

Управление образования Администрации города Нижний Тагил
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение гимназия № 18

Обсуждено педагогическим советом МАОУ гимназия №18 Протокол № 12 от 29.05.2024	Утверждена приказом директора МАОУ гимназия №18 от 29.05.2024 № 297 Директор МАОУ гимназия №18 И. Е. Юрлов
---	---



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Современная хореография»
направленность программы: художественная

Возраст обучающихся: 7-11 лет
Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:
Сергеева Ольга Александровна,
педагог дополнительного образования

Нижний Тагил
2024 год

СОДЕРЖАНИЕ

		Стр.
1	Титульный лист	1
2	КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ	3
2.1	Пояснительная записка	3
2.2	Цель и задачи общеразвивающей программы	5
2.3	Планируемые результаты	5
2.4	Содержание общеразвивающей программы	7
2.4.1	Учебный (тематический) план	7
2.4.2	Содержание учебного (тематический) плана	8
3	ОРГАНИЗАЦИОННО - ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ	11
3.1	Календарный учебный график на учебный год	11
3.2	Условия реализации программы	11
3.3	Формы аттестации/ контроля и оценочные материалы	11
4	СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	21

2. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

2.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Современное общество выставляет заказ на творчески активную личность, способную проявить себя в нестандартных условиях, гибко и самостоятельно использовать приобретенные знания в разнообразных жизненных ситуациях. Это находит свое отражение в образовательных программах и поиске оптимальных путей духовного, интеллектуального и физического развития детей.

Нацеленность современного образования на духовное обновление общества вызывает потребность к расширению художественно-эстетическому воспитанию подрастающего поколения. Расширяется влияние различных видов искусств на процесс образования.

Современный танец – это своеобразный пласт в искусстве танца, в котором по-новому соединились движения, музыка, свет и краски. Он обладает своей неповторимой спецификой, изяществом и энергетикой.

Современный танец впитывает в себя все сегодняшнее, он подвижен и непредсказуем, не хочет обладать какими-то правилами и канонами. Он пытается воплотить в хореографическую форму окружающую жизнь, ее новые ритмы, новые манеры, одним словом, создает новую пластику. Именно поэтому современный танец интересен и близок молодому поколению.

Дополнительная общеразвивающая программа «Современная хореография» отражает художественную направленность.

Актуальность программы «Современная хореография» обусловлена тем, что все более возрастающая учебная нагрузка детей, обучающихся, в условиях инновационного режима школ нового типа, требует обязательного создания условий для оптимального сочетания умственных и физических нагрузок. Реализация программы «Современная хореография» способствует не только сохранению и укреплению здоровья, но и имеет возможность исправлять уже имеющиеся небольшие отклонения, такие, как сколиоз, остеохондроз, болезни суставов, слабый мышечный тонус и др.

В социальном аспекте обучающиеся учатся через партнерство воспринимать других людей, дружно существовать в коллективе, выстраивать взаимоотношения. Осваивая технику движения, ребята двигаются от удовлетворения интереса к этому виду деятельности и потребности в движении к удовлетворению творческих потребностей в самовыражении.

Программа «Современная хореография» разработана с учетом действующих нормативных правовых актов в сфере дополнительного образования:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ);
2. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.);
3. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее – СанПиН);
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
6. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по

дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок);

8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020 года № 533 «О внесении изменений в [Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам](#), утвержденный [приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196](#)»;

9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

10. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);

11. Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»).

12. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»);

13. Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».

14. Согласно Ф3 №273 (ст. 12. п.5) образовательные программы самостоятельно разрабатываются и утверждаются организацией, осуществляющей образовательную деятельность.

Устав МАОУ гимназия № 18

Новизна данной программы состоит в сочетании направленного обучения на развитие максимальной музыкальности обучающихся - слышать изменение звучания музыки и передавать их изменениями движениями, а также в сочетании освоения навыков координации движений и свободы владения своим телом с эмоционально – коммуникативным процессом сотрудничества, сотворчества между собой и с педагогом.

Педагогическая целесообразность обучения по данной программе определена тем, что ориентирует обучающихся на приобщение каждого ребенка к танцевально-музыкальной культуре, применение полученных знаний, умений и навыков хореографического творчества в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта. Занятия в коллективе воспитывают чувство товарищества, взаимовыручки, умения чувствовать ответственность. Групповые занятия способствуют социализации и адаптации детей в обществе.

Кроме того, педагогическую целесообразность программы определяет формирование у обучающегося чувства ответственности в исполнении своей индивидуальной функции в коллективном процессе (общий танец), с одной стороны, и формировании самостоятельного проявления всего творческого потенциала при выполнении индивидуальных партий ребенка в коллективном постановочном процессе формирования танцевального номера, с другой стороны.

Отличительной особенностью программы «Современная хореография» является то, что она способствует формированию у обучающихся гармонии в различных сферах отношений: отношение к своему телу (принимая образ собственного тела) и со своим телом (совершенствую свое тело, двигательные возможности организма); отношение к культуре (знакомство с классической и современной культурой через танец, выстраивание собственных эстетических пристрастий), отношение с культурой (формирование собственного стиля функционирования в танцевальной культуре); отношение к окружающим людям (обретение в коллективе друзей, субъективно значимых взрослых), отношения с окружающими людьми (обретение опыта строить отношения в репетиционном и концертном процессе).

2.2 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

Целью данной программы является создание условий для развития эстетической культуры учащихся средствами современного хореографического искусства.

Задачи программы:

Образовательные

- выработать у обучающихся комплекс навыков и умений, способствующих свободному и выразительному овладению различными техниками и стилями современной хореографии;
- познакомить с историей танца, различными танцевальными культурами;
- сформировать исполнительскую культуру и навыки ориентации в сценическом пространстве;

Развивающие

- раскрыть и развить творческие способности обучающихся, эмоциональную отзывчивость на музыку, способность к импровизации;
- содействовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата, формированию правильной осанки, профилактике плоскостопия, функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно - сосудистой и нервной систем организма;
- развить мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности обучающихся.

Воспитательные

- привить интерес к танцевальному творчеству;
 - воспитать культуру общения, способствовать установлению и укреплению дружеских взаимоотношений в коллективе;
 - воспитать чувство ответственности за индивидуальное и коллективное творчество;
 - приобщить к здоровому образу жизни;
 - способствовать организации свободного времени и социальной адаптации обучающихся.

Адресат программы. Программа ориентирована на детей на возраст 7-11 лет.

Дети младшего школьного возраста имеют достаточно развитые двигательные навыки: они умеют ритмично ходить и бегать; легко, энергично, а также высоко поднимать ноги в коленях; скакать с ноги на ногу; самостоятельно строить круг, расширяя и уменьшая его; двигаться парами по кругу, сохраняя расстояние между парами; выполнять различные движения предметами и без них; исполнять отдельные танцевальные движения (выставлять ноги вперед на прыжке, делать приставной шаг, с приседанием, полуприседанием, кружиться, продвигаясь вперед), способны передавать игровые образы различного характера.

В младшем школьном возрасте обучающиеся отличаются постоянным стремлением к активной практической деятельности. Эмоции занимают важное место в психике этого возраста, им подчинено поведение. Младшие школьники легко вступают в общение. Для них большое значение приобретают оценки их поступков не только со стороны старших, но и сверстников.

Их увлекает совместная коллективная деятельность. Неудача вызывает резкую потерю интереса к делу, а успех сообщает эмоциональный подъем. В этом возрасте ребята склонны постоянно меряться силами, готовы соревноваться во всем, у них ярко выражено стремление к самореализации.

Состав группы формируется на добровольной основе.

Срок реализации программы. Программа рассчитана на 2 года обучения.

Формы реализации: очная форма.

2.3 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Предметные:

В конце первого года обучения учащиеся будут:

- знать основные позиции ног и уметь переходить из выворотных в параллельные позиции;
- знать основные положения рук;
- согласовывать движения корпуса, рук, ног при переходе из позы в позу;
- выполнять элементарные движения и комбинации у станка и на середине зала в ускоренном темпе;
- выражать образ с помощью движений.

В конце второго года обучения учащиеся будут:

- знать трансформацию движений классического экзерсиса в современном танце;
- самостоятельно и грамотно выполнять изученные элементы танца;
- свободно и грамотно ориентироваться в терминологии современного танца;
- выполнять различные виды кросса и гимнастические элементы.
- самостоятельно и грамотно выполнять отдельные элементы и движения современного танца;
- ориентироваться в пространстве;
- координировать свои движения;
- выполнять упражнения для развития позвоночника;
- выполнять танцевальные связки и комбинации;
- работать над выразительностью исполнения танцевального репертуара;
- эмоционально и технически верно выступать перед зрителями.
- владеть корпусом во время исполнения движений;
- технично, точно исполнять танцевальные элементы и комбинации.

Предметные результаты

- обучить навыкам музыкально-двигательного движения;
- расширять общекультурный кругозор учащихся;
- научить элементам народного, бального, классического и современного танцев;
- освоить специфику эстрадного танца; познакомиться с азами «чарльстона», «цыганского танца», «джайва»;
- приобрести навыки быстрого запоминания хореографического материала; выучить ряд танцевальных композиций;
- владеть мелкой техникой, уметь справляться с быстрыми темпами;
- выполнять упражнения на развитие физических данных, владеть навыками сохранения и поддержки собственной физической формы;
- определять средства музыкальной выразительности в контексте хореографического образа и самостоятельно создавать музыкально - двигательный образ;
- создавать комбинации различной степени сложности, используя знания современного лексического материала;
- отражать в танце особенности исполнительской манеры разных стилей современной хореографии;
- творчески реализовать поставленную задачу;
- владеть навыками музыкально-пластического интонирования, исполняя движения и комбинации артистично и музыкально;
- владеть навыками ансамблевого исполнения танцевальных номеров;
- владеть навыками сценической практики.

Метапредметные:

- формировать умение определять проблему, ставить учебные цели, проверять достижимость целей с помощью учителя;
- способствовать развитию умения действовать по заданному алгоритму;
- способствовать приобретению навыка осуществлять констатирующий контроль по результату действия;

- дальнейшее развитие способности наблюдать и рассуждать, критически оценивать собственные действия наряду с явлениями жизни и искусства.

Личностные

- развитие художественно-эстетического вкуса, проявляющегося в эмоционально-ценностном отношении к искусству;
- сформированное отношение к базовым национальным ценностям (творчество, искусство, труд, красота, гармония, духовный мир человека);
- опыт позитивного отношения к творчеству.
- устойчивая потребность делиться своим хореографическим и эмоциональным опытом с другими учащимися;
- опыт самостоятельного общественного действия в открытом социуме (участие в благотворительных концертах, выступления для социальных партнеров, родителей и обучающихся школы);
- позитивная самооценка своих танцевальных и творческих способностей.

2.4 СОДЕРЖАНИЕ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

2.4.1 Учебный (тематический) план

Программа рассчитана на 2 год обучения. Модуль программы соответствует году обучения.

Продолжительность академического часа: 45 минут.

Наполняемость в группах в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям дополнительного образования составляет 15 человек.

№	Название модуля	Всего	Теория	Практика	Формы аттестации/контроля
1	Модуль 1. Стартовый уровень. I ступень	72ч.	12ч.	60ч.	Зачеты по технике исполнения Как отдельных движений, так и комбинации связок
2	Модуль 2. Базовый уровень. II ступень	72ч.	12ч.	60ч.	

Учебный (тематический) план Модуль 1

№ п/п	Название темы	Всего часов	В том числе		Формы промежуточной/ итоговой аттестации
			Теория	Практика	
1.	Орг. Занятие	1	1		Тест, опрос, педагогическое наблюдение
2.	Основные элементы партерного экзерсиса	15	2	13	Методика действия через наблюдение (технология)
3.	Основные элементы джаз-урока	10	2	8	
4.	Основные элементы эстрадной разминки	10	1	9	

5.	Основные элементы эстрадного танца «Джайв»	6	1	5	исполнения) Диагностика пластичности и техники исполнения Методика интерпретации через истолкование произведения хореографического искусства
6.	Основные элементы танца «Чарльстон»	6	1	5	
7.	Основные элементы цыганского танца	5	1	4	
8.	Танцевальные композиции	11	1	11	Оценивание через наблюдение за быстротой реакции и техникой исполнения
9.	Беседа о современном хореографическом искусстве	2	2		Опрос, педагогическое наблюдение
10.	Организация досуговой деятельности	4		4	Диагностика креативности мышления. Мониторинг индивидуального развития личности ребёнка, диагностика воспитанности обучающегося
11.	Итоговое занятие. Концертно – игровая программа. Вручение наград.	2		2	Контент-анализ творческой деятельности
	Итого:	72	12	60	

Учебный (тематический) план Модуль 2

№ п/п	Название темы	Всего часов	В том числе		Формы промежуточной/ итоговой аттестации
			Теория	Практика	
1.	Организационное занятие.	1	1		Тест, опрос, педагогическое Наблюдение
2.	Основные элементы партерного Экзерсиса	15	1	14	Оценивание через наблюдение за быстротой реакции и техникой исполнения. Диагностика
3.	Основные движения классического танца	10	2	8	
4.	Основные элементы джаз-урока	10	2	8	
5.	Основные элементы эстрадной разминки	10	2	8	

					креативности мышления Методика действия через наблюдение (технология исполнения). Диагностика пластичности и техники исполнения. Методика интерпретации через истолкование произведения хореографического искусства
6.	Танцевальные композиции	15	2	13	Контент-анализ творческой деятельности
7.	Все о танце	2	2		Контент-анализ творческой деятельности
8.	Концертная деятельность	7		7	Концертная деятельность
9.	Итоговое занятие. Концертно – игровая программа. Вручение наград.	2		2	Контент-анализ творческой деятельности
	Итого:	72	12	60	

2.4.2 Содержание учебного (тематического) плана

Содержание модуля 1

Тема 1. Организационное занятие.

Содержание и форма занятий; внешний вид, костюм для занятий; роль подготовки к занятиям; дисциплина на занятиях; взаимоотношения «обучающийся – преподаватель» и отношения между обучающимися, отношение к группе; режим занятий; инструктаж по технике безопасности; творческие планы.

Тема 2. Основные элементы партерного экзерсиса.

- а) напряжение и расслабление мышц в положении лежа;
- б) упражнения для улучшения гибкости шеи, эластичности плечевого пояса и подвижности плечевых суставов;
- в) упражнения для улучшения гибкости и подвижности локтевого сустава и эластичности мышц плеча и предплечья;
- г) упражнения для увеличения подвижности лучезапястных суставов, развитие эластичности мышц кисти и предплечья;
- д) упражнения для улучшения подвижности суставов позвоночника;
- е) упражнения для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра;
- ж) упражнения для улучшения подвижности коленных суставов;
- з) упражнения для увеличения подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц глени и стопы;

и) упражнения для растяжки и формирования танцевального шага) упражнения для исправления осанки.

Тема 3. Основные элементы джаз-урока.

- разучивание изоляций (голова, плечи, талия, бедра, колени) как отдельно, так и слитно по спирали;

- разучивание упражнений: «Спираль», «Волна» - вперед, назад, в сторону;

- «Ступенчатое расслабление», упражнения «Припадания», «Бамы», «Маятник»,

«Мим», «Равновесие», «Пирамида», «Каратэ», «Выпад-battement», «Скольжение с отскоком», «battement во всех направлениях», «Ребус», «Уголки», «Сброс плеч», «Расслабление плеч».

Тема 4. Основные элементы эстрадной разминки.

-упражнения на координацию;

-упражнения классического экзерсиса – все по 6 позиции;

-упражнения для бедер, колени, диафрагма, движения по квадрату (круговые, полукруги, покачивания, восьмерки);

-упражнения с продвижением в пространстве: перекаты, скольжение, икс, пружинка;

Тема 5. Основные элементы танца «Чарльстон»

Разучивание основного шага чарльстон, «двойной чарльстон», «чарльстон с точкой вперед и назад», «чарльстон с продвижением в сторону, вперед, назад», «чарльстон с поворотом»; работа с тростью.

Тема 6. Основные элементы цыганского танца.

- разучивание основных положений рук, ног, корпуса в цыганском танце;

- разучивание основных движений (положений) рук;

- основные движения: «первый ход», «второй ход», «дробный ход», «движение плеч»; «перекрещивающие шаги», «вращения», простейшие выстукивания с игрой юбки.

Тема 7. Танцевальные композиции. Разучивание.

«Вдохновение»

«Летучие мыши»

«Насекомусы»

«Цветы России»

«Коляда»

«Вербочки»

Тема 8. Основные элементы танца «Джайв».

Разучивание основного шага. Разучивание перехода в паре. Разучивание раскрытия, закрытия. Смена мест справа налево по одному в парах и наоборот. Смена рук за спиной по одному в парах. Разучивание танцевальных комбинаций на базе пройденного материала.

Тема 9. Беседы о современном хореографическом искусстве.

Познакомить учащихся с новыми направлениями в хореографии, как «стрит», «ситти», «джем», «хаус» и т.д.

Просмотр балета «Сотворение мира», балетные постановки Бежара – французского балетмейстера.

Тема 10. Организация досуговой деятельности.

Проведение музыкально-танцевальных праздников. Экскурсии в музей. Походы на современные балетные спектакли.

Содержание Модуль 2

Тема 1. Организационное занятие.

Цели и задачи обучения. Перспектива обучения. План занятий. Инструктаж по технике безопасности. Режим занятий. План концертной деятельности. Творческие планы. Обсуждение и решение коллективных проблем. Репетиционные костюмы, обувь.

Тема 2. Основные элементы партерного экзерсиса.

• напряжение и расслабление мышц в положении лежа;

• упражнения для улучшения гибкости шеи, эластичности плечевого пояса

иподвижности плечевых суставов;

- упражнения для улучшения гибкости и подвижности локтевого сустава и эластичности мышц плеча и предплечья;
- упражнения для увеличения подвижности лучезапястных суставов, развитие эластичности мышц кисти и предплечья;
- упражнения для улучшения подвижности суставов позвоночника;
- упражнения для улучшения подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра;
- упражнения для улучшения подвижности коленных суставов;
- упражнения для увеличения подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц глени и стопы;
- упражнения для растяжки и формирования танцевального шага;
- упражнения для исправления осанки.

Тема 3. Основные движения классического танца.

Правильная постановка корпуса, ровность плеч, бедер, подтянутость, знакомство с элементарной анатомией: тазобедренный сустав и его подвижность, коленный сустав, голеностоп.

Шестая позиция ног, равномерное распределение тяжести тела на стопы, точка опоры, положение стоп, полупальцы.

Правила исполнения упражнения удерживать «полупальцы», вторая, пятая позиции ног, правила исполнения, движения на середине: Demi-plie по I, II, V позиции, Grand-plie по I, II, V позиции, Bat-tandu по I, V позиции, Bat-tendu jete по I, V позиции, Grand-battement I по, V позиции, Releve по I, II, V позиции, Port-de-bras по I, II, III позиции.

Тема 4. Основные элементы джаз-урока.

Разучивание изоляций (голова, плечи, талия, бедра, колени) как отдельно, так и слитно по спирали.

Разучивание упражнений: «Спираль», «Волна» - вперед, назад, в сторону.

«Ступенчатое расслабление», упражнения «Припадания», «Бамы», «Маятник», «Мим», «Равновесие», «Пирамида», «Каратэ», «Выпад-battement», «Скольжение с отскоком», «battement во всех направлениях», «Ребус», «Уголки», «Сброс плеч», «Расслабление плеч»,

Освоение принципа мультипликации, координация – одновременная работа различных центров, contraction - release (концентрация и расслабление)

Тема 5. Основные элементы эстрадной разминки.

Упражнения на координацию. Упражнения классического экзерсиса – все по 6 позиции. Упражнения для бедер, колени, диафрагма, движения по квадрату (круговые, полукруги, покачивания, восьмерки). Упражнения с продвижением в пространстве: перекаты, скольжение, икс, пружинка.

Тема 6. Танцевальные композиции.

«На новой волне»

«Жили-были...»

«А у нас во дворе»

Тема 7. Все о танцах.

Просмотр видеофильма о новых направлениях в современной хореографии, посещение фестиваля современного танца, джаз в музыке и танце – концерт филармонического джазового оркестра.

Тема 8. Концертная деятельность.

Участие в концертной деятельности. Участие в танцевальных конкурсах, в городских и областных концертных мероприятиях.

Тема 9. Итоговое занятие. Концертно – игровая программа. Вручение наград.

3. ОРГАНИЗАЦИОННО – ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

3.1 Календарный учебный график на учебный год

№	Модуль обучения	Начало занятий	Окончание учебного года	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество часов в неделю	Количество учебных часов в год	Каникулы
1	Модуль 1	01.09.2024	31.05.2025	36	36	2ч.	72ч.	28.12.2024 – 08.01.2025 01.06.2025 – 31.08.2025
2	Модуль 2			36	36	2ч.	72ч.	

3.2 Условия реализации программы

Материально-технические условия и методические пособия	Кадровые условия
<p>Для реализации данной программы необходимы:</p> <ul style="list-style-type: none"> •Оборудованный балетными станками и зеркалами просторный класс со специальным покрытием пола (паркет, линолеум); •Раздевалка для обучающихся; •Наличие специальной танцевальной формы; •Наличие аудиоаппаратуры с флеш-носителем; •Наличие музыкальной фонотеки; •Наличие танцевальных костюмов. 	<p>Сергеева Ольга Александровна, педагог дополнительного образования первой квалификационной категории. Успешность профессиональной подтверждается результативными показателями образовательного процесса и уровнем достижений как отдельных обучающихся, так и коллектива в целом на районном, городском, областном, Всероссийском уровне.</p>

3.3 Формы аттестации/ контроля и оценочные материалы

МОНИТОРИНГ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ

в рамках реализации программы «Современная хореография»

МЕХАНИЗМ ОЦЕНКИ ПРЕДМЕТНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ РЕБЕНКА

Таблица 1

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Кол-во баллов	Методы диагностики
1. Теоретическая подготовка				
1.1 Теоретические знания по программе:	Соответствие теоретических	Минимальный уровень – ребёнок овладел менее,	1	Наблюдение, тестирование
а) основные сведения по истории современного танца б) основные стили и	знаний ребёнка программным	чем ½ объёма знаний, предусмотренных программой		контрольный вопрос и др.

жанры современной хореографии в) принципы взаимодействия музыкальных и хореографических средств выразительности г) техника исполнения движений отдельных центров в манере танца д) техника исполнения движений отдельных центров в манере танца	требованиям	Средний уровень – объём усвоенных знаний составляет более ½.	5	
		Максимальный уровень – освоил весь объём знаний, предусмотренных программой в конкретный период	10	
1.2. Владение специальной терминологией	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	Минимальный уровень – ребёнок, как правило, избегает употреблять специальные термины	1	Собеседование
		Средний уровень – сочетает специальную терминологию с бытовой	5	
		Максимальный уровень – специальные термины употребляет осознанно, в полном соответствии с их содержанием	10	
2. Практическая подготовка				
2.1 Практические умения и навыки, предусмотренные программой: а) освоение положений рук в танце б) освоение выворотных	Соответствие практических умений и навыков программны	Минимальный уровень – ребёнок овладел менее, чем ½	1	Контрольное задание
		предусмотренных умений и навыков		
в) владение приёмами координации	м требованиям	Средний уровень – объём усвоенных умений и навыков	5	
г) владение приёмами изоляции д) выполнение		составляет более ½.		

различных видов кросса е) выполнение гимнастических элементов ж) выполнение упражнений для развития позвоночника з) выполнение учебных и танцевальных комбинаций в экзерсисе на середине зала и устанка и) владение техниками исполнения движений партера к) владение техникой импровизации: параллель и оппозиция л) владение техникой контактной импровизации м) владение техникой исполнения движений в манере танца н) владение техникой исполнения движений в манере танца		Максимальный уровень – овладел всеми умениями и навыками, предусмотренными программой в конкретный период.	10	
2.2. Творческие навыки:	Креативность	Начальный	1	Контрольное
а) владение навыками музыкально -пластического интонирования; б) создание танцевальных комбинаций различной степени сложности; в) определение средств музыкальной выразительности в контексте хореографического образа и самостоятельное создание музыкально-двигательного образа; г) отражение в танце особенностей исполнительской манеры разных стилей современной хореографии; д) владение навыками ансамблевого исполнения танцевальных номеров; е) владение навыками сценической практики.	В выполнении практически х заданий	(элементарный) уровень развития креативности – ребёнок в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога		задание
		Репродуктивный уровень – в основном выполняет задания на основе образца	5	
		Творческий уровень – выполняет практические задания с элементами творчества.	10	
3. Общеучебные (метапредметные) умения и навыки				
3.1. Учебно – интеллектуальные умения:				
3.1.1 Умение подбирать и анализировать специальную литературу	Самостоятельность в выборе и анализе литературы	Минимальный уровень умений – ребёнок испытывает серьёзные затруднения при работе со специальной литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога.	1	Анализ исследовательской работы
		Средний уровень – работает со специальной литературой с помощью педагога или родителей.	5	
		Максимальный уровень – работает со специальной литературой самостоятельно, не испытывает	10	

		особых трудностей.		
3.1.2. Умение пользоваться компьютерными и источниками информации	Самостоятельность в пользовании компьютерными источниками информации	Минимальный уровень умений – ребёнок испытывает серьёзные затруднения при работе с компьютерными источниками информации, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога.	1	Анализ исследовательской работы
		Средний уровень – работает с компьютерными источниками информации с помощью педагога или родителей.	5	
		Максимальный уровень – работает с компьютерными источниками информации самостоятельно, не испытывает особых трудностей.	10	
3.2. Учебно – коммуникативные умения:				
3.2.1 Умение слушать и слышать педагога	Адекватность восприятия информации, идущей от педагога	Минимальный уровень – ребенок воспринимает лишь ½ объема информации идущей от педагога	1	Наблюдение
		Средний уровень – ребенок воспринимает практически весь объем информации идущей от педагога, однако зачастую не способен правильно применить ее на практике	5	
		Максимальный уровень – ребенок воспринимает весь объем информации идущей от педагога, способен проанализировать и применить ее на практике	10	
3.2.2. Умение выступать перед аудиторией	Свобода владения и подачи обучающимся подготовленной танцевальной лексики в ситуации сценического выступления	Минимальный уровень умений. Не стремится передать заданный образ, «комплексует» при общем показе	1	Наблюдение
		Средний уровень. Выполняет танцевальные элементы с достаточной свободой и точностью, но без яркого образного содержания.	5	
		Максимальный уровень. Творчески подходит к выступлению, точно передает образ и концепцию танца, с натуральностью и индивидуальной неповторимостью.	10	
3.3. Учебно-организационные умения и навыки:				
3.3.1. Умение организовать своё рабочее (учебное) место	Способность самостоятельно организовывать своё рабочее	Минимальный уровень умений - ребёнок организует своё рабочее пространство исключительно по просьбе	1	Наблюдение

	пространство (и убирать его засобой)	педагога.		
		Средний уровень – ребёнок формально подходит к процессу организации рабочего пространства: организует его исключительно по образцу и как правило забывает убирать за собой.	5	
		Максимальный уровень – ребёнок самостоятельно организует своё рабочее пространство, проявляет творческий подход.	10	
3.3.2 Навыки соблюдения техники безопасности во время учебных занятий и на концертной площадке	Соответствие реальных навыков соблюдения правил безопасности программным требованиям	Минимальный уровень умений – техника безопасности соблюдается при условии напоминания педагога	1	Наблюдение
		Средний уровень – техника безопасности соблюдается частично, в ряде случаев необходимо напоминание педагога	5	
		Максимальный уровень техника безопасности соблюдается всегда и при любых условиях	10	
3.3.3. Умение аккуратно выполнять работу	Аккуратность и ответственность в работе	Минимальный уровень – для аккуратного выполнения работы требуется побуждения со стороны педагога	1	Наблюдение
		Средний уровень – ребенок выполняет работу аккуратно, но не с первого раза	5	
		Максимальный уровень – любой вид деятельности выполняется аккуратно и с полной отдачей	10	

Таблица 2.

ИНДИВИДУАЛЬНАЯ КАРТОЧКА УЧЁТА РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ
по дополнительной образовательной программе «Современный танец»
(в баллах, соответствующих степени выраженности измеряемого качества)

Фамилия, имя ребёнка _____
 Возраст ребёнка _____

Дата начала _____

Показатели	Сроки диагностики				
	1 год обучени я	2 год обучени я	3 год обучени я	4 год обучени я	5 год обучени я

	І пол у год ие	Кон ец го да	І пол у год ие	Кон ец го да	І пол у год ие	Кон ец го да	І пол у год ие	Кон ец го да	І пол у год ие	Кон ец го да
1. Теоретическая подготовка ребёнка										
<i>1.1 Теоретические знания:</i>										
а) основные сведения по истории современного танца										
б) основные стили современной хореографии										
в) принципы взаимодействия музыкальных и хореографических средств выразительности										
г) техника исполнения движений отдельных центров в манере танца										
д) техника исполнения движений отдельных центров в манере танца										
<i>1.2. Владение специальной терминологией</i>										
2. Практическая подготовка ребёнка										
<i>2.1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой:</i>										
а) освоение положений рук в танце модерн										
б) освоение выворотных и параллельных позиции ног										
в) владение приёмами координации										
г) владение приёмами изоляции										
д) выполнение различных видов кросса										
е) выполнение гимнастических элементов										
ж) выполнение упражнений для развития позвоночника										
з) выполнение учебных и танцевальных комбинаций в экзерсисе на середине зала и устанка										
и) владение техниками исполнения движений партёра										
к) владение техникой импровизации: параллель и оппозиция										
л) владение техникой контактной импровизации										
м) владение техникой исполнения движений в манере танца										

н) владение техникой исполнения движений в манере танца										
<i>2.3. Творческие навыки:</i>										
а) владение навыками музыкально-пластического интонирования;										
б) создание танцевальных комбинаций различной степени сложности;										
в) определение средств музыкальной выразительности в контексте хореографического образа и самостоятельное создание музыкально-двигательного образа;										
г) отражение в танце особенностей исполнительской манеры разных стилей современной хореографии;										
д) владение навыками ансамблевого исполнения танцевальных номеров;										
е) владение навыками сценической практики.										
3. Общеучебные умения и навыки ребёнка										
<i>3.1. Учебно-интеллектуальные умения:</i>										
а) подбирать и анализировать специальную литературу;										
б) пользоваться компьютерными источниками информации.										
<i>3.2. Учебно-коммуникативные умения:</i>										
а) слушать и слышать педагога;										
б) выступать перед аудиторией.										
<i>3.3. Учебно-организационные умения и навыки:</i>										
а) умение организовать своё рабочее (учебное) место;										
б) навыки соблюдения техники безопасности во время учебных занятий и на концертной площадке;										
в) умение аккуратно выполнять работу.										
4. Предметные достижения учащегося										
<i>4.1. На уровне детского объединения</i>										

4.2. На уровне образовательного учреждения										
4.3. На уровне района, города										
4.4. На всероссийском уровне										
4.5 На международном уровне										

Таблица
3.

Схема самооценки учебных достижений учащегося

Тема, раздел	Что мною сделано?	Мои успехи и достижения	Над чем мне надо работать?

МЕХАНИЗМ ОЦЕНКИ ЛИЧНОСТНЫХ КАЧЕСТВ РЕБЕНКА

Таблица 4.

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Кол-во баллов	Методы диагностики
1. Организационно-волевые качества				
1.1. Терпение (выносливость)	Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение определённого времени, преодолевать трудности	Терпения хватает менее, чем на 0,5 занятия	1	Наблюдение
		Более, чем на 0,5 занятия	5	
		На всё занятие	10	
1.2. Воля	Способность активно побуждать себя к практическим действиям	Волевые усилия ребёнка побуждаются извне	1	Наблюдение
		Иногда – самим ребёнком	5	Наблюдение
		Всегда – самим ребёнком	10	
1.3. Самоконтроль (самодисциплина)	Умение контролировать свои поступки (приводить к своему должному действию)	Ребёнок постоянно действует под воздействием контроля извне	1	Наблюдение
		Периодически контролирует себя сам	5	
		Постоянно контролирует себя сам	10	
2. Ориентационные качества				

2.1. Самооценка	Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям	Завышенная	1	Анкетирование
		Заниженная	5	
		Нормально развитая	10	
2.2. Интерес к занятиям в детском объединении	Осознанное участие ребёнка в освоении образовательной программы	Продиктован ребёнку извне	1	Тестирование
		Периодически поддерживается самим ребёнком	5	
		Постоянно поддерживается ребёнком самостоятельно	10	
3. Поведенческие качества				
3.1. Конфликтность (отношение ребёнка к столкновению интересов (спору) в процессе взаимодействия)	Способность занять определённую позицию в конфликтной ситуации	Периодически провоцирует конфликты	0	Тестирование, метод незаконченного предложения. Наблюдение
		Сам в конфликтах не участвует, старается их избежать	5	
		Пытается самостоятельно уладить возникающие конфликты	10	
3.2. Тип сотрудничества (отношение ребёнка к общим делам детского объединения)	Умение воспринимать общие дела как свои собственные	Избегает участия в общих делах	0	Тестирование, метод незаконченного предложения. Наблюдение
		Участвует при побуждении извне	5	
		Инициативен в общих делах	10	

Таблица 5.

ИНДИВИДУАЛЬНАЯ КАРТОЧКА УЧЁТА ДИНАМИКИ ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ УЧАЩЕГОСЯ

(в баллах, соответствующих степени выраженности измеряемого качества)

Фамилия, имя ребёнка _____
 Возраст ребёнка _____
 Дата начала наблюдения _____

Показатели	Сроки диагностики									
	1 год обучения		2 год обучения		3 год обучения		4 год обучения		5 год обучения	
	I полугодие	Конец года	I полугодие	Конец года	I полугодие	Конец года	I полугодие	Конец года	I полугодие	Конец года
I. Организационно-волевые качества										
1. Терпение (выносливость)										

2. Воля										
3. Самоконтроль										
2. Ориентационные качества										
1. Самооценка										
2. Интерес к занятиям в детском объединении										
3. Поведенческие качества										
1. Конфликтность										
2. Тип сотрудничества										
4. Личностные достижения обучающегося (особые успехи ребёнка в осознанной работе над изменением личностных качеств)										

4. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Литература для педагога

Нормативные документы:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее - ФЗ);
2. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее - Порядок);
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020 года № 533 «О внесении изменений в [Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам](#), утвержденный [приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. N 196](#)»;
5. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
6. Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».
7. Устав МАОУ гимназия № 18.

Литература, использованная при составлении программы:

8. «Разработка дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в образовательных организациях» (методические рекомендации). МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ. Государственное автономное нетиповое образовательное учреждение Свердловской области «Дворец молодёжи» Региональный модельный центр. Екатеринбург 2021г.

Литература для обучающихся (родителей):

9. Барышникова Т. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. – М.: Айрис, 2001.
10. Баскаков В. Свободное тело. – М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2001.
11. Борисов-Дрондин А.И. Коррекционная гимнастика для учащихся хореографических школ. – Самара: НТЦ, 2003.
12. Бриске Э. Ритмика и танец. Ч.ч. 1,2 –Челябинск: ЧГИК, 1993. 2.Боярышникова Т. Азбука хореографии. – М.: Айрис – Пресс, 2001.
13. Васенина Е. Российский современный танец. Диалоги. – М.: Emergency Exit., 2005.
14. Выготский Л.С. Психология искусства / Анализ эстетической реакции. – М.: Лабиринт, 1997.
15. Выготский Л. Педагогическая психология. – М.: АСТ, Астрель, ЛЮКС, 2005.
16. Гиршон А. Е. Импровизация и хореография. Электронный ресурс.- <http://girshon.ru/>
17. Гренлюнд. Э., Оганесян Н. Танцевальная терапия. Теория, методика, практика. – СПб.: Речь, 2014.
18. Громов Ю.И. Танцуйте, дети! / Репертуар для детских танцевальных коллективов. – Чебоксары: Чувашское книжное издательство, 2002.
19. Громов Ю.И. Работа педагога-балетмейстера в детском хореографическом коллективе

- // Основы подготовки специалистов- хореографов / Хореографическая педагогика: учебное пособие. – СПб.: СПбГУП, 2006.
20. Диниц Е.В. Джазовые танцы. – М.: АСТ, 2010.
 21. Ерохина О.В. Школа танцев для детей: (Фольклор, классика, модерн). – Ростов н/Д.: Феникс, 2003.
 22. Запора Р. Импровизация присутствия // Танцевальная импровизация. – М., 1999.
 23. Ивлева Л.Д. Методика педагогического руководства любительским хореографическим коллективом: учебное пособие. – Челябинск: ЧГАКИ, 2004.
 24. Ивлева Л.Д. Джазовый танец. – Челябинск: ЧГАКИ, 2006.
 25. Козлов В.В., Гиршон А.Е. Интегративная танцевально-двигательная терапия.. – СПб.: Речь, 2016.
 26. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. – М.: Гном-Пресс, 2000.
 27. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмическое движение. – М.: Искусство, 2001.
 20. Латиноамериканские танцы/ Авт.-сост. О.В. Иванникова. – М.: АСТ, 2003.
 21. Левин М.В. Гимнастика в хореографической школе. – М.: Терра-спорт, 2001.
 22. Лейтес Н.С. Возрастная одаренность школьников: Учеб. Пособие для студ. Высш. Пед. Учеб. Заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2001.
 23. Лунькова А. Пусть шоу продолжается // Современные и эстрадные танцы. World dance. – 2006. – № 5. – С.16-21.
 24. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. – М.: Академия. – 2000.
 25. Никитин В.Н. Энциклопедия тела (психология, психотерапия, педагогика, театр, танец, спорт, менеджмент) /В. Н. Никитин. – М.: Алетейа 2000.
 26. Никитин В.Ю. Композиция урока и методика преподавания модерн- джаз танца. – М.: Один из лучших, 2010.
 27. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец: История. Методика. Практика. – М.: Изд-во ГИТИС, 2000.
 28. Пасютинская В. Путешествие в мир танца. – М.: Просвещение, 2006.
 29. Педагогика дополнительного образования: мониторинг качества образовательного процесса в учреждении дополнительного образования детей: методические рекомендации/сост. А.М. Тарасова, М.М. Лобода; под общ. Ред. Н.Н. Рыбаковой. – Омск: БОУ ДПО «ИРООО», 2009.
 30. Полятков С.С. Основы современного танца. – М.:Феникс, 2009.
 31. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать.– М.: Владос, 2003.
 32. Ротерс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. – М.: Просвещение, 1989.
 33. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. – М.: Линка – Пресс, 2016.
 34. Суриц Е. Балет и танец в Америке. Очерки истории. – Екатеринбург: Изд- во госуниверситета, 2004.
 35. Томилин Д.В. Джаз-модерн: обучение. http://www.vavilova2.ru/jazz_modern.php
 36. Уроки танцев: лучшая методика обучения танцам / Джим Холл [пер. с англ. Т. В. Сидориной]. – М.: АСТ : Астрель, 2009.
 37. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Сафидансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2001.
 38. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Фитнес-данс. – СПб.: Союз, 2007.
 39. Шереметьевская Н. Прогулка в ритмах степа. – М.: Один из лучших, 2010.
 40. Шкурко Т.А. Танцевально-экспрессивный тренинг. – СПб.: Речь, 2003.
 41. <https://kopilkaurokov.ru>

Образовательные технологии и методы обучения

Формы организации деятельности: хореографические композиции, танцевальные этюды, музыкально-игровые сценки, подвижные игры, танцевальные конкурсы, концерты, беседы об искусстве, посещение музыкальных и балетных спектаклей

Виды деятельности обучающихся: игровая деятельность, досугово-развлекательная деятельность, художественное творчество, социальное творчество, проблемно-ценностное общение

Технология дифференцированного обучения, которая включает в себя учет индивидуальных особенностей, группирование на основе этих особенностей, вариативность учебного процесса в группе.

Технология личностно-ориентированного обучения – организация воспитательного процесса на основе глубокого уважения к личности ребенка, учете особенностей его индивидуального развития, отношения к нему как к сознательному, полноправному и ответственному участнику образовательного процесса. Это формирование целостной, свободной, раскрепощенной личности, осознающей свое достоинство и уважающей достоинство и свободу других людей.

Игровые технологии, основной целью которых является обеспечение личностно-деятельного характера усвоения знаний, умений и навыков. Основным механизмом реализации этого вида технологий являются игровые методы вовлечения обучаемых в творческую деятельность (работа с карточками, загадки, тематические игры, конкурсы).

Здоровьесберегающие технологии, предусматривающие создание оптимальной здоровьесберегающей среды, обеспечивающей охрану и укрепление физического, психического и нравственного здоровья воспитанников.

Информационные технологии – все технологии, использующие специальные технические информационные средства: компьютер, аудио, видео, телевизионные средства обучения.

Методы обучения

Организация и сам процесс осуществления учебно-познавательной деятельности предполагают передачу, восприятие, осмысливание, запоминание учебной информации и практическое применение получаемых при этом знаний и умений.

Исходя из этого, основными методами обучения являются:

- метод словесной передачи учебной информации (рассказ, объяснение, беседа и др.);
- методы наглядной передачи и зрительного восприятия учебной информации (иллюстрация, демонстрация, показ и др.);
- методы передачи учебной информации посредством практических действий.

Практические методы применяются в тесном сочетании со словесными и наглядными методами обучения, так как практической работе по выполнению упражнения должно предшествовать инструктивное пояснение педагога. Словесные пояснения и показ иллюстраций обычно сопровождают и сам процесс выполнения упражнений, а также завершают анализ его результатов.

Проблемно-поисковые методы обучения. Педагог создает проблемную ситуацию, организует коллективное обсуждение возможных подходов к ее разрешению. Ученики, основываясь на прежнем опыте и знаниях, выбирают наиболее рациональный вариант разрешения проблемной ситуации. Поисковые методы в большей степени способствуют самостоятельному и осмысленному овладению информацией.

Методы эмоционального восприятия. Подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений. Опора на собственный фонд эмоциональных переживаний каждого учащегося.

СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ

A la SECONDE [а ля згонд] – положение, при котором исполнитель располагается en face, а «рабочая» нога открыта в сторону на 90°.

ARCH [атч] – арка, прогиб торса назад.

ATTITUDE [аттитюд] – положение ноги, оторванной от пола и немного согнутой в колене.

ARABESQUE [арабеск] – поза классического танца, при которой нога отводится назад «носком в пол» или на 90° положение торса, рук и головы зависят от формы арабеска. BATTEMENT DEVELOPPE [батман девлоппе] – вынимание через passe ноги вперед, назад или в сторону на 90°.

BATTEMENT FONDU [батман фондю] – движение, состоящее из одновременного сгибания ног, в конце которого «рабочая» нога приходит в положение sur le cou-de pied спереди или сзади опорной ноги, а затем следует одновременное вытягивание коленей и «рабочая» нога открывается вперед, в сторону или назад. В модерн-джаз танце используется форма fondu из урока народно-сценического танца.

BATTEMENT FRAPPE [батман фραπε] – движение, состоящее из быстрого, энергичного сгибания и разгибания ноги, стопа приводится в положение sur le cou-de-pied в момент сгибания и открывается носком в пол или на высоту 45° вперед, в сторону или назад. момент разгибания

BATTEMENT RELEVE LENT (батман релеве лян) – плавный подъем ноги через скольжение по полу на 90° вперед, в сторону или назад.

BATTEMENT TENDU (батман тандю) – движение ноги, которая скользящим движением отводится на носок вперед, назад или в сторону. В модерн-джаз танце выполняется так же по параллельным позициям.

BATTEMENT TENDU JETE [батман тандю жете] – отличается от battement tendu активным выбрасыванием ноги в воздух на высоту.

BATTU [баттю] – в данном случае используется для обозначения заноски, т.е. резких коротких ударов ног по 5 ауг-поз. Спереди и сзади во время прыжка или в положении «лежа на спине».

BODY ROLL [боди ролл] – группанаклонов торса, связанная с поочередным перемещением центра корпуса в боковой или фронтальной плоскости (синоним «волна»). BOUNCE [баунс] – трамплинное покачивание вверх вниз, в основном происходит либо за счет сгибания и разгибания коленей, либо пульсирующими наклонами торса.

BRUCH [браш] – скольжение или мазок всей стопой по полу перед открытием ноги в воздух или при закрытии в позицию.

CATCH STEP [кэтч стэп] – шаг на месте, связанный с переносом тяжести корпуса с одной ноги на другую, колени при этом движении поочередно сгибаются и вытягиваются.

CONTRACTION [контракшн] – сжатие, уменьшение объема корпуса, начинается в центре таза, постепенно захватывая весь позвоночник, выполняется на выдохе.

CORKSCREW TURN (корскру повороты) – «штопорные» повороты, при которых исполнитель повышает или понижает уровень вращения.

COUPE [купе] – быстрая подмена одной ноги другой, служащая толчком для прыжка или другого движения.

CURVE [кёрф] – изгиб верхней части позвоночника (до солнечного сплетения) вперед или в сторону.

DEEP BODY BEND [диип боди бэнд] – наклон вперед торсом ниже 90° сохраняя прямую линию торса и рук.

DEEP CONTRACTION [диип контракшн] – сильное сжатие в центр тела, в котором участвуют все сочленения, т.е. в это движение включаются руки, ноги и голова.

DEGAGE [дегаже] – перенос тяжести корпуса с одной ноги на другую по второй

позиции (вправо, влево) и по четвертой позиции ног (вперед, назад), может исполняться как с demi plie, так и на вытянутых ногах.

DEMI-PLIE [деми-плие] – полуприседание, при котором пятки не отрываются от пола. DEVELOPPE [деveloppe] – разновидность battements, работающая нога из пятой позиции, сгибаясь, скользит носком по опорной ноге, поднимается до колена и вытягивается вперед, в сторону или назад.

DROP [дроп] – падение расслабленного торса вперед или в сторону.

EMBOITE [амбуате] – последовательные переходы ноги на ногу на полупальцах, пальцах и с прыжком.

EN DEDAN [ан дедан] – направление движения или поворота к себе, вовнутрь. EN DEHOR [ан деор] – направление движения или поворота от себя или наружу.

FLAT BACK [флэт бэк] – наклон торса вперед, в сторону (на 90°), спиной, без изгиба торса. назад с прямой

FLAT STEP [флэт стэп] – шаг, при котором вся стопа одновременно ставится на пол.

FLEX [флекс] – сокращенная стопа или кисть.

FLIK [флик] – мазок стопой по полу к себе или от себя.

FROG-POSITION [фрэг-позишн] – позиция сидя, при которой согнутые в коленях ноги касаются друг друга стопами, колени должны быть максимально раскрыты в стороны.

GLISSADE [глиссад] – партерный скользящий прыжок без отрыва от пола из пятой позиции в пятую позицию с продвижением вправо-влево или вперед-назад.

GRAND BATTEMENT [гран батман] – бросок ноги на 90° в сторону.

GRAND PLIE [гран плие] – полное приседание. выше вперед, назад или

HIGH RELEASE [хай релиз] – высокое расширение, движение, состоящее из раскрытия грудной клетки с небольшим перегибом назад.

HIP LIFT [хип лифт] – подъем бедра вверх.

HOP [хоп] – шаг-подскок, «рабочая» нога обычно в положении «у колена».

JACK KNIFE [джэк найф] – положение корпуса, при котором торс наклоняется вперед, спина прямая, опора на руки, колени вытянуты, ноги во второй параллельной позиции, пятки не отрываются от пола.

JAZZ HAND [джаз хэнд] – положение кисти, при котором пальцы напряжены и разведены в стороны.

JELLY ROLL [джелли ролл] – движение пелвисом, состоящее из мелкого сокращения мышц с одновременным небольшим поворотом пелвиса вправо-влево (синоним – шейк пелвиса).

JERK-POSITION [джек-позишн] – позиция рук, при которой локти сгибаются и немного отводятся назад на уровень грудной клетки, предплечья располагаются параллельно полу. JUMP [джамп] – прыжок на двух ногах.

KICK [кик] – бросок ноги вперед или в сторону на 45° или 90° через вынимание приемом developpe.

LAY OUT [лэй аут] – положение, при котором нога, открытая на 90° назад, и торс. Составляют одну прямую линию.

LEAP [лиип] – прыжок с одной ноги на другую с продвижением. сторону или

LOCOMOTOR [локомотор] – круговое движение согнутых в локтях рук вдоль торса.

LOW BACK [лоу бэк] – округление позвоночника в пояснично-грудном отделе.

PAS CHASSE [шассе] – вспомогательный прыжок с продвижением во всех направлениях, при исполнении которого одна нога «догоняет» другую в высшей точке прыжка.

PAS DE BOURREE [па-де-бурре] – танцевальный вспомогательный шаг, состоящий из чередования pas tombe и pas coupe. Синоним step pas de bourree. В модерн-джаз танце во время pas de bourree положение sur le cou-de-pied не фиксируется.

PASSE [пассе] – проходящее движение, которое является связующим при переводе ноги из одного положения в другое, может исполняться по первой позиции на полу (passe par terre) либо на 45° или 90°.

PETIT BATTEMENT [пти батман] – в классическом танце – маленький прыжок.

PLIE RELEVÉ [плие релеве] – положение ног на полупальцах с согнутыми коленями.

POINT [пойнт] – вытянутое положение стопы.

PRANCE [прайс] – движение для развития подвижности стопы, состоящее из быстрой смены положения «на полупальцах» и point.

PRESS-POSITION [пресс-позишн] – позиция рук, при которой согнутые в локтях руки ладонями касаются бедер спереди или сбоку.

RELEASE [релиз] – расширение объема тела, которое происходит на вдохе. RELEVÉ [релеве] – подъем на полупальцы.

ROLL DOWN [ролл даун] – спиральный наклон вниз-вперед, начиная от головы.

ROLL UP [ролл ап] – обратное движение, связанное с постепенным раскручиванием и выпрямлением торса в исходную позицию.

RONDE DE JAMBE PAR TERRE [рон де жамб пар терре] – круг вытянутой ногой, касаясь пальцами ноги пола.

SAUTE [соте] – прыжок классического танца с двух ног на две ноги (синоним temps leve). SHIMMI [шимми] – спиральное, закручивающееся движение пел висом вправо и влево.

SIDE CONTRACTION [сайд контракшн] – боковое сжатие в торсе.

SIDE STRETCH [сайд стрэтч] – боковое растяжение торса, наклон торса вправо или влево. SOUTENU EN TOURNANT [сутеню ан турнан] – поворот на двух ногах, начинающийся с вытягивания «рабочей» ноги в пятую позицию.

STEP BALL CHANGE [стэп болл чендж] – связующий шаг, состоящий из шага в сторону или вперед и двух переступаний на полупальцах (синоним step pa-de-burree.).

SUNDARI [зундари] – движение головой, заключающееся в смещении шейных позвонков вправо-влево и вперед назад.

SUR LE COU-DE-PIED [сюр ле ку-де-пье] – положение вытянутой ступни работающей ноги на щиколотке опорной ноги спереди или сзади.

СВИНГОВОЕ РАСКАЧИВАНИЕ – раскачивание любой частью тела (рукой, ногой, головой, торсом) в особом джазовом ритме.

THRUST [фраст] – резкий рывок грудной клеткой или пелвисом вперед, в сторону или назад.

TILT [тилт] – угол, поза, при которой торс отклоняется в сторону или вперед от вертикального положения, «рабочая» нога может быть открыта в противоположном направлении на 90° и выше.

TOMBE [томбе] – падение, перенос тяжести корпуса на открытую ногу вперед, в сторону или назад на demi-plie.

TOUR CHAINES [тур шене] – туры, исполняемые на двух ногах по диагонали или по кругу на высоких полупальцах, в модерн-джаз танце могут исполняться на полной стопе и в demi-plie.