

Управление образования Администрации города Иванова  
Муниципальное автономное учреждение  
дополнительного образования  
Центр развития творчества детей и юношества

**Танцы**

Принята на педагогическом совете  
МАУ ДО ЦРТДиЮ «Танцы+»  
протокол № 2 от 31.08.2022г.



УТВЕРЖДАЮ

и.о. директора МАУ ДО ЦРТДиЮ «Танцы+»  
Огаркова Н.В.  
Приказ № 34 – О от 01.09.2022

Дополнительная  
общеразвивающая программа  
художественной направленности

**«Джаз-модерн танец»**

Срок реализации: 3 года

Возраст обучающихся: 9 – 17 лет

Уровень: базовый

Автор-составитель:  
Педагог дополнительного образования  
МАУ ДО ЦРТДиЮ «Танцы+»  
Макарова Алена Анатольевна

Иваново 2022

## Оглавление:

1. Пояснительная записка .....	3
2. Методическое обеспечение образовательной программы.....	16
3. Учебно-тематический план .....	25
4. Содержание программы .....	27
5. Список литературы .....	33
6. Приложение .....	35

## 1. Пояснительная записка

Театр танца «Нон-Стоп» был создан в 1986, на базе средней общеобразовательной школы №3. И за двадцать пять лет своего существования вырос из простого школьного объединения в образцовый хореографический коллектив, который знают и ценят как в России, так и за рубежом.

Сейчас коллектив работает на базе муниципального автономного учреждения дополнительного образования детей Центра развития творчества детей и юношества «Танцы+».

Возраст воспитанников от 3 до 22 лет. Более 1000 воспитанников прошли обучение в коллективе.

В настоящее время в коллективе занимается около 150 ребят с 4 до 18 лет. Занятия ведутся в группах, дифференцированных по возрасту. Специфика коллектива в том, что принимаются практически все желающие, что особенно важно в условиях дефицита досуговых и культурных учреждений в районе. Коллектив работает в жанре театра танца, что предъявляет особые требования к выразительности исполнителей и репертуару.

Репертуар коллектива – детская хореография, свободная пластика, джаз, модерн, неоклассика, авторский стиль.

В коллекции коллектива более 190 хореографических композиций и миниатюр.

Активный репертуар коллектива насчитывает более 45 хореографических композиций.

Подготовил около 190 хореографических композиций и миниатюр.

Активный репертуар коллектива сегодня составляет 45 хореографических номеров.

Подготовил более 7 сольных программ.

Принял участие более чем в 820 концертах.

**Коллектив является неоднократным победителем (более 120 побед):**

- Городских
- Областных
- Всероссийских
- Международных конкурсов хореографических коллективов.
- Абсолютный победитель телевизионного конкурса молодых исполнителей «Утренняя Звезда» Юрия Николаева /г. Москва/
- Обладатель полного комплекта медалей Дельфийских игр России и Стран участников СНГ

Коллектив театра танца «Нон-Стоп» хорошо знают и любят в городе и области. Визитной карточкой его являются хореографические номера «Разнотравье», «Погоня», «Летят

утки», «Кто хозяин в доме», «Ретро-ностальгия», «Колыбельная», «Муха», «Виноград созрел», «Глубоко личное» и другие хореографические композиции.

Ежегодно обновляется программа.

1996г. - коллектив подготовил программу «Десять лет спустя»

2001г. - программа «Сад моего детства»

2003г. - программа «Танец – это маленькая жизнь»

2005г. – программа "Философия Танца"

2006г. - состоялся юбилейный концерт театра танца «Нон-Стоп»

2008г.- программа «Рожденная танцем»

2010 г. – программа «Многоточие»

2012 г. - программа, посвященная двадцатипятилетию коллектива, балет "Моя вселенная"

### **Достижения коллектива за 2009 – 2015 год**

#### *Городские конкурсы:*

- Лауреат и обладатель Гран-при IV городского конкурса – фестиваля хореографических коллективов "Терпсихора» (3 возрастные группы) – 2009 г.
- Лауреат городского конкурса хореографических коллективов "Ритмы планеты" (4 возрастные группы) – 2009г, 2010г, 2011г
- Лауреат открытого городского конкурса фестиваля «Первые Па» (2 возрастные группы) - 2010г.
- Лауреат 1 степени открытого городского конкурса-фестиваля «Первые Па» (Макарова Соня, Смирнова Катя) - 2010г
- Лауреат 2 степени открытого городского конкурса-фестиваля «Первые Па» (Огурцова Анна, Муравьёва Арина) - 2010г
- Лауреат открытого городского конкурса детских балетмейстерских работ «ИдеЯ» (Морозова Ольга, Привезенцева Дарья, Абызова Наталья, Гущина Алина) - 2011г.
- Лауреат и обладатель Гран-При открытого городского конкурса детских балетмейстерских работ «ИдеЯ» (Литова Елена) - 2011г.
- Лауреат 3 степени открытого городского конкурса-фестиваля "Первые ПА", возрастная группа 5-6 лет, номинация "Вечный двигатель" (композиция "Енотики") - 2012 г.
- Лауреат 2 степени открытого городского конкурса-фестиваля "Первые ПА", возрастная группа 5-6 лет, номинация "Цветные сны" (композиция "Самый сильный") - 2012 г.
- Лауреат 2 степени открытого городского конкурса-фестиваля "Первые ПА", возрастная группа 5-6 лет, номинация "Вечный двигатель" (композиция "Помошники") - 2012 г.

- Лауреат 1 степени открытого городского конкурса-фестиваля "Первые ПА", возрастная группа до 5 лет, номинация "Вечный двигатель" (композиция "Про осу") - 2012г.
- Лауреат 1 степени открытого городского конкурса-фестиваля "Первые ПА", возрастная группа 7-8 лет, номинация "Вечный двигатель" (композиция "Веселая бригада") - 2012г.
- Лауреат 1 степени открытого городского конкурса-фестиваля хореографического искусства "Танцетворение", номинация 6-8 лет, 2013 г.
- Лауреат 1 степени открытого городского конкурса-фестиваля хореографического искусства "Танцетворение", номинация 9-12 лет, 2013 г.
- Лауреат 1 степени открытого городского конкурса-фестиваля хореографического искусства "Танцетворение", номинация 13-15 лет, 2013 г.
- Лауреат 1 степени открытого городского конкурса-фестиваля хореографического искусства "Танцетворение", номинация 16-19 лет, 2013 г.
- Лауреат 3 степени открытого городского конкурса-фестиваля хореографического искусства "Танцетворение", номинация "Театр танца", 2013 г.

#### Областные конкурсы:

- Лауреат областного конкурса «Утренняя звезда» - 2009, 2011г.
- Гран-при областного смотра-конкурса хореографических коллективов «Новое поколение выбирает...» - 2011г.
- Лауреат областного фестиваля православной культуры «Новолетие на земле Ивановской»- 2011г.

#### *Межрегиональные конкурсы:*

- Дипломанты 14 межрегионального конкурса - фестиваля "Браво-2011" (Владимир) – 2011г.
- Лауреат и обладатель Гран-при 12 межрегионального конкурса - фестиваля "Браво-2009" (Владимир) – 2009 г.
- Лауреат 1 степени Межрегионального Фестиваля современного танца «Премьера» - 2011г.
- Лауреат Межрегионального Фестиваля современного танца «Премьера» - 2011г.
- Лауреат межрегионального конкурса детских балетмейстерских работ «ИдеЯ» (Морозова Ольга) – 2011г.
- Победитель в номинации «Лексика» межрегионального конкурса детских балетмейстерских работ «ИдеЯ» (Морозова Ольга) - 2011г.,
  - Победители в номинации «Образ» межрегионального конкурса детских балетмейстерских работ «ИдеЯ» (Литова Елена, Абызова Наталья) - 2011г.,
    - Гран-при Межрегионального Фестиваля современного танца "Своя тема-2012" в номинации "Средняя группа - ансамбли" с композицией "Виноград созрел".
      - Лауреат 1 степени Межрегионального Фестиваля современного танца "Своя тема-2012" в номинации "Младшая группа - ансамбли" с композицией "Муха".

- Диплом за лучшую балетмейстерскую работу Межрегионального Фестиваля современного танца "Своя тема-2012 в номинации "Младшая группа - ансамбли" с композицией "Муха".
- Лауреат 1 степени в номинации "Детский танец" III межрегионального фестиваля-конкурса хореографических коллективов «Планета танца» (возрастная категория 7-9 лет) - 2013 г.
- Диплом за балетмейстерскую работу "На прививку" межрегионального фестиваля-конкурса хореографических коллективов «Планета танца» - 2013 г.
- Лауреат 1 степени II Межрегионального фестиваля современного танца "Своя тема-2013" в номинации "Ансамбли"-11 лет и младше - 2013 г.
- Специальный диплом за лучшую балетмейстерскую работу "На прививку" II Межрегионального фестиваля современного танца "Своя тема-2013" - 2013 г.

***Всероссийские конкурсы:***

- Лауреат Всероссийского конкурса – фестиваля «Жар-птица» - 2010г., 2011г. (2 возрастные группы)
- Лауреат и обладатель Гран-при Всероссийского конкурса – фестиваля «Жар-птица» - 2009г.
- Серебряный призер 8 Молодежных Дельфийских игр России /г. Самара/
- Победитель конкурса «Данс-Дизайн» (г.Липецк) – 2009г., 2010г.
- Победитель конкурса «Данс-Дизайн» (г.Липецк) в номинации «Композиция» (Макарова А.А.)– 2009г., 2010г.
- Победитель конкурса «Данс-Дизайн» (г.Липецк) в номинации «Лексика» (Гущина Н.Г.)- 2009г., 2010г.
- Лауреат премии «Лучший коллектив года» проекта «Танцевальный клондайк» (г.Москва) – 2009 г.
- Победитель Всероссийского фестиваля «Таланты» (г.Ярославль) (Колесова Ольга, Луценко Алёна) - 2010г.
- Победитель Всероссийского фестиваля «Таланты» (г.Ярославль) (Матвеевко Наталья, Привезенцева Даша) - 2010г.
- Победитель Всероссийского фестиваля «Таланты» (г.Ярославль) (по трём номинациям) - 2010г
- Гран-при детского открытого хореографического фестиваля-конкурса "Балтийский бриз" (г. Санкт-Петербург) - январь 2013г.
- Победитель в номинации "Абсолютный успех" детского открытого хореографического фестиваля-конкурса "Балтийский бриз" (г. Санкт-Петербург) - январь 2013г.

- Лауреат и обладатель Гран-при Всероссийского конкурса детско-юношеского художественного творчества «Жар-птица» в номинации "Ансамбли современного танца" (возрастная категория 12-15 лет) - 2013г.

- Лауреат 2 степени Всероссийского фестиваля-конкурса танца, пластики и циркового искусства "Самый лучший"

#### *Международные конкурсы:*

- Серебряный призёр Международного конкурса «Золотая лодка» /г. Лодзь – Польша/ - 2010г.

- Лауреат Международного фестиваля современного танца «Dance-solo» - 2011г

- Лауреат и обладатель Гран-при XIII Международного фестиваля современного танца «Весенние капли» - 2011г

- Лауреат и обладатель Гран-при XIII Международного фестиваля-конкурса «Феерия танца» - 2011г

- Лауреат и обладатель Гран-при XIII Международного фестиваля-конкурса «Вятская карусель» - 2011г

- Дипломант международного фольклорного фестиваля Сербия -2011г

- Лауреат 2 степени Международного фестиваля - конкурса «Феерия танца» - 2011 г.

- Лауреат 3 степени Международного фестиваля - конкурса «Феерия танца» - 2011 г.

- Лауреат 1 степени Международного конкурса хореографического искусства «Dance Solo» -2011г. (Литова Елена)

- Лауреат 1 степени Международного конкурса хореографического искусства «Dance Solo» -2011г. (Макарова Соня)

- Лауреат 2 степени Международного конкурса хореографического искусства «Dance Solo» -2011г (Муравьёва Арина, Огурцова Анна)

- Диплом обладателя титула фестиваля свободного танца "Белая обезьяна" "За лучшую хореографию"

- Диплом обладателя титула фестиваля свободного танца "Белая обезьяна" "За лучшую режиссуру"

- Лауреат в номинации "Миниатюра" в конкурсе "современной хореографии" "IFFE-2012" IV Международного фестиваля "Четыре элемента"

- Лауреат в номинации "Современный танец" в конкурсе современной хореографии "DanceFest-2012" IV Международного фестиваля "Четыре элемента"

- Лауреат в номинации "Современный танец. Фолк." в конкурсе современной хореографии "DanceFest-2012" IV Международного фестиваля "Четыре элемента"

- Лауреат в номинации "Детский эстрадный танец" в конкурсе современной хореографии "DanceFest-2012" IV Международного фестиваля "Четыре элемента"

- Специальный приз жюри конкурса современной хореографии "DanceFest-2012" IV Международного фестиваля "Четыре элемента" "За оригинальное хореографическое решение"
- Лауреат 1 степени в номинации "Современная хореография" международного фестиваля "Планета юности - 2013"
- Лауреат 3 степени Международного конкурса-фестиваля творческих коллективов "Единство России" - 2013 г.
- Лауреат 1 степени в номинации "Детский танец" (ансамбль, возрастная категория 6-8 лет) Международного хореографического конкурса детского и молодежного творчества "Берег талантов" - 2013 г.
- Диплом фестиваля свободного танца "Белая обезьяна" "За самобытность"
- Гран-при XV международного конкурса-фестиваля "Венгерские игры" - 2013 г.

**Главный принцип творческой деятельности коллектива –  
«Не останавливаться!»**

Тесная связь с родителями позволяет своими силами изготавливать эскизы и шить костюмы, укреплять материально-техническую базу коллектива.

Сформирован и успешно работает родительский комитет коллектива, который помогает в решении многих проблем жизнедеятельности коллектива. Целенаправленная работа по развитию творческих способностей детей (через занятия), творческие конкурсы внутри коллектива, побуждают многих (и детей, и родителей!) попробовать свои силы в роли постановщиков и соавторов номеров. Традиционными и любимыми являются концерты и праздники для родителей воспитанников: «Новый год зажигает огни», «Как зима с летом боролись», «Танцевальное путешествие», «Самым дорогим и любимым», «Сад моего детства» и другие. Первые воспитанники театра танца привели на занятия в коллектив своих детей. Кроме того, родители сами активно принимают участие в творческих мероприятиях в качестве танцоров. В их творческий копилке хореографические композиции представленные на Балу, посвященном празднованию дня рождения центра "Танцы +", юбилейном концерте (25 лет) и др.

**Работа с одаренными детьми**

Деятельность педагогического коллектива театра танца с особо одаренными детьми носит системный характер, определены основные приоритетные направления, создаются условия для работы с одаренными детьми.

Программой «Талант» предусмотрены:

- меры по корректировке банка данных по одарённым детям;
- своевременная поддержка детей данной категории по их социальным проблемам;
- участие их в мероприятиях различного организационного уровня;
- мониторинг конечных результатов деятельности.

Для поддержки одарённых детей и их ранней профессиональной ориентации на базе коллектива ежегодно организовывается профильная смена «Танцевальные каникулы».

Благодаря успешной реализации данной программы одарённые дети получают поддержку и заслуженную оценку на конкурсах различного уровня:

**Беляева Елена** – солистка театра танца, пример и кумир для подрастающего поколения воспитанников театра танца «Нон-стоп». Лена талантлива во всём: в 2001 году закончила МОУ СОШ №3 и награждена серебряной медалью за особые успехи в учёбе; в 2005 г. Закончила с отличием Ивановскую Архитектурно-Строительную Академию с присуждением степени бакалавра менеджмента; в 2006 году получила диплом с отличием Ивановского Архитектурно - Строительного Университета по специальности «менеджмент организации». С 2006 года по 2011 работала в Департаменте экономического развития и торговли Ивановской области, в 2006 году «За успехи в творческой деятельности» награждена премией Главы города Иванова для талантливой молодёжи «Большие надежды»;

**Савичева Марина** - победитель конкурса на присуждение денежного поощрения одарённым детям, учащимся, воспитанникам учреждений муниципальной системы образования города Иванова в номинации «За успехи в творческой деятельности»;

**Литова Елена** - победитель конкурса на присуждение денежного поощрения одарённым детям, учащимся, воспитанникам учреждений муниципальной системы образования города Иванова в номинации «Талант». победитель Всероссийского фестиваля «Таланты» в номинации «Дуэты» (г.Ярославль) - 2010 г; **Лауреат и обладатель Гран-При** открытого городского конкурса детских балетмейстерских работ «ИдеЯ» -2011 г., **победитель в номинации «Образ»** межрегионального конкурса детских балетмейстерских работ «ИдеЯ»-2011 г.; **лауреат 1 степени** Международного конкурса хореографического искусства «Dance Solo» -2011 г.

**Привезенцева Дарья** - победитель конкурса на присуждение денежного поощрения одарённым детям, учащимся, воспитанникам учреждений муниципальной системы образования города Иванова в номинации «За успехи в творческой деятельности»; **победитель** Всероссийского фестиваля «Таланты» в номинации «Дуэты»

(г.Ярославль) - 2010г; **Лауреат** открытого городского конкурса детских балетмейстерских работ «ИдеЯ» - 2011г.

**Колесова Ольга, Луценко Алёна – победители** Всероссийского фестиваля «Таланты» (г. Ярославль) - 2010г

**Морозова Ольга - лауреат** открытого городского конкурса детских балетмейстерских работ «ИдеЯ» - 2011г.; **лауреат** всероссийского конкурса «Жар-птица» - 2011г., **лауреат** межрегионального конкурса детских балетмейстерских работ «ИдеЯ», **победитель в номинации «Образ»** межрегионального конкурса детских балетмейстерских работ «ИдеЯ»- 2011г.,

**Макарова Соня – лауреат 1 степени** открытого городского конкурса фестиваля «Первые Па» - 2010г; победитель городского конкурса «Мисс Малышка» - 2011г. **Лауреат 1 степени** Международного конкурса хореографического искусства «Dance Solo» -2011г.

**Огурцова Анна - лауреат 2 степени** открытого городского конкурса фестиваля «Первые Па» - 2010г; призёр городского конкурса «Мисс Малышка» - 2011г., **лауреат 2 степени** Международного конкурса хореографического искусства «Dance Solo» -2011г.

**Муравьёва Арина - лауреат 2 степени** открытого городского конкурса фестиваля «Первые Па» - 2010г; **лауреат 2 степени** Международного конкурса хореографического искусства «Dance Solo» -2011г.

**Гущина Алина - обладатель специального диплома** открытого городского конкурса детских балетмейстерских работ «ИдеЯ», дипломант межрегионального конкурса детских балетмейстерских работ «ИдеЯ» - 2011г.; финалист городского конкурса «Маленькая звезда Серебряного города» - 2010г.

**Абызова Наталья - победитель в номинации «Идея»** открытого городского конкурса детских балетмейстерских работ «ИдеЯ», **победитель в номинации «Образ»** межрегионального конкурса детских балетмейстерских работ «ИдеЯ»- 2011г.; лауреат всероссийского конкурса «Жар-птица» - 2011г.

Театр танца неоднократно проводил творческие встречи и мастер-классы для участников и гостей Всероссийских фестивалей и конкурсов, а также обучающие семинары для педагогов города и области.

Успешному развитию воспитанников коллектива способствует четко развитая система занятий художественно-эстетического направления: детская хореография, классический танец, неоклассика, авторский стиль, джаз – модерн танец.

**Джаз-модерн** - энергичный и выразительный танец, образный танец, который взял все самое лучшее с джазовой хореографии и модерна, к тому же он заметно улучшает координацию движений.

Балет и танцы самых разных направлений смешались, и в результате родилось совершенно новое танцевальное направление, которое получило название «джаз». Считается, что джаз-танец создали африканцы и афроамериканцы, а в основе техники лежит негритянский фольклор, смешанный с танцами других эмигрантов, проживающих на территории США. Основные принципы джаз-танца подобны принципам джаза в музыке. Это, возможно, и стало причиной единого названия. Основные принципы – импровизация, полиритмия, полицентрия (последние два сродни музыкальной полифонии).

Энергетика двух стилей – **джаза и модерна** - слилась воедино и наделила джаз-модерн характерными чертами обоих танцевальных жанров.

Джазовая хореография, возникшая из импровизаций ритуальных танцев африканских народов, развивалась наперекор классическому балету. Джаз легко и непринужденно преодолевал условности классики.

Этот стиль танца был создан в начале XX века. Огромный опыт прошлого, сочетается с новыми и неординарными идеями. Оригинальная окрашенность привычных движений и необычность переплетения джазовой и бальной школы, открывает новые грани танца.

В модерне имеет значение внутреннее наполнение движения, четкость линий, умение работать с дыханием.

Техника джаз-модерна широко используется практически во всех современных танцах. Большинство западных звезд поп-культуры изучают джаз-модерн как основу хореографии и широко используют в постановках своих шоу и клипов.

Подготовленное техникой джаз-модерна тело - это сила, гибкость, пластичность, выносливость, отличная форма и прекрасная осанка. Занятия развивают музыкальность, чувство ритма, правильное дыхание, постановку корпуса, координацию движений и умение владеть своим телом. Ломаные движения тела, эффектные хореографические ходы, немыслимые акробатические рисунки движутся в разных ритмах – танец полностью зависит от фантазии, единения своего внутреннего мира с миром пространства.

Заниматься джазом-модерном можно независимо от возраста, роста и веса. Лучше всего начинать тренироваться с 9-10 лет, когда кости уже достаточно окрепли, потому что джазовые движения требуют большого напряжения спины и таза.

У джаз-танца есть несколько характерных особенностей. Во-первых, ритм – согласование движений с ритмом музыки; во-вторых, синкопирование – ритм между сильными долями музыки (это очень важный навык в джазовом танце; отрабатывая синкопирование, вы научитесь слышать ритм той музыки, под которую танцуете); в-третьих, в

бродвейском джазе часто используются движения бедер и таза, что придает танцу особую выразительность; в-четвертых, изолированные движения – подвижность только одной части тела, в то время как все тело остается неподвижным или двигается в противоположном направлении (как и вращения бедрами; изолированные движения подчеркивают ритм музыки – создается впечатление, будто музыка проходит сквозь тело танцора).

Характерной чертой стиля джаз можно назвать то, что тело здесь используется для отражения ритмов музыки подобно музыкальному инструменту. Яркой особенностью джазового танца является независимое движение частей тела, следуя своему собственному ритму. Современный джаз видоизменился, вобрав в себя элементы: хип-хоп, брейка, фанка.

**А модерн** – этот авангард балетного танцевального искусства – стал своего рода эпатажем, который шокирует привычный взгляд зрителя ломаными движениями и невысказанными акробатическими фигурами.

Модерн развился вопреки классическому балету, в нем танцоры стремились выйти за рамки наскучившей классики. Модерн – это даже некий эпатаж, шокирующий привычный взгляд зрителя. Ярким примером тому служат постановки известных классических балетов в стиле модерн, имеющие очень мало общего с традиционными балетными постановками. Изобретательницей стиля модерн иногда считают знаменитую танцовщицу Айседору Дункан. Техника ее свободного танца – один из ключевых моментов в модерне. Это танец раскрепощенного тела. Движение зарождается от импульса, которое дает свободное парение телу в пространстве. Ломаные движения тела, эффектные бросания на пол, невысказанные акробатические фигуры и даже какие-то оптические спецэффекты – танец полностью зависит от фантазии хореографа.

Стили джаз и модерн имеют общие черты и порой грань между ними едва заметна, но если модерн берет свое начало с балета, то джаз скорее из многообразных форм танца. Многообразие выразительных элементов танца джаз-модерн делает его значительно более демократичным и позволяет успешно выступать людям, пластически одаренным, но начавшим танцевать уже взрослыми и не обладающими достаточными данными для классического балета.

В джаз-модерне вполне допустимо танцевать босиком, можно танцевать вообще без одежды, а порой даже без музыки.

Это новый язык движений. Свободный от условностей, но в основе которого лежит танцевальный и хореографический опыт столетий.

Это способ выйти из оцепенения, в котором находимся мы сами и соответственно наше тело. Непредсказуемый и почти безграничный, он бросает настоящий вызов всем, кто собирается научиться его танцевать, потому что Ваше мастерство в исполнении джаз-модерна

ограничивается в первую очередь не знанием техник, связок и элементов, а Вашими физическими, умственными и творческими способностями.

Джаз-модерн – это высокие телесные нагрузки, напряженная мыслительная работа и необузданный полет фантазии, которые, сочетаясь в полных смысла, сверхэкспрессивных, зачастую ломаных и ритмичных движениях, утверждают Вашу сопричастность одному из самых требовательных танцев в мире. Радость, которую испытывают ученики джаз-модерна, сравнима с радостью от покорения вершин.

Подготовленное джазовой техникой тело танцора сильное, гибкое, пластичное, выносливое. Иногда станцевать это просто, но иногда трудно и тяжело, и от этого ещё интереснее. Стандартное поведение, стандартная реакция, стандартные поступки это то к чему нас приучали в течении всей жизни родители (которых в свою очередь также приучали их родители), школа, ВУЗ, правительство ... Джаз-модерн это всё меняет.

Проведём эксперимент - закройте глаза и, расслабив как можно больше мышц своего тела поддайтесь на те движения, которые ваше тело хочет сделать.

Если вам удастся расслабиться, вы с удивлением обнаружите что тело может захотеть свернуться в спираль, неестественно наклониться, прогнуться ...

А теперь представьте себе, что все эти движения можно положить на музыку и позволить себе быть таким, каким ты есть, а не таким как этого требует окружающая социальная среда.

Возможность побывать в этом состоянии дает танец джаз-модерн.

В основу программы положена программа Министерства культуры СССР «Современное направление хореографии. Джаз – танец», а также используются методики техник М. Грэхэм, Х.Лимона, М. Канингхэма, адаптированные и изложенные Вадимом Никитиным, знания о которых получены на семинарах и мастер - классах и адаптированы с учетом возрастных особенностей обучающихся.

Программа адаптирована с учетом специфики работы учреждений дополнительного образования детей и молодёжи, возраста обучающихся и их возможностей.

### **Практическая значимость программы:**

Изучение современной хореографии даёт возможность обучающемуся увеличить свою подвижность, гибкость, репертуар привычных движений, импровизационные возможности.

Предлагаемые методики устраняют не только двигательные блоки и мышечные зажимы, но и психологические барьеры на пути к творческой реализации. Программа по изучению современного танца предлагает двигаться по-другому, нежели привычным способом, танец через движение изменяет направление и строй мыслей человека. В программе используются наиболее интересные отечественные и зарубежные материалы в области

современной хореографии, соответствующие возрастным, психологическим и физиологическим особенностям детей и подростков, а так же уровню их подготовки.

#### **Актуальность:**

Сами принципы обучения и воспитания в коллективе построены так, что каждый воспитанник получает полную возможность творческой самореализации, приобретает навыки социально активной личности, возможность в будущем проявить себя творчески, инициативно и уверенно не только в хореографии, но и в любой другой выбранной профессии. Все это актуально в процессе становления личности воспитанника.

#### **Цели:**

1. Выявление и развитие природных данных и способностей обучающихся, приобретение навыков, знаний в новой области хореографии Джаз-Модерн танец.

#### **Задачи:**

##### *Обучающие:*

- способствовать формированию у детей танцевальных знаний, умений, навыков на основе овладения и освоения программного материала.

##### *Воспитательные:*

- способствовать воспитанию интереса к самому процессу движения под музыку;
- воспитывать доброжелательное отношение к окружающим (дружелюбие, готовность сотрудничать, вежливость);
- воспитывать потребность в самоорганизации (аккуратность, трудолюбие, самостоятельность, настойчивость);
- воспитывать потребность в здоровом образе жизни.

##### *Развивающие:*

- способствовать формированию координации и красоты двигательной деятельности ребенка;
- формировать пластику тела, чувство ритма, хореографическую память и артистическую натуру.

#### **Условия реализации программы**

Для полноценного проведения учебного процесса по данной программе и достижения положительных результатов необходимо:

1. Материально-технические условия, необходимые для нормальной деятельности коллектива (зал с зеркалами, станки, музыкальная аппаратура);
2. Организационные условия (необходимо: не менее 2-х часов в неделю; количество обучающихся в группах 20-25 человек);
3. Связь с общественными организациями: творческими коллективами и др.
4. Соблюдение норм СанПиНа.
5. Наличие у воспитанников медицинских справок.
6. Проведение инструктажей 2 раза в год среди воспитанников и их родителей (см. приложение). Контроль над выполнением инструктажа осуществляется в течение всего учебного года.
7. Хореографическая форма для учащихся, в том числе джазовая обувь – джазовки.
8. Костюмы для концертных номеров.
9. Активная работа по накоплению материальных средств, фонда развития коллектива, аудиокассет, видеокассет с учебным материалом.

### **Психолого-педагогическое обоснование**

*Программа предназначена для мальчиков и девочек с 9 лет, имеющих начальную хореографическую подготовку.*

*Расписание составляется с учетом того, что дети должны заниматься джаз-танцем 2-3 раза в неделю. Основными формами учебного процесса являются групповые и индивидуальные занятия. На групповых занятиях дети знакомятся и изучают движения, соответствующие программе, учатся «чувству локтя», уважению партнера, отрабатывают синхронность исполняемых движений, учатся оценивать как свои достижения, так и достижения товарищей.*

*На индивидуальных занятиях происходит импровизационная работа и постановка концертного репертуара. Наряду с этим, каждый обучающийся в непосредственном общении с педагогом в индивидуальном порядке может устранить трудности, возникшие в процессе обучения.*

*Отбор детей для обучения Модерн-джаз танцу возможен только при тщательном изучении их анатомо-физических и психологических способностей. Наиболее благоприятным возрастом для воспитания обучающегося Модерн-джаз танцу является возраст 9-12 лет, когда у ребенка уже есть определенная база навыков по гимнастике, акробатике и свободной пластике, а также владение начальной школой классического танца.*

*В этом возрасте дети уже умеет концентрировать силу и, наоборот, расслаблять мышцы, что очень важно в обучении Модерн-джаз танцу. В принципах координации использованы изолированные движения различных частей тела, синкопированный ритм, полиритмия танца, что доступно для обучающихся в среднем подростковом периоде.*

## **2. Методическое обеспечение образовательной программы**

*Этапы обучения:*

Технологически образовательный процесс реализуется на трех уровнях:

- подготовительный (1 год обучения ) воспроизведение по образцу, по инструкции; Отсутствие у обучающегося опыта (знаний) в конкретном виде деятельности. Вместе с тем он способен к восприятию новой информации, т.е. к обучаемости. Обучающийся выполняет каждую операцию деятельности, опираясь на описание действия, подсказку, намек (репродуктивное действие)
- тренировочный (2 год обучения ). Обучающийся самостоятельно воспроизводит и применяет информацию в ранее рассмотренных типовых ситуациях, при этом его деятельность является репродуктивной. Способность воспитанника использовать приобретенные знания и умения в нетиповых ситуациях; в этом случае его действие рассматривается как продуктивное.
- творческая деятельность (3 год обучения 2 полугодие). Воспитанник, действуя в известной ему сфере деятельности, в непредвиденных ситуациях создает новые правила, алгоритмы действий, т.е. новую информацию; такие продуктивные действия считаются настоящим творчеством.

Формы проведения занятий:

- групповые – занятие со всей группой 20-25 человек;
- малые группы – занятия по подгруппам (8-10 человек);
- индивидуальные – работа с солистами, дополнительная отработка движений с отстающими учениками;
- теоретические – объяснение детям методики исполнения, специфики и названия движений;
- практические – самостоятельное выполнение поставленной задачи.

*Методика обучения:*

В основу программы положена программа Министерства культуры СССР «Современное направление хореографии. Джаз – танец», а также используются методики техник М. Грэхэм, Х.Лимона, М. Канингхэма, адаптированные и изложенные Вадимом

Никитиным, знания о которых получены на семинарах и мастер - классах и адаптированы с учетом возрастных особенностей обучающихся.

Программа адаптирована с учетом специфики работы учреждений дополнительного образования детей и молодёжи, возраста обучающихся и их возможностей.

На занятиях используются следующие **методы**:

- демонстрационный (1 -2 год обучения);
- словесный(1 -2 год обучения);
- метод упражнений (1 -2 год обучения);
- метод наблюдения; (1-2 год обучения);
- анализ (2 год обучения);
- эвристический (2 год обучения).

Методики хореографического обучения опираются так же на общие дидактические принципы обучения:

- *Принцип доступности* в обучении с учетом возрастных особенностей строится на знании физиологических и психических особенностей младших школьников и подростков. Исходя из этого, рассчитывается физическая нагрузка, продолжительность и периодичность занятий, смена деятельности на занятии, объем и сложность теоретического материала.
- Педагог на каждом этапе работы должен четко представлять уровень музыкального и физического развития. Таким образом, учебный процесс выстраивается по принципу «от простого к сложному» (т.е. циклично)
- *Принцип наглядности* связан, прежде всего, с постоянным использованием на занятиях такого приема как показ педагогом определенных движений. Этот прием тесно увязывает *теорию и практику*, то есть рассказ-объяснение, как правильно исполняется то, или иное движение и практический показ педагога.
- *Принцип творческого сотрудничества* проявляется не только в учебном процессе, где дети учатся правильно оценивать свои достижения и промахи, но и воплощается в шефстве старших над младшими.
- *Принцип воспитывающего обучения* очень важен. В процессе занятий у воспитанников формируются и совершенствуются исполнительские навыки, развивается музыкально-эстетический вкус, память мышление, речь, воображение, формируется чувство ответственности. Происходит становление личности.
- *Принцип системности и последовательности* отражен в подборе содержания занятий. Учебная программа построена с использованием принципа цикличности.

Предмет Модерн – Джаз танец является комплексом танцевальных дисциплин. Основные принципы Модерн-Джаз танца относятся, прежде всего, к технике движения. Они сложились в процессе эволюции различных систем танца. Эти принципы были заимствованы в основном из джазового танца, модерн - танца, а также из классического балета, создавая новый язык движений, новый лексический модуль. Данная программа рассчитана на 1,2,3-ий год обучения носит экспериментальный характер и составлена специально для воспитанников Образцового хореографического коллектива театра танца «Нон-стоп».

Урок Модерн – джаз танца четко подразделяется на следующие части:

1. Разогрев
2. Изоляция
3. Упражнения для позвоночника
4. Уровни
5. Кросс. Передвижение в пространстве
6. Комбинация или импровизация

Существуют определенные принципы движения Модерн – джаз танца, которые изначально проучиваются и используются в течение всего курса обучения данной методике:

1. Поза коллапса
2. Изоляция и полицентрия
3. Полиритмия
4. Мультипликация
5. Координация
6. Contraction и release
7. Уровни

### **Технические принципы модерн – джаз танца**

#### **Принципы движения, заимствованные из джаз – танца:**

1. Использование в танце позы коллапса.
2. Активное передвижение исполнителя в пространстве как по горизонтали, так и по вертикали.
3. Изолированные движения различных частей тела.
4. Использование ритмически сложных и синкопированных движений.
5. Полиритмия танца.
6. Комбинирование и взаимопроникновение музыки и танца.
7. Индивидуальные импровизации в общем танце.
8. Функционализм танца.

## **Поза коллапса**

Речь идет о своеобразном держании тела, когда нет напряжения и вытянутости вверх. Тело свободно и расслаблено, его изгибы немного утрируются, колени согнуты, торс и голова чуть наклонены вперед. В танце модерн позвоночник, как и в классическом танце, является осью движения, но эта ось не всегда направлена строго вертикально, а очень часто изгибается и вращается в различных отделах. Основная задача – добиться достаточной свободы позвоночника, но в то же время тело должно быть достаточно напряженным, чтобы движения были энергичны.

## **Изоляция и полицентрия**

Тело состоит из отдельных частей – центров, наз. ареалами, которые могут изолироваться, пространственно и ритмически независимо двигаться, именно это и создает полицентрию движения.

## **Полиритмия**

Полиритмия тесно связана с музыкой. Смещение мелодического рисунка и ритмической основы произведения очень влияет на танцевальное движение. Особую сложность у исполнителя вызывают нечетные муз. размеры, что требует внимательного отношения к развитию ритмического восприятия у учащихся.

## **Мультипликация**

Это понятие также тесно связано с ритмом. Единое движение раскладывается на составные части, фазируется и мультиплицируется.

## **Координация**

При движении нескольких центров одновременно возникает необходимость их скоординировать двумя способами:

- импульсом, при котором несколько центров приводятся в одновременное движение
- принципом управления, т.е. центры включаются в движение последовательно

## **Принципы движения, заимствованные из танца – модерн.**

В танце - модерн все тело исполнителя принимает участие в движении и именно работа над подвижностью позвоночника заложена в основу многих систем обучения (сжатие и расширение, кот. исполняется в центр тела, синусоида – движение- задержка в

кульминационной точке и обратный возврат, а также спирали и изгибы позвоночника в соединении с движениями рук и ног.

### **Contraction и release**

Эти два термина связаны с положением торса, рук и ног. Contraction- сжатие, сокращение, относительное уменьшение объема тела (на выдохе). Противоположное понятие-release, т.е. расширение тела в пространстве ( на вдохе).

### **Уровни**

Модерн – джаз танец активно использует передвижение танцора не только по горизонтали, но и по вертикали. Расположение танцора на полу употребляется достаточно часто. Уровнем называется расположение тела танцора относительно земли.

### **Особенности организации учебно – воспитательного процесса**

1 - й год обучения -2 раза в неделю по 2 академических часа

2 - й год обучения - 3 раза в неделю по 2 академических часа

3 - й год обучения -3 раза в неделю по 2 академических часа

### **Организация учебного процесса в рамках одного занятия:**

- организационный момент (3 минуты)
- мотивация (2 минуты)
- теория (8 минут)
- практика (67 минут)
- подведение итогов занятия (5 минуты)
- рефлексия ( 5 минуты)

Итого: 90 мин.

### *Воспитывающая деятельность*

Цель воспитательной работы: Способствовать духовному и физическому развитию, формированию характера, воспитанию коммуникативных качеств.

Эта работа направлена на повышение культурного уровня членов коллектива, расширение их кругозора, привитие им творческого отношения к хореографическому искусству.

Форма работы:

Групповая – массовые мероприятия;

Работа с воспитанниками:

1. Проведение тематических праздников, игровых программ.
2. Беседы с детьми и проведение практических занятий с привлечением специалистов.
3. Участие в экскурсиях, массовые выходы в театры, музеи, цирк.
4. Концертная деятельность, в том числе участие в благотворительных концертах.
5. Обсуждение самостоятельных выступлений и увиденных выступлений других коллективов.
6. Просмотр видеозаписей с последующим их разбором.

Работа с родителями:

1. Родительские собрания.
2. Открытые занятия для родителей.
3. Индивидуальные беседы.
4. Вовлечение родителей в мероприятия коллектива.
5. Совместное посещение концертов.
6. Помощь родителей во время выступлений.
7. Помощь при создании концертных костюмов.

*Развивающая деятельность.*

Выполнение развивающих задач, поставленных программой:

1. Способствовать формированию координации и красоты двигательной деятельности ребенка.
2. Формировать пластику тела, чувство ритма, хореографическую память и артистическую натуру воспитанников.
3. Упражнения на координацию движений; комбинации на координацию;
4. Элементы импровизации; импровизация на заданную тему;
5. Пластика
6. Составление хореографических этюдов на заданную тему; по выбору обучающихся (соло, дуэт, коллектив).
7. Работа по актёрскому мастерству:
  - a. Тренинги - внимание, образ, слух, выразительность
  - b. Творческие задания на раскрытие эмоционального потенциала
  - c. Перфомансы

## Прогнозируемый результат

### **В конце 1-го года обучения воспитанник будет знать:**

- элементарные приёмы разминки на середине зала;
- основные шаги афроджаз-танца;
- основы работы мышц и правильного дыхания;
- терминологию танца.

### **Воспитанник будет уметь:**

- самостоятельно выполнять разминку;
- исполнять синхронно движения и комбинации;
- под контролем педагога исполнять выученные связки и компоновать их в комбинацию;
- выделять сильную и слабую долю.

### **У него будет развито:**

- чувство ритма;
- слух;
- простейшая координация движения.

### **У него предполагается воспитать:**

- уважительное отношение к педагогу и занятиям;
- корректность и такт по отношению к другим учащимся;
- дисциплина;
- опрятность;
- привычку к соблюдению правил личной гигиены.

### **В конце 2-го года обучения воспитанник будет знать:**

- основы танца модерн в технике Марты Грехэм;
- начала техники Мерса Каннингэма и Пины Бауш;
- основы балет-джаза Метта Меттокса;
- историю происхождения и развития танца модерн.

**Учащийся будет уметь:**

- самостоятельно исполнять изученные комбинации;
- ориентировать связки в разные стороны и в разных направлениях;
- исполнять программные прыжковые комбинации;
- владеть основами вращения на месте и в движении;

**У него предполагается развить:**

- пластичность и гибкость;
- танцевальный шаг;
- выворотность;
- координацию.

**У него предполагается воспитать:**

- корректную манеру поведения на сцене и в зрительном зале;
- навык концентрации внимания;
- умение ориентироваться в пространстве;
- раскрепощённость на сцене и в репетиционном зале.

**В конце 3-го года обучения ребёнок будет знать:**

- основы танца модерн в технике Х.Лимона;
- начала техники Э. Эйля;
- основы американского джаз-танца;
- понятия и принципы импровизации;
- музыкальный материал, используемый в процессе обучения.

**Воспитанник будет уметь:**

- владеть всеми видами вращения;
- совершать прыжки на месте и с продвижением;
- самостоятельно составлять связки на основе изученного материала;
- пользоваться основами сольной и контактной импровизации;
- ориентироваться в танцевальных и музыкальных направлениях.

### **Предполагается развить:**

- эстетический вкус;
- образное мышление;
- умение работать с музыкальным материалом.

### **Предполагается воспитать:**

- трудолюбие и выносливость;
- интерес к театральному, музыкальному и изобразительному искусству.
- стремление к повышению общего культурного уровня;

## **Модель выпускника**

Выпускник:

- умеет хорошо владеть своим телом;
- имеет хорошую физическую форму (гибкость, выворотность, координацию движения, танцевальную осанку, пластику, грациозность);
- владеет основными техниками и навыками хореографии и танца;
- умеет импровизировать и составлять комбинации и танцы;
- комфортно чувствует себя на сцене.

Выпускник приобрел художественный вкус. Он индивидуален, уверен в себе, у него развито воображение, фантазия, образное мышление, коммуникабелен в обществе.

### 3. Учебно – тематический план

<b>Подготовительный уровень 1 год обучения</b>						
<i>№</i>	<i>Раздел, тема</i>	<i>Вид занятий</i>	<i>Всего</i>	<i>Теория</i>	<i>Практика</i>	<i>Индивид</i>
<b>I</b>	<b><u>Вводное занятие.</u></b>	Беседа, тестирование.	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	
<b>II</b>	<b><u>Раздел: "История развития современного танца".</u></b>		<b>3</b>	<b>3</b>		
2.1	<i>Тема: "Зарождение афро-джаз- танца ".</i>	Учебно-ознакомительное. Работа с видеоматериалами.	1	1		
2.2	<i>Тема: "Становление и развитие европейского джаз-танца"</i>	Учебно-ознакомительное. Работа с видеоматериалами.	1	1		
2.3	<i>Тема: "Американский джаз-танец. Сходство и различия джаз-танцев".</i>	Учебно-ознакомительное.	1	1		
<b>III</b>	<b><u>Раздел: "Афроджаз-танец".</u></b>		<b>137</b>	<b>1</b>	<b>87</b>	<b>8</b>
3.1	<i>Тема: "Проведение разминки".</i>	Практическое.	95		87	8
3.2	<i>Тема: "Танцевальные комбинации".</i>	Постановочное	30		22	8
3.3	<i>Тема: "Итоговые занятия".</i>	Концертно-показательное.	12	1	11	
	<b>Итого:</b>		<b>144</b>			

<b>Тренировочный уровень – 2 год обучения</b>						
<i>№</i>	<i>Раздел, тема</i>	<i>Вид занятий</i>	<i>Всего</i>	<i>Теория</i>	<i>Практика</i>	<i>Индивидуальные занятия</i>
<b>I</b>	<b><u>Вводное занятие.</u></b>	Беседа, тестирование	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
<b>II</b>	<b><u>Раздел: "История развития современного танца".</u></b>		<b>2</b>	<b>2</b>		
2.1	<i>Тема: "Истоки и развитие танца модерн".</i>	Учебно-ознакомительное. Работа с видео- и аудиоматериалами	2	2		
<b>III</b>	<b><u>Раздел: "Американское направление танца модерн"</u></b>		<b>120</b>		<b>120</b>	
3.1	<i>Тема: "Техника Марты Грехэм".</i>	Практическое.	50		50	
3.2	<i>Тема: "Техника Мерса Каннингэма и Пины"</i>	Практическое.	50		50	

	Бауш".					
3.3	Тема: "Танцевальные комбинации и этюды".	Постановочное	20		14	6
<b>IV</b>	<b>Раздел: "Европейский джаз-танец"</b>		<b>76</b>		<b>76</b>	
4.1	Тема: "Техника балет-джаз Метта Меттокса"	Практическое.	56		56	
4.2	Тема: "Танцевальные комбинации и этюды"	Постановочное.	16	1	15	
4.3	Тема: "Итоговые занятия".	Концертно-показательное.	16	1	15	
	<b>Итого:</b>		<b>216</b>			

<b>Творческий уровень -3 год обучения</b>						
<b>№</b>	<b>Раздел, тема</b>	<b>Вид занятий</b>	<b>Всего</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>	<b>Индивидуальные занятия</b>
<b>I</b>	<b>Вводное занятие</b>	Беседа, тестирование.	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
<b>II</b>	<b>Раздел: "Импровизация"</b>		<b>2</b>	<b>2</b>		
1	Тема: "Учусь импровизации".	Учебно-ознакомительное.	1	1		
2	Тема: "Контактная импровизация".	Учебно-ознакомительное. Работа с видео- и аудиоматериалами.	1	1		
<b>III</b>	<b>Раздел: "Модерн-танец"</b>		<b>100</b>		<b>100</b>	
3	Тема: "Техника Хосе Лимона".	Практическое.	42		42	
4	Тема: "Техника Элвина Эйля".	Практическое.	42		42	
5	Тема: "Танцевальные комбинации и этюды".	Постановочное.	16		10	6
<b>IV</b>	<b>Раздел: "Американский джаз-танец".</b>		<b>56</b>		<b>56</b>	
6	Тема: "Экзерсис-nonstop".	Практическое.	46		46	
7	Тема: "Танцевальные комбинации и этюды".	Постановочное.	10		6	4
<b>V</b>	<b>Раздел: "Импровизация"</b>		<b>40</b>		<b>40</b>	
8	Тема: "Сольная импровизация".	Постановочное.	14		14	
9	Тема: "Контактная импровизация".	Постановочное.	16		16	
10	Тема: "Индивидуальные постановки".	Постановочное.	10		5	5
11	Тема: "Итоговые занятия".	Концертно-показательное.	16	1	15	
	<b>Итого:</b>		<b>216</b>			

## 4. Содержание разделов и тем

1 год обучения	<b>Вводное занятие.</b>
Раздел I	Беседа, тестирование.
Раздел II	<b>" История развития современного танца ".</b>
<b>Тема 1.</b>	<b>"Зарождение афроджаз-танца".</b>
Теория.	История джаз-танца; основные ритмы джаза; использование музыкальных инструментов, ритмического и голосового сопровождения; основные элементы движений.
Практика.	Просмотр видеоматериала, подборка иллюстраций к книгам, демонстрация национальных костюмов.
Наглядные пособия и оборудование.	Видеомагнитофон, кассета с записями, аудиозаписи, подборка иллюстраций.
<b>Тема 2.</b>	<b>"Становление и развитие европейского джаз-танца".</b>
Теория.	Истоки европейского джаз-танца; эволюционный период развития; характерные особенности и отличие от афроджаз-танца; музыкальный материал, используемый хореографами этого направления.
Практика.	Просмотр видеоматериала, прослушивание видеокассет.
Наглядные пособия и оборудование.	Видеомагнитофон, аудио- и видеокассеты.
<b>Тема 3.</b>	<b>"Американский джаз-танец. Сходство и различия".</b>
Теория.	Истоки зарождения американского джаз-танца; отличительные черты этого стиля; использование музыкального сопровождения; основные принципы и понятия трёх направлений джаз-танца; анализ различий между системами.
Практика.	Просмотр видеоматериалов и иллюстраций.
Наглядные пособия и оборудование.	Видеомагнитофон, подборка иллюстраций.
Раздел III	<b>" Афроджаз-танец".</b>
<b>Тема 4.</b>	<b>"Проведение разминки".</b>
Теория.	Виды разминок; свойства разминки; последовательность проведения; используемый темп и ритмы.

- Практика. Отработка упражнений разминки на середине зала:
- а) plie;
  - б) battement tendu, jete;
  - в) rond de jambe par terre;
  - г) jete-tombe;
  - д) developpe;
  - е) grand battement jete;
  - ж) растяжка-stretgh.
- Отработка упражнений для разминки на полу:
- а) разминка для стоп;
  - б) контракция-расслабление;
  - в) длинные линии;
  - г) растяжка;
  - д) упражнения для пресса.
- Отработка упражнений для разминки на середине зала:
- а) изоляция;
  - б) координация;
  - в) основные шаги;
  - г) изучение поворотов;
  - д) прыжки.

**Тема 5. "Танцевальные комбинации ".**

Теория. Основные движения и шаги афроджаз-танца; соединение этих движений в связки; композиционное построение танца.

Практика. Отработка движений под счёт; отработка движений под музыку; соединение движений в связки под счёт; соединение движений в связки под музыку; отработка танцевальных композиций.

**Тема 6. "Итоговые занятия ".**

Теория. Анализ: акцент на качестве исполнения; сравнительные характеристики; коррекция.

Практика. Отработка номеров для выступления на отчётно-зачётных мероприятиях; проведение зачётных занятий и концертов; анализ работы.

**2 год обучения**

**Раздел I Вводное занятие.**

Беседа, тестирование.

**Раздел II " История развития современного танца ".**

<b>Тема 1</b>	<b>"Истоки развития танца модерн".</b>
Теория.	Основоположник танца модерн; возникновение и развитие его направлений; основополагающие принципы и движения танца.
Практика.	Просмотр видеоматериалов; прослушивание аудиокассет; подборка иллюстраций.
Наглядное пособие и оборудование.	Видео- и аудио магнитофон, видео- и аудиокассеты, подборка иллюстраций.
<b>Раздел III</b>	<b>"Американское направление танца модерн".</b>
<b>Тема 2.</b>	<b>"Техника М. Грехэм".</b>
Теория.	Терминология, основные понятия и принципы исполнения основных движений; последовательность проведения разминки и ее свойства; темп и ритм.
Практика.	Отработка основных движений техники М. Грехэм: а) контракция и расслабление на полу; б) разминка ног и корпуса на полу; в) координация на полу; г) упражнение для пресса; д) контракция и расслабление на середине; е) разминка тела на середине; ж) координация; з) прыжки; и) вращение.
<b>Тема 3.</b>	<b>"Техника П. Бауш и М. Каннингема".</b>
Теория.	Терминология, основные понятия и принципы исполнения движений; особенности построения занятия.
Практика.	Отработка основных движений техники М.Каннингема и П. Бауш: а) разминка у станка; б) разминка на середине; в) танцевальные шаги; г) прыжковые комбинации; д) комбинации на вращение.
<b>Тема 4.</b>	<b>"Танцевальные комбинации и этюды".</b>
Теория.	Основные шаги и движения, используемые в технике М.Грехэм, П. Бауш и М.Каннингема; соединение этих движений в связки; композиционное построение танца.

Практика. Отработка движений под счёт; отработка движений под музыку; соединение движений в связки под счет; соединение движений в связки под музыку; отработка танцевальных композиций.

#### **Раздел IV "Европейский джаз-танец".**

##### **Тема 5. "Техника балет-джаза Метта Меттокса".**

Теория. Терминология, основные понятия и принципы исполнения движений; последовательность проведения разминки и ее свойства; темп и ритм.

Практика. Отработка упражнений разминки и основных движений:

а) экзерсис на середине;

б) партер;

в) изоляция;

г) координация;

д) вращения;

е) прыжки.

##### **Тема 6. "Танцевальные комбинации и этюды".**

Теория. Основные шаги и движения, используемые в технике балет-джаз М. Меттокса; совмещение этих движений в связки; композиционное построение танца.

Практика. Отработка движений под счёт; отработка движений под музыку; соединение движений в связки под счет; соединение движений в связки под музыку; отработка танцевальных композиций.

##### **Тема 7. "Итоговые занятия".**

Теория. Анализ; акцент на качестве исполнения: сравнительные характеристики, коррекция.

Практика. Отработка номеров для выступления на отчётно-зачётных мероприятиях; проведение зачётных занятий и концертов; анализ работы.

### **3 год обучения**

#### **Раздел I Вводное занятие.**

Беседа, тестирование.

#### **Раздел II "Импровизация".**

##### **Тема 1. "Учусь импровизации".**

Теория. История зарождения танцевального стиля импровизации; стиль и школа Айседоры Дункан: основные принципы, используемые при импровизации.

Практика. Просмотр видеоматериалов; подбор иллюстраций; демонстрация импровизаций педагогом.

Наглядное пособие и оборудование.	Видеомагнитофон, подборка иллюстраций, аудио магнитофон, аудио- и видеокассеты.
<b>Тема 2.</b>	<b>"Контактная импровизация".</b>
Теория.	Основные принципы контактной импровизации; возможность построения танца на основе контактной импровизации.
Практика.	Просмотр видеоматериалов; демонстрация импровизаций педагогом с помощью воспитанников и использованием предметов.
Наглядное пособие и оборудование.	Видео и аудио магнитофон, аудио- и видеоматериалы; зал; мяч.
<b>Раздел III</b>	<b>" Модерн-танец ".</b>
<b>Тема 3.</b>	<b>"Техника Х.Лимона".</b>
Теория.	Принципы соединения движений с техникой дыхания; перемещения в пространстве; значение эмоционального состояния, настроения при изучении и использовании техники Х.Лимона.
Практика.	Отработка танцевальных упражнений, составляющих разминку.
<b>Тема 4.</b>	<b>"Техника Элвина Эйля".</b>
Теория.	Понятие long lines в технике Элвина Эйля; основополагающие принципы и понятия танца модерн применительно к технике Э. Эйля; свойства разминки; последовательность применения.
Практика.	Отработка танцевальных упражнений в технике Э. Эйля: а) long lines с наклонами; б) контракция и расслабление; в) координация; г) растяжка; д) упражнение по линиям и диагоналям.
<b>Тема 5</b>	<b>"Танцевальные комбинации и этюды".</b>
Теория.	Основные движения и принципы их исполнения в технике Х.Лимона и Э. Эйля; соединение этих движений в связки; композиционное построение танца.
Практика.	Отработка движений под счёт; отработка движений под музыку; соединение движений в связки под счёт; соединение движений в связки под музыку; отработка танцевальных композиций.
<b>Раздел IV</b>	<b>" Американский джаз-танец ".</b>

**Тема 6. "Экзерсис non-stop".**

Теория. Разминка без остановки; свойства разминки; последовательность проведения, темп и ритм.

Практика. Отработка движений под счёт; отработка движений под музыку без остановок:  
а) экзерсис на середине;  
б) партер;  
в) растяжка;  
г) адажио со сменой уровней;  
д) прыжки;  
е) вращения.

**Тема 7. "Танцевальные комбинации и этюды".**

Теория. Основные движения американского джаз-танца, соединение этих движений в связки; композиционное построение танца

Практика. Отработка движений под счёт; отработка движений под музыку; соединение движений в связки под счёт; соединение движений в связки под музыку; отработка танцевальных композиций.

**Раздел V "Импровизация".**

**Тема 8. "Сольная импровизация".**

Теория. Основные принципы импровизации; подбор музыкального материала.

Практика. Отработка навыков импровизации, предварительным ознакомлением с музыкальным материалом; отработка навыков импровизации с незнакомым музыкальным материалом.

**Тема 9 "Контактная импровизация".**

Теория. Основные принципы контактной импровизации; принципы контактной импровизации с предметом, с партнером, с группой партнеров.

Практика. Отработка контактной импровизации с мячами на полу; отработка контактной импровизации с партнером с использованием сначала пола, а затем всего пространства; отработка контактной импровизации в группах.

**Тема 10. "Индивидуальные постановки".**

Теория. Подбор музыкального материала; подбор группы; составление схемы использования сольной и контактной импровизации в самостоятельных работах; коррекция и анализ работы.

Практика. Сочинение танцевальных этюдов на основе сольной и контактной импровизации; отработка составленных этюдов и их построение в общую композицию.

**Тема 11. "Итоговые занятия".**

Теория. Анализ; акцент на качестве исполнения; сравнительные характеристики; коррекция.

Практика.           Отработка номеров для выступления на отчётно-зачетных мероприятиях; проведение зачётных занятий и концертов; анализ работы.

## 5. Список литературы

1. Базарова Н., Мей В.: «Азбука классического танца».
2. Боголебская М.С.: «Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах».
3. Гиглаури В.Т.: Компоненты постановочной и исполнительской работы в искусстве движения, М., 2010
4. Гиглаури В.Т.: Мастер-класс «Способы и возможности раннего технического развития для любого уровня исполнителей»
5. «Креативный ребенок.» Диагностика и развитие творческих способностей. Ростов – на – Дону, «Феникс», 2004.
6. Кулдышева Е.В.: Первые «PAS»-учебно-методический комплекс в 3-х частях, Иваново, 2003г.
7. Никитин В.Ю., «Композиция урока и методика преподавания модерн-джаз танца», издательский дом «Один из лучших», Москва, 2006.
8. Никитин В. Ю. Модерн-джаз танец: История. Методика. Практика. - М.: Изд-во "ГИТИС", 2000.
9. Никитин В.Ю. «Модерн-джаз танец. Начало обучения», ВЦХТ, 1998.
10. Никитин В.Ю. Использование стретчинга в профессиональной подготовке исполнителей современного танца, Москва, 2004 г.
11. Петрушин В.И.. «Психология и педагогика художественного творчества», Учебное пособие для вузов. Москва, «Гаудеамус», 2006.
12. Программа Министерства культуры СССР «Современное направление хореографии. Джаз – танец», г. Москва, 1988.
13. Сарабьянов Д.В. "Стиль модерн". М. 2000.
14. Сироткина И. Свободное движение и пластический танец в России. М.: Новое литературное обозрение, 2011.
15. Смирнов И. В. Искусство балетмейстера, М.1986 г.
16. Танцевальная импровизация - теория, история, практика Альманах 1, Москва, 1999г.
17. Хавилер Д. С.: Тело танцора. Медицинский взгляд на танцы и тренировки.- ООО «Новое слово», 2009г.
18. Шкобова С.: Искусство балетмейстера. - СПб., 2007г.
19. <http://минобрнауки.рф/>

20. <http://www.ivedu.ru/>

21. <http://www.ivipk.ru>

22. <http://dancehelp.ru/?gclid=CMak2sDhprUCFWN2cAodanMALw>

# Приложение

## Педагогический мониторинг учащихся

### I год обучения

#### *Начальная диагностика*

*(проводится в сентябре)*

#### **Форма:**

1. Собеседование.
2. Выполнение заданий контрольного занятия.

#### **Содержание: 1. Собеседование:**

- Кто посоветовал прийти заниматься в коллектив модерн-джаз танца?
- Имеется ли начальная хореографическая подготовка? По какой танцевальной дисциплине?
- Почему заинтересовало направление модерн-джаз танца?
- Видел ли спектакли современной хореографии по телевизору, в записи или в театре? Может, вспомнишь, какой театр или коллектив ставил спектакль?

#### **2. Выполнение заданий контрольного занятия (оцениваются первоначальные данные):**

- сесть на пол, соединить вместе ноги и вытянуть подъем и пальцы;
- сидя на полу, развести ноги в стороны и положить корпус вперед;
- сидя на полу, раскрыть ноги в положении «лягушка»;
- подойти лицом к станку и, взявшись за него двумя руками, прогнуться назад;
- стоя лицом к станку и держась двумя руками, поднять ногу в сторону, назад. Затем сделать мах в этих направлениях.
- держась одной рукой за станок, поднять ногу вперед, затем сделать мах;
- сделать несколько прыжков сначала на месте, затем с продвижением вперед, в сторону, назад по 6-й позиции.
- повторить за педагогом ритмический рисунок.

Чтобы определить первоначальные данные, педагог, в случае необходимости, может принимать участие в выполнении этого контрольного задания.

### ***Промежуточная диагностика (проводится в декабре)***

#### **Форма:**

1. Собеседование.
2. Выполнение заданий контрольного занятия.

#### **Содержание: 1. Собеседование:**

- Какие элементы занятия нравятся больше всего?
- Какие упражнения выполнять легче, а какие сложнее?
- Какие спектакли современной хореографии увидел за время занятий в коллективе модерн-джаз танца?
- Замечаешь ли ты изменение своей осанки, походки? А люди, смотрящие со стороны?

#### **2. Выполнение заданий контрольного занятия (оценивается знание терминологии и умение продемонстрировать движение):**

- показать flat back;
- продемонстрировать roll-up и roll-down;
- показать stretch;
- продемонстрировать положение диафрагмы contraction и relise.

Пункты этого задания могут меняться по усмотрению педагога.

### ***Итоговая аттестация (проводится в мае по теме: «Афроджаз-танец»)***

#### **Форма:**

1. Собеседование.

2. Выполнение заданий контрольного занятия.

**Содержание: 1. Собеседование:**

- Какие элементы занятия нравятся больше всего?
- Какое упражнение дается сложнее всего? Почему?
- Что можешь рассказать об особенностях афроджаз-танца?
- Какие спектакли современной хореографии удалось увидеть по телевизору или в театре?

**2. Выполнение заданий контрольного занятия (оцениваются):**

- элементарные приемы разминки на середине зала по технике Афроджаз-танца;
- основные шаги Афроджаз-танца;
- основы правильной работы мышц и дыхания;
- владение терминологией;
- синхронное исполнение движений и комбинаций;
- простейшая координация;
- умение ориентировать связки в разных направлениях (вправо, влево);
- умение выделить сильную и слабую долю;
- чувство ритма, слух.

**2 год обучения**

***Промежуточная диагностика***

***(проводится в декабре)***

**Форма:**

1. Собеседование.
2. Выполнение заданий контрольного занятия.

**Содержание: 1. Собеседование:**

- Какие отличительные черты техники модерн от принципов техники джаз-танца можешь указать?
- С чего начинаются движения вперед и назад: с ноги или с падения корпуса?

- Как правильно делается contraction и release на вдохе или на выдохе?
- Какие спектакли современной хореографии ты видел по телевизору, в записи или в театре. Как ты думаешь, на какой технике построена хореография - джаз или модерн?

## **2. Выполнение заданий контрольного занятия:**

- сидя на полу, покажи упражнения на контракцию,
- покажи как правильно делать положение flat back, покажи основную ошибку при выполнении этого положения,
- покажи сочетание движения long lines и tombe,
- покажи движение маятник на месте и с шагом.

### ***Итоговая аттестация***

***(проводится в мае по теме: «Техника Марты Грэхэм»)***

#### **Форма:**

1. Беседа и анализ просмотренного видеоматериала папки № 2, а также спектаклей, увиденных воспитанниками самостоятельно.
2. Контрольное или открытое занятие.

#### **Содержание: 1. Примерные вопросы беседы и анализа:**

- Какие принципы являются основополагающими для техники модерн?
- вспомните и сформулируйте сходства и различия в исполнении одинаковых движений в технике модерн и афроджаз-танца.
- Нравится ли Вам музыкальное сопровождение занятий, просмотренного видеоматериала, увиденных спектаклей. Что Вы об этом думаете?
- Все ли Вы понимаете из показанного видеоматериала и спектаклей? Давайте это обсудим.
- Проанализируйте, что общего между техникой модерн и техникой классического танца.

#### **2. Контрольное или открытое занятие. Оцениваются:**

- основы танца модерн по технике Марты Грэхэм:

- а) составные элементы техники,
- б) методика исполнения.
- качество исполнения выученных комбинаций,
- умение перекладывать связки в разных направлениях (вправо, влево, лицом, спиной),
- техника прыжка,
- техника вращения,
- пластичность,
- гибкость,
- шаг,
- выворотность,
- координация,
- концентрация внимания,
- ориентация в пространстве,
- чувство ритма, слух.

### **3 год обучения**

#### ***Промежуточная диагностика***

***(проводится в декабре по теме: «Техника Мерса Каннингема», «Техника Пины Бауш»)***

#### **Форма:**

1. Собеседование.
2. Итоговое занятие, контрольное или открытое занятие.

#### **Содержание: 1. Собеседование:**

- Что можешь рассказать из истории современного танца?
- Какие отличия и сходства ты можешь отметить в построении занятий по технике Мерса Каннингема, Пины Бауш и Марты Грехэм?
- Каким принципам, упражнениям с трудом подчиняется твое тело? Как ты думаешь, почему?
- Какие новые спектакли тебе удалось увидеть по телевизору, в записи или в театре? Чем они запомнились тебе?

#### **2 Итоговое занятие, контрольное или открытое занятие. Оцениваются:**

- основы танца модерн по технике Мерса Канингема и Пины Бауш:
- а) составные элементы техники,
- б) методика исполнения,
- качество исполнения выученных комбинаций,
- техника прыжка,
- техника вращения,
- пластичность,
- гибкость,
- шаг,
- выворотность,
- координация,
- концентрация внимания,
- ориентация в пространстве,
- чувство ритма, слух.

## **ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ**

**Проводится в мае по теме: «Техника балет-джаз Метта Меттекса»**

**Форма:**

- 1. Беседа-анализ.**
- 2. Итоговое занятие, контрольное или открытое занятие. В индивидуальных случаях итоговая аттестация возможна в форме концертного выступления.**

**Содержание: 1. Примерный список вопросов для беседы и анализа, просмотренного материала папки № 2 и спектаклей, увиденных воспитанниками:**

- Что общего и чем отличается изученный материал школы джаз и модерн-танца?
- Что больше интересует джаз или модерн-танец? Почему?
- Интересен ли музыкальный материал, используемый на занятиях. Что бы Вы предложили, на свой вкус, в качестве музыкального сопровождения занятия?
- Давайте обсудим увиденные Вами спектакли: чем запомнился спектакль?
- Помните ли Вы хореографа?
- Откуда был коллектив?
- На каком хореографическом материале поставлен спектакль?

- Нравятся ли Вам костюмы к спектаклям современной хореографии?
- Согласны ли Вы с принципом минимализма в отношении костюмов и декораций?
- Всегда ли Вам понятен смысл происходящего на сцене?
- В просмотренном видеоматериале что главное: философия или танец?
- Вопросы на этическую тему, задаваемые в процессе проигрывания ситуаций из жизни коллектива или взятых в качестве примера.

## **2. Контрольное или открытое занятие. Оцениваются:**

- основы джаз-танца по технике Метта Меттокса:
  - а) составные элементы техники,
  - б) методика исполнения,
- качество исполнения выученных комбинаций,
- техника прыжка,
- техника вращения,
- пластичность,
- гибкость,
- выворотность,
- растяжка,
- гибкость,
- концентрация внимания,
- ориентация в пространстве,
- раскрепощенность на зрителя (в репетиционном зале и на сцене),
- артистичность.

**Работа с родителями**

№	Мероприятия	Сроки
1.	Участие в родительском собрании	В конце каждого месяца
2.	Индивидуальные беседы с родителями	В течение года
3.	Изготовление выкроек, раскрой и пошив костюмов и деталей к ним	В течение года
4.	Организация выходов на концерты	В течение года
5.	Открытые уроки детей для родителей	В течение года

**Методическая работа педагога**

№	Методическая работа	Сроки
1.	Открытые уроки для коллег и родителей: два раза в год	Декабрь Май
2.	Творческий отчетный концерт	Май
3.	Посещение педагогических советов, совещаний отдела, семинаров для хореографов	В течение года
4.	Взаимопосещение занятий педагогов внутри коллектива и педагогов других коллективов: «Каприз», «Радость»	В течение года
5.	Посещение курсов по педагогике и психологии в АУ ИРО	Октябрь Январь
6.	Тематическое и поурочное планирование	Сентябрь, октябрь, январь

## Репертуар

1. «Тучка виновата»
2. «Сто фантазий в голове»
3. «Праздник непослушания»
4. «Звёздочки»
5. «Разнотравье»
6. «Притча»
7. «Весна»
8. «Парадигмы»
9. «Материнская рапсодия»
10. «Веют ветры»
11. «Вериги безвременья»
12. «Не судьба»
13. «Воспоминание о будущем»
14. «На братских могилах»
15. «Дорога бессмертия»
16. «Акварели детства»
17. «Маленькая человеческая метафора»
18. «В джазе только девушки»
19. «Крутится - вертится»
20. «Летят утки»
21. «На струнах любви»
22. «На бегу»
23. «Виноград созрел»
24. «Погоня»
25. «Студент»
26. «Августин»
27. «Фильм, фильм, фильм!»
28. «Кто хозяин в доме?»
29. «Вершина»
30. «На память»
31. «Когда не хватает джаза»
32. «Разноцветная игра»
33. «Спорт, спорт»

34. «Ля...!»
35. «Ретро - ностальгия»
36. «Всё наоборот»
37. «Замечательный сосед»
38. «Одесская шпана»
39. «Четвероногая жизнь»
40. «Новое поколение»
41. «Картинки из глубинки»
42. «Колыбельная»
43. «Муха»
44. «Классика отношений»
45. «Испокон веков»
46. «Берегитесь, хулиганы»
47. «Ступеньки вниз, ступеньки вверх»
48. «На прививку»
49. «Все по-взрослому»
50. «Глубоко личное»