Министерство образования и науки Мурманской области
Государственное автономное учреждение
дополнительного образования Мурманской области
«Мурманский областной Центр дополнительного образования «Лапландия»

ПРИНЯТА	УТВЕРЖДЕНА
методическим советом	приказом ГАУДОМО
Протокол	«МОЦДО «Лапландия»
от 11.09.19 № 2	от 13.09.19 № 955
Председатель _____ О. А. Бережняк	Директор _____ С. В. Кулаков

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Jazz-modern Junior Quest»

Срок реализации программы: **2 года**
Возраст учащихся: **7-9 лет**

Составитель:
Паливода Антонина Ивановна,
педагог дополнительного образования

Мурманск
2019

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы – художественная.

Уровень программы - стартовый.

Программа «Jazz-modern Junior Quest» составлена в соответствии с требованиями следующих **нормативно-правовых документов**:

– Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;

– Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"

– постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

– распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;

– Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств (Приложение к письму Минкультуры России от 19.11.2013 г. № 191-01-39/06-ГИ).

– Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, направленными письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242.

Актуальность, педагогическая целесообразность реализации программы «Jazz-modern Junior Quest» заключается в систематизации работы с учащимися в направлении «Джаз-модерн танец» одним из видов современного хореографического искусства, которое объединяет в себе все модные танцевальные течения, который на сегодняшний день очень востребован в репертуаре детских хореографических коллективов. Джаз-модерн один из самых популярных танцев у детей, подростков и молодёжи. Принцип освоения джаз-модерн танца помогает достигать любому ребенку самовыражения через движения, приобщаются к танцевальной и музыкальной культуре, формируется эстетический вкус, а также способствует физическому развитию и оздоровлению учащихся.

Стартовый уровень программы «Jazz-modern Junior Quest» предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого освоения содержания программы.

Цель программы – создание условий, способствующих раскрытию и развитию творческого потенциала детей младшего школьного возраста в процессе обучения джаз-модерн танцу.

Задачи программы:

Обучающие:

- изучение джазовых позиций рук и ног;
- ознакомление с ритмическими особенностями музыкального материала, используемого на занятиях джаз-модерн танца;
- изучение приёма изоляции, как основного технического приёма джаз-танца;
- формирование умения различать сильные и слабые доли, выделять синкопу.

Развивающие:

- развитие физического аппарата ребенка посредством упражнений в стретч-характере;
- развитие музыкальности посредством приобщения к классической музыке, джазовой музыке и авангардным музыкальным направлениям;
- развитие стремления к самовыражению, посредством импровизации, освобождения учащихся от общей зажатости, скованности, психофизических комплексов;
- развитие музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения.

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.

Адресат программы

Программа «Jazz-modern Junior Quest» рассчитана на детей, имеющих интерес к современному хореографическому искусству.

Возраст учащихся: 7-9 лет

Форма реализации программы: очная

Срок освоения программы: программа «Jazz-modern Junior Quest» стартовый уровень рассчитана на **2 года обучения**:

Форма организации занятий: групповая

Режим занятий:

1 год обучения –72 часа - 1 раз в неделю по 2 академических часа

2 год обучения –72 часа - 1 раз в неделю по 2 академических часа

Режим занятий соответствует санитарно-эпидемиологическим требованиям к учреждениям дополнительного образования детей. (Санитарно-эпидемиологические правила и нормы к учреждениям дополнительного образования детей (Внешкольные учреждения). Постановление от 04.07.2014 г. № 41. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы САНПиН 2.4.4.3172 – 14. Письмо Минобрнауки РФ «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) № 09-3242 от 18.11.2015г. – М., 2015.)

Количество учащихся:

1 год обучения – 15 человек

2 год обучения – 15 человек

Набор. В целях изучения учащимися различных танцевальных стилей программа «Jazz-modern Junior Quest» полагает совместную реализацию с программой «Dance Classic Junior Quest», в связи с чем и набор учащихся на данные программы предполагается тоже совместный. Учащиеся зачисляются в учебные группы при наличии письменного заявления родителей или законных представителей. Учащиеся, успешно освоившие данную программу, могут продолжить обучение по программе базового уровня «Jazz-modern Quest».

Виды занятий: практические занятия, беседы, игры, тренинги.

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

Ожидаемые результаты

Первый год обучения

Предметные результаты:

- знание специальной терминологии джаз-модерн 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 джаз-модерн танца и историю его развития, танцовщиков, балетмейстеров (в соответствии с содержанием программы 1 г. о.);
- правила поведения в танцевальном классе;
- требования к внешнему виду на занятиях хореографией;
- особенности 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 джаз-модерн 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, музыкальной памяти, артистических и эмоциональных качества;
- воспитание в себе чувства дисциплины, трудолюбия, ответственности, коммуникативных навыков;

Второй год обучения

Предметные результаты:

- знание специальной терминологии джаз-модерн 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 джаз-модерн 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 джаз-модерн 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, музыкальной памяти, артистических и эмоциональных качества;
- формирование умения оценивать свои творческие проявления и давать оценки творческим проявлениям сверстников;
- воспитание в себе чувства дисциплины, трудолюбия, ответственности, коммуникативных навыков;

Формы итоговой аттестации и демонстрации результатов обучения:

- открытые занятия,
- балетный спектакль,
- отчетный концерт,
- участие в конкурсах, фестивалях различного уровня *(в соответствии с положениями о конкурсах и фестивалях),*
- участие в концертной деятельности и массовых мероприятиях различного уровня.

Общий учебный план

№ п/п	Название темы	Количество часов			
		1 г. о.		2 г. о.	
		теория	практика	теория	практика
	Вводное занятие	1	1	1	1
	Ведение в мир искусства°	4	-	4	-
	Ритм и музыкально-ритмические упражнения	1	7	-	-
	Постановка корпуса	1	7	1	2
	Позиции рук и ног	1	3	-	-
	Stretch (растяжение)	1	5	-	-
	Isolation (изоляция)	1	7	1	5
	Упражнения для ног	1	5	1	9
	Walks (ходы)	1	5	1	5
	Jumps (прыжки)	1	5	1	5
	Блюз	2	8	1	10
	Координация	-	-	1	3

° *«Введение в мир искусства»* предполагает проведение бесед с просмотром фрагментов видеобалетов и видеофильмов о великих танцовщиках, композиторах, балетмейстерах в начале или конце занятий по другим основным разделам программы. Периодичность проведения бесед и её продолжительность (на беседу может отводиться от 5 до 45 минут) определяется педагогом в зависимости от поставленных задач занятия.

	Упражнения для позвоночника	-	-	1	4
	Par terre и Stretch	-	-	1	4
	Вращения	-	-	1	3
	Концертная деятельность°	-	2	-	4
	Заключительное занятие	1	1	1	1
Всего		16	56	16	56
		72		**72**	

Учебный план
1 год обучения

№	Тема	Теория	Практика	Кол-во 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

° В разделе *«Концертная деятельность»* отведены часы только на **отчётные концерты**.
«Концертная деятельность» предполагает участие в конкурсах, фестивалях различного уровня (в соответствии с положениями о конкурсах и фестивалях), также мероприятиях (в соответствии с планом работы ГАУДО МО «МОЦДО «Лапландия» и Плана организационно-массовых мероприятий, утвержденного МОиН Мурманской области).

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) Итоговая диагностика (отчетный концерт)
13	**Заключительное занятие**	1	1	**2**	Наблюдение Собеседование
Всего		**16**	**56**	**72**	

* См. Общий учебный план

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Первый год обучения

1. Вводное занятие

Теория (1 час)
Входная диагностика**.** Цель, задачи программы. План работы на учебный год. Режим занятий. Вводный инструктаж по охране труда и пожарной безопасности.
Первичный инструктаж по теме: «Правила поведения в хореографическом классе».
Введение в тему *«Джаз-модерн 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.

2. Введение в мир искусства

Теория (4 часа)
Темы: *«Джаз-модерн танец и его характерные особенности».*
- «*Солнечный мир танца».*
- *«История хореографии: танец древности, средневековье, возрождение, просвещение, романтизм».*
- *«История развития джаз-модерн танца»;*
- *«Отличительные особенности движений джаз-танца»;*

Просмотр видеоматериала по современному танцу.
Собеседование.

3. Ритм и музыкально-ритмические упражнения

Теория (1час)
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 (7часов)

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

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

4. Постановка корпуса

Теория (1 час)

Понятия:

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

Объяснение, комментируемый показ.

Практика (7 часов)

Разучивание и исполнение упражнений в соответствии с методическими правилами.

Обсуждение, собеседование, наблюдение.

5. 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.

6. 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.

7. 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.

8. 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.

9. Walks

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 полупальцах 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.

10. Jumps

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.

11. Блюз

Теория (2 часа)

Понятия:

- «блюз»;
- «импровизация», «танцевальная импровизация»;
- «актёрское мастерство», «этюд»;
- «port de bras»

Роль актёрского мастерства в хореографии.

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.

12. Концертная деятельность

Практика (2 часа)

Балетный спектакль - промежуточная диагностика
Отчетный концерт *«Школа современного танца»* - итоговая диагностика
Наблюдение.

13. Заключительное занятие

Теория (1 час)

Повторение методических правил исполнения программных упражнений
1 года обучения.

Практика (1 час)

Демонстрационный показ разученных танцевальных движений, упражнений и учебных хореографических композиций.
Собеседование по пройденным темам, наблюдение.

Учебный план
Второй год обучения

№	Тема	Теория	Практика	Кол-во 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**	1	5	**6**	Наблюдение Собеседование Обсуждение
10	**Jumps**	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) Итоговая диагностика (отчетный концерт)
14	**Заключительное занятие**	1	1	**2**	Наблюдение Собеседование
Всего		**16**	**56**	**72**	

* См. Общий учебный план

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Второй год обучения

1. Вводное занятие

Теория (1 час)

Задачи программы 2 года обучения.

Повторный инструктаж по охране труда и пожарной безопасности на занятиях.

Инструктаж по технике безопасности во время занятий современным танцем.

Повторение правил поведения и гигиены на занятиях хореографии.

Повторение методических правил исполнения основных движений и упражнений, изученных на первом году обучения.

Практика (1час)

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 джаз-модерн танца.
Входная диагностика, собеседование, наблюдение.

2. Введение в мир искусства

Теория (4 часа)

Темы:

- *«Джаз-модерн 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.

3. 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.

4. 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.

5. Координация

Теория (1 час)

Понятие:

- «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.

6. 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»;
- «releve lent» 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.

7. 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.

8. 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;
  4 – «svastic»;
  5 - 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.

9. Walks

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.

10. Jumps

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.

11. Вращения

Теория (1 час)

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

- «tour» - поворот;
- «tour chaine».

Методические правила исполнения программных упражнений:

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

Объяснение, комментируемый показ.

Практика (3 часа)

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

12. Блюз

Теория (1 час)

Повторение методических правил исполнения упражнений, изученных на 1 году обучения.
Закрепление понятия «port de bras».
Правила исполнения хореографических импровизаций на заданные темы.
Методические правила исполнения 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 исполнение упражнений, несложных комбинаций и этюдов в соответствии с методическими правилами. Отработка чистоты исполнения.

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

13. Концертная деятельность

Практика (4 часа)
Концертные выступления на мероприятиях ГАУДО МО «МОЦДО «Лапландия»
Балетный спектакль - промежуточная диагностика
Отчетный концерт *«Солнечный мир танца»* - итоговая диагностика
Наблюдение.

14. Заключительное занятие

Теория (1 час)
Повторение основных правил исполнения упражнений, изученных на втором году обучения (по всем программным разделам).
Практика (1 час)
Демонстрационный показ разученных танцевальных движений, упражнений и учебных хореографических композиций.
Собеседование по пройденным темам, наблюдение.

Формы контроля результатов обучения:

- **наблюдение**
- **собеседование**
- **контрольные микросрезы в форме:**

- проблемного обсуждения

Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график по программе **«Jazz-modern Junior Quest»** *(Приложение № 1).*

Ресурсное обеспечение программы

Материально-техническое обеспечение:

- 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;
- 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.

Информационно-методическое обеспечение
Основные методы и приемы реализации программы.

Демонстрационные:

- показ,
- пример,
- видеоиллюстрация.

Вербальные:

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

Практические:

- упражнение,
- творческая импровизация,
- этюд,
- танцевальная комбинация,
- ритмопластика,
- par terre.

Для успешной реализации программы «Jazz-modern Junior Quest» необходимо применять *методы психологического воздействия*.

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.

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), 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.

- **Итоговый -** проводится в конце учебного года и предполагает комплексную проверку образовательных результатов по всем ключевым направлениям.

Итоговый контроль проводится в форме отчетного концерта.

Примерный репертуарный план *(Приложение № 6).*

Критерии оценки результатов обучения:

- уровень образовательных результатов;
- уровень творческой активности;
- уровень развития мотивационной, эмоциональной и коммуникативной сфер *(Приложение № 4).*

Основной метод диагностики – наблюдение за учащимися в процессе выполнения заданий (на основе программного материала) и общения с педагогом и сверстниками.

В процессе наблюдения педагог оценивает проявления детей и ориентируется на лучшие показатели, выявленные в данной группе.

Результаты диагностики заносятся в **диагностическую карту** *(Приложение № 5)*

Организация взаимодействия с родителями:

- информационные стенды (наглядная агитация);
- консультации;
- буклеты;
- памятки;
- родительские собрания;
- индивидуальные и групповые беседы;
- совместные праздники;
- анкетирование, тестирование.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

1. Барышникова Т. Г. Азбука хореографии. – М.: Айрис-пресс, 2001.
2. Березина В. А. Дополнительное образование детей России. Министерство образования и науки Российской Федерации. – М.: Диалог культур, 2012.
3. Борытко Н. М. Диагностическая деятельность педагога. – М.: Издательский центр «Академия», 2012.
4. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. – СПб., 2012.
5. Бухвостова Л. В., Щекотина А. С. Композиция и постановка танца. – Орел, 2011.

6. Виненко В. Г. Общие основы педагогики. – М.: Изд-во торговая корпорация «Дашков и К», 2008.
7. Воронина Н. В., Михайлова М. А. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. – Ярославль: Академия развития, 2013.
8. Горский В. А. Авторская программа дополнительного образования детей //Теория и практика дополнительного образования. – 2010. – № 1. – С. 7 – 11.
9. Горский В. А. Технология разработки авторской программы // Теория и практика дополнительного образования. – 2010. – № 2. – С. 32 – 38.
10. Горшкова Е. В. От жеста к танцу. – М.: Издательство ГНОМиД, 2013.
11. Грачёва Ж. Ю. Развитие волевых процессов у старших школьников средствами игрового танца / Ж.Ю. Грачева, Н. В. Соковикова – Новосибирск, 2012.
12. Громова О. Н. 50 упражнений с музыкальным сопровождением. – М.: Издательство ГНОМиД, 2012.
13. Джосеф С. Х. Тело танцора. – М.: Новое слово, 2014.
14. Дудоладова И. А., Соковикова Н. В. Проблема внимания в детской танцевальной деятельности; Проблемы танцевальной педагогической деятельности. –Новосибирск, 2012.
15. Ерохина О. В. Школа танцев для детей: Фольклор, классика, модерн. - Ростов на Дону: Феникс, 2013.
16. Ермолаева М. Г. Игра в образовательном процессе. – СПб.: КАРО, 2012.
17. Иванов В.Я., Иванова Т.И. Методические разработки джаз–танца. - СПб: 2013.
18. Мацаренко Т.Н. Танцевальная терапия как средство универсальной технологии преподавания хореографии. – М. Издательство Перо, 2015.
19. Мацаренко Т.Н. Методика и организация хореографической деятельности дошкольников и младших школьников. - М. Издательство Перо, 2016.
20. Митрохина Л. В. Основы актерского мастерства. – Орел, 2013.
21. Мочалов Ю. Н. Композиция сценического пространства. – М.: Музыкальная литература, 2011.
22. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец: История. Методика. Практика. - М. ГИТИС, 2010.
23. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец: Методика преподавания. - М.: ВЦХТ, 2012.
24. Федорова Г. П. Поиграем, потанцуем. – СПб.: Детство-пресс, 2012.
25. Шевченко Ю. С. Музыкотерапия детей и подростков / Психокоррекция: теория и практика. – М., 2012.

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ

1. Бесова М. Весёлые игры для дружного отряда. - Ярославль: Академия холдинг, 2014.
2. Браиловская Л. В. Самоучитель по танцам. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2013.
3. Васильева Т. К. Секрет танца. - СПб.: 2012.
4. Володина О. В., Анисимова Т.Б. Самоучитель клубных танцев FUNK, TRANCE, HOUSE. - Ростов н/Дону: 2005.
5. Дункан А. Моя жизнь. Танец будущего. – М.: 1992.

ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

1. Выготский Л. С. Психология развития ребенка. – М.: 2003.
2. Выготский Л. С. Воображение и творчество в детском возрасте. – М.: Просвещение, 2014.
3. Металлиди Ж. Ж. Мы играем, сочиняем и поем. – М.: Музыкальная литература, 2013.
4. Мерзлякова С. М., Мерзлякова Т. П. Музыкально-игровой материал для дошкольников и младших школьников: Наш веселый хоровод: Выпуск 1. – М.: 2013.
5. Немов Р. С. Психология: Словарь-справочник: В 2-х т. – М.: ВЛАДОС, 2007.

Приложение № 1

Календарный учебный график

Программа «Jazz-modern Junior Quest» (стартовый уровень)

_1_-й год обучения (Группа № 1_)

Педагог: Паливода А.И.

Количество учебных недель: 36

Режим проведения занятий: ___1__ раза в неделю по __2___ часа

Праздничные и выходные дни (согласно государственному календарю): 4.11.2019, 1-8.01.20, 23.02.20, 8.03.2020, 1.05.2020, 9.05.2020

Каникулярный период:

- осенние каникулы – с 28.10.2019 – 03.11.2019;
- зимние каникулы – с 26.12.2019 – 08.01.2020;
- весенние каникулы – с 23.03.2020 – 29.03.2020;
- летние каникулы – с 1.06.2020 – 31.08.2020 года.

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	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь			Теория Практика	2	Вводное занятие Цель, задачи программы. План работы на учебный год. Режим занятий. Вводный инструктаж по охране труда и пожарной безопасности. Первичный инструктаж по теме: «Правила поведения в хореографическом классе». Введение в тему *«Джаз-модерн 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-	к. 415	Входящая диагностика Наблюдение

						хореографических способностей Разучивание поклона. Музыкально-ритмические упражнения. Танцевально-игровая программа *«Давайте познакомимся»*.		
2	Сентябрь			Теория Практика	2	Ритм и музыкально-ритмические упражнения: «bit-удар» ,«off bit», «swing», слушание и счет музыки, хлопки в ладоши, удар всей стопой; Постановка корпуса: «relax» - в положениях стоя; «release» - в положениях стоя; зиции рук и ног: *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; *рмы ладони* пальцы вытянуты и прижаты; пальцы сжаты в кулак; пальцы открыты в сторону веером; 1, 2, 3, 6 позиции ног, стопы становятся параллельно друг другу, в необходимых случаях выворотные или завернутые внутрь носками. Stretch: стоя на двух ногах по 2 позиции растяжение позвоночника при помощи рук, направленных вверх, в стороны, корпус вертикальный; Isolation: *для головы* наклон вперед-назад, через центр; наклон вправо-влево, через центр;	к. 415	Наблюдение Собеседование

						повороты вправо-влево, через центр; *для плеч* подъем одного или двух плеч вверх; *я грудной клетки* движение из стороны в сторону, через центр и слитно; *я бедер* движение из стороны в сторону, через центр и слитно; *я 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* натяжение - «point», сокращение - «flex», Упражнения для ног: вытягивание и сгибание колена; «demi plie» по 6 позиции; «releve» на полупальцы по 6 позиции.		
3	Октябрь			Теория Практика	2	Введение в мир искусства *« Джаз-модерн танец и его характерные особенности»* Блюз: понятия - «импровизация», «танцевальная импровизация»; «актёрское мастерство», «этюд»; «port de bras» подготовительное; несложные комбинации в медленном темпе;	к. 415	Собеседование Наблюдение
4	Октябрь			Теория Практика	2	Ритм и музыкально-ритмические упражнения: слушание и счет музыки, хлопки в ладоши, удар стопой в пол носком, пяткой, всей стопой; шаги на месте и с продвижением; Постановка корпуса: «contraction» - группировка к центру тела или сжатие его	к. 415	Наблюдение Обсуждение

						отдельных частей в положениях, стоя, «high release» - наклон от лопаток верхней части корпуса. зиции рук и ног: *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; *рмы ладони* пальцы вытянуты и прижаты; пальцы сжаты в кулак; пальцы открыты в сторону веером; 1, 2, 3, 6 позиции ног, стопы становятся параллельно друг другу, в необходимых случаях выворотные или завернутые внутрь носками. Stretch: 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; Isolation: *для головы* повороты вправо-влево, через центр и слитно; повороты вправо-влево с наклоном; *для плеч* движение плеч вперед-назад, через центр и слитно; *я грудной клетки* движение из стороны в сторону, через центр и слитно; *я бедер*		

						движение из стороны в сторону, через центр и слитно; «hip lift» – подъем бедра вверх; *я 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; Упражнения для ног: вытягивание и сгибание стопы; вытягивание и сгибание колена; «battement tendu» по 6 позиции;		
5	Октябрь			Теория Практика	2	Ритм и музыкально-ритмические упражнения: слушание и счет музыки, хлопки в ладоши, удар стопой в пол носком, пяткой, всей стопой; шаги на месте и с продвижением; Постановка корпуса: «contraction» - группировка к центру тела или сжатие его отдельных частей в положениях, стоя, «high release» - наклон от лопаток верхней части корпуса. зиции рук и ног: *позиции рук* подготовительная позиция; 1, 2, 3 позиции; «v» – позиция; вытянутые и согнутые в локтях («press-position»); согнутые в локтях под прямым углом;	к. 415	Наблюдение Собеседование

						прижатые к корпусу; *рмы ладони* пальцы вытянуты и прижаты; пальцы сжаты в кулак; пальцы открыты в сторону веером; 1, 2, 3, 6 позиции ног, стопы становятся параллельно друг другу, в необходимых случаях выворотные или завернутые внутрь носками. Stretch: 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; Isolation: *для головы* повороты вправо-влево, через центр и слитно; повороты вправо-влево с наклоном; *для плеч* движение плеч вперед-назад, через центр и слитно; *я грудной клетки* движение из стороны в сторону, через центр и слитно; *я бедер* движение из стороны в сторону, через центр и слитно; «hip lift» – подъем бедра вверх; *я 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; Упражнения для ног: вытягивание и сгибание стопы; вытягивание и сгибание колена; «battement tendu» по 6 позиции;		
6	Октябрь			Теория Практика	2	Ритм и музыкально-ритмические упражнения: слушание и счет музыки, хлопки в ладоши, удар стопой в пол носком, пяткой, всей стопой; шаги на месте и с продвижением; Постановка корпуса: «contraction» - группировка к центру тела или сжатие его отдельных частей в положениях, стоя, «high release» - наклон от лопаток верхней части корпуса. зиции рук и ног: *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; *рмы ладони* пальцы вытянуты и прижаты; пальцы сжаты в кулак; пальцы открыты в сторону веером; 1, 2, 3, 6 позиции ног, стопы становятся параллельно друг другу, в необходимых случаях выворотные или завернутые внутрь носками. Stretch: стоя на двух ногах по 2 позиции	к. 415	Наблюдение Обсуждение

						растяжение позвоночника при помощи рук, направленных вверх, в стороны, корпус вертикальный; то же самое, но корпус наклонен параллельно полу; Isolation: *для головы* повороты вправо-влево, через центр и слитно; повороты вправо-влево с наклоном; *для плеч* движение плеч вперед-назад, через центр и слитно; *я грудной клетки* движение из стороны в сторону, через центр и слитно; *я бедер* движение из стороны в сторону, через центр и слитно; «hip lift» – подъем бедра вверх; *я 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; Упражнения для ног: вытягивание и сгибание стопы; вытягивание и сгибание колена; «battement tendu» по 6 позиции;		
7	Октябрь			Практика	2	Ритм и музыкально-ритмические упражнения: слушание и счет музыки, хлопки в ладоши, удар	к. 415	Наблюдение Собеседование

						стопой в пол носком, пяткой, всей стопой; шаги на месте и с продвижением; Постановка корпуса: «contraction» - группировка к центру тела или сжатие его отдельных частей в положениях, стоя, «high release» - наклон от лопаток верхней части корпуса. зиции рук и ног: *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; *рмы ладони* пальцы вытянуты и прижаты; пальцы сжаты в кулак; пальцы открыты в сторону веером; 1, 2, 3, 6 позиции ног, стопы становятся параллельно друг другу, в необходимых случаях выворотные или завернутые внутрь носками. Stretch: 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; Isolation: *для головы* повороты вправо-влево, через центр и слитно; повороты вправо-влево с наклоном; *для плеч* движение плеч вперед-назад, через центр и слитно;		

						я грудной клетки движение из стороны в сторону, через центр и слитно; *я бедер* движение из стороны в сторону, через центр и слитно; «hip lift» – подъем бедра вверх; *я 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; Упражнения для ног: вытягивание и сгибание стопы; вытягивание и сгибание колена; «battement tendu» по 6 позиции;		
8	Ноябрь			Теория Практика	2	Введение в мир искусства: «*Солнечный мир танца»* Блюз: понятия - «импровизация», «танцевальная импровизация»; «актёрское мастерство», «этюд»; «port de bras» подготовительное; несложные комбинации в медленном темпе;	к. 415	Наблюдение Обсуждение
9	Ноябрь			Теория Практика	2	Ритм и музыкально-ритмические упражнения: слушание и счет музыки, хлопки в ладоши, удар стопой в пол носком, пяткой, всей стопой; шаги на месте и с продвижением; простейшие движения рук;	к. 415	

						Постановка корпуса: «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; «high release» зиции рук и ног: *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; *рмы ладони* пальцы вытянуты и прижаты; пальцы сжаты в кулак; пальцы открыты в сторону веером; 1, 2, 3, 6 позиции ног, стопы становятся параллельно друг другу, в необходимых случаях выворотные или завернутые внутрь носками. Stretch: 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. Isolation: *для головы* «sundari» вперед-назад, через центр; *для плеч* круговое движение плеч; *я грудной клетки*		

						подъем и опускание; *я бедер* «hip lift» – подъем бедра вверх; движение вперед-назад, через центр и слитно; *я 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; «catch step» – перенос веса тела с одной ноги на другую. Упражнения для ног: вытягивание и сгибание стопы; вытягивание и сгибание колена; «demi plie» по 6 позиции; «battement tendu» по 6 позиции; «releve» на полупальцы по 6 позиции. Walks: марш; шаги с высоким поднятием колена; ходьба на полупальцах и на пятках; Jumps: «soute» - прыжок на месте по позициям. на двух ногах («soute», «трамплинные» прыжки);		
10	Ноябрь			Теория Практика	2	Ритм и музыкально-ритмические упражнения: слушание и счет музыки, хлопки в ладоши, удар стопой в пол носком, пяткой, всей стопой; шаги на месте и с продвижением; простейшие движения рук; Постановка корпуса: «relax» - в положениях лежа, сидя, стоя;	к. 415	Наблюдение Собеседование

						«release» - в положениях лежа, сидя, стоя; «contraction» - группировка к центру тела или сжатие его отдельных частей в положениях лежа, сидя, стоя; «high release» зиции рук и ног: *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; *рмы ладони* пальцы вытянуты и прижаты; пальцы сжаты в кулак; пальцы открыты в сторону веером; 1, 2, 3, 6 позиции ног, стопы становятся параллельно друг другу, в необходимых случаях выворотные или завернутые внутрь носками. Stretch: 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. Isolation: *для головы* «sundari» вперед-назад, через центр; *для плеч* круговое движение плеч; *я грудной клетки* подъем и опускание; *я бедер*		

						«hip lift» – подъем бедра вверх; движение вперед-назад, через центр и слитно; *я 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; «catch step» – перенос веса тела с одной ноги на другую. Упражнения для ног: вытягивание и сгибание стопы; вытягивание и сгибание колена; «demi plie» по 6 позиции; «battement tendu» по 6 позиции; «releve» на полупальцы по 6 позиции. Walks: марш; шаги с высоким поднятием колена; ходьба на полупальцах и на пятках; Jumps: «soute» - прыжок на месте по позициям. на двух ногах («soute», «трамплинные» прыжки);		
11	Ноябрь			Практика	2	Ритм и музыкально-ритмические упражнения: слушание и счет музыки, хлопки в ладоши, удар стопой в пол носком, пяткой, всей стопой; шаги на месте и с продвижением; простейшие движения рук; Постановка корпуса: «relax» - в положениях лежа, сидя, стоя; «release» - в положениях лежа, сидя, стоя; «contraction» - группировка к центру тела или	к. 415	Наблюдение Обсуждение

						сжатие его отдельных частей в положениях лежа, сидя, стоя; «high release» зиции рук и ног: *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; *рмы ладони* пальцы вытянуты и прижаты; пальцы сжаты в кулак; пальцы открыты в сторону веером; 1, 2, 3, 6 позиции ног, стопы становятся параллельно друг другу, в необходимых случаях выворотные или завернутые внутрь носками. Stretch: 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. Isolation: *для головы* «sundari» вперед-назад, через центр; *для плеч* круговое движение плеч; *я грудной клетки* подъем и опускание; *я бедер* «hip lift» – подъем бедра вверх; движение вперед-назад, через центр и слитно;		

						я 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; «catch step» – перенос веса тела с одной ноги на другую. Упражнения для ног: вытягивание и сгибание стопы; вытягивание и сгибание колена; «demi plie» по 6 позиции; «battement tendu» по 6 позиции; «releve» на полупальцы по 6 позиции. Walks: марш; шаги с высоким поднятием колена; ходьба на полупальцах и на пятках; Jumps: «soute» - прыжок на месте по позициям. на двух ногах («soute», «трамплинные» прыжки)		
12	Декабрь			Теория Практика	2	Введение в мир искусства: *«История хореографии: танец древности, средневековье, возрождение,* *просвещение, романтизм»* Блюз: «port de bras» подготовительное; несложные комбинации в медленном темпе; Хореографические импровизации с целью создания пластического образа.	к. 415	Наблюдение Собеседование
13	Декабрь			Теория Практика	2	Ритм и музыкально-ритмические упражнения: слушание и счет музыки, хлопки в ладоши, удар	к. 415	Наблюдение Обсуждение

						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; Постановка корпуса: «relax» - в положениях лежа, сидя, стоя; «release» - в положениях лежа, сидя, стоя; «contraction» - в положениях лежа, сидя, стоя; «high release» Позиции рук и ног: весь пройденный материал в сочетании с другими разделами урока. Stretch: 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. Isolation: Выполнение изолированных движений различных частей тела отдельно от других и дальнейшее их сочетание в координации с другими частями тела. Упражнения для ног: вытягивание и сгибание стопы; вытягивание и сгибание колена; «demi plie» по 6 позиции; «battement tendu» по 6 позиции; «releve» на полупальцы по 6 позиции. Walks: марш; приставные шаги; шаги с высоким поднятием колена; ходьба на полупальцах и на пятках; Jumps: на двух ногах («soute», «трамплинные»		

						прыжки); подскоки и соскоки; Блюз		
14	Декабрь			Практика	2	Ритм и музыкально-ритмические упражнения: 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; Постановка корпуса: «relax» - в положениях лежа, сидя, стоя; «release» - в положениях лежа, сидя, стоя; «contraction» - в положениях лежа, сидя, стоя; «high release» Позиции рук и ног: весь пройденный материал в сочетании с другими разделами урока. Stretch: 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. Isolation: Выполнение изолированных движений различных частей тела отдельно от других и дальнейшее их сочетание в координации с другими частями тела. Упражнения для ног: вытягивание и сгибание стопы; вытягивание и сгибание колена; «demi plie» по 6 позиции; «battement tendu» по 6 позиции; «releve» на полупальцы по 6 позиции.	к. 415	Наблюдение

						Walks: марш; приставные шаги; шаги с высоким поднятием колена; ходьба на полупальцах и на пятках; Jumps: на двух ногах («soute», «трамплинные» прыжки); подскоки и соскоки; Блюз.		
15	Декабрь			Практика	2	Ритм и музыкально-ритмические упражнения Упражнения для ног Walks Jumps: на двух ногах («soute», «трамплинные» прыжки); Блюз. Концертная деятельность.	к. 415 сцена	Наблюдение Балетный спектакль промежуточная диагностика
16	Январь			Теория Практика	2	Введение в мир искусства: *«История развития джаз-модерн танца»;* Блюз: «port de bras» подготовительное; несложные комбинации в медленном темпе; Хореографические импровизации с целью создания пластического образа.	к. 415	Собеседование Наблюдение
17	Январь			Теория Практика	2	Ритм и музыкально-ритмические упражнения: сочетание и соединение всех этих упражнений в разных темпах и ритмах; прослушивание музыки для создания музыкально-ритмического образа. Постановка корпуса: «relax», «release», «contraction» ,«high release» Stretch: 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.	к. 415	Наблюдение Обсуждение

						Isolation: Выполнение изолированных движений различных частей тела отдельно от других и дальнейшее их сочетание в координации с другими частями тела. Упражнения для ног: вытягивание и сгибание стопы; вытягивание и сгибание колена; «demi plie» по 6 позиции; «battement tendu» по 6 позиции; «releve» на полупальцы по 6 позиции. Walks: марш; приставные шаги; шаги с высоким поднятием колена; ходьба на полупальцах и на пятках; бег с поджатыми ногами. Jumps: на двух ногах («soute», «трамплинные» прыжки); подскоки и соскоки; галоп; Блюз.		
18	Январь			Теория Практика	2	Ритм и музыкально-ритмические упражнения: сочетание и соединение всех этих упражнений в разных темпах и ритмах; прослушивание музыки для создания музыкально-ритмического образа. Постановка корпуса: «relax», «release», «contraction» ,«high release» Stretch: 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.	к. 415	Наблюдение Собеседование

						Isolation: Выполнение изолированных движений различных частей тела отдельно от других и дальнейшее их сочетание в координации с другими частями тела. Упражнения для ног: вытягивание и сгибание стопы; вытягивание и сгибание колена; «demi plie» по 6 позиции; «battement tendu» по 6 позиции; «releve» на полупальцы по 6 позиции. Walks: марш; приставные шаги; шаги с высоким поднятием колена; ходьба на полупальцах и на пятках; бег с поджатыми ногами. Jumps: на двух ногах («soute», «трамплинные» прыжки); подскоки и соскоки; галоп; Блюз.		
19	Январь			Теория Практика	2	Ритм и музыкально-ритмические упражнения: сочетание и соединение всех этих упражнений в разных темпах и ритмах; прослушивание музыки для создания музыкально-ритмического образа. Постановка корпуса: «relax», «release», «contraction» ,«high release» Stretch: 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.	к. 415	Наблюдение Обсуждение

						Isolation: Выполнение изолированных движений различных частей тела отдельно от других и дальнейшее их сочетание в координации с другими частями тела. Упражнения для ног: вытягивание и сгибание стопы; вытягивание и сгибание колена; «demi plie» по 6 позиции; «battement tendu» по 6 позиции; «releve» на полупальцы по 6 позиции. Walks: марш; приставные шаги; шаги с высоким поднятием колена; ходьба на полупальцах и на пятках; бег с поджатыми ногами. Jumps: на двух ногах («soute», «трамплинные» прыжки); подскоки и соскоки; галоп. Блюз.		
20	Февраль			Теория Практика	2	Ритм и музыкально-ритмические упражнения: сочетание и соединение всех этих упражнений в разных темпах и ритмах; прослушивание музыки для создания музыкально-ритмического образа. Постановка корпуса: «relax», «release», «contraction» ,«high release» Stretch: 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.	к. 415	Наблюдение Собеседование

						Isolation: Выполнение изолированных движений различных частей тела отдельно от других и дальнейшее их сочетание в координации с другими частями тела. Упражнения для ног: вытягивание и сгибание стопы; вытягивание и сгибание колена; «demi plie» по 6 позиции; «battement tendu» по 6 позиции; «releve» на полупальцы по 6 позиции. Walks: марш; приставные шаги; шаги с высоким поднятием колена; ходьба на полупальцах и на пятках; бег с поджатыми ногами. Jumps: на двух ногах («soute», «трамплинные» прыжки); подскоки и соскоки; галоп Блюз.		
21	Февраль			Теория Практика	2	Ритм и музыкально-ритмические упражнения: сочетание и соединение всех этих упражнений в разных темпах и ритмах; прослушивание музыки для создания музыкально-ритмического образа. Постановка корпуса: «relax», «release», «contraction» ,«high release» Stretch: 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.	к. 415	Наблюдение Обсуждение

						Isolation: Выполнение изолированных движений различных частей тела отдельно от других и дальнейшее их сочетание в координации с другими частями тела. Упражнения для ног: вытягивание и сгибание стопы; вытягивание и сгибание колена; «demi plie» по 6 позиции; «battement tendu» по 6 позиции; «releve» на полупальцы по 6 позиции. Walks: марш; приставные шаги; шаги с высоким поднятием колена; ходьба на полупальцах и на пятках; бег с поджатыми ногами. Jumps: на двух ногах («soute», «трамплинные» прыжки); подскоки и соскоки; галоп Блюз.		
22	Февраль			Теория Практика	2	Ритм и музыкально-ритмические упражнения: сочетание и соединение всех этих упражнений в разных темпах и ритмах; прослушивание музыки для создания музыкально-ритмического образа. Постановка корпуса: «relax», «release», «contraction» ,«high release» Stretch: 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.	к. 415	Наблюдение Собеседование

						Isolation: Выполнение изолированных движений различных частей тела отдельно от других и дальнейшее их сочетание в координации с другими частями тела. Упражнения для ног: вытягивание и сгибание стопы; вытягивание и сгибание колена; «demi plie» по 6 позиции; «battement tendu» по 6 позиции; «releve» на полупальцы по 6 позиции. Walks: марш; приставные шаги; шаги с высоким поднятием колена; ходьба на полупальцах и на пятках; бег с поджатыми ногами. Jumps: на двух ногах («soute», «трамплинные» прыжки); подскоки и соскоки; галоп Блюз.		
23	Февраль			Теория Практика	2	Ритм и музыкально-ритмические упражнения: сочетание и соединение всех этих упражнений в разных темпах и ритмах; прослушивание музыки для создания музыкально-ритмического образа. Постановка корпуса: «relax», «release», «contraction» ,«high release» Stretch: 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.	к. 415	Наблюдение Обсуждение

						Isolation: Выполнение изолированных движений различных частей тела отдельно от других и дальнейшее их сочетание в координации с другими частями тела. Упражнения для ног: вытягивание и сгибание стопы; вытягивание и сгибание колена; «demi plie» по 6 позиции; «battement tendu» по 6 позиции; «releve» на полупальцы по 6 позиции. Walks: марш; приставные шаги; шаги с высоким поднятием колена; ходьба на полупальцах и на пятках; бег с поджатыми ногами. Jumps: на двух ногах («soute», «трамплинные» прыжки); подскоки и соскоки; галоп Блюз.		
24	Март			Теория Практика	2	Ритм и музыкально-ритмические упражнения: сочетание и соединение всех этих упражнений в разных темпах и ритмах; прослушивание музыки для создания музыкально-ритмического образа. Постановка корпуса: «relax», «release», «contraction» ,«high release» Stretch: 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.	к. 415	Наблюдение Собеседование

						Isolation: Выполнение изолированных движений различных частей тела отдельно от других и дальнейшее их сочетание в координации с другими частями тела. Упражнения для ног: вытягивание и сгибание стопы; вытягивание и сгибание колена; «demi plie» по 6 позиции; «battement tendu» по 6 позиции; «releve» на полупальцы по 6 позиции. Walks: марш; «flat step»; приставные шаги; шаги с высоким поднятием колена; ходьба на полупальцах и на пятках; бег с поджатыми ногами. Jumps: на двух ногах («soute», «трамплинные» прыжки); подскоки и соскоки; галоп Блюз.		
25	Март			Теория Практика	2	Ритм и музыкально-ритмические упражнения: сочетание и соединение всех этих упражнений в разных темпах и ритмах; прослушивание музыки для создания музыкально-ритмического образа. Постановка корпуса: «relax», «release», «contraction» ,«high release» Stretch: 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.	к. 415	Наблюдение Обсуждение

						Isolation: Выполнение изолированных движений различных частей тела отдельно от других и дальнейшее их сочетание в координации с другими частями тела. Упражнения для ног: вытягивание и сгибание стопы; вытягивание и сгибание колена; «demi plie» по 6 позиции; «battement tendu» по 6 позиции; «releve» на полупальцы по 6 позиции. Walks: марш; «flat step»; приставные шаги; шаги с высоким поднятием колена; ходьба на полупальцах и на пятках; бег с поджатыми ногами. Jumps: на двух ногах («soute», «трамплинные» прыжки); подскоки и соскоки; галоп, с двух на две на месте (1-2 позиции); на одной ноге. Блюз.		
26	Март			Теория Практика	2	Ритм и музыкально-ритмические упражнения: сочетание и соединение всех этих упражнений в разных темпах и ритмах; прослушивание музыки для создания музыкально-ритмического образа. Постановка корпуса: «relax», «release», «contraction» ,«high release» Stretch: 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;	к. 415	Наблюдение Собеседование

						корпус наклонен вниз, параллельно линии ног. Isolation: Выполнение изолированных движений различных частей тела отдельно от других и дальнейшее их сочетание в координации с другими частями тела. Упражнения для ног: вытягивание и сгибание стопы; вытягивание и сгибание колена; «demi plie» по 6 позиции; «battement tendu» по 6 позиции; «releve» на полупальцы по 6 позиции. Walks: марш; «flat step»; приставные шаги; шаги с высоким поднятием колена; ходьба на полупальцах и на пятках; бег с поджатыми ногами. Jumps: на двух ногах («soute», «трамплинные» прыжки); подскоки и соскоки; галоп с двух на две на месте (1-2 позиции); на одной ноге. Блюз.		
27	Март			Теория Практика	2	Ритм и музыкально-ритмические упражнения: сочетание и соединение всех этих упражнений в разных темпах и ритмах; прослушивание музыки для создания музыкально-ритмического образа. Постановка корпуса: «relax», «release», «contraction» ,«high release» Stretch: 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	к. 415	Наблюдение Обсуждение

						полу; корпус наклонен вниз, параллельно линии ног. Isolation: Выполнение изолированных движений различных частей тела отдельно от других и дальнейшее их сочетание в координации с другими частями тела. Упражнения для ног: вытягивание и сгибание стопы; вытягивание и сгибание колена; «demi plie» по 6 позиции; «battement tendu» по 6 позиции; «releve» на полупальцы по 6 позиции. Walks: марш; «flat step»; приставные шаги; шаги с высоким поднятием колена; ходьба на полупальцах и на пятках; бег с поджатыми ногами. Jumps: на двух ногах («soute», «трамплинные» прыжки); подскоки и соскоки; галоп, с двух на две на месте (1-2 позиции); на одной ноге. Блюз.		
28	Апрель			Теория Практика	2	Ритм и музыкально-ритмические упражнения: сочетание и соединение всех этих упражнений в разных темпах и ритмах; прослушивание музыки для создания музыкально-ритмического образа. Постановка корпуса: «relax», «release», «contraction» ,«high release» Stretch: стоя на двух ногах по 2 позиции растяжение позвоночника при помощи рук, направленных вверх, в стороны, корпус вертикальный;	к. 415	Наблюдение Собеседование

						то же самое, но корпус наклонен параллельно полу; корпус наклонен вниз, параллельно линии ног. Isolation: Выполнение изолированных движений различных частей тела отдельно от других и дальнейшее их сочетание в координации с другими частями тела. Упражнения для ног: вытягивание и сгибание стопы; вытягивание и сгибание колена; «demi plie» по 6 позиции; «battement tendu» по 6 позиции; «releve» на полупальцы по 6 позиции. Walks: «flat step»; марш; приставные шаги; шаги с высоким поднятием колена; ходьба на полупальцах и на пятках; бег с поджатыми ногами. Jumps: на двух ногах («soute», «трамплинные» прыжки); подскоки и соскоки; галоп, с двух на две на месте (1-2 позиции); на одной ноге. Блюз.		
29	Апрель			Теория Практика	2	Ритм и музыкально-ритмические упражнения: сочетание и соединение всех этих упражнений в разных темпах и ритмах; прослушивание музыки для создания музыкально-ритмического образа. Постановка корпуса: «relax», «release», «contraction» ,«high release» Stretch: стоя на двух ногах по 2 позиции растяжение позвоночника при помощи рук, направленных вверх, в стороны, корпус	к. 415	Наблюдение Обсуждение

						вертикальный; то же самое, но корпус наклонен параллельно полу; корпус наклонен вниз, параллельно линии ног. Isolation: Выполнение изолированных движений различных частей тела отдельно от других и дальнейшее их сочетание в координации с другими частями тела. Упражнения для ног: вытягивание и сгибание стопы; вытягивание и сгибание колена; «demi plie» по 6 позиции; «battement tendu» по 6 позиции; «releve» на полупальцы по 6 позиции. Walks: «flat step»; марш; приставные шаги; шаги с высоким поднятием колена; ходьба на полупальцах и на пятках; бег с поджатыми ногами. Jumps: на двух ногах («soute», «трамплинные» прыжки); подскоки и соскоки; галоп, с двух на две на месте (1-2 позиции); на одной ноге. Блюз.		
30	Апрель			Теория Практика	2	Ритм и музыкально-ритмические упражнения: сочетание и соединение всех этих упражнений в разных темпах и ритмах; прослушивание музыки для создания музыкально-ритмического образа. Постановка корпуса: «relax», «release», «contraction» ,«high release» Stretch: стоя на двух ногах по 2 позиции растяжение позвоночника при помощи рук,	к. 415	Наблюдение Собеседование

						направленных вверх, в стороны, корпус вертикальный; то же самое, но корпус наклонен параллельно полу; корпус наклонен вниз, параллельно линии ног. Isolation: Выполнение изолированных движений различных частей тела отдельно от других и дальнейшее их сочетание в координации с другими частями тела. Упражнения для ног: вытягивание и сгибание стопы; вытягивание и сгибание колена; «demi plie» по 6 позиции; «battement tendu» по 6 позиции; «releve» на полупальцы по 6 позиции. Walks: «flat step»; марш; приставные шаги; шаги с высоким поднятием колена; ходьба на полупальцах и на пятках; бег с поджатыми ногами. Jumps: на двух ногах («soute», «трамплинные» прыжки); подскоки и соскоки; галоп, с двух на две на месте (1-2 позиции); на одной ноге. Блюз.		
31	Апрель			Практика	2	Концертная деятельность	Сцена	Наблюдение Отчетный концерт итоговая диагностика
32	Май			Теория Практика	2	Ритм и музыкально-ритмические упражнения: Постановка корпуса: «relax», «release», «contraction» ,«high release»	к. 415	Наблюдение Обсуждение

						Stretch Isolation: Выполнение изолированных движений различных частей тела отдельно от других и дальнейшее их сочетание в координации с другими частями тела. Упражнения для ног Walks Jumps Блюз.		
33	Май			Практика	2	Ритм и музыкально-ритмические упражнения: Постановка корпуса: «relax», «release», «contraction» ,«high release» Stretch Isolation: Выполнение изолированных движений различных частей тела отдельно от других и дальнейшее их сочетание в координации с другими частями тела. Упражнения для ног Walks Jumps Блюз.	к. 415	Наблюдение
34	Май			Практика	2	Ритм и музыкально-ритмические упражнения: Постановка корпуса: «relax», «release», «contraction» ,«high release» Stretch Isolation: Выполнение изолированных движений различных частей тела отдельно от других и дальнейшее их сочетание в координации с другими частями тела. Упражнения для ног Walks	к. 415	Наблюдение

						Jumps Блюз.		
35	Май			Практика	2	Ритм и музыкально-ритмические упражнения: Постановка корпуса: «relax», «release», «contraction» ,«high release» Stretch Isolation: Выполнение изолированных движений различных частей тела отдельно от других и дальнейшее их сочетание в координации с другими частями тела. Упражнения для ног Walks Jumps Блюз.	к. 415	Наблюдение
36	Июнь			Теория Практика	2	Заключительное занятие: **Теория** Повторение методических правил исполнения программных упражнений 1 года обучения. **Практика** Собеседование по пройденным темам Демонстрационный показ разученных танцевальных движений, упражнений и учебных хореографических композиций.	к. 415	Наблюдение Собеседование
ВСЕГО : 72 ч.								

Календарный учебный график
__2-й год обучения (Группа № 1,_)
Программа «Jazz-modern Junior Quest» (стартовый уровень)

Педагог: Паливода А.И.
Количество учебных недель: 36
Режим проведения занятий: ___1_ раза в неделю по __2___ часа
Праздничные и выходные дни (согласно государственному календарю): 4.11.2019, 1-8.01.20, 23.02.20, 8.03.2020, 1.05.2020, 9.05.2020
Каникулярный период:
- осенние каникулы – с 28.10.2019 – 03.11.2019;
- зимние каникулы – с 26.12.2019 – 08.01.2020;
- весенние каникулы – с 23.03.2020 – 29.03.2020;
- летние каникулы – с 1.06.2020 – 31.08.2020 года.

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	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь			Теория Практика	2	Вводное занятие Теория: Постановка цели обучения на год для учащихся. Организационные вопросы. Повторение правил поведения и гигиены на занятиях хореографии. Повторение методических правил исполнения движений, изученных на первом году обучения. Практика: Повторение движений, изученных на первом году обучения, в соответствии с методическими правилами исполнения.	к. 415	Входящая диагностика Наблюдение Собеседование
2	Сентябрь			Теория	2	Введение в мир искусства	к. 415	Собеседование

				Практика		*«Джаз-модерн танец и его основные направления»;* *«Афро-джаз. Истоки джаз-танца»;* Par terre и stretch : сидя на полу в позициях: 1 - ноги вместе вытянуты вперед;		Наблюдение
3	Сентябрь			Теория Практика	2	Постановка корпуса: понятие «поза коллапса» Координация: понятие «координация»; Isolation: понятия «shimmy», «твист», Упражнения для ног: понятия «grand plie»	к. 415	Собеседование Наблюдение
4	Сентябрь			Теория Практика	2	Постановка корпуса: понятие «поза коллапса» Координация: понятие «координация»; Isolation: понятия «shimmy», «твист», «шейк». Упражнения для ног: понятия «grand plie», «battement tendu jete»;	к. 415	Собеседование Наблюдение
5	Октябрь			Теория Практика	2	Постановка корпуса Координация Isolation Упражнения для ног Упражнения для позвоночника. Par terre и stretch	к. 415	Наблюдение Обсуждение
6	Октябрь			Теория Практика	2	Постановка корпуса: «поза коллапса» Координация: «координация изолированных центров»;	к. 415	Наблюдение Собеседование

						Isolation: *для головы* «sundari» вперед-назад, вправо-влево через центр; «крест»; Упражнения для ног: «demi» и «grand plie» по 6, 1, 2 позициям; «battement tendu» и «battement tendu jete» по 6 позиции; Упражнения для позвоночника: «flat back» (плоская спина); «table top» (поверхность стола); Par terre и stretch: сидя на полу в позициях: 2 - ноги разведены в стороны;		
7	Октябрь			Теория Практика	2	Постановка корпуса: «поза коллапса» Координация: «два центра в одновременном параллельном движении». Isolation: «твист» плеч; «шейк» плеч; Упражнения для ног: «rond de jamb par terre» по точкам и слитно в 6 позиции; Упражнения для позвоночника: поза «собаки»; Par terre и stretch: 2 - ноги разведены в стороны;	к. 415	Наблюдение Собеседование
8	Октябрь			Теория Практика	2	Постановка корпуса: «поза коллапса» Координация: «два центра в одновременном параллельном движении». Isolation: *грудной клетки* движение	к. 415	Наблюдение Обсуждение

						вперед-назад; Упражнения для ног: подготовка к «battement fondu»; Упражнения для позвоночника. Par terre и stretch		
9	Ноябрь			Теория Практика	2	Постановка корпуса Координация Isolation: *бедер* движение вперед-назад; Упражнения для ног Упражнения для позвоночника. Par terre и stretch	к. 415	Наблюдение Собеседование
10	Ноябрь			Теория Практика	2	Постановка корпуса Координация Isolation: *рук* «полуволны», с остановкой в частях сгиба рук. Упражнения для ног: «releve lent» на 25 градусов; Упражнения для позвоночника. Par terre и stretch	к. 415	Наблюдение Обсуждение
11	Ноябрь			Теория Практика	2	Постановка корпуса Координация Isolation для головы «крест»; «квадрат»; Упражнения для ног «releve lent» на, 45 градусов; Упражнения для позвоночника. Par terre и stretch	к. 415	Наблюдение Собеседование
12	Ноябрь			Теория Практика	2	Постановка корпуса Координация Isolation Упражнения для ног: «releve lent» на 90 градусов; Упражнения для позвоночника.	к. 415	Наблюдение Обсуждение

						Par terre и stretch		
13	Ноябрь			Теория Практика	2	Введение в мир искусства *«Эстрадный танец. Становление и развитие эстрадного танца, как жанра хореографического искусства»; «Путь к гармонии. Йога - древнейшая индийская оздоровительная система»;* Par terre и stretch сидя на полу 4 – «svastic»;	к. 415	Наблюдение Собеседование
14	Декабрь			Теория Практика	2	Координация Isolation для грудной клетки «крест»; «квадрат»; Упражнения для ног «grand battement jete»; Упражнения для позвоночника. «contraction»; Par terre и stretch Walks«шаги-примитива»; Jumps«temps leve sauté» по 1, 2, 6 позициям; Блюз «port de bras» 1, 3;	к. 415	Наблюдение Собеседование
15	Декабрь			Теория Практика	2	Координация Isolation для бедер «крест»; «квадрат»; Упражнения для ног«kick»; Упражнения для позвоночника. Par terre и stretch Walks Jumps. Блюз	к. 415	Наблюдение Обсуждение
16	Декабрь			Практика	2	Координация Isolation Упражнения для ног Упражнения для позвоночника.	к. 415	Наблюдение

						Par terre и stretch Walks Jumps. Блюз		
17	Декабрь			Практика	2	Концертная деятельность	к. 415	Наблюдение Балетный спектакль промежуточная диагностика
18	Январь			Теория Практика	2	Введение в мир искусства Блюз	к. 415	Наблюдение Собеседование
19	Январь			Теория Практика	2	Координация Isolation Упражнения для ног Упражнения для позвоночника. Par terre и stretch Walks Jumps. Вращения	к. 415	Наблюдение Обсуждение
20	Январь			Теория Практика	2	Координация Isolation Упражнения для ног Упражнения для позвоночника. Par terre и stretch Walks Jumps. Вращения	к. 415	Наблюдение Собеседование
21	Февраль			Теория Практика	2	Координация Isolation Упражнения для ног Упражнения для позвоночника. Par terre и stretch Walks Jumps. Вращения	к. 415	Наблюдение Обсуждение

22	Февраль			Теория Практика	2	Координация Isolation Упражнения для ног Упражнения для позвоночника. Par terre и stretch Walks Jumps. Вращения	к. 415	Наблюдение Собеседование
23	Февраль			Теория Практика	2	Координация Isolation Упражнения для ног Упражнения для позвоночника. Par terre и stretch Walks Jumps. Вращения	к. 415	Наблюдение Обсуждение
24	Февраль			Теория Практика	2	Введение в мир искусства Блюз	к. 415	Наблюдение Собеседование
25	Март			Теория Практика	2	Координация Isolation Упражнения для ног Упражнения для позвоночника. Par terre и stretch Walks Jumps. Вращения Блюз	к. 415	Наблюдение Обсуждение
26	Март			Теория Практика	2	Координация Isolation Упражнения для ног Упражнения для позвоночника. Par terre и stretch Walks Jumps. Вращения	к. 415	Наблюдение Собеседование

						Блюз		
27	Март			Теория Практика	2	Координация Isolation Упражнения для ног Упражнения для позвоночника. Par terre и stretch Walks Jumps. Вращения Блюз	к. 415	Наблюдение Обсуждение
28	Март			Теория Практика	2	Координация Isolation Упражнения для ног Упражнения для позвоночника. Par terre и stretch Walks Jumps. Вращения Блюз	к. 415	Наблюдение Собеседование
29	Апрель			Теория Практика	2	Координация Упражнения для ног Par terre и stretch Walks Jumps. Вращения Блюз	к. 415	Наблюдение Обсуждение
30	Апрель			Теория Практика	2	Координация Упражнения для ног Par terre и stretch Walks Jumps. Вращения Блюз	к. 415	Наблюдение Собеседование
31	Апрель			Теория Практика	2	Координация Упражнения для ног	к. 415	Наблюдение Обсуждение

						Par terre и stretch Walks Jumps. Вращения Блюз		
32	Апрель			Практика	2	Концертная деятельность	Сцена	Наблюдение Отчетный концерт итоговая диагностика
33	Май			Практика	2	Координация Упражнения для ног Par terre и stretch Walks Jumps. Блюз	к. 415	Наблюдение
34	Май			Практика	2	Координация Упражнения для ног Par terre и stretch Walks Jumps. Блюз	к. 415	Наблюдение
35	Май			Практика	2	Блюз	к. 415	Наблюдение
36	Май			Теория Практика	2	Заключительное занятие: **Теория** Повторение методических правил исполнения программных упражнений 2 года обучения. **Практика** Собеседование по пройденным темам Демонстрационный показ разученных танцевальных движений, упражнений и учебных хореографических композиций.	к. 415	Наблюдение Собеседование
ВСЕГО : 72 ч								

Приложение № 2

Методический комментарий к программе

Первый год обучения

Осваивается методика изучения и исполнения движений джаз-модерн 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» джаз-модерн 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 джаз-модерн 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 быстрым. Несколько ускоряется общий темп занятия.

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 («aplomb») 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 джаз-модерн 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 джаз-модерн танцу.

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

Первоначально все движения изучаются в «чистом» виде.

Второй этап - соединение движений одного цента 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.

Par terre и Stretch

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

Многие упражнения исполняются 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 исполняются в положении сидя, лежа, на боку, из различных упоров.

Walks (ходы)

Цель: изучить основные ходы джаз-модерн танца.

Шаги разделяются на 4 основные группы:

- шаги примитива,
- шаги в модерн-джаз манере,

- шаги в рок манере,
- шаги в мюзикл-комеди-джаз манере, т. е. в манере раннего джаза.

Существуют еще и связующие шаги.

Jumps (прыжки)

Цель: обучить основным прыжкам джаз-модерн 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 джаз-модерн 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.

Вращения

Цель: укрепление вестибулярного аппарата.

Вращения, как и прыжки, могут исполняться 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.

Приложение № 4

Уровни усвоения программы

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 так же 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 классической 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 классической 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, самоконтролю.

Приложение № 5

Диагностическая карта

_____ учебный год

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											

Выводы:

Приложение № 6

Примерный репертуарный план

№ п/п	Название произведения	Группа №	Год обучения
1	«Тучка»	1	1
2	«Ежик и лисичка»	1	2
3	«Если утром»	1	1
4	«Музыкант»	1	2
5	«Как у бабушки…»	1	2