаций и этюдов на основе изученных и самостоятельно придуманных движений. Свободные хореографические импровизации под музыку.

Обсуждение, собеседование, наблюдение, самостоятельная работа.

#### **Концертная деятельность**

#### **Практика (25 часов)**

Концертные выступления на мероприятиях ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия».

Участие в конкурсах - фестивалях в сфере хореографических искусств.

Балетный спектакль - промежуточная диагностика.

Отчетный концерт - промежуточная диагностика.

Наблюдение.

#### **Заключительное занятие**

#### **Теория (1 час)**

Повторение основных правил исполнения упражнений, изученных на втором году обучения (по всем программным разделам).

#### **Практика (1 час)**

Повторение разученных танцевальных движений, упражнений и учебных хореографических композиций.

Собеседование по пройденным темам, наблюдение.

### **Учебный план**

#### **III этап**

#### *Продвинутый*

#### **10 год обучения**

№	Тема	Теория	Практика	Количество часов	Форма контроля
1	Вводное занятие	1	1	2	Входная диагностика Наблюдение Собеседование
2	Введение в мир хореографического искусства	4	-	4	Собеседование по изученным темам
3	Координация	1	9	10	Наблюдение Собеседование Обсуждение
4	Упражнения для ног	2	18	20	Наблюдение Собеседование Обсуждение
5	Par terre и уровни танцевания	2	18	20	Наблюдение Собеседование Обсуждение
6	Jumps	1	11	12	Наблюдение Собеседование Обсуждение
7	Вращения	1	9	10	Наблюдение Собеседование Обсуждение
8	Блюз и импровизация	5	34	39	Наблюдение Собеседование

					Обсуждение Самостоятельная работа
9	Концертная деятельность*	-	25	25	Наблюдение Выступления Промежуточная диагностика (балетный спектакль), аттестация на завершающем этапе реализации программы (отчетный концерт)
10	Заключительное занятие	1	1	2	Наблюдение Собеседование
<b>Всего</b>		18	126	144	

**Содержание программы**  
**III этап**  
*Продвинутый*  
**Десятый год обучения**

**Вводное занятие**

**Теория (1 час)**

Повторение правил поведения и гигиены на занятиях хореографии.  
Инструктаж по охране труда и пожарной безопасности на занятиях.  
Инструктаж по технике безопасности во время занятий современным танцем.  
Повторение правил исполнения движений, изученных на девятом году обучения.  
Цели и задачи 10-го года обучения.  
План работы на учебный год.  
Режим занятий.

**Практика (1 час)**

Повторение движений, изученных на девятом году обучения, в соответствии с методическими правилами. Импровизации под музыку с целью создания пластического образа с использованием разученных движений модерн-джаз танца.  
Входная диагностика, собеседование, наблюдение.

**Введение в мир хореографического искусства**

**Теория (4 часа)**

Темы:

- «Оперетта»;
- «Музыкальный фильм»;
- «Мюзик-холл»;
- «Весь этот джаз».

Просмотр и обсуждение видеоматериалов с модерн-джаз постановками выдающихся хореографов нашего времени.

Собеседование.

**Координация**

**Теория (1 час)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 9 году обучения.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- координация двумя способами: импульсом и принципом управления;
- «опозиционный крест», усложнение ритмического рисунка и темпа;
- параллельное движение центров, усложнение ритмического рисунка и темпа;
- полицентрия и полиритмия, усложнение ритмического рисунка и темпа.

Объяснение, комментируемый показ.

**Практика (9 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с

методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения движений. Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Упражнения для ног**

#### **Теория (2 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 9 году обучения.

Понятия:

- «flic - flac» (средний battement).

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- «demi» и «grand plie» по параллельным и аут - позициям с усложнением ритмического рисунка и темпа, с изменением динамики исполнения, а также с сочетанием с движениями торса, и координация с движениями изолированных центров, с изменениями позиций рук;

- «battement tendu» и «battement tendu jete». Исполняется по параллельным и аут - позициям с усложнением ритмического рисунка и темпа, с изменением динамики исполнения. Возможно исполнение этих движений в сочетании с сокращенной стопой. Возможна координация с движениями других изолированных центров. Особенно эффективна координация с руками;

- «rond de jambe par terre» по параллельным и аут - позициям с усложнением ритмического рисунка и темпа, с изменением динамики исполнения, а также с сочетания с движениями торса, и координация с движениями изолированных центров, с изменениями позиций рук;

- «battement fondu на 90 градусов с plie releve и demi- и grand rond de jamb»;

- «grand rond de jamb developpe en dehors и en dedans», на полупальцах и из позы в позу с усложнением ритмического рисунка и темпа;

- «battement develop с plie releve и demi- и grand rond de jamb» с усложнением ритмического рисунка и темпа;

- «мягкие battements» в позах с подъемом на полупальцы;

- «короткое balance» на уровне 90 градусов;

- «pas ballote»;

- «developpe с plie releve» и поворотом;

- «grand temps releve»;

- «grand battement jete balance» вперед и назад;

- «flic - flac».

Объяснение, комментируемый показ.

#### **Практика (18 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения движений.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Par terre и уровни танцевания**

#### **Теория (2 часа)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 9 году обучения.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- растяжки для мышц ног, корпуса;

- техника «Flying low»;

- техника «Release».

Объяснение, комментируемый показ.

#### **Практика (18 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения движений

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Jumps**

#### **Теория (1 час)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 9 году обучения.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- трансформация прыжков «temps leve sauté», «changement de pied», «pas echappe», «pas assemble», «sissonne simple», «pas jete»;
- исполнить по параллельным позициям;
- начать из выворотной позиции, а во время приземления перевести стопы в параллельную позицию;
- во время прыжка согнуть колени, голень завести назад и пятками коснуться ягодиц;
- согнуть одну ногу во время прыжка в положении “ у колена”;
- исполнить contraction в центре торса во время прыжка;
- при взлете исполнить arch торса;
- при взлете использовать боковые наклоны торса;
- согнуть оба колена и соединить стопы (“лягушка”);
- развести прямые ноги в стороны (“разножка”);
- согнуть колени и прижать их к груди.

Объяснение, комментируемый показ.

#### **Практика (11 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения движений.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

### **Вращения**

#### **Теория (1 час)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 9 году обучения.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

1. Упражнения LEGATO с поворотами:
  - поворот «en dehors sur le cou de pied» из 2-й, 4-й, 5-й;
  - поворот «en dehors sur le cou de pied a tire - bouchon»;
  - поворот «en dehors с подготовкой echappe» во 2-й, 4-й;
  - поворот «renverseen dehors»;
  - поворот «en dehors в позе attitude»;
  - поворот «en dehors в первом arabesque».
2. Упражнения LEGATO с поворотами для исполнения по диагонали:
  - поворот в «arabesque»;
  - «pas de bouree» с поворотом;
  - «renverse»;
  - «tours chene»;
  - «tours piques»;
  - «emboite» в повороте.

Объяснение, комментируемый показ.

**Практика (9 часов)**

Разучивание и исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Усложнение и отработка чистоты исполнения движений. Обсуждение, собеседование, наблюдение.

**Блюз и импровизация****Теория (5 часов)**

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 9 году обучения.

Методические правила исполнения программных танцевальных движений и упражнений:

- танцевальные комбинации с изменением динамики исполнения, усложнением ритмического рисунка и темпа;
- комбинации, включающие в себя пройденный материал;
- танцевальные этюды на основе пройденного материала;
- хореографические композиции на основе пройденного материала;
- хореографическая импровизация на заданную музыку;
- хореографическая импровизация на музыкальный материал по выбору учащихся;
- хореографические композиции созданные учащимися.

Объяснение, комментируемый показ.

**Практика (34 часа)**

Исполнение танцевальных движений и упражнений в соответствии с методическими правилами. Отработка чистоты исполнения движений. Создание сложных танцевальных комбинаций и этюдов на основе изученных и самостоятельно придуманных движений. Свободные хореографические импровизации под музыку.

Обсуждение, собеседование, наблюдение, самостоятельная работа.

**Концертная деятельность****Практика (25 часов)**

Концертные выступления на мероприятиях ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия».

Участие в конкурсах - фестивалях в сфере хореографических искусств.

Балетный спектакль - промежуточная диагностика.

Отчетный концерт - аттестация на завершающем этапе реализации программы.

Наблюдение.

**Заключительное занятие****Теория (1 час)**

Повторение основных правил исполнения упражнений, изученных на десятом году обучения (по всем программным разделам).

**Практика (1 час)**

Повторение разученных танцевальных движений, упражнений и учебных хореографических композиций

Собеседование по пройденным темам, наблюдение.

**Комплекс организационно-педагогических условий**

Календарный учебный график по программе «Dance modern-jazz «Quest»  
(Приложение №1)

**Ресурсное обеспечение программы****1. Материально-техническое обеспечение программы**

Для успешной реализации программы необходимы:

- танцевальный класс для проведения учебных занятий, оборудованный зеркалами, балетными станками, линолеумным (деревянным) покрытием пола;
- сцена зрительного зала для репетиций и выступлений с концертными программами;
- специальная форма и обувь для учебных занятий;
- эспандеры ленточные, скакалки, мячи гимнастические и теннисные, маты или

коврики для йоги, кирпичи для йоги, палки гимнастические;

- костюмерная для хранения сценических костюмов, реквизита и декораций;
- раздевалка;
- фонотека с записью фонограмм для концертных номеров;
- комплект видеозаписей хореографических постановок, современных балетов;
- (видеоуроки);
- специальная и методическая литература по современной хореографии.

**Специальное оборудование:**

- музыкальные инструменты (фортепиано);
- аудиоаппаратура;
- колонки;
- видеоаппаратура;
- компьютер;
- экран;
- видеокамера;
- проектор.

**2. Информационно-методическое обеспечение**

Основные **формы, методы и приемы реализации программы** и организации учебно-воспитательного процесса.

*Демонстрационные:*

- показ;
- пример;
- видеоиллюстрация.

*Вербальные:*

- инструктаж;
- объяснение;
- комментарий;
- беседа;
- анализ;
- самоанализ.

*Практические:*

- упражнение;
- творческая импровизация;
- этюд;
- танцевальная комбинация;
- ритмопластика;
- *par terre*.

**Методический комментарий к программе (Приложение № 3)**

**Характеристика основных разделов программы (Приложение № 4)**

Для успешной реализации программы «Dance modern-jazz «Quest» необходимо применять *методы психологического воздействия*:

- *убеждение* - формы убеждения: беседа-диалог, рассказ, дискуссия, доказательство, личный пример;
- *внушение* - формы прямого внушения: команды, распоряжения, внушающие наставления; формы косвенного внушения: намек, косвенное одобрение, косвенное осуждение;
- *поощрение* - формы поощрения: прямое одобрение, «психологическое поглаживание»;
- *педагогическая поддержка* - формы: индивидуальные беседы, консультации и т.д.

**Формы занятий:**

- традиционное занятие;

- комбинированное занятие;
- практическое занятие;
- творческая встреча;
- класс-концерт;
- мастер-класс;
- репетиция;
- концерт, конкурс, открытый урок.

Программа строится на следующих принципах общей педагогики:

- принцип доступности материала, что предполагает оптимальный для усвоения объем материала, переход от простого к сложному, от известного к неизвестному;
- принцип системности определяет постоянный, регулярный характер его осуществления;
- принцип последовательности предусматривает строгую поэтапность выполнения практических заданий и прохождения разделов, а также их логическую преемственность в процессе осуществления.

#### **Формы демонстрации результатов обучения:**

- открытые занятия (для групп, не принимающих участие в концертной деятельности);
- балетный спектакль (в середине учебного года);
- отчетный концерт (в конце учебного года);
- участие в конкурсах, фестивалях различного уровня *(в соответствии с положениями о конкурсах и фестивалях)*;
- участие в концертной деятельности и массовых мероприятиях различного уровня *(в соответствии с репертуарным планом)*.

#### **Формы контроля результатов обучения:**

- наблюдение;
- собеседование;
- контрольные микросрезы в форме проблемного обсуждения.

#### **Формы отслеживания и фиксирования образовательных результатов.**

В процессе обучения осуществляется **контроль** за уровнем усвоения программы. В течение учебного года применяются следующие **виды контроля**:

- **предварительный (первичный)** - имеет диагностические задачи и осуществляется в начале учебного года. Цель предварительного контроля - зафиксировать начальный уровень подготовки учащихся, имеющиеся знания, умения и навыки, связанные с предстоящей деятельностью. Проводится в форме наблюдения и собеседования;
- **текущий** - предполагает систематическую проверку и оценку образовательных результатов по конкретным темам. Такой контроль происходит на каждом занятии с целью повышения внимания к деятельности обучающихся, накопления показателей усвоения ими учебного материала. Текущая проверка проводится в форме наблюдения, собеседования, контрольного микросреза: (проблемного обсуждения), самостоятельной работы, выступления на мероприятиях, в конкурсах, фестивалях различного уровня;
- **промежуточный** - осуществляется в середине учебного года с целью оценки теоретических знаний и практических умений и навыков с целью диагностирования качества усвоения структурных основ и взаимосвязей изученного материала. Данный контроль способствует обучению, систематизации, обобщению, целостному видению крупного блока учебной информации и связанной с ней деятельности. Промежуточный контроль проводится в форме балетного спектакля;
- **аттестация на завершающем этапе реализации программы** проводится в конце учебного года и предполагает комплексную проверку образовательных результатов по всем ключевым направлениям. Аттестация на завершающем этапе проводится в форме отчетного концерта.

**Примерный репертуарный план (Приложение № 5).**

Текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация осуществляется в соответствии с Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации учащихся Государственного автономного негосударственного образовательного учреждения Мурманской области «Центр образования «Лапландия».

**Диагностическая карта**

\_\_\_\_\_ учебный год (\_\_\_\_ полугодие)

Объединение \_\_\_\_\_ Этап \_\_\_\_\_

Год обучения \_\_\_\_\_ № группы \_\_\_\_\_

Возраст учащихся: \_\_\_\_\_ ФИО педагога д/о \_\_\_\_\_

№	ФИО учащихся			Уровень образовательных результатов			Уровень творческой активности			Уровень развития мотивационной, эмоциональной и коммуникативной сфер			Средний балл
				низкий	средний	высокий	низкий	средний	высокий	низкий	средний	высокий	
1													
2													
3													
4													
5													
6													
7													
8													
9													
10													
11													
12													
13													
14													
15													

**Низкий уровень -****Средний уровень -****Высокий уровень -****Выводы:****Уровни образовательных результатов учащихся и их критерии****Низкий (0-1 балл)****1. Уровень образовательных результатов:**

- понимает значение специальных терминов, но не может воспроизвести их названия;
- плохо запоминает методические правила и порядок исполнения программных упражнений, движений и танцевальных комбинаций (более 10 показов);
- с трудом воспроизводит музыкальный ритм, плохо различает контрастные части музыкального произведения; движения не совпадают с темпом, метроритмом музыки, ориентированы только на начало и конец звучания, а также на счет и показ педагога;

- с трудом запоминает и воспроизводит последовательность пространственно-композиционных перестроений.

**2. Уровень творческой активности:**

- отсутствует образно-пластическое мышление, способность к фантазированию слабо выражена;
- способность к интерпретации музыкального образа в пластике слабо выражена;
- на занятиях пассивен, не проявляет творческой инициативы и не поддерживает инициативы, исходящие от окружающих;
- неудачи способствуют снижению мотивации к обучению. в собственных неудачах винит окружающих.

**3. Уровень развития мотивационной, эмоциональной и коммуникативной сфер:**

- не способен контролировать свою деятельность, нуждается в постоянном контроле со стороны педагога;
- с трудом овладевает необходимым объемом знаний;
- отсутствуют потребность к самосовершенствованию в данной сфере творческой деятельности, фактическое стремление к достижению результатов обучения;
- на занятиях эмоционально скован, невнимателен, медлителен;
- постоянно стремится уйти на задний план (в последних рядах чувствует себя комфортнее);
- неадекватно реагирует на замечания педагога, малообщителен, агрессивен по отношению к сверстникам, отказывается следовать нормам поведения на занятиях;
- не способен к самоанализу.

**Средний (2-4 балла)**

**1. Уровень образовательных результатов:**

- достаточно хорошо владеет специальной терминологией, знает и успешно применяет на практике методические правила исполнения программных упражнений и движений соответствующего года обучения;
- запоминает методические правила и последовательность исполнения упражнений, движений и танцевальных комбинаций с 4-5 показа; выполняет учебные задания с некоторыми подсказками педагога;
- воспроизводит заданный ритм, различает контрастные части музыкального произведения, охарактеризовать музыкальный образ словами затрудняется; в движениях выражается общий характер, темп и метроритм музыки;
- хорошо ориентируется в пространстве: достаточно быстро запоминает и воспроизводит последовательность пространственно-композиционных перестроений.

**2. Уровень творческой активности:**

- развито творческое воображение и фантазия;
- ярко выражена способность к интерпретации музыкального образа в пластике (способность к импровизации);
- мимика и пантомимика достаточно выразительные. способен передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания композиции; в танцевальных и пластических импровизациях использует набор знакомых, ранее изученных движений;
- на занятиях проявляет активность, любознательность и творческую инициативу;
- способен анализировать собственную деятельность, самостоятельно делать выводы и устранять недочеты;
- демонстрирует стремление к лидерству в творческом процессе.

**3. Уровень развития мотивационной, эмоциональной и коммуникативной сфер:**

- сформирован устойчивый интерес к творческой деятельности в сфере современной хореографии;

- стремится к достижению реального результата в обучении. не останавливается на достигнутом. Неудачи в творчестве являются своеобразным стимулом к самосовершенствованию;
- на занятиях эмоционально раскрепощен, стремится к максимально грамотному выполнению учебного или творческого задания;
- адекватно реагирует на замечания педагога, на доброжелательную критику со стороны сверстников, общителен, доброжелателен по отношению к окружающим, способен к сопереживанию сверстникам, проявляет живой интерес к занятиям;
- способен к самоанализу и самоконтролю.

### **Высокий (5 баллов)**

#### **1. Уровень образовательных результатов:**

- свободно владеет специальной терминологией, знает и успешно применяет на практике методические правила исполнения программных упражнений и движений соответствующего года обучения;
- быстро (с 1-2 показов) запоминает методические правила и последовательность исполнения упражнений, движений, танцевальных комбинаций. Самостоятельно, без помощи педагога, исполняет движения, строго следуя методическим правилам;
- владеет большим объемом информации, самостоятельно переносит усвоенное на новый материал. умеет интегрировать и синтезировать информацию. Использует альтернативные пути для поисков нужной информации;
- свободно воспроизводит сложный ритмический рисунок. движения выражают музыкальный образ и совпадают с тонкой нюансировкой, динамическими оттенками, фразами музыкального произведения;
- прекрасно ориентируется в пространстве: моментально запоминает и воспроизводит последовательность пространственно-композиционных перестроений.

#### **2. Уровень творческой активности:**

- обладает богатым воображением, способен воспринимать неоднозначные вещи, имеет высокие эстетические ценности;
- стремится к решению задач повышенной сложности: способен выражать свои чувства не только в движении, но и вербально; в танцевальных импровизациях использует нестандартные пластические средства; стремится сочинять новые движения, выражая при их помощи разнообразную гамму чувств, пытаясь раскрыть задуманный танцевальный образ;
- обладает ярко выраженными способностями к композиционному творчеству: генерирует оригинальные идеи, способен увлечь ими других участников учебного и творческого процесса и воплотить задуманное в реальность;
- обладает ярко выраженными лидерскими качествами.

#### **3. Уровень развития мотивационной, эмоциональной и коммуникативной сфер:**

- проявляет ярко выраженный интерес к творческой деятельности в сфере современной хореографии. Любознателен;
- умеет оценивать, как результат, так и сам процесс работы (решение учебных и творческих задач). активно стремится к самосовершенствованию;
- эмоционально раскрепощен, постоянно стремится выйти на первый план во время занятий. проявляет творческую инициативу;
- умеет предвидеть последствия своих и чужих действий, анализирует всякую возникшую ситуацию, прежде чем действовать в ней;
- адекватно реагирует на замечания педагога, на доброжелательную критику со стороны сверстников, общителен, доброжелателен по отношению к окружающим, способен к сопереживанию сверстникам;
- способен к самоанализу и самоконтролю.

#### **Организация взаимодействия с родителями:**

- информационные стенды (наглядная агитация);

- консультации;
- буклеты;
- памятки;
- родительские собрания;
- индивидуальные и групповые беседы;
- совместные праздники;
- анкетирование, тестирование.

### **Воспитательная работа**

**Цель воспитания** – создание условий для воспитания гармонично развитой и социально ответственной личности на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций»

#### **Задачи воспитания:**

- воспитание уважения к жизни, достоинству, свободе мировоззренческого выбора каждого человека, уважения к старшим;
- воспитание уважения к труду, результатам труда (своего и других людей), к трудовым достижениям своих земляков, российского народа;
- формирование умения рационально распределять собственное время, составлять план работы и адекватно анализировать результаты собственной деятельности;
- формирование навыков критического мышления;
- воли, упорства, дисциплинированности в реализации проектов;
- знакомство с лучшими образцами культурой своего народа, в том числе региона;
- создание условий для реализации творческого потенциала детей в художественной деятельности;
- организация совместных творческих акций с детьми.

#### **Воспитательная работа включает:**

- организацию и проведение организационно-массовых мероприятий, участие в тематических мероприятиях и праздниках.

#### **Примерный календарный план воспитательной работы (Приложение № 2)**

## Перечень информационно-методических материалов и литературы

### Список литературы для педагогов

1. Барышникова Т. Г. Азбука хореографии. - М.: Айрис-пресс, 2001 - 272с.
2. Баттерворт Джо Танец. Теория и практика - Харьков: Гуманитарный центр, 2016 - 244с.
3. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. - С-Пб., 2012 - 96с.
4. Виненко В. Г. Общие основы педагогики. - М.: Изд-во торговая корпорация «Дашков и К», 2008 - 300с.
5. Воронина Н. В., Михайлова М. А. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия развития, 2013 - 112с.
6. Горский В. А. Авторская программа дополнительного образования детей //Теория и практика дополнительного образования. - 2010. - № 1. - С. 7 - 11.
7. Горский В. А.Технология разработки авторской программы // Теория и практика дополнительного образования. - 2010. - № 2. - С. 32 - 38.
8. Горшкова Е. В. От жеста к танцу. - М.: Издательство ГНОМид, 2013 - 120с.
9. Грачёва Ж. Ю., Соковикова Н. В. Развитие волевых процессов у старших школьников средствами игрового танца. - Новосибирск, 2003 - 307с.
10. Громова О. Н. 50 упражнений с музыкальным сопровождением. - М.: Издательство ГНОМид, 2012 - 64с.
11. Джосеф С. Х. Тело танцора. - М.: Новое слово, 2004 - 60с.
12. Ерохина О. В. Школа танцев для детей: Фольклор, классика, модерн. - Ростов на Дону: Феникс, 2013- 223с.
13. Ермолаева М. Г. Игра в образовательном процессе. - СПб.: КАРО, 2008-128с.
14. Есаулов И.Г. Устойчивость и координация в хореографии. - СПб: Планета музыки, 2016 - 160с.
15. Касимова Л.А. Содержание профессиональной подготовки педагогов-хореографов в контексте современных концепций - СПб: Планета музыки, 2020 - 296с.
16. Лукьянова Е.А. Дыхание в хореографии - СПб: Планета музыки, 2020 - 184с.
17. Мацаренко Т.Н. Танцевальная терапия как средство универсальной технологии преподавания хореографии. - М. Издательство Перо, 2015 - 64с.
18. Мацаренко Т.Н. Методика и организация хореографической деятельности дошкольников и младших школьников. - М. Издательство Перо, 2016 -64с.
19. Мельдаль Кристине Поэтика и практика хореографии - Екатеринбург: Кабинетный ученый, 2015 -106с.
20. Митрохина Л. В. Основы актерского мастерства. - Орел, 2003 - 112с.
21. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец: История. Методика. Практика. - М. ГИТИС, 2010 - 253с.
22. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец: Методика преподавания. - М.: ВЦХТ, 2012 - 87с.
23. Никитин В.Ю. Мастерство хореографа в современном танце - СПб: Лань, 2018 - 520с.
24. Савчук О., Бойдакова Н., Картовых Н. Школа танцев для детей от 3 до 14 лет. - СПб.: Ленинградское издательство, 2009. - 228 с.
25. Сироткина И.Е. Танец: опыт понимания. - М: Бослен, 2020 - 256с.
26. Сироткина И.Е. Свободный танец в России. История и философия - М: Новое литературное обозрение, 2021г. - 424с.
27. Товстоногов Г. А. Зеркало сцены. - М.: Музыкальная литература, 1999 - 303с.
28. Цорн А.Я. Грамматика танцевального искусства в хореографии - СПб: Лань, 2011 - 448с.
29. Щербакова Н. А. От музыки к движению и речи. - Москва, 2001 - 56с.

### Список литературы для учащихся

1. Александрова Н.А., Голубева В.А. Танец модерн. Пособие для начинающих - СПб: Планета музыки, 2016 - 128с.
2. Бесова М. Весёлые игры для дружного отряда. - Ярославль: Академия холдинг, 2006 -160с.
3. Браиловская Л. В. Самоучитель по танцам. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2004 - 353с.
4. Васильева Т. К. Секрет танца. - СПб.: 2012 - 479с.
5. Володина О. В., Анисимова Т.Б. Самоучитель клубных танцев FUNK, TRANCE, HOUSE. - Ростов н/Дону: 2005 - 158с.
6. Дункан А. Моя жизнь. - М.: Центрполиграф, 2009-192с.
7. Пастори Жан-Пьер. Морис Бижар. Вселенная хореографа - М: Paulsen, 2018 - 176с.

### Список литературы для родителей

1. Выготский Л. С. Вопросы детской психологии - М. Юрайт 2016 - 199с.
2. Выготский Л. С. Воображение и творчество в детском возрасте. - М.: Просвещение, 2014 - 93с.
3. Готтман Д., Деклер Д. Эмоциональный интеллект ребенка - М: МИФ 2019 - 272с.
4. Металлиди Ж. Ж. Мы играем, сочиняем и поем. - М.: Музыкальная литература, 2013 - 112с.
5. Немов Р. С. Психология: Словарь-справочник: В 2-х т. - М.: ВЛАДОС, 2007.
6. Преслерт Наталия Как объяснить ребенку что. Простые сценарии для сложных разговоров с детьми - СПб: Питер, 2020 - 256с.

### Электронные ресурсы

1. 9 языков танца XX века. URL: <https://rutube.ru/video/24a6f5e14b131a0a1ead691de76b79e7/> (дата обращения 16.03.2024)
2. Верхоляк А.В. Соул джаз, концертный джаз URL: <https://rutube.ru/video/fb01342c138c05dc11cb15660791b16a/> (дата обращения 16.03.2024)
3. Верхоляк А.В. Сценический джаз. Classical jazz, Modern jazz. URL: <https://rutube.ru/video/aa991965d3a9671abd583f3fbaa04af6/> (дата обращения 16.03.2024)
4. Ганюшина К. Зарождение современного танца: Айседора Дункан, танец модерн, экспрессивный танец. URL: <https://rutube.ru/video/026b869655aff75128f55f2cdb0be818/> (дата обращения 16.03.2024)
5. Ганюшина К. От балета к современному танцу. URL: <https://rutube.ru/video/38ba5a2835e0f257fc3550fa2ccd7cb7/> (дата обращения 16.03.2024)
6. Ганюшина К. Развитие современного танца и его инструментов: импровизация, лаборатория, соматические практики. URL: <https://rutube.ru/video/7c61fa66cd4cf35f511122085e628308/> (дата обращения 16.03.2024)
7. Глухова Анастасия МХАТ лекция: Как смотреть современный танец. URL: <https://rutube.ru/video/d13deff70f29a9deef5d3b977e2e65b2/> (дата обращения 16.03.2024)
8. Дудина М.К. Лекция о современном танце. URL: <https://rutube.ru/video/3f40cc3c25a372e3fd353a1ed6a4df7/> (дата обращения 16.03.2024)
9. Завизион К.И. Позиции рук и ног в современном танце. URL: <https://rutube.ru/video/3c0f81acb33cde8b2b66ad81a80efa45/> (дата обращения 16.03.2024)

**Календарный учебный график**

Программа «Dance modern-jazz «Quest» первый этап - стартовый, 1-й год обучения (Группа № 1)

Педагог: Паливода А.И.

Количество учебных недель: 36

Режим проведения занятий: \_\_1\_\_ раз в неделю по \_\_2\_\_ часа

Праздничные и выходные дни (согласно государственному календарю):

Каникулярный период:

- осенние каникулы -
- зимние каникулы -
- весенние каникулы -
- летние каникулы -

Во время осенних, зимних и весенних каникул в объединениях занятия проводятся в соответствии с учебным планом, допускается изменение расписания.

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь			теория практика	2	Вводное занятие	каб.415	Входящая диагностика Наблюдение
2	сентябрь			теория практика	2	Ритм и музыкально - ритмические упражнения Постановка корпуса	каб.415	Наблюдение Собеседование
3	сентябрь			теория практика	2	Позиции рук и ног Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Обсуждение
4	сентябрь			теория практика	2	Stretch Isolation	каб.415	Наблюдение Собеседование
5	сентябрь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз	каб.415	Собеседование Наблюдение
6	октябрь			теория практика	2	Ритм и музыкально - ритмические упражнения Постановка корпуса	каб.415	Наблюдение Обсуждение
7	октябрь			теория практика	2	Позиции рук и ног Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Собеседование
8	октябрь			теория практика	2	Stretch Isolation	каб.415	Наблюдение Обсуждение
9	октябрь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз	каб.415	Наблюдение Собеседование
10	ноябрь			теория практика	2	Walks Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение

11	ноябрь			теория практика	2	Ритм и музыкально - ритмические упражнения Постановка корпуса	каб.415	Наблюдение Собеседование
12	ноябрь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз.	каб.415	Наблюдение Собеседование
13	ноябрь			теория практика	2	Позиции рук и ног Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Обсуждение
14	декабрь			практика	2	Stretch Isolation	каб.415	Наблюдение
15	декабрь			практика	2	Блюз Концертная деятельность	каб.415	Наблюдение Балетный спектакль промежуточная диагностика
16	декабрь			практика	2	Walks Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
17	декабрь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз	каб.415	Собеседование Наблюдение
18	декабрь			теория практика	2	Ритм и музыкально - ритмические упражнения Постановка корпуса	каб.415	Наблюдение Обсуждение
19	январь			теория практика	2	Позиции рук и ног Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Собеседование
20	январь			теория практика	2	Stretch Isolation	каб.415	Наблюдение Собеседование
21	январь			теория практика	2	Walks Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
22	февраль			теория практика	2	Ритм и музыкально - ритмические упражнения Постановка корпуса	каб.415	Наблюдение Собеседование
23	февраль			теория практика	2	Stretch Isolation	каб.415	Наблюдение Собеседование
24	февраль			теория практика	2	Walks Jumps.	каб.415	Наблюдение Обсуждение
25	март			теория практика	2	Упражнения для ног Блюз	каб.415	Наблюдение Собеседование
26	март			теория практика	2	Ритм и музыкально - ритмические упражнения Постановка корпуса	каб.415	Наблюдение Обсуждение
27	март			теория практика	2	Stretch Isolation	каб.415	Наблюдение Собеседование
28	март			теория практика	2	Walks Jumps.	каб.415	Наблюдение Обсуждение
29	март			теория практика	2	Упражнения для ног Блюз	каб.415	Наблюдение Собеседование
30	апрель			практика	2	Блюз Концертная деятельность	каб.415 сцена	Наблюдение Отчетный концерт

								диагностика
31	апрель			теория практика	2	Ритм и музыкально - ритмические упражнения Постановка корпуса	каб.415	Наблюдение Обсуждение
32	апрель			практика	2	Walks Jumps	каб.415	Наблюдение
33	апрель			практика	2	Ритм и музыкально - ритмические упражнения Постановка корпуса	каб.415	Наблюдение
34	май			практика	2	Isolation Блюз	каб.415	Наблюдение
35	май			практика	2	Isolation Блюз	каб.415	Наблюдение
36	май			теория практика	2	Заключительное занятие	каб.415	Наблюдение Собеседование
<b>ВСЕГО:</b>					<b>72</b>			

### Календарный учебный график

Программа «Dance modern-jazz «Quest» первый этап - стартовый, 2-й год обучения (Группа № 1)

Педагог: Паливода А.И.

Количество учебных недель: 36

Режим проведения занятий: \_\_\_1\_\_\_ раз в неделю по \_\_\_2\_\_\_ часа

Праздничные и выходные дни (согласно государственному календарю):

Каникулярный период:

- осенние каникулы -
- зимние каникулы -
- весенние каникулы -
- летние каникулы -

Во время осенних, зимних и весенних каникул в объединениях занятия проводятся в соответствии с учебным планом, допускается изменение расписания.

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь			теория практика	2	Вводное занятие	каб.415	Входящая диагностика Наблюдение Собеседование
2	сентябрь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Постановка корпуса	каб.415	Собеседование Наблюдение
3	сентябрь			теория практика	2	Координация Isolation	каб.415	Собеседование Наблюдение
4	сентябрь			теория практика	2	Упражнения для ног Блюз	каб.415	Собеседование Наблюдение
5	сентябрь			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и stretch	каб.415	Наблюдение Обсуждение
6	октябрь			теория практика	2	Постановка корпуса Isolation	каб.415	Наблюдение Собеседование
7	октябрь			теория практика	2	Упражнения для ног Блюз	каб.415	Наблюдение Собеседование
8	октябрь			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и stretch	каб.415	Наблюдение Обсуждение
9	октябрь			теория практика	2	Walks Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
10	ноябрь			теория практика	2	Постановка корпуса Isolation	каб.415	Наблюдение Собеседование

11	ноябрь			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
12	ноябрь			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и stretch	каб.415	Наблюдение Собеседование
13	декабрь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз	каб.415	Наблюдение Собеседование
14	декабрь			теория практика	2	Walks Jumps	каб.415	Наблюдение Собеседование
15	декабрь			теория практика	2	Координация Isolation	каб.415	Наблюдение Обсуждение
16	декабрь			практика	2	Упражнения для ног Блюз	каб.415	Наблюдение
17	декабрь			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение Балетный спектакль Промежуточная диагностика
18	январь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз	каб.415	Наблюдение Собеседование
19	январь			теория практика	2	Координация Isolation	каб.415	Наблюдение Обсуждение
20	январь			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Собеседование
21	февраль			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и stretch	каб.415	Наблюдение Собеседование
22	февраль			теория практика	2	Walks Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
23	февраль			теория практика	2	Координация Isolation	каб.415	Наблюдение Собеседование
24	февраль			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
25	март			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз	каб.415	Наблюдение Собеседование
26	март			теория практика	2	Walks Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
27	март			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Собеседование
28	март			теория практика	2	Walks Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
29	март			теория практика	2	Упражнения для ног Блюз	каб.415	Наблюдение Собеседование
30	апрель			теория	2	Walks	каб.415	Наблюдение

				практика		Jumps		Обсуждение
31	апрель			теория практика	2	Упражнения для ног Блюз	каб.415	Наблюдение Собеседование
32	апрель			теория практика	2	Упражнения для ног Блюз	каб.415	Наблюдение Обсуждение
33	апрель			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение Отчетный концерт Промежуточная диагностика
34	май			теория практика	2	Walks Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
35	май			практика	2	Блюз	каб.415	Наблюдение
36	май			теория практика	2	Заключительное занятие	каб.415	Наблюдение Собеседование
<b>ВСЕГО:</b>					<b>72</b>			

## Календарный учебный график

Программа «Dance modern-jazz «Quest» второй этап - базовый, 3-й год обучения (Группа № 1)

Педагог: Паливода А.И.

Количество учебных недель: 36

Режим проведения занятий: \_\_1\_\_ раз в неделю по \_\_2\_\_ часа

Праздничные и выходные дни (согласно государственному календарю):

Каникулярный период:

- осенние каникулы -
- зимние каникулы -
- весенние каникулы -
- летние каникулы -

Во время осенних, зимних и весенних каникул в объединениях занятия проводятся в соответствии с учебным планом, допускается изменение расписания.

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь			теория практика	2	Вводное занятие	каб.415	Входящая диагностика Собеседование Наблюдение
2	сентябрь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Isolation	каб.415	Собеседование Наблюдение
3	сентябрь			теория практика	2	Упражнения для ног Блюз	каб.415	Наблюдение Обсуждение
4	сентябрь			теория практика	2	Координация Isolation Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Собеседование
5	сентябрь			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и stretch	каб.415	Наблюдение Обсуждение
6	октябрь			теория практика	2	Координация Isolation	каб.415	Наблюдение Собеседование
7	октябрь			теория практика	2	Упражнения для ног Блюз	каб.415	Наблюдение Обсуждение
8	октябрь			теория практика	2	Walks Jumps	каб.415	Наблюдение Собеседование
9	октябрь			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и stretch	каб.415	Наблюдение Обсуждение
10	ноябрь			теория практика	2	Координация Isolation	каб.415	Наблюдение Собеседование
11	ноябрь			теория практика	2	Упражнения для ног Блюз	каб.415	Наблюдение Обсуждение

12	ноябрь			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и stretch	каб.415	Наблюдение Обсуждение
13	декабрь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Isolation	каб.415	Собеседование Наблюдение
14	декабрь			теория практика	2	Упражнения для ног Блюз	каб.415	Наблюдение Обсуждение
15	декабрь			теория практика	2	Walks Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
16	декабрь			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение Балетный спектакль Промежуточная диагностика
17	декабрь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Вращения	каб.415	Собеседование Наблюдение
18	январь			теория практика	2	Координация Isolation	каб.415	Наблюдение Обсуждение
19	январь			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
20	январь			теория практика	2	Walks Jumps	каб.415	Наблюдение Собеседование
21	февраль			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и stretch	каб.415	Наблюдение Обсуждение
22	февраль			теория практика	2	Блюз	каб.415	Наблюдение Собеседование
23	февраль			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз	каб.415	Собеседование Наблюдение
24	февраль			теория практика	2	Координация Isolation	каб.415	Наблюдение Обсуждение
25	март			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Собеседование
26	март			теория практика	2	Walks Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
27	март			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Собеседование
28	март			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и stretch	каб.415	Наблюдение Обсуждение
29	март			теория практика	2	Walks Jumps	каб.415	Наблюдение Собеседование
30	апрель			теория практика	2	Упражнения для ног Блюз	каб.415	Наблюдение Обсуждение
31	апрель			теория	2	Упражнения для позвоночника	каб.415	Наблюдение

				практика		Par terre и stretch		Обсуждение
32	апрель			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение Отчетный концерт Промежуточная диагностика
33	апрель			практика	2	Упражнения для ног Блюз	каб.415	Наблюдение Обсуждение
34	май			практика	2	Упражнения для ног Блюз	каб.415	Наблюдение Обсуждение
35	май			практика	2	Упражнения для ног Блюз	каб.415	Наблюдение Обсуждение
36	май			теория практика	2	Заключительное занятие	каб.415	Собеседование Наблюдение
<b>ВСЕГО:</b>					<b>72</b>			

### Календарный учебный график

Программа «Dance modern-jazz «Quest» второй этап - базовый, 4-й год обучения (Группа № 1)

Педагог: Паливода А.И.

Количество учебных недель: 36

Режим проведения занятий: \_\_\_1\_\_\_ раз в неделю по \_\_\_2\_\_\_ часа

Праздничные и выходные дни (согласно государственному календарю):

Каникулярный период:

- осенние каникулы -
- зимние каникулы -
- весенние каникулы -
- летние каникулы -

Во время осенних, зимних и весенних каникул в объединениях занятия проводятся в соответствии с учебным планом, допускается изменение расписания.

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь			теория практика	2	Вводное занятие	каб.415	Входящая диагностика Собеседование Наблюдение
2	сентябрь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Isolation	каб.415	Собеседование Наблюдение
3	сентябрь			теория практика	2	Упражнения для ног Блюз	каб.415	Наблюдение Собеседование
4	сентябрь			теория практика	2	Координация Isolation	каб.415	Наблюдение Обсуждение
5	октябрь			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и stretch	каб.415	Наблюдение Собеседование
6	октябрь			теория практика	2	Walks Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
7	октябрь			теория практика	2	Координация Isolation	каб.415	Наблюдение Собеседование
8	октябрь			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
9	октябрь			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и stretch	каб.415	Наблюдение Собеседование
10	ноябрь			теория практика	2	Walks Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
11	ноябрь			теория	2	Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение

				практика		Блюз		Собеседование
12	ноябрь			теория практика	2	Координация Isolation	каб.415	Наблюдение Обсуждение
13	ноябрь			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и stretch	каб.415	Наблюдение Обсуждение
14	декабрь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Isolation	каб.415	Собеседование Наблюдение
15	декабрь			теория практика	2	Walks Jumps	каб.415	Наблюдение Собеседование
16	декабрь			теория практика	2	Координация Isolation	каб.415	Наблюдение Обсуждение
17	декабрь			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение Балетный спектакль Промежуточная диагностика
18	январь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз	каб.415	Собеседование Наблюдение
19	январь			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
20	январь			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и stretch	каб.415	Наблюдение Собеседование
21	февраль			теория практика	2	Walks Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
22	февраль			теория практика	2	Блюз	каб.415	Наблюдение Собеседование
23	февраль			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
24	февраль			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз	каб.415	Собеседование Наблюдение
25	март			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
26	март			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и stretch	каб.415	Наблюдение Собеседование
27	март			теория практика	2	Walks Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
28	март			теория практика	2	Блюз	каб.415	Наблюдение
29	апрель			теория практика	2	Упражнения для ног Блюз	каб.415	Наблюдение Обсуждение
30	апрель			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и stretch	каб.415	Наблюдение Собеседование

31	апрель			теория практика	2	Walks Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
32	апрель			теория практика	2	Упражнения для ног Блюз	каб.415	Наблюдение Собеседование
33	апрель			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение Отчетный концерт Промежуточная диагностика
34	май			практика	2	Упражнения для ног Блюз	каб.415	Наблюдение Обсуждение
35	май			практика	2	Упражнения для ног Блюз	каб.415	Наблюдение Обсуждение
36	май			теория практика	2	Заключительное занятие	каб.415	Собеседование Наблюдение
<b>ВСЕГО:</b>					<b>72</b>			

### Календарный учебный график

Программа «Dance modern-jazz «Quest» второй этап - базовый, 5-й год обучения (Группа № 1)

Педагог: Паливода А.И.

Количество учебных недель: 36

Режим проведения занятий:  2  раз в неделю по  2  часа

Праздничные и выходные дни (согласно государственному календарю):

Каникулярный период:

- осенние каникулы -
- зимние каникулы -
- весенние каникулы -
- летние каникулы -

Во время осенних, зимних и весенних каникул в объединениях занятия проводятся в соответствии с учебным планом, допускается изменение расписания.

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь			теория практика	2	Вводное занятие	каб.415	Входящая диагностика Собеседование Наблюдение
2	сентябрь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз и импровизация	каб.415	Собеседование Наблюдение
3	сентябрь			теория практика	2	Координация Isolation	каб.415	Наблюдение Собеседование
4	сентябрь			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
5	сентябрь			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и stretch	каб.415	Наблюдение Собеседование
6	сентябрь			теория практика	2	Walks Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
7	сентябрь			теория практика	2	Координация Isolation	каб.415	Наблюдение Собеседование
8	сентябрь			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
9	сентябрь			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и stretch	каб.415	Наблюдение Собеседование
10	октябрь			теория практика	2	Walks Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
11	октябрь			теория	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение

				практика				Самостоятельная работа
12	октябрь			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение
13	октябрь			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Собеседование
14	октябрь			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и stretch	каб.415	Наблюдение Обсуждение
15	октябрь			теория практика	2	Walks Jumps	каб.415	Наблюдение Собеседование
16	октябрь			теория практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Самостоятельная работа
17	октябрь			теория практика	2	Координация Isolation	каб.415	Наблюдение Собеседование
18	октябрь			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
19	ноябрь			теория практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение Собеседование
20	ноябрь			теория практика	2	Walks Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
21	ноябрь			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение
22	ноябрь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз и импровизация	каб.415	Собеседование Наблюдение
23	ноябрь			теория практика	2	Координация Isolation	каб.415	Наблюдение Обсуждение
24	ноябрь			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Собеседование
25	ноябрь			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и stretch	каб.415	Наблюдение Обсуждение
26	декабрь			теория практика	2	Walks Jumps	каб.415	Наблюдение Собеседование
27	декабрь			теория практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
28	декабрь			теория практика	2	Координация Isolation	каб.415	Наблюдение Собеседование
29	декабрь			практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
30	декабрь			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и stretch	каб.415	Наблюдение Собеседование
31	декабрь			теория	2	Walks	каб.415	Наблюдение

				практика		Jumps		Собеседование
32	декабрь			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение
33	декабрь			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение Собеседование
34	декабрь			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение Балетный спектакль Промежуточная диагностика
35	январь			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение
36	январь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз и импровизация	каб.415	Собеседование Наблюдение Самостоятельная работа
37	январь			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и stretch	каб.415	Наблюдение Собеседование
38	январь			теория практика	2	Walks Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
39	январь			теория практика	2	Упражнения для ног Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Собеседование
40	январь			теория практика	2	Координация Isolation	каб.415	Наблюдение Обсуждение
41	февраль			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и stretch	каб.415	Наблюдение Собеседование
42	февраль			теория практика	2	Walks Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
43	февраль			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Собеседование
44	февраль			теория практика	2	Координация Isolation	каб.415	Наблюдение Обсуждение
45	февраль			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз и импровизация	каб.415	Собеседование Наблюдение Самостоятельная работа
46	февраль			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и stretch	каб.415	Наблюдение Собеседование
47	февраль			теория практика	2	Walks Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
48	февраль			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз и импровизация	каб.415	Собеседование Наблюдение Самостоятельная работа

49	март			теория практика	2	Координация Isolation	каб.415	Наблюдение Обсуждение
50	март			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
51	март			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и stretch	каб.415	Наблюдение Собеседование
52	март			теория практика	2	Walks Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
53	март			теория практика	2	Координация Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Собеседование
54	март			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
55	март			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и stretch	каб.415	Наблюдение Собеседование
56	март			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз и импровизация	каб.415	Собеседование Наблюдение Самостоятельная работа
57	март			теория практика	2	Координация Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Обсуждение
58	апрель			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Собеседование
59	апрель			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение
60	апрель			практика	2	Walks Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
61	апрель			практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
62	апрель			практика	2	Упражнения для ног Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
63	апрель			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение Отчетный концерт Промежуточная диагностика
64	апрель			практика	2	Упражнения для ног Isolation	каб.415	Наблюдение Обсуждение
65	апрель			практика	2	Walks Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
66	апрель			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение
67	май			практика	2	Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение

						Блюз и импровизация		Обсуждение Самостоятельная работа
68	май			практика	2	Упражнения для ног Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
69	май			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение Обсуждение
70	май			практика	2	Упражнения для ног Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
71	май			практика	2	Упражнения для ног Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
72	май			теория практика	2	Заключительное занятие	каб.415	Собеседование Наблюдение
<b>ВСЕГО:</b>					<b>144</b>			

### Календарный учебный график

Программа «Dance modern-jazz «Quest» второй этап - базовый, 6-й год обучения (Группа № 1)

Педагог: Паливода А.И.

Количество учебных недель: 36

Режим проведения занятий:  2  раз в неделю по  2  часа

Праздничные и выходные дни (согласно государственному календарю):

Каникулярный период:

- осенние каникулы -
- зимние каникулы -
- весенние каникулы -
- летние каникулы -

Во время осенних, зимних и весенних каникул в объединениях занятия проводятся в соответствии с учебным планом, допускается изменение расписания.

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь			теория практика	2	Вводное занятие	каб.415	Входящая диагностика Собеседование Наблюдение
2	сентябрь			теория практика	2	Координация Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Собеседование
3	сентябрь			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Обсуждение
4	сентябрь			практика	2	Кросс Jumps	каб.415	Наблюдение Собеседование
5	сентябрь			теория практика	2	Упражнения для ног Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Обсуждение самостоятельная работа
6	сентябрь			теория практика	2	Координация Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Собеседование
7	сентябрь			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Обсуждение
8	сентябрь			теория практика	2	Кросс Jumps	каб.415	Наблюдение Собеседование
9	октябрь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз и импровизация	каб.415	Собеседование Наблюдение Самостоятельная работа

10	октябрь			теория практика	2	Координация Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Обсуждение
11	октябрь			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Собеседование
12	октябрь			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
13	октябрь			теория практика	2	Кросс Jumps	каб.415	Наблюдение Собеседование
14	октябрь			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение
15	октябрь			теория практика	2	Координация Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Собеседование
16	октябрь			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Обсуждение
17	октябрь			теория практика	2	Кросс Jumps	каб.415	Наблюдение Собеседование
18	октябрь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз и импровизация	каб.415	Собеседование Наблюдение самостоятельная работа
19	ноябрь			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
20	ноябрь			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение Выступление
21	ноябрь			теория практика	2	Координация Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Собеседование
22	ноябрь			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Обсуждение
23	ноябрь			теория практика	2	Кросс Jumps	каб.415	Наблюдение Собеседование
24	ноябрь			теория практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
25	ноябрь			теория практика	2	Координация Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Собеседование
26	ноябрь			практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
27	декабрь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Собеседование Самостоятельная работа
28	декабрь			теория	2	Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение

				практика		Упражнения для позвоночника		Обсуждение
29	декабрь			теория практика	2	Кросс Jumps	каб.415	Наблюдение Собеседование
30	декабрь			практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
31	декабрь			теория практика	2	Координация Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Собеседование
32	декабрь			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
33	декабрь			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение
34	декабрь			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение Балетный спектакль Промежуточная диагностика
35	январь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз и импровизация	каб.415	Собеседование Наблюдение Самостоятельная работа
36	январь			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение
37	январь			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение
38	январь			теория практика	2	Кросс Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
39	январь			теория практика	2	Координация Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Собеседование Самостоятельная работа
40	январь			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
41	январь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз и импровизация	каб.415	Собеседование Наблюдение Самостоятельная работа
42	февраль			теория практика	2	Par terre и уровни танцевания Упражнения для позвоночника	каб.415	Наблюдение Обсуждение
43	февраль			теория практика	2	Кросс Jumps	каб.415	Наблюдение Собеседование
44	февраль			теория практика	2	Координация Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Собеседование Самостоятельная

								работа
45	февраль			практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
46	февраль			теория практика	2	Par terre и уровни танцевания Упражнения для позвоночника	каб.415	Наблюдение Собеседование
47	февраль			практика	2	Кросс Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
48	февраль			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз и импровизация	каб.415	Собеседование Наблюдение Самостоятельная работа
49	февраль			теория практика	2	Координация Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Собеседование Самостоятельная работа
50	март			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
51	март			теория практика	2	Par terre и уровни танцевания Упражнения для позвоночника	каб.415	Наблюдение Собеседование
52	март			теория практика	2	Кросс Jumps.	каб.415	Наблюдение Обсуждение
53	март			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Собеседование
54	март			теория практика	2	Координация Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
55	март			теория практика	2	Par terre и уровни танцевания Упражнения для позвоночника	каб.415	Наблюдение Собеседование
56	март			теория практика	2	Кросс Jumps	каб.415	Наблюдение Собеседование
57	март			теория практика	2	Координация Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Собеседование Самостоятельная работа
58	апрель			практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
59	апрель			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Собеседование
60	апрель			практика	2	Кросс Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
61	апрель			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение

62	апрель			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение
63	апрель			практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
64	апрель			практика	2	Концертная деятельность	каб.415	Наблюдение Отчетный концерт Промежуточная диагностика
65	апрель			практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
66	апрель			практика	2	Упражнения для ног Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
67	май			практика	2	Упражнения для ног Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
68	май			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение
69	май			практика	2	Упражнения для ног Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
70	май			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение
71	май			практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Обсуждение
72	май			теория практика	2	Заключительное занятие	каб.415	Собеседование Наблюдение
<b>ВСЕГО:</b>					<b>144</b>			

**Календарный учебный график**

Программа «Dance modern-jazz «Quest» второй этап - базовый, 7-й год обучения (Группа № 1)

Педагог: Паливода А.И.

Количество учебных недель: 36

Режим проведения занятий: \_\_2\_\_ раза в неделю по \_\_2\_\_ часа

Праздничные и выходные дни (согласно государственному календарю):

Каникулярный период:

- осенние каникулы -
- зимние каникулы -
- весенние каникулы -
- летние каникулы -

Во время осенних, зимних и весенних каникул в объединениях занятия проводятся в соответствии с учебным планом, допускается изменение расписания.

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь			теория практика	2	Вводное занятие	каб.415	Входящая диагностика Собеседование Наблюдение
2	сентябрь			теория практика	2	Координация Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Собеседование
3	сентябрь			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Обсуждение
4	сентябрь			практика	2	Кросс Jumps	каб.415	Наблюдение Собеседование
5	сентябрь			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
6	сентябрь			теория практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Собеседование Самостоятельная работа
7	сентябрь			теория практика	2	Координация Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Обсуждение
8	сентябрь			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Собеседование
9	сентябрь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз и импровизация	каб.415	Собеседование Наблюдение Самостоятельная работа

10	октябрь			теория практика	2	Кросс Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
11	октябрь			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Собеседование
12	октябрь			теория практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
13	октябрь			теория практика	2	Координация Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Собеседование
14	октябрь			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Обсуждение
15	октябрь			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Собеседование
16	октябрь			теория практика	2	Кросс Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
17	октябрь			теория практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Собеседование Самостоятельная работа
18	октябрь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз и импровизация	каб.415	Собеседование Наблюдение Самостоятельная работа
19	ноябрь			теория практика	2	Координация Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Обсуждение
20	ноябрь			теория практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение Выступление
21	ноябрь			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Собеседование
22	ноябрь			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения.	каб.415	Наблюдение Обсуждение
23	ноябрь			теория практика	2	Кросс Jumps	каб.415	Наблюдение Собеседование
24	ноябрь			теория практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
25	ноябрь			теория практика	2	Координация Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Собеседование
26	ноябрь			практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Обсуждение

27	декабрь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Собеседование Самостоятельная работа
28	декабрь			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения.	каб.415	Наблюдение Обсуждение
29	декабрь			теория практика	2	Кросс Jumps	каб.415	Наблюдение Собеседование
30	декабрь			практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
31	декабрь			теория практика	2	Координация Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Собеседование
32	декабрь			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение
33	декабрь			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение
34	декабрь			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение Балетный спектакль Промежуточная диагностика
35	декабрь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз и импровизация	каб.415	Собеседование Наблюдение Самостоятельная работа
36	январь			теория практика	2	Координация Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Обсуждение
37	январь			теория практика	2	Par terre и уровни танцевания Упражнения для позвоночника	каб.415	Наблюдение Собеседование
38	январь			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
39	январь			теория практика	2	Кросс Jumps	каб.415	Наблюдение Собеседование
40	январь			теория практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
41	январь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз и импровизация	каб.415	Собеседование Наблюдение Самостоятельная работа
42	январь			практика	2	Концертная деятельность	каб.415	Наблюдение
43	февраль			теория	2	Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение

				практика		Упражнения для позвоночника		Собеседование
44	февраль			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Собеседование
45	февраль			практика	2	Кросс Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
46	февраль			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение
47	февраль			практика	2	Координация Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Обсуждение
48	февраль			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз и импровизация	каб.415	Собеседование Наблюдение Самостоятельная работа
49	февраль			теория практика	2	Par terre и уровни танцевания Упражнения для позвоночника	каб.415	Наблюдение Собеседование
50	март			теория практика	2	Кросс Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
51	март			теория практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Собеседование Самостоятельная работа
52	март			теория практика	2	Координация Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Обсуждение
53	март			теория практика	2	Par terre и уровни танцевания Упражнения для позвоночника	каб.415	Наблюдение Собеседование
54	март			теория практика	2	Кросс Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
55	март			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение
56	март			теория практика	2	Координация Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Собеседование
57	март			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Собеседование
58	март			практика	2	Кросс Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
59	апрель			теория практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Собеседование Самостоятельная работа
60	апрель			практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
61	апрель			практика	2	Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Обсуждение
62	апрель			практика	2	Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение

						Jumps		Обсуждение
63	апрель			практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
64	апрель			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение Отчетный концерт Промежуточная диагностика
65	апрель			практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
66	апрель			практика	2	Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Обсуждение
67	май			практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
68	май			практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
69	май			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение
70	май			практика	2	Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение
71	май			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение
72	май			теория практика	2	Заключительное занятие	каб.415	Собеседование Наблюдение
<b>ВСЕГО:</b>					<b>144</b>			

### Календарный учебный график

Программа «Dance modern-jazz «Quest» третий этап - продвинутый, 8-й год обучения (Группа № 1)

Педагог: Паливода А.И.

Количество учебных недель: 36

Режим проведения занятий:  2  раз в неделю по  2  часа

Праздничные и выходные дни (согласно государственному календарю):

Каникулярный период:

- осенние каникулы -
- зимние каникулы -
- весенние каникулы -
- летние каникулы -

Во время осенних, зимних и весенних каникул в объединениях занятия проводятся в соответствии с учебным планом, допускается изменение расписания.

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь			теория практика	2	Вводное занятие	каб.415	Входящая диагностика Наблюдение Собеседование
2	сентябрь			теория практика	2	Координация Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Обсуждение
3	сентябрь			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Собеседование
4	сентябрь			теория практика	2	Кросс Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
5	сентябрь			теория практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Собеседование Самостоятельная работа
6	сентябрь			теория практика	2	Координация Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Обсуждение
7	сентябрь			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Собеседование
8	сентябрь			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Обсуждение
9	сентябрь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз и импровизация	каб.415	Собеседование Самостоятельная работа
10	октябрь			теория	2	Кросс	каб.415	Наблюдение

				практика		Jumps		Собеседование
11	октябрь			теория практика	2	Координация Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Обсуждение
12	октябрь			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Собеседование
13	октябрь			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Обсуждение
14	октябрь			теория практика	2	Кросс Jumps	каб.415	Наблюдение Собеседование
15	октябрь			теория практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
16	октябрь			теория практика	2	Координация Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Собеседование
17	октябрь			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
18	октябрь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз и импровизация	каб.415	Собеседование Наблюдение
19	ноябрь			теория практика	2	Кросс Jumps	каб.415	Наблюдение Собеседование
20	ноябрь			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение Выступление
21	ноябрь			теория практика	2	Координация Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Обсуждение
22	ноябрь			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Собеседование
23	ноябрь			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
24	ноябрь			теория практика	2	Кросс Jumps	каб.415	Наблюдение Собеседование
25	ноябрь			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение
26	ноябрь			теория практика	2	Координация Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Обсуждение
27	декабрь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз и импровизация	каб.415	Собеседование Самостоятельная работа
28	декабрь			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
29	декабрь			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Собеседование
30	декабрь			теория	2	Кросс	каб.415	Наблюдение

				практика		Jumps		Обсуждение
31	декабрь			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение
32	декабрь			практика	2	Координация Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Собеседование
33	декабрь			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение
34	декабрь			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение
35	декабрь			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение Балетный спектакль Промежуточная диагностика
36	январь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз и импровизация	каб.415	Собеседование Наблюдение Самостоятельная работа
37	январь			теория практика	2	Концертная деятельность	каб.415	Наблюдение
38	январь			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Собеседование
39	январь			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
40	январь			теория практика	2	Кросс Jumps	каб.415	Наблюдение Собеседование
41	январь			теория практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
42	январь			теория практика	2	Координация Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Собеседование
43	февраль			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Обсуждение
44	февраль			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Собеседование
45	февраль			теория практика	2	Кросс Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
46	февраль			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение
47	февраль			теория практика	2	Координация Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Обсуждение
48	февраль			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Собеседование
49	февраль			практика	2	Упражнения для ног Вращения		Наблюдение Собеседование
50	март			теория	2	Кросс	каб.415	Наблюдение

				практика		Jumps		Собеседование
51	март			теория практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
52	март			теория практика	2	Координация Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Собеседование
53	март			теория практика	2	Упражнения для позвоночника Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Обсуждение
54	март			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Собеседование
55	март			теория практика	2	Кросс. Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
56	март			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение
57	март			теория практика	2	Блюз и импровизация.	каб.415	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
58	март			теория практика	2	Par terre и уровни танцевания Упражнения для позвоночника	каб.415	Наблюдение Собеседование
59	апрель			теория практика	2	Упражнение для ног Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
60	апрель			теория практика	2	Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Обсуждение
61	апрель			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение
62	апрель			практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
63	апрель			практика	2	Упражнение для ног Jumps	каб.415	Наблюдение Собеседование
64	апрель			теория практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
65	апрель			практика	2	Концертная деятельность	каб.415	Наблюдение Отчетный концерт Промежуточная диагностика
66	апрель			практика	2	Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение
67	май			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение

68	май			практика	2	Par terre и уровни танцевания Концертная деятельность	сцена	Наблюдение
69	май			практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Самостоятельная работа
70	май			практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Самостоятельная работа
71	май			практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Самостоятельная работа
72	май			теория практика	2	Заклочительное занятие	каб.415	Наблюдение Собеседование
<b>ВСЕГО:</b>					<b>144</b>			

**Календарный учебный график**

Программа «Dance modern-jazz «Quest» третий этап - продвинутый, 9-й год обучения (Группа № 1)

Педагог: Паливода А.И.

Количество учебных недель: 36

Режим проведения занятий: \_\_2\_\_ раз в неделю по \_\_2\_\_ часа

Праздничные и выходные дни (согласно государственному календарю):

Каникулярный период:

- осенние каникулы -
- зимние каникулы -
- весенние каникулы -
- летние каникулы -

Во время осенних, зимних и весенних каникул в объединениях занятия проводятся в соответствии с учебным планом, допускается изменение расписания.

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь			теория практика	2	Вводное занятие	каб.415	Входящая диагностика Наблюдение Собеседование
2	сентябрь			теория практика	2	Координация Упражнения для ног	каб.415	Наблюдение Обсуждение
3	сентябрь			теория практика	2	Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Собеседование
4	сентябрь			теория практика	2	Упражнения для ног Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
5	сентябрь			теория практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Собеседование Самостоятельная работа
6	сентябрь			теория практика	2	Координация	каб.415	Наблюдение Обсуждение
7	сентябрь			теория практика	2	Упражнения для ног Jumps	каб.415	Наблюдение Собеседование
8	сентябрь			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
9	сентябрь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз и импровизация	каб.415	Собеседование Самостоятельная работа

10	октябрь			теория практика	2	Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Собеседование
11	октябрь			теория практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
12	октябрь			теория практика	2	Координация	каб.415	Наблюдение Собеседование
13	октябрь			теория практика	2	Упражнения для ног Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
14	октябрь			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Собеседование
15	октябрь			теория практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
16	октябрь			теория практика	2	Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Собеседование
17	октябрь			теория практика	2	Координация	каб.415	Наблюдение Обсуждение
18	октябрь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз и импровизация	каб.415	Собеседование Наблюдение Самостоятельная работа
19	ноябрь			теория практика	2	Упражнения для ног Jumps.	каб.415	Наблюдение Собеседование
20	ноябрь			практика	2	Концертная деятельность	каб.415	Наблюдение Выступление
21	ноябрь			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
22	ноябрь			теория практика	2	Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Собеседование
23	ноябрь			теория практика	2	Блюз и импровизация Концертная деятельность	сцена	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
24	ноябрь			теория практика	2	Координация	каб.415	Наблюдение Собеседование
25	ноябрь			теория практика	2	Упражнения для ног Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
26	ноябрь			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение

27	декабрь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз и импровизация	каб.415	Собеседование Самостоятельная работа
28	декабрь			теория практика	2	Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Обсуждение
29	декабрь			теория практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Собеседование Самостоятельная работа
30	декабрь			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение
31	декабрь			практика	2	Упражнения для ног Jumps	каб.415	Наблюдение
32	декабрь			практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение
33	декабрь			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение
34	декабрь			практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Самостоятельная работа
35	декабрь			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение Балетный спектакль Промежуточная диагностика
36	январь			теория практика	2	Введение в мир хореографического искусства Блюз и импровизация	каб.415	Собеседование Наблюдение Самостоятельная работа
37	январь			теория практика	2	Координация	каб.415	Наблюдение Обсуждение
38	январь			теория практика	2	Упражнения для ног Jumps	каб.415	Наблюдение Собеседование
39	январь			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
40	январь			теория практика	2	Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Собеседование
41	январь			теория практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
42	январь			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение Выступление
43	февраль			теория практика	2	Упражнения для ног Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение

44	февраль			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Собеседование
45	февраль			теория практика	2	Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Обсуждение
46	февраль			теория практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Собеседование Самостоятельная работа
47	февраль			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение
48	февраль			теория практика	2	Упражнения для ног Jumps	каб.415	Наблюдение Собеседование
49	февраль			практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение
50	март			теория практика	2	Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Собеседование
51	март			теория практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
52	март			теория практика	2	Упражнения для ног Jumps	каб.415	Наблюдение Собеседование
53	март			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
54	март			теория практика	2	Par terre и уровни танцевания	каб.415	Наблюдение Собеседование
55	март			теория практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
56	март			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение Выступление
57	март			теория практика	2	Упражнения для ног Jumps	каб.415	Наблюдение Обсуждение
58	март			теория практика	2	Упражнения для ног Вращения	каб.415	Наблюдение Собеседование
59	апрель			теория практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
60	апрель			теория практика	2	Jumps Вращения	каб.415	Наблюдение Обсуждение
61	апрель			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение

62	апрель			практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
63	апрель			практика	2	Jumps Вращения	каб.415	Наблюдение Собеседование
64	апрель			теория практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Обсуждение Самостоятельная работа
65	апрель			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение Отчетный концерт Промежуточная диагностика
66	апрель			практика	2	Jumps Вращения	каб.415	Наблюдение
67	май			практика	2	Блюз и импровизация	каб.415	Наблюдение Самостоятельная работа
68	май			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение
69	май			практика	2	Jumps Вращения	каб.415	Наблюдение
70	май			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение
71	май			практика	2	Концертная деятельность	сцена	Наблюдение
72	май			теория практика	2	Заключительное занятие	каб.415	Наблюдение Собеседование
<b>ВСЕГО:</b>					<b>144</b>			

### Примерный календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название события, мероприятия	Сроки	Форма проведения	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
1	Тематическая беседа на тему «Правила дорожного движения и правила поведения в общественном транспорте и у водоёма»	сентябрь	Беседа	Фото- и видеоматериалы, публикация в соцсетях
2	Мероприятие «Хорошо нам рядышком с дедушкой и бабушкой» ко Дню пожилого человека	октябрь	Рассказ о своих бабушках и дедушках и знакомство с танцами 60-70-х годов	Фото- и видеоматериалы, публикация в соцсетях
3	День матери	ноября	Выставка детского рисунка	Фото- и видеоматериалы, публикация в соцсетях
4	Игра-квеста «В поисках пропавшего снега»	январь	Игра-квеста	Фото- и видеоматериалы, публикация в соцсетях
5	День защитника Отечества	23 февраля	Выставка детского рисунка	Фото- и видеоматериалы, публикация в соцсетях
6	Участие обучающихся в новогодней кампании Центра «Лапландия»	декабрь-январь	Выступление	Фото- и видеоматериалы, публикация в соцсетях
7	«Праздник доброго сердечка»	февраль	Открытки	Фото- и видеоматериалы, публикация в соцсетях
8	Праздничная программа «Солнечный праздник», посвящённая Международному дню 8 Марта	8 марта	Онлайн-марафон поздравлений	Фото- и видеоматериалы, публикация в соцсетях
9	День Победы	9 мая	Беседа Акция «Георгиевская ленточка»	Фото- и видеоматериалы, публикация в соцсетях
10	Организованное посещение концертных выступлений профессиональных художественных коллективов и исполнителей организованные Центром Лапландии	В течение года	-	Фото- и видеоматериалы, публикация в соцсетях
11	Посещение выставок, экскурсий, спектаклей, концертов, посвященных 80-летию победы в ВОВ	В течение года	-	Фото- и видеоматериалы, публикация в соцсетях
12	Тематическая выставка рисунков, поделок, творческих работ	Апрель-декабрь	-	Фото- и видеоматериалы, публикация в соцсетях
13	Участие обучающихся в мероприятиях по профилактике пожароопасных ситуаций, дорожно-транспортных происшествий, терактов	В течение года	Беседа	Фото- и видеоматериалы, публикация в соцсетях
14	Участие обучающихся групп в концертных выступлениях на мероприятиях Центра «Лапландия» и других учреждений города и области	В течение года	Выступление	Фото- и видеоматериалы, публикация в соцсетях

### **Методический комментарий к программе Первый год обучения**

Осваивается методика изучения и исполнения движений модерн-джаз танца в их первооснове: основные элементы экзерсиса, прыжки простейших форм, повороты и наклоны корпуса и головы, учебно-танцевальные элементы.

В процессе обучения основное внимание уделяется постановке корпуса, ног, рук и головы в соответствии с требованиями «школы» модерн-джаз танца. Осуществляется работа, направленная на развитие физических данных: выворотности ног, гибкости, устойчивости корпуса, танцевального шага, прыжка. Задачей первого года является также развитие элементарной координации (на основе простейших движений) и музыкальности, умения согласовывать движения с музыкальными ритмами и темпами. Движения исполняются в «чистом виде» или в простейших комбинациях.

#### **Второй год обучения**

Продолжается освоение основных элементов модерн-джаз танца. Работа над правильной формой движений сочетается с укреплением мышц ног, особенно стопы, выработкой устойчивости, совершенствованием изоляции, развитием музыкальности и танцевальности. Для развития общей выносливости и укрепления суставно-связочного и мышечного аппарата увеличивается количество движений, входящих в одну комбинацию. Выработке устойчивости способствуют: развитие выворотности, правильное распределение тяжести корпуса на стопы (или одну стопу), хорошо тренированный подтянутый корпус, правильное положение рук в позициях. Музыкальное сопровождение становится более разнообразным по ритмическому рисунку. От медленных темпов осуществляется постепенный переход к более быстрому. Несколько ускоряется общий темп занятия.

#### **Третий год обучения**

Совершенствование ранее пройденных движений. Дальнейшее развитие выворотности ног, натянутости ног, устойчивости. В целях развития координации вводится постепенное поднятие и опускание рук в сочетании с движениями ног. Ряд движений исполняется на полупальцах. Уделяется внимание развитию силы мышц ног, корпуса, рук, четкости, точности поворота головы. Для развития выносливости удлиняются комбинации. Ускоряется темп исполнения движений.

#### **Четвертый год обучения**

Продолжается освоение основных элементов модерн-джаз танца и совершенствование ранее пройденных движений. Продолжается работа, направленная на дальнейшее развитие силы ног, устойчивости на полупальцах, общую физическую выносливость. С этой целью увеличивается количество движений, входящих в одну комбинацию, ускоряется по сравнению с предыдущим годом темп занятия. Одновременно развивается согласованность в работе всех частей двигательного аппарата тела; мягкость, лигированность исполнения движений в комбинационных заданиях; умение воспроизводить в комбинированном задании не только темпо-ритмическую основу музыкального задания, но и тему-мелодию.

#### **Пятый год обучения**

Совершенствование ранее пройденных движений. Дальнейшее развитие выворотности, натянутости ног, устойчивости. В целях развития координации вводится постепенное поднятие и опускание рук в сочетании с движениями ног. Ряд движений исполняется на полупальцах. Уделяется внимание развитию силы мышц ног, корпуса, рук, четкости, точности поворота головы. Для развития выносливости удлиняются комбинации. Ускоряется темп исполнения движений.

#### **Шестой год обучения**

Продолжается освоение основных элементов модерн-джаз танца и совершенствование ранее пройденных движений. Продолжается работа, направленная на дальнейшее развитие силы ног, устойчивости на полупальцах, общую физическую выносливость. С этой целью увеличивается количество движений, входящих в одну комбинацию, ускоряется по сравнению с предыдущим годом темп занятия. Одновременно развивается согласованность в работе всех

частей двигательного аппарата тела; мягкость, лигированность исполнения движений в комбинационных заданиях.

#### **Седьмой год обучения**

Продолжается освоение основных элементов модерн-джаз танца и совершенствование ранее пройденных движений. Продолжается работа, направленная на дальнейшее развитие силы ног, устойчивости на полупальцах, общую физическую выносливость. Для достижения данной цели увеличивается количество движений, входящих в одну комбинацию, ускоряется по сравнению с предыдущим годом темп занятия. Одновременно развивается согласованность в работе всех частей двигательного аппарата тела; мягкость, лигированность исполнения движений в комбинационных заданиях; умение воспроизводить в комбинированном задании не только темпо-ритмическую основу музыкального задания, но и тему-мелодию. Выполняется работа на раскрытие творческих способностей учащихся, увеличиваются и усложняются задания направленные на импровизацию и творческую активность.

#### **Восьмой год обучения**

Разучиваются и отрабатываются новые, совершенствуются пройденные движения модерн-джаз танца. Продолжается работа, направленная на дальнейшее развитие силы ног, устойчивости на полупальцах, общую физическую выносливость. С этой целью увеличивается количество движений, входящих в одну комбинацию, ускоряется темп занятия. Одновременно развивается согласованность в работе всех частей двигательного аппарата тела; мягкость, лигированность исполнения движений в комбинационных заданиях; умение воспроизводить в комбинированном задании не только темпо-ритмическую основу музыкального задания, но и тему-мелодию.

#### **Девятый год обучения**

Разучиваются и отрабатываются новые, совершенствуются пройденные движения модерн-джаз танца. Увеличивается силовая нагрузка и координационная сложность заданий. Усиливается динамика исполнения. Сочетание движений становится более танцевальным. В комбинации движений свободнее вводятся вспомогательные и связующие элементы. При этом выделяются основные, главные движения; на промежуточных положениях внимание не акцентируется. Продолжается работа над выразительностью всех элементов комбинаций, нюансировкой движений, пластикой тела, ритмической согласованностью движений корпуса, рук, ног, головы. Большое внимание уделяется развитию апломба (уверенного точного исполнения движений, соблюдения равновесия в сложных заданиях), эмоционального восприятия и передачи музыкальных тем.

#### **Десятый год обучения**

Разучиваются и отрабатываются новые, совершенствуются пройденные движения модерн-джаз танца. Увеличивается силовая нагрузка и координационная сложность заданий. Усиливается динамика исполнения. Сочетание движений становится более танцевальным. В комбинации движений свободнее вводятся вспомогательные и связующие элементы. При этом выделяются основные, главные движения; на промежуточных положениях внимание не акцентируется. Продолжается работа над выразительностью всех элементов комбинаций, нюансировкой движений, пластикой тела, ритмической согласованностью движений корпуса, рук, ног, головы. Большое внимание уделяется развитию апломба (уверенного точного исполнения движений, соблюдения равновесия в сложных заданиях), эмоционального восприятия и передачи музыкальных тем. Уделяется большое внимание творческой активности в индивидуальной импровизации на музыкальное произведение по выбору учащегося. Создание самостоятельных танцевальных композиций учащимися.

## **Характеристика основных разделов программы**

### **Ритм и музыкально-ритмические упражнения**

**Цель:** выработать умение согласовывать движения с музыкальными темпами и ритмами, развивать у учащихся способность придавать движениям характер, связанный с музыкальным образом, делать их выразительными.

Упражнения помогают развить эмоциональность и образность восприятия музыки, чувство ритма, мелодический и гармонический слух, ощущение музыкальной формы, музыкальную память и т.д.

Приобретенные навыки используются в процессе всех годов обучения.

### **Постановка корпуса**

**Цель:** выработать устойчивость («арlomb») и свободу движения корпуса.

«Поза коллапса» - своеобразное держание тела, когда нет напряжения и вытянутости вверх. Тело свободно и расслаблено, его изгибы немного утрируются, колени согнуты, торс и голова немного наклонены вперед. При напряжении невозможно движение отдельными центрами тела. Необходимо добиваться достаточной свободы позвоночника, но в то же время тело должно быть достаточно напряженным, чтобы движения были энергичными.

«Contraction» и «release» - термины связаны с положением торса, рук и ног. «Contraction» - сжатие, группировка к центру тела или сжатие отдельных его частей.

«Release» - реализация, расширение, распространение. «Contraction» и «release» тесно связаны с дыханием. «Contraction» исполняется на выдохе, «release» - на вдохе. Взаимосвязь дыхания и движения приводит к естественности, придает динамическую окраску движениям. «Contraction» не является динамичным движением, т. е. сжатие происходит за счет сокращения мышц, а не за счет движения. Во время «contraction» происходит, как бы аккумуляция внутренней энергии, которая затем выплескивается во время «release» и какого-либо движения.

«Contraction» начинается с глубины таза, между берцовыми костями, а затем распространяется вверх, захватывая весь позвоночник, последней в движение приходит голова. Аналогично, снизу вверх исполняется «release».

Приобретенные навыки используются в процессе всех годов обучения.

### **Позиции рук и ног**

**Цель:** выработать устойчивость при правильной постановке ног в позициях, свободу и точность движений рук.

Руки имеют максимальную возможность движения, множество различных положений.

Руки могут двигаться в вытянутом положении, без изгибов. Две руки могут исполнять множество сочетаний в различных плоскостях (впереди, вверху, сзади).

Каждая часть руки - кисть, предплечье, пальцы - может двигаться изолированно или в сочетании друг с другом.

Устоявшиеся положения рук, которые используются различными системами танца и считаются позициями, в джаз-модерн танце более свободны. Это связано, прежде всего, с разнообразным положением кисти, которая может быть вытянута, может быть сокращена («flex»), может поворачиваться в любом направлении. Локоть также, может быть, и вытянут, и округлен. Таким образом, основные позиции могут иметь большое количество вариантов, связанных с положением кисти и локтя.

Ноги - выполняют двойную функцию: передвигают тело в пространстве и выполняют самостоятельные движения.

В модерн-джаз танце используются три варианта положения стоп:

- параллельное положение - стопы стоят параллельно друг другу;

- аут-позиция - выворотная, аналогичная позициям классического танца;
- ин-позиция - заворотная, носки вовнутрь, пятки наружу.

Приобретенные навыки используются в процессе всех годов обучения.

### **Stretch (растяжение)**

**Цель:** развитие эластичности мышц и связок тела.

Упражнения выполняются без воздействия со стороны, т. к. человеческое тело само по себе достаточно универсально. Самоманипулирование своим телом в медленном, а, значит, безопасном ритме дает наиболее эффективные результаты. Медленные движения воздействуют на мышцы и суставы по всей их глубине.

Главные требования к движениям - плавность и ритмичность.

Выполнение упражнений со статикой и расслаблением развивает мышечный контроль, вырабатывает навыки памяти тела. Упражнения на растяжку и расслабление - наиболее эффективный способ развития умения управлять своим мышечным тонусом.

Обязательные элементы системы:

- чередование статистических напряжений и расслаблений определенных участков тела;
- концентрация внимания на том участке тела, на который воздействует упражнение;
- включение упражнений на дыхание.

### **Isolation (изоляция)**

**Цель:** выработать свободные движения отдельных частей тела.

«Isolation» - это технический прием, который подразумевает, что центр каждой части тела двигается независимо от центра другой части тела. Эта, на первый взгляд, простая задача достаточно сложна для начинающего танцора, т. к. по анатомическим особенностям нашего тела все центры связаны между собой, и движение, например, головой, естественно вызывает напряжение в плечевом поясе или в грудной клетке. Однако изоляция - это основной технический прием, с которого начинается обучение модерн-джаз танцу.

Изоляции, как правило, подвергаются все центры - от головы до ног.

Первоначально все движения изучаются в «чистом» виде.

Второй этап - соединение движений одного центра в простейшие комбинации: крест, квадрат, круг, полукруг.

Следующий этап - соединение в более сложные геометрические комбинации, более сложные ритмические структуры.

Наконец, последний этап - соединение движений нескольких центров.

### **Упражнения для ног**

**Цель:** выработать силу и эластичность мышц и связок ног, развить танцевальный шаг.

Ноги выполняют двойную функцию: передвигают тело в пространстве и выполняют самостоятельные движения. Отдельные части ноги - стопа, голеностоп - могут двигаться изолированно. Стопа может натягиваться (положение «point») и сокращаться (положение «flex»). Кроме того, стопа может делать ограниченные движения из стороны в сторону, а также вращаться. Голеностоп, как и стопа, может совершать движения из стороны в сторону и вперед-назад, кроме того, возможны круговые движения голеностопом.

### **Walks (ходы)**

**Цель:** изучить основные ходы модерн-джаз танца.

Шаги разделяются на 4 основные группы:

- шаги примитива;
- шаги в модерн-джаз манере;
- шаги в рок манере;
- шаги в мюзикл - комедии - джаз манере, т. е. в манере раннего джаза.

Существуют еще и связующие шаги.

### **Jumps (прыжки)**

**Цель:** обучить основным прыжкам модерн-джаз танца и классического танцевания. Прыжки условно можно разделить на 4 группы:

- с двух ног на две («jump»);
- с одной ноги на другую с продвижением («leap»);
- с одной ноги на ту же ногу («hop»);
- с двух ног на одну.

Характерной особенностью является исполнение прыжка как с акцентом вверх, так и с акцентом вниз.

### **Блюз**

**Цель:** развить танцевальность у учащихся.

Этот раздел включает спокойные, широкие движения и комбинации, исполняемые в медленном темпе и призванные восстанавливать дыхание.

По аналогии с терминами классического танца можно сказать, что раздел «Blues» включает в себя движения «port de bras» и «адажио».

В модерн-джаз танце «Blues» - медленное исполнение несложных комбинаций, сочетающих в себе подъем и спад, широкие движения руками, простые шаги и покачивания в корпусе.

### **Координация**

**Цель:** развить координационные способности.

При движении двух или более центров одновременно возникает необходимость их скоординировать. Координация осуществляется двумя способами: импульсом, при котором два или несколько центров приводятся в одновременное движение, либо применяется принцип управления, т. е. центры включаются в движение последовательно.

1 этап - координация изолированных центров. Координируются два, три, четыре центра в одновременном параллельном движении.

2 этап - координация усложняется движением в оппозицию, введением сложных ритмических рисунков.

3 этап - координация нескольких центров во время передвижения.

### **Упражнения для позвоночника**

**Цель:** развить гибкость позвоночника и подвижность во всех его отделах.

Виды движений:

- наклоны торса;
- твист торса;
- спирали;
- «body roll» («волны»);
- «tilt».

Выполняя упражнения необходимо помнить, что амплитуду движений следует увеличивать постепенно, исполнять их плавно, не начинать с резких движений.

### **Par terre и Stretch**

**Цель:** проработка различных мышечных групп, улучшение трофики межпозвоночных структур, увеличение эластичности связок и подвижности суставов.

Многие упражнения выполняются сидя и лежа на полу. Упражнения помогают приобрести упругость и эластичность всего тела, исправляют такие физические дефекты, как: сутулость, искривление позвоночника, плоскостопие и т. д.

Это система специально подобранных физических упражнений, основной отличительной чертой является то, что они проводятся «на земле», то есть, различные упражнения выполняются в положении сидя, лежа, на боку, из различных упоров.

### **Вращения**

**Цель:** укрепление вестибулярного аппарата.

Вращения, как и прыжки, могут выполняться на месте и с передвижением в пространстве. Основные виды поворотов:

- на двух ногах;
- на одной ноге;
- повороты по кругу вокруг воображаемой оси;
- повороты на различных уровнях;
- лабильные вращения.

### **Par terre и уровни танцевания**

**Цель:** развить у исполнителя навык передвижения тела по вертикали.

Модерн-джаз танец активно использует передвижение танцора не только по горизонтали, но и по вертикали.

Уровнем называется расположение тела танцора относительно земли.

Основные виды уровней:

- «стоя»;
- «сидя»;
- «стоя на четвереньках»;
- «сидя на корточках»;
- «стоя на коленях»;
- «лежа».

Кроме того, существуют так называемые акробатические уровни:

- шпагаты (поперечный и продольный);
- «мост»;
- «березка» (стойка на руках, стойка на лопатках);
- «колесо».

Задачи уровней во время урока многообразны:

- в различных уровнях исполняются движения на изоляцию;
- в партере очень полезно выполнять упражнения стрейтч-характера;
- в уровнях сидя и лежа достаточно много упражнений на «contraction» и «release», спирали и твисты торса;
- сама смена уровней, быстрый переход из одного уровня в другой - дополнительный тренаж на координацию.

### **Кросс**

**Цель:** развить у исполнителя навык передвижения тела по горизонтали.

Кросс – это передвижение в пространстве.

Этот раздел занятия:

- развивает танцевальность;
- позволяет приобрести манеру и стиль джаз-модерн танца;
- способствует развитию ориентации на площадке при помощи основных линий и направлений танца, а также рисунка.

Виды движений входящих в раздел:

- шаги;
- прыжки;
- вращения.

### **Блюз и импровизация**

**Цель:** развить танцевальность и выразительность исполнения.

Главное требование раздела «Blues» и импровизация» - танцевальность, использование определенного рисунка движения, различных направлений и ракурсов, чередование сильных и слабых движений, т. е. использование всех средств танцевальной выразительности, раскрывающих индивидуальность исполнителя.

Комбинация изучается на протяжении 3-4 занятий, затем шлифуется и отрабатывается. Возможен путь, когда несколько комбинаций соединяются в единый, хореографически выстроенный номер. В этом разделе дается возможность исполнителям сочинять свои комбинации (импровизировать).

## Примерный репертуарный план

№ п/п	Название произведения	Музыкальный материал	Группа №	Год обучения
1	«Про осу»	О. Анофрием «Про осу»	1	1,2
2	«Котята»	«Я пушистый беленький котенок» Лариса Брехман	1	2,3
3	«Комарики»	Терем – квартет «Комарики – комарочки мои»	1	2,3
4	«Зови на помощь нас»	Детская студия «Дельфин» «Карабас и тарантас»	1	1
5	«Коротышки»	Песня «Коротышки» Г. Гладков, И.Лебедев	1	1
6	«Наука 0+»	Композиторы Марина Ланда, Сергей Мардарь саундтрек мультфильма «Смешарики»	1	4
7	«Первоклашка»	BETSY «Первоклашка»	1	1,4
8	«Сказки Гидрометцентра»	Композиторы Марина Ланда, Сергей Мардарь муз. «Плюс семь – минус семь» саундтрек мультфильма «Смешарики»	1	5
9	«Оленята»	ВИА Творческие узбеки «Saami ice cream», Mari Boine Persen «Etno Jenny»	1	6
10	«Не спи, Серега»	Чайф «Не спи, Серега»	1	6
11	«Свитер»	«Берегись автомобиля» оркестр С. Мазаева	1	6
12	«Приснилось...»	Группа «Волга» песня «Квашня»	1	5
13	«Искра жизни»	Goodbye Jan A.P. Kaczmarek	1	7
14	«Школа приглашает»	Витуська & DJ Slavco - На урок	1	4,7,8
15	«Космическое пространство»	Игорь Вдовин - Космион за стенкой. Прыжок на сто лет вперед. Смешарики - Чёрная дыра.	1	7
16	«Дорога к мечте»	Christian Reindl Lucie Paradis Power-Haus_- Balder	1	8
17	«Черемушка»	Группа «Начало века» «Черемушка»	1	8
18	«Разговоры за спиной»	Vitamin_String_Quartet_-Dance_Dance	1	9
19	«Я делаю шаг»	The Hatters – Я делаю шаг	1	9
20	«Испанский танец»	Strings Orchestra - Cordoba	1	8
21	«Крылья»	Вероника Сыромля «Не мешай»	1	8
22	«Цыганский танец»	Юрий Левитин «Цыганский танец» к/ф «Арена смелых»	1	8,9
23	«Саамские мотивы»	Тувинская народная музыка «Tuva Groove»	1	8,9
24	«Время»	Onika -Time	1	8
25	«Орешина»	FolkBeat «Орешина»	1	9
26	«Ведьмы»	Lullaby (Original Mix) Billy «Призраки»	1	9
27	Балетный спектакль	Сборная	1	1-9