

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ с. АРХИПО-ОСИПОВКА»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД-КУРОРТ
ГЕЛЕНДЖИК

Принято:

Педагогическим советом
МБУ ДО
«ДШИ с. Архипо – Осиповка»
Протокол № 1 от
« 28 » августа 2020г.

Утверждаю:

Директор МБУ ДО
«ДШИ с. Архипо – Осиповка»
город – курорт г. Геленджик
В.В.Рыбак
« 28 » августа 2020г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
В ОБЛАСТИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА
по учебному предмету
«Современный танец»

с. Архипо – Осиповка
2020 г.

Разработчик: Лапушинская О.А. – преподаватель муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования села Архипо-Осиповка муниципального образования город-курорт Геленджик

Заместитель директора по УВР МБУ ДО «ДШИ с. Архипо-Осиповка» Е.Л. Григорьева

Структура программы учебного предмета

I. Пояснительная записка

- Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе;
- Срок реализации учебного предмета;
- Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию учебного предмета;
- Форма проведения учебных аудиторных занятий;
- Цель и задачи учебного предмета;
- Обоснование структуры программы учебного предмета;
- Методы обучения;
- Описание материально-технических условий реализации учебного предмета.

II. Содержание учебного предмета

- Сведения о затратах учебного времени;
- Требования по годам обучения;
- Аттестация: цели, виды, форма, содержание;
- Критерии оценки;
- Методические рекомендации педагогическим работникам;
- Словарь терминов современного танца;
- Список рекомендуемой методической литературы.

I. Пояснительная записка

1. Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе

Программа учебного предмета «Современный танец» разработана на основе Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств в детских школах искусств (письмо Министерства культуры Российской Федерации от 21 ноября 2013 года № 191-01-39/06-ру) и устанавливает требования к минимуму содержания, структуре и условиям реализации данной программы в области хореографического искусства «Современный танец». Учебный предмет «Современный танец» направлен на воспитание у детей интереса и любви к танцу и искусству в целом, на овладение основами исполнения современного танца, на эффективное индивидуально-личностное развитие ребенка и раскрытие его творческих способностей. А также на укрепление здоровья учащихся, на формирование у них чувства прекрасного и других эстетических категорий, на развитие эмоциональной восприимчивости и выразительности. Учебный предмет «Современный танец» ориентирован на развитие физических данных учащихся, на приобретение начальных базовых знаний, умений и технических навыков в области современной хореографии. Освоение содержания предмета «Современный танец» способствует формированию художественно-эстетической культуры учащихся, обеспечивает развитие мотивации познавательной и творческой деятельности.

Изучение предмета «Современный танец» тесно связано с изучением предметов «Гимнастика», «Классический танец», «Народно-сценический танец».

2.Срок реализации учебного предмета «Современный танец»

• Срок реализации учебного предмета

Срок освоения предмета «Современный танец» для детей, составляет 3 года. Предлагаемая программа рассчитана на трехлетний срок обучения. Возраст детей, рекомендуемый для начала занятий – 7-10 лет.

Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию предмета «Современный танец

Срок обучения – 3 года

Классы/количество часов	1-4 год обучения			
	Количество часов (общее на 3года)			
Количество часов на аудиторную нагрузку	102			
Количество учебных недель	34	34	34	34
Год обучения	1	2	3	4
Годовая аудиторная нагрузка	34	34	34	34

Форма проведения учебных аудиторных занятий:

Занятия по предмету «Современный танец» проводятся в форме групповых занятий (от 5 человек) 1 раз в неделю по 1 академическому часу в неделю 2-4 классы. Рекомендуемая продолжительность урока – 40 минут.

3. Цель и задачи учебного предмета

Цель: развитие танцевально-исполнительских и художественно-эстетических способностей учащихся на основе приобретенного ими комплекса знаний, умений, навыков, необходимых для исполнения танцевальных композиций различных жанров и форм.

Задачи:

- знание специальной терминологии;
- знание элементов и основных комбинаций современного танца;
- знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы в танцевальных комбинациях;
- умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок танца;
- развитие эмоциональной сферы, воспитание музыкального, эстетического вкуса, интереса и любви к танцу и современной музыке, желания слушать и двигаться под нее;
- укрепление и дальнейшее развитие всего двигательного аппарата учащегося;
- развитие музыкальных способностей: музыкального слуха, чувства метроритма, музыкальной памяти;
- развитие музыкального восприятия как универсальной музыкальной способности ребенка;
- развитие внимания, воли и памяти ученика, выработка твердости характера, трудолюбия, настойчивости, упорства, умения выдерживать высокую степень физического и нервного напряжения;
- умение планировать свою домашнюю работу;

- умение осуществлять самостоятельный контроль за своей учебной деятельностью;
- умение давать объективную оценку своему труду;
- формирование навыков взаимодействия с преподавателями, концертмейстерами и участниками образовательного процесса;
- воспитание уважительного отношения к иному мнению и художественно-эстетическим взглядам, пониманию причин успеха/неуспеха собственной учебной деятельности, определению наиболее эффективных способов достижения результата.

4. Обоснование структуры учебного предмета

Обоснованием структуры программы являются требования, отражающие все аспекты работы преподавателя с учеником.

Программа содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;
- распределение учебного материала по годам обучения;
- описание дидактических единиц;
- требования к уровню подготовки обучающихся;
- формы и методы контроля, система оценок;
- методическое обеспечение учебного процесса.

В соответствии с данными направлениями строится основной раздел программы «Содержание учебного предмета».

5. Методы обучения

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

- словесный (объяснение, разбор, анализ);
- наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалы выступлениями выдающихся танцовщиц, танцовщиков, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития обучающегося);
- практический (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);
- аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений);
- индивидуальный подход к каждому ученику с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

Предложенные методы работы при изучении современного танца в рамках предпрофессиональной образовательной программы являются наиболее продуктивными при реализации поставленных целей и задач учебного предмета и основаны на проверенных методиках и сложившихся традициях в хореографическом образовании.

6. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

Материально-техническая база образовательного учреждения должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Минимально необходимый для реализации программы «Современный танец» перечень учебных аудиторий, специализированных кабинетов и материально-технического обеспечения включает в себя:

- ☐ балетные залы площадью не менее 40 кв.м (на 12-14 обучающихся), имеющие пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие), балетные станки (палки) длиной не менее 25 погонных метров вдоль трех стен, зеркала размером 7м x 2м на одной стене;
- ☐ наличие музыкального инструмента (рояля/фортепиано) в балетном классе;
- ☐ помещения для работы со специализированными материалами (фонотеку, видеотеку, фильмотеку, просмотровый видеозал);
- ☐ костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для учебных занятий, репетиционного процесса, сценических выступлений;
- ☐ раздевалки и душевые для обучающихся и преподавателей.

В образовательном учреждении должны быть созданы условия для содержания, своевременного обслуживания и ремонта музыкальных инструментов, содержания, обслуживания и ремонта балетных залов, костюмерной.

II. Содержание учебного предмета "Современный танец"

Требования по годам обучения

В содержание программы входят следующие

виды учебной работы:

- изучение учебной терминологии;
- ознакомление с элементами и основными комбинациями современного танца;
- ознакомление со средствами создания образа в хореографии.

Учебный материал распределяется по годам обучения – классам. Каждый класс имеет свои дидактические задачи и объем времени, предусмотренный для освоения учебного материала.

Требования по годам обучения

Программа по современному танцу включает в себя комплекс движений у станка и на середине зала, распределенных в развитии, – от простого к сложному. Обучение по данной программе позволяет осваивать материал поэтапно и последовательно, накладывая новые технические приемы на уже освоенные ранее движения, постепенно их усложняя. Преподаватель имеет возможность регулировать осуществление программных требований, исходя из психологических, физических и эмоциональных особенностей учащихся на конкретный период времени.

Каждое предлагаемое движение изучается по алгоритму:

- а) знакомство с правилами выполнения движения, его физиологическими особенностями;
- б) изучение движения в чистом виде;
- в) работа над движением в комбинации.

Урок включает в себя основные разделы: экзерсис у станка, экзерсис на середине зала, кросс.

Содержание программы

Требования по годам обучения

1-й год обучения

2 (4) класс

Экзерсис у станка:

1. Основные позиции ног: I, II, III и VI.
2. Plie по I, II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.
3. Releve по I, II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.
4. Flat back вперед
 - на прямых ногах
 - на plie
5. Battement tendu по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.
6. Battement tendu jeté по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.
7. Passé на полной стопе по I параллельной и out позиции.
8. Arch по I, II параллельным и out позициям.
9. Stretch.
10. Lay out.
11. Relevé lent на 45° лицом к станку во всех направлениях.
12. Grand battements на 90° в сторону лицом к станку.

Экзерсис на середине зала:

1. Основные позиции рук: пресс-позиция, I, II, III и V-положения.
2. Техника изоляции.

3. Поза коллапса.
4. Plie по I, II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.
5. Releve по I, II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.
6. Flat back вперед
 - на прямых ногах
 - на plie
7. Battement tendu по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.
8. Battement tendu jeté по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.
9. Passé на полной стопе по I параллельной и out позиции.
10. Deep body bend.
11. Arch по I, II параллельным и out позициям.
12. Stretch.
13. Lay out.
14. Roll down/ Roll up.
15. Contraction / release.

Кросс:

1. Шаги
 - pas de bourre
 - pas chasse.
2. Прыжки
 - jump по I, II параллельным и out позициям
 - хор: рабочая нога принимает положение passé по I параллельной позиции
 - трамплинные прыжки.
3. Вращения: поворот на трех шагах.

2-й год обучения

3(4) класс

Экзерсис у станка:

1. Основные позиции ног: IV параллельная позиция.
2. Plie: прием plie – releve по I, II и IV параллельным и I, II out позициям.
3. Flat back вперед - на полупальцах.
4. Постановка корпуса одной рукой за станок.
5. Passé по I параллельной позиции на полупальцах.
6. Deep body bend с ногой на станке
 - на plie.
7. Battement tendu
 - на plie.
8. Battement tendu jeté

- положения flex/point стопы.
- 9. Rond de jambe par terre по I out и параллельной позиции по раскладке – en dehors и en dedans.
- 10. Relevé lent на 90° лицом к станку во всех направлениях по I параллельной и out позиции.
- 11. Grand battements на 90° во всех направлениях лицом к станку.

Экзерсис на середине зала:

1. Техника изоляции – координация двух центров (параллель и оппозиция).
2. Swing.
3. Plie: прием plie – releve по I, II и IV параллельным и I, II out позициям.
4. Battement tendu
 - на plie,
 - перевод рук из позиции в позицию во время движения.
5. Battement tendu jeté
 - положения flex/point стопы,
 - перевод рук из позиции в позицию во время движения.
6. Rond de jambe par terre по I out и параллельной позиции по раскладке – en dehors и en dedans.
7. Relevé lent на 90° во всех направлениях по I параллельной и out позиции.

Кросс:

1. Шаги:
 - grand battements вперед на 90°,
 - pas de bourre en tournent.
2. Прыжки
 - jump: во время взлета arch торса,
 - hop: рабочая нога принимает положение passé, в корпусе спираль.
3. Вращения:
 - chaînés,
 - preparation к пируэтам.

3-й год обучения

4(4) класс

Экзерсис у станка:

1. Основные позиции ног: IV out позиция.
2. Plie:
 - по IV out позиции,
 - в координации с arch, contraction / release, спиралями в корпусе.
3. Flat back вперед:
 - прием plie – releve.
4. Passé по I out позиции на полупальцах.

5. Battements developpe во всех направлениях по I параллельной и out позиции.
6. Grand battements на 90° во всех направлениях боком к станку.
7. Перегибы корпуса.

Экзерсис на середине зала:

1. Техника изоляции – координация двух центров с шагами.
2. Flat back вперед:
 - прием plie – releve.
3. Plie: в координации с arch, contraction / release, спиралями в корпусе.
4. Battement tendu: в координации с arch, contraction / release, спиралями в корпусе.
5. Battement tendu jeté:
 - положения flex/point колена и стопы,
 - в координации с arch, contraction / release, спиралями в корпусе.
6. Rond de jambe par terre:
 - на plie,
 - «восьмерка».
7. Battements developpe во всех направлениях по I параллельной и out позиции.

Кросс:

1. Шаги:

- grand battements во всех направлениях на 90°,
- pas de bourre с preparation к пируэтам.

2. Прыжки:

- jump: во время взлета arch торса,
- hop: рабочая нога в положении passé, во время взлета arch торса,
- hop: рабочая нога открывается в сторону на 45°,
- leap с трамплинным зависанием в воздухе.

3. Вращения:

- chaînés на plie, на полной стопе,
- пируэт en dehors, en dedans.

В первом полугодии проводится контрольный урок по пройденному и освоенному материалу.

Во втором полугодии – переводной экзамен (зачет).

Требования к переводному экзамену (зачету)

На 1, 2 и 3 году обучения экзамен проходит в форме урока, в который преподаватель включает весь пройденный за год материал в виде танцевальных комбинаций. Учащиеся должны грамотно, музыкально и выразительно исполнить этот урок.

III. Требования к уровню подготовки обучающихся

Результатом освоения программы учебного предмета

«Современный танец» является сформированный комплекс знаний, умений и навыков, таких, как:

- знание рисунка танца, особенностей взаимодействия с партнерами на сцене;
- знание терминологии современного танца в рамках предложенной программы;
- знание элементов и основных комбинаций современного танца; знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций;
- знание принципа построения урока современного танца;
- знание принципов взаимодействия музыкальных и хореографических выразительных средств;
- умение исполнять на сцене композиции на основе современного танца, произведения учебного хореографического репертуара;
- умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок танца;
- умение осваивать и преодолевать технические трудности при тренировке классического танца и разучивании хореографического произведения;
- умения выполнять комплексы специальных хореографических упражнений, способствующих развитию профессионально необходимых физических качеств;
- умения соблюдать требования к безопасности при выполнении танцевальных движений;
- навыки музыкально-пластического интонирования;
- навыки сохранения и поддержки собственной физической формы;
- навыки публичных выступлений.

IV. Формы и методы контроля, система оценок

Аттестация: цели, виды, форма, содержание.

Оценка качества реализации программы "Современный танец" включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную и итоговую аттестацию обучающихся.

Успеваемость учащихся проверяется на различных выступлениях: контрольных уроках, экзаменах, концертах, конкурсах и т.д.

Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков, зачетов и экзаменов.

Контрольные уроки, зачеты и экзамены могут проходить в форме просмотров концертных номеров. Контрольные уроки и зачеты в рамках

промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет. Экзамены проводятся за пределами аудиторных учебных занятий.

Требования к содержанию итоговой аттестации обучающихся определяются образовательным учреждением на основании поставленных целей и задач программы.

Итоговая аттестация проводится в форме выпускных экзаменов.

По итогам выпускного экзамена выставляется оценка «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

4.2. Критерии оценок

Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя средства и методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки.

Критерии оценки качества исполнения

По итогам исполнения программы на контрольном уроке, зачете и экзамене выставляется оценка по пятибалльной шкале:

Оценка	Критерии оценивания выступления
5 («отлично»)	технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения;
4 («хорошо»)	отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном)
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.;
2 («неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием нерегулярных занятий, невыполнение программы учебного предмета;
«зачет» (без отметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.

Данная система
является основной.

оценки качества исполнения

Фонды оценочных средств призваны обеспечивать оценку качества приобретенных выпускниками знаний, умений и навыков, а также степень готовности учащихся выпускного класса к возможному продолжению профессионального образования в области хореографического искусства.

При выведении итоговой (переводной) оценки учитывается следующее:

- оценка годовой работы ученика;
- оценка на экзамене;
- другие выступления ученика в течение учебного года.

Оценки выставляются по окончании каждой четверти и полугодий учебного года.

V. Методическое обеспечение учебного процесса

Методические рекомендации педагогическим работникам

В работе с учащимися преподаватель должен следовать принципам последовательности, постепенности, доступности, наглядности в освоении материала. Весь процесс обучения должен быть построен от простого к сложному с учетом индивидуальных особенностей ученика: интеллектуальных, физических, музыкальных данных, уровня его подготовки.

Приступая к обучению, преподаватель должен исходить из накопленных хореографических представлений ребенка, всесторонне расширяя его кругозор в области хореографического творчества, в частности, учебного предмета «Современный танец».

Первый год обучения имеет определяющее значение в процессе обучения современному танцу, поскольку именно в этот период закладывается та основа, на которую в дальнейшем будет опираться вся учебно-воспитательная и образовательная деятельность. Это касается как навыков, которым будут обучаться учащиеся, так и заинтересованности воспитанников в процессе обучения, их мотивации. Для них появляется новый предмет, новая техника современного танца, поэтому педагогу крайне важно увлечь учащихся, создать в классе особую творческую атмосферу сотрудничества и взаимоподдержки, а также показать заинтересованность и ожидание творческой активности от каждого учащегося.

При построении урока преподавателю следует учитывать степень психофизического развития учащихся, а также опираться на общий уровень хореографической подготовки класса, группы в целом. Задача каждого урока должна быть по силам учащимся, иначе у детей быстро снижается интерес к занятиям. Также следует учитывать и рационально дозировать физическую нагрузку, избегая перенапряжения детей. Важно помнить, что положительные ожидания от каждого учащегося производят огромный развивающий эффект.

Учитывая возрастные особенности учащихся первого года обучения,

в построении урока следует избегать монотонности, чередовать различные по характеру движения, периодически включать в урок творческие задания и импровизацию.

Основная задача преподавателя на данном этапе: научить детей качественно, «чисто» и грамотно выполнять основные позиции, движения и положения современного танца. Развить у обучающихся элементарные навыки координации, ощущения себя и своего тела в пространстве. Развитие силы и выносливости, музыкальности и артистичности.

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

Основная задача преподавателя на данном этапе обучения: целенаправленное обучение детей грамотному исполнению движений современного танца, с фиксацией, ритмически точно и четко; дальнейшее развитие координации и артистизма.

Третий год завершает обучение основам современного танца и суммирует приобретенные учащимися за несколько лет знания и навыки.

На третьем году обучения усложняется координация рук в сочетании с различными движениями, смена позиций рук происходит не только между движениями, но и во время движения. Упражнения объединяются в комбинации, ускоряется общий темп исполнения движений и усложняется ритмический рисунок. Продолжается работа над развитием силы и выносливости, а также работа над чистотой исполнения движений при более быстром темпе урока. Следует уделить внимание выработке устойчивости и правильности формы при выполнении вращений.

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

Основная задача преподавателя на данном этапе обучения: уделить наибольшее внимание развитию координации учащихся, а также развитию творческих навыков, навыков музыкальности и танцевальности.

Исполнительская техника является необходимым средством для исполнения любого танца, вариации, поэтому необходимо постоянно стимулировать работу ученика над совершенствованием его исполнительской техники.

Особое место в работе занимает **развитие танцевальности**, которой отведено особое место в хореографии и методической литературе всех эпох и стилей. Поэтому с первых лет обучения необходимо развивать умение слышать музыку и развивать творческое воображение у учащихся. Значительную роль в этом процессе играет музыкальное сопровождение во время занятий.

Работа над качеством исполняемого движения в танце, вариации, над его выразительностью, точным исполнением ритмического рисунка, техникой, - важнейшими **средствами хореографической выразительности** - должна последовательно проводиться на протяжении всех лет обучения и быть предметом постоянного внимания преподавателя.

В работе над хореографическим произведением необходимо прослеживать связь между художественной и технической сторонами изучаемого произведения.

Правильная организация учебного процесса, успешное и всестороннее развитие танцевально-исполнительских данных ученика зависят непосредственно от того, насколько тщательно спланирована работа в целом, продуман план каждого урока.

В начале полугодия преподаватель составляет для учащихся календарно-тематический план, который утверждается заведующим отделом. В конце учебного года преподаватель представляет отчет о его выполнении с приложением краткой характеристики работы данного класса. При составлении календарно-тематического плана следует учитывать индивидуально - личностные особенности и степень подготовки обучающихся. В календарно-тематический план необходимо включать те движения, которые доступны по степени технической и образной сложности. Календарно-тематические планы вновь поступивших обучающихся должны быть составлены к концу сентября после детального ознакомления с особенностями, возможностями и уровнем подготовки учеников.

Словарь терминов

Arabesque – рабочая нога открывается назад на любую высоту.

Arch – легкий прогиб торса назад.

Attitude – рабочая нога поднята на любую высоту и немного согнута в колене.

Battement developpe – открытие рабочей ноги через passe.

Battement releve lent – подъем рабочей ноги, не сгибая колено.

Battement tendu – рабочая нога открывается вперед, в сторону или назад носком в пол.

Battement tendu jete – рабочая нога активно открывается вперед, в сторону или назад на 45°.

Body roll – волна корпусом.

Chaînes – вращение на двух ногах с передвижением.

Contraction – сжатие диафрагмы.

Deep body bend – глубокий наклон корпуса с прямым позвоночником.

Demi plie – полуприседание, пятки не отрываются от пола.

Flat back – «ровная спина», наклон на 90°, голова и руки продолжают линию спины.

Flex – сокращенная стопа, кисть или колени.

Fouette – поворот тела танцовщика к зафиксированной в определенном положении ноге.

Grand battement – бросок ноги на 90° в любом направлении.

Hop – прыжок с одной ноги на ту же ногу.

Jump – прыжок с двух ног на две.

Lay out – в положении flat back нога поднята на 90°.

Leap – прыжок с одной ноги на другую.

Pas de bourre – чередование трех переступаний с одной ноги на другую с окончанием на demi plie.

Passe – рабочая нога стопой касается колена опорной ноги.

Point – вытянутое положение стопы.

Preparation – подготовительное движение.

Press-position – согнутые в локтях руки касаются бедер.

Release – положение обратное contraction, вдох и раскрытие диафрагмы.

Releve – подъем на полупальцы.

Roll down – закручивание корпуса вниз, начиная с головы по одному позвонку до конца позвоночника.

Roll up – раскручивание корпуса снизу вверх по одному позвонку.

Rond de jambe par terre – круг ногой по полу.

Side stretch – боковое растягивание корпуса.

Side walk – продвижение боком.

Stretch – вытягивание, растяжка.

Twist – закручивание корпуса в горизонтальной плоскости, начиная с плеч.

V. Список рекомендуемой методической литературы

1. Головкина С.Н. Уроки классического танца в старших классах. – М.: Искусство, 1989

9. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии: учеб. пособие для студентов пед. институтов. – М.: Просвещение, 1986

2. Джозеф С. Хавилер Тело танцора. Медицинский взгляд на танцы и тренировки. – М.: Новое слово, 2004

3. Дополнительное образование детей: Учебное пособие для студентов ВУЗа / Под ред. О.Е. Лебедева. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000

4. Журнал «Дополнительное образование» 2003: №11
5. Клейтон П., Гэммонд П. Джаз. Притворись его знатоком. – СПб, Амфора, 2000
6. Костровицкая В.С., Писарев А.А. Школа классического танца. – Л., Искусство, 1968
7. Кулагина И.Ю. Возрастная психология (Развитие ребенка от рождения до 17 лет): Учебное пособие. 3-е изд. – М.: Изд-во УРАО, 1997
8. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Начало обучения. – М.: ВЦХТ, 1998
9. Никитин В.Ю. Композиция урока и методика преподавания модерн-джаз танца. – М.: Один из лучших, 2006
10. Общая психология. (Учебное пособие для студентов пед. институтов) / Под ред. В.В. Богословского и др. – М.: Просвещение, 1973
11. Селевко Г.К. Современные образовательные технологии: Учебное пособие. - М.: Народное образование, 1998
12. Суриц Е.Я. Балет и танец в Америке: Очерки истории. – Екатеринбург: Издательство Уральского университета, 2004
13. Чельшева Т.В., Ламыкина Л.В. Профильное обучение в школе. Художественно-эстетический профиль: Учебно-методическое пособие. – М.: АПКИПРО, 2004