

Муниципальное автономное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
«Верхнесинячихинская детская школа искусств»

**Дополнительная общеразвивающая программа  
в области хореографического искусства  
«Основы хореографии»  
(срок обучения - 4 года)**

**ПРОГРАММА  
по учебному предмету**

**ДЖАЗ –МОДЕРН**

«РАССМОТРЕНО»  
на заседании преподавателей отделения  
"Хореографическое искусство"  
27 августа 2014г.  
(дата рассмотрения)  
Протокол № 1

«УТВЕРЖДАЮ»  
директор МКОУ ДОД  
"Верхнесинячихинская ДШИ"  
Чечулин И.Г.

  
28.08.2014г.  
(подпись)  
(дата утверждения)

«ПРИНЯТО»  
Педагогическим советом  
28.08.2014  
(дата рассмотрения)  
Протокол № 1

Составитель : Романова Наталья Николаевна, заведующая отделения  
"Хореографическое искусство" МАОУ ДО "Верхнесинячихинская ДШИ",  
преподаватель. \_\_\_\_\_

Рецензент (фамилия, имя, отчество, должность):  
\_\_\_\_\_

Рецензент (фамилия, имя, отчество, должность):  
\_\_\_\_\_

## Структура программы учебного предмета

<b>I. Пояснительная записка.....</b>	<b>5</b>
– <i>Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе</i>	
– <i>Срок реализации учебного предмета</i>	
– <i>Объем учебного времени, предусмотренный на реализацию учебного предмета</i>	
– <i>Цель и задачи учебного предмета</i>	
– <i>Обоснование структуры программы учебного предмета</i>	
– <i>Методы обучения</i>	
– <i>Описание материально-технических условий реализации учебного предмета</i>	
<b>II. Содержание учебного предмета.....</b>	<b>8</b>
– <i>Годовые требования</i>	
<b>III. Требования к уровню подготовки учащихся.....</b>	<b>11</b>
<b>IV. Методическое обеспечение учебного процесса.....</b>	<b>11</b>
– <i>Методические рекомендации преподавателям</i>	
– <i>Словарь терминов</i>	
<b>V. Список рекомендуемой методической литературы.....</b>	<b>14</b>

## **I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

### ***Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе***

Программа учебного предмета «Джазовый танец» разработана на основе «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 №191-01-39/06-ГИ, с учетом современных тенденций в области хореографического искусства.

Хореографическое искусство - одно из универсальных средств всестороннего развития личности. Его специфика определяется многогранным воздействием на человека, так как хореография является синтетическим искусством и объединяет музыку, движение и театр.

Совершенствуя тело человека, влияя на становление эмоциональной сферы, воспитывая через музыку духовно, хореография способствует раскрытию творческого и познавательного потенциала, дает импульс к самосовершенствованию, постоянному личностному росту.

Хореографическое искусство отражает и преобразует современные тенденции в мировой танцевальной культуре. Танец «Джаз-модерн» – одно из новых направлений хореографии, продолжающее переживать в наше время период становления и развития. В России танец «Джаз-модерн» появился сравнительно недавно, как синтез американской и африканской культуры, его популярность растет, а формы его освоения - обновляются и расширяются.

Художественная особенность джазового танца – это полная свобода движений танцора при его крайней эмоциональной напряженности, предельной «самоотдаче», это новый язык движения. Причем «эмоции в большей степени зависят не от идеи или сюжета, а от телесных ощущений танцовщика», от восприятия музыки и ритмов.

Учебный предмет «Джаз-модерн » вызывает активный интерес у детей и родителей, направлен на воспитание интереса и любви к танцу и искусству в целом, на овладение основами исполнения джазового танца, на эффективное индивидуально-личностное развитие ребенка и раскрытие его творческих способностей, а также на укрепление здоровья учащихся, на формирование у них чувства прекрасного и других эстетических категорий, на развитие эмоциональной восприимчивости и двигательной выразительности.

Учебный предмет ориентирован на развитие физических данных учащихся, на приобретение начальных базовых знаний, умений и технических навыков в области джазовой хореографии. Освоение содержания предмета «Джаз-модерн» способствует формированию художественно-эстетической культуры учащихся, обеспечивает развитие мотивации к познавательной и творческой деятельности.

Программа учебного предмета «Джаз-модерн » разработана с учетом физических, психологических и возрастных особенностей детей и построена по принципу «от простого к сложному». Физическая нагрузка увеличивается постепенно, усложняются творческие задания, уровень сложности движений нарастает поэтапно и последовательно и так же целенаправленно возрастает уровень ответственности детей. Учебно-воспитательный процесс ориентирован на

личность ребенка, его индивидуальные склонности, способности и особенности, что позволяет выстроить в коллективе особую атмосферу сотрудничества, взаимодействия и заинтересованности в творческой активности каждого ученика.

Программа разработана с учетом здоровьесберегающих факторов. Основа обучения хореографии – хореографический экзерсис – 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.

## **2. Срок реализации учебного предмета**

Срок реализации учебного предмета – 2 года.

Программа предназначена для детей от 9-10 лет, имеющих начальную хореографическую подготовку, полученную в подготовительных группах детских школ искусств.

## **3. Объем учебного времени и форма проведения занятий, предусмотренные на реализацию учебного предмета**

Максимальная учебная нагрузка по предмету «Джаз-модерн» составляет 1 час в неделю.

Основной формой учебной работы является групповое занятие – урок (групповая форма проведения занятий, наполняемость группы от 8-10 человек). Рекомендуемая продолжительность урока – 45 минут (один раз в неделю по 1 часу). Учебно-тематический план каждого года обучения рассчитан на 34 недели. Общий объем аудиторной нагрузки за весь период обучения составляет 68 часов.

## **4. Цель и задачи учебного предмета «Джаз-модерн»**

### **Цель:**

Целью учебного предмета «Джаз-модерн» является раскрытие творческих способностей детей, создание условий для гармоничного развития и успешной личностной реализации посредством обучения джазовому танцу.

### **Задачи учебного предмета:**

#### **1) Обучающие задачи:**

- дать представление о технике танца «Джаз-модерн» ;
- научить:
  - необходимым двигательным умениям и навыкам в области джазового танца;
  - качественно и осознанно выполнять требования педагога;
  - самостоятельно работать над ошибками.

#### **2) Воспитательные задачи:**

- воспитать:
  - стремление к здоровому образу жизни;
  - чувство ответственности и дисциплину;
  - самостоятельность, целеустремленность, инициативность;
  - терпение и силу воли для достижения результатов;
  - осознанное отношение к ценностям культуры;
  - художественный вкус, эмоционально-ценностное отношение к искусству;

- сформировать дружный коллектив и способствовать возникновению уважительных отношений между учащимися.

### 3) *Развивающие задачи:*

- развивать физические качества и специальные навыки:
  - координацию,
  - ловкость,
  - силу,
  - выносливость,
  - гибкость,
  - шаг,
  - прыжок,
  - ось вращения;
- развивать личностные качества:
  - аналитическое и пространственное мышление;
  - образное мышление;
  - музыкальные способности;
  - зрительную память и специфические виды памяти: моторную, слуховую и образную;
  - эмоциональную выразительность;
  - коммуникативные качества;
  - общий уровень культуры;
- укреплять здоровье, формировать мышечный корсет и осанку;
- расширять танцевальный кругозор путем посещения концертов хореографических коллективов, участия в конкурсах и фестивалях хореографического искусства.

## **5. Обоснование структуры программы**

Программа учебного предмета «Джаз-модерн» содержит:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;
- распределение учебного материала по годам обучения;
- описание дидактических единиц учебного предмета;
- требования к уровню подготовки учащихся;
- методическое обеспечение учебного процесса.

## **6. 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;
- методы контроля обучения (опросы, контрольные уроки, зачеты и экзамены и т.д.).

### ***7. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета***

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

- балетные залы площадью не менее 40 кв.м (на 9-12 учащихся), имеющие пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие), балетные станки (палки) длиной не менее 25 погонных метров вдоль трех стен, зеркала размером 7м x 2м на одной стене;
- наличие музыкального инструмента (рояля/фортепиано) в балетном классе, аудиоаппаратуры для обеспечения звучания фонограммы;
- помещения для работы со специализированными материалами (фонотеку, видеотеку, фильмотеку, просмотрный видеозал);
- костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для учебных занятий, репетиционного процесса, сценических выступлений;
- раздевалки и душевые для учащихся и преподавателей.

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

## II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

### Годовые требования

Содержание программы по танцу «Джаз-модерн» включает в себя комплекс движений у станка и на середине зала, распределенных в развитии, – от простого к сложному. Обучение по данной программе позволяет осваивать материал поэтапно и последовательно, присоединяя новые технические приемы к уже освоенным ранее движениям, постепенно их усложняя. Преподаватель имеет возможность творчески подойти к формированию годовых требований, исходя из психологических, физических и эмоциональных особенностей учащихся на конкретный период времени.

Возможно изучение движений по следующему алгоритму:

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

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

### Первый год обучения

#### Рекомендуемый список изучаемых движений

#### Экзерсис у станка:

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

#### Экзерсис на середине зала:

1. Основные позиции рук: пресс-позиция, I, II, III и V положения.
2. Техника изоляции.
3. Поза коллапса.
4. Plie по I, II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.
5. Releve по I, II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.
6. Flat back вперед:
  - на прямых ногах,
  - на plie



7. Battement tendu по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.
8. Battement tendu jeté по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.

### **Кросс:**

1. Шаги:
  - pas de bourre,
  - pas chasse.
2. Прыжки:
  - трамплинные прыжки.

## **Второй год обучения**

### Рекомендуемый список изучаемых движений

#### **Экзерсис у станка:**

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

#### **Экзерсис на середине зала:**

1. Основные позиции рук: пресс-позиция, I, II, III и V положения.
2. Техника изоляции.
3. Поза коллапса.
4. Plie по I, II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.
5. Releve по I, II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.
6. Flat back вперед:
  - на прямых ногах,
  - на plie
7. Battement tendu по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.
8. Battement tendu jeté по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.
9. Passé на полной стопе по I параллельной и out позиции.
10. Deep body bend.
11. Arch по I, II параллельным и out позициям.
12. Stretch.

13. Lay out.
14. Roll down/ Roll up.
15. Contraction / release.

### **Кросс:**

#### **1. Шаги:**

- pas de bourre,
- pas chasse.

#### **2. Прыжки:**

- jump по I, II параллельным и out позициям,
- hop: рабочая нога принимает положение passé по I параллельной позиции,
- трамплинные прыжки.

#### **3. Вращения: поворот на трех шагах.**

## **III. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ**

По окончании обучения танцу «Джаз-модерн» по данной программе, учащиеся должны:

### знать:

- ✓ специальную терминологию джазового танца в рамках предложенной программы,
- ✓ принципы освоения танцевального движения,
- ✓ особенности постановки корпуса, рук, ног и головы,
- ✓ основные элементы и движения джазового танца.

### уметь:

- ✓ двигаться в технике джазового танца,
- ✓ исполнять основные элементы и движения джаз-танца,
- ✓ ориентироваться на сценической площадке,
- ✓ работать самостоятельно и в коллективе.

### У учащихся сформированы:

- ✓ хорошая хореографическая форма,
- ✓ развитая мускулатура (мышечная сила и выносливость),
- ✓ навыки сценических выступлений,
- ✓ готовность дальнейшему саморазвитию,
- ✓ чувство ответственности, самостоятельность, целеустремленность, инициативность, сила воли для достижения результатов,
- ✓ художественный вкус, эмоционально-ценностное отношение к искусству.

## **IV. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА**

### **1. Методические рекомендации преподавателям**

Особенности образовательного процесса по этапам обучения

*Первый класс* имеет определяющее значение в процессе обучения джазовому танцу, поскольку именно на первом году обучения закладывается та основа, которая является базой для всей последующей учебно-воспитательной и

образовательной деятельности. Это касается как учебных навыков, так и формирования интереса детей к занятиям, их мотивации. Для педагога крайне важно увлечь учащихся, создать в классе особую творческую атмосферу сотрудничества и взаимоподдержки, а также создать условия для творческой активности каждого учащегося.

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

Учитывая возрастные особенности учащихся первого класса, в построении урока следует избегать монотонности, чередовать различные по характеру движения, периодически включать развивающие игры, творческие задания и импровизацию.

#### **Основная задача преподавателя на данном этапе (первый класс):**

научить детей качественно, «чисто» и грамотно выполнять основные позиции, движения и положения джазового танца;

развить у учащихся элементарные навыки координации, ощущения себя и своих мышц в пространстве.

направить решение локальных учебных задач на развитие силы и выносливости, музыкальности и артистичности.

#### **Основная задача преподавателя на данном этапе (второй класс)**

На втором году обучения продолжается работа над качеством и чистотой исполнения пройденного в 1 классе материала. Идет дальнейшее развитие выносливости и силы мышц за счет выполнения упражнений в более быстром темпе и увеличения общего количества повторов. Движения и положения сочетаются в небольшие комбинации с простым ритмическим рисунком, упражнения исполняются в сочетании с позициями рук. Вводятся новые элементы, усложняется координация.

## **2. Словарь терминов**

**Arabesque** – рабочая нога открывается назад на любую высоту.

**Arch** – легкий прогиб торса назад.

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

**Battement developpe** – открытие рабочей ноги через *pas de*.

**Battement releve lent** – подъем рабочей ноги, не сгибая колена.

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

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

**Body roll** – волна корпусом.

**Chaînes** – вращение на двух ногах с передвижением.

**Contraction** – сжатие диафрагмы.

**Deep body bend** – глубокий наклон корпуса с прямым позвоночником.

**Demi plie** – полуприседание, пятки не отрываются от пола.

**Flat back** – «ровная спина», наклон на  $90^\circ$ , голова и руки продолжают линию спины.

**Flex** – сокращенная стопа, кисть или колени.

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

**Grand battement** – бросок ноги на  $90^\circ$  в любом направлении.

**Hop** – прыжок с одной ноги на ту же ногу.

**Jump** – прыжок с двух ног на две.

**Lay out** – в положении flat back нога поднята на  $90^\circ$ .

**Leap** – прыжок с одной ноги на другую.

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

**Passe** – рабочая нога стопой касается колена опорной ноги.

**Point** – вытянутое положение стопы.

**Preparation** – подготовительное движение.

**Press-position** – согнутые в локтях руки касаются бедер.

**Release** – положение обратное contraction, вдох и раскрытие диафрагмы.

**Releve** – подъем на полупальцы.

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

**Roll up** – раскручивание корпуса снизу вверх по одному позвонку.

**Rond de jambe par terre** – круг ногой по полу.

**Side stretch** – боковое растягивание корпуса.

**Side walk** – продвижение боком.

**Stretch** – вытягивание, растяжка.

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

## **V. СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ МЕТОДИЧЕКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Головкина С.Н. Уроки классического танца в старших классах. – М.: Искусство, 1989
2. Джозеф С. Хавилер Тело танцора. Медицинский взгляд на танцы и тренировки. – М.: Новое слово, 2004
3. Дополнительное образование детей: Учебное пособие для студентов ВУЗа / Под ред. О.Е. Лебедева. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000
4. Двигательная деятельность как фактор воспитания физической культуры ребенка/В.Я.Лыкова //Дополнительное образование и воспитание.-2003.-№11. - С. 49-52
5. Клейтон П., Гэммонд П. Джаз. Притворись его знатоком. – СПб, Амфора, 2000
6. Костровицкая В.С., Писарев А.А. Школа классического танца. – Л., Искусство, 1968
7. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Начало обучения. – М.: ВЦХТ, 1998
8. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец: История. Методика. Практика. - М.: Изд-во "ГИТИС", 2000
9. Никитин В.Ю. Композиция урока и методика преподавания модерн-джаз танца. – М.: Один из лучших, 2006
10. Селевко Г.К. Современные образовательные технологии: Учебное пособие. - М.: Народное образование, 1998
12. Суриц Е.Я. Балет и танец в Америке: Очерки истории. – Екатеринбург: Издательство Уральского университета, 2004
13. Чельшева Т.В., Ламыкина Л.В. Профильное обучение в школе. Художественно-эстетический профиль: Учебно-методическое пособие. – М.: АПКИПРО, 2004