

КЗ Чернівецький обласний центр естетичного виховання «Юність Буковини»

Програма
з позашкільної освіти художньо-естетичного напрямку
«Сучасна хореографія»

Укладач:

Любко Тетяна Григорівна, керівник
народного художнього колективу гуртка
сучасного танцю «XXI століття»,
КЗ «Чернівецький обласний центр естетичного
виховання «Юність Буковини»,
керівник гуртка-методист.

м. Чернівці - 2019 р.

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Оновлення змісту освіти є визначальною складовою реформування освітнього процесу в Україні і передбачає проведення його до відповідності з сучасними потребами особи і суспільства.

Однією з важливих складових системи освіти є позашкільна освіта, яка є вирішальним фактором у соціальному середовищі для повноцінної організації вільного часу, додаткової освіти, творчого, інтелектуального, духовного і фізичного розвитку дитини (особистості).

Особлива увага у вирішенні проблем позашкільної освіти набувають питання виявлення всебічного розвитку, обдарованих дітей та їх природних здібностей.

У роботі закладів позашкільної освіти художньо-естетичного спрямування важливе місце займає хореографічне мистецтво.

Сучасна хореографія представлена сьогодні розмаїттям стилів, форм, жанрів.

Характер сучасного танцю відображає не лише темпо-сміслові пульсації часу, але є також свідченням «мобільності» цього жанру. Його розвиток і надалі матиме характер взаємодоповнюваності різних культур, щодо створення синтетичних зразків поліінтегрального діючого простору (jazz-modern, фолк, hip-hop, jazz-funk, contemporary) у єдине ціле.

Програма роботи - гуртка «XXI століття» є актуальною, оскільки сучасна хореографія на сьогодні найпопулярніший вид хореографії.

Метою програми є створення сприятливих умов для творчого розвитку дітей засобами сучасної хореографії.

Основні завдання полягають у формуванні таких компетентностей:

- **пізнавальної** – забезпечує ознайомлення з поняттями та знаннями, що стосуються сучасного танцю як одного із видів хореографічного мистецтва;
- **практичної** – сприяє оволодінню навичками класичного, сучасного танцю, методикою виконання вправ та основних елементів;
- **творчої** – забезпечує формування творчих компетентностей у вихованців, розвиток естетичних почуттів, смаків;
- **соціальної** – сприяє вихованню дбайливого ставлення до надбань світової та вітчизняної культури, духовних та матеріальних

цінностей, самореалізації особистості у соціумі, професійному самовизначенні.

Навчальна програма реалізується у гуртку «XXI століття» КЗ «Чернівецький обласний центр естетичного виховання «Юність Буковини»» та спрямована на вихованців віком від 5 до 18 років.

Програма розрахована на 8 років навчання. Групові заняття початкового і основного рівнів передбачають 144 годин – 2 рази на тиждень по 2 години, а вищий рівень 216 годин – 3 рази на тиждень по 2 години.

Завдання навчальної програми :

- ознайомити з історією сучасної хореографії, характерними рисами стилів і напрямків;
- виявити та розвивати індивідуальних творчих здібностей;
- розвивати хореографічні навички, оволодіння технічного виконання основних елементів сучасної хореографії;
- виховувати художній смак, працелюбство, наполегливість у досягненні мети;
- виховати засобами хореографічного мистецтва духовні, фізичні якості особистості;
- сприяти самореалізації дитини в соціумі засобами мистецтва;
- розвивати творчу уяву, фантазію, артистичні здібності.

Введення класичного тренажу в заняття сприяє розвитку опорно-рухового апарату, врівноважуючи розвиток всіх м'язів корпусу, розвитку складної координації рухів, розширенню рухового діапазону, тренуванню дихальної та серцево-судинної системи, підвищуючи тим самим життєву активність організму дитини. Також гуртківці вивчають основні рухи народного танцю, для використання в стилізованих композиціях.

При вивченні кожного нового розділу програми відбувається ознайомлення дітей із джерелами походження того чи іншого напрямку сучасної хореографії, особливо велику увагу приділяється підбору музичного супроводу. Музичний матеріал за своїм характером повинен відповідати хореографічній лексиці.

Велику увагу керівник повинен приділяти створенню репертуару та його збереженню.

Тему і зміст потрібно підбирати відповідно до віку, інтересам та фізичним можливостям виконавців.

Формулою контролю за результативністю навчання є: творчі звіти гуртка, участь у конкурсах та фестивалях.

**Розподіл годин в гуртку сучасного танцю
Відповідно до навчальної програми**

№	Рівень навчання	Віковий склад учасників	Термін навчання	Кількість годин на тиждень	Всього годин на рік
1	Початковий	5-12	2 роки: 1-й рік 2-й рік	4 4	144 144
2	Основний	7-14	4 роки: 1-й рік 2-й рік 3-й рік 4-й рік	4 4 4 4	144 144 144 144
3	Вищий	12-18	2 роки: 1-й рік 2-й рік	6 6	216 216

Початковий рівень, перший рік навчання
НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ п/п	Тема	Кількість годин		
		всього	теоретичних	практичних
1.	Введення. Дисципліна та мета курсу	2	2	-
2.	Оволодіння основами класичного танцю	30	2	28
3.	Оволодіння основами сучасної пластики	28	2	26
4.	Основи імпровізації	20	2	18
5.	Робота над постановкою за вибором викладача	38	-	38
6.	Вправи танцювального характеру по діагоналі та вправи на підлозі	22	-	22
7.	Повторення вивченого матеріалу за рік	4	2	2
	Разом	144	10	134

I. Введення. Дисципліна та мета курсу (2 год.)

Теоретичні частина

Ознайомлення з історією та теорією сучасної хореографії.

Витоки та походження хореографічного мистецтва.

Різновиди сучасної хореографії, їх походження.

II. Оволодіння основами класичного танцю (30 год.)

Теоретична частина(2 год.)

Поняття arlomb, позиції рук та позиції ніг .

Екзерсис класичного танцю та його значення для майбутнього танцівника .

Практична частина (28 год.)

Поняття arlomb, позиції рук та позиції ніг .Екзерсис класичного танцю та його значення для майбутнього танцівника.

Demi plié обличчям до опори по I, II позиції ніг.

Вивчення battement tendu обличчям до станка (вбік) .

Вивчення battement tendu jeté обличчям до станка (вбік) .

Вивчення rond de jambe par terre по точках, поступово переходячи на плавне переведення ноги у напрямках по пів кола (en dehors, en dedans) обличчям до станка .

Поняття положення ноги на sur le coup-de-pied обличчям до станка.

Вивчення battement fondu ногою в підлогу (вбік) обличчям до станка.

Вивчення battement frappé ногою в підлогу (вбік) обличчям до станка.

Вивчення relevé lent на 45° (учбова форма) біля станка.

На уроках учні вивчають правильність виконання вправ та вивчають назви їх на французькій мові.

III. Оволодіння основами сучасної пластики (28 год.)

Теоретична частина (2 год.)

Вивчення основних рухів, сучасного танцю. Найпростіші форми масових та популярних форм.

Практична частина (26 год.)

Вивчення основних рухів, сучасного танцю.

Робота над технікою рухливості голови, шиї .

Робота над рухливістю тулуба (плечей, грудної клітки, стегон) .

Робота над виконанням хвиль різних напрямів (вперед, назад, вбік) .

Найпростіші форми масових та популярних форм.

Робота над характером та манерою виконання.

IV. Основи імпровізації (20 год.)

Теоретична частина (2 год.)

Поняття імпровізація.

Практична частина (18 год.)

Імпровізація в ігровій формі. Слухання музики, розуміння її, створення образу та дії.

Вправа "дзеркало" .

Імпровізація під ритмічний супровід .

Імпровізація з предметом .

Масова імпровізація по 5-6 г. на задану тему .

V. Робота над постановкою за вибором викладача (38 год.)

Практична частина

Тема та мета композиції. Підбір музичного матеріалу .

Вивчення основ рухів .

Техніка виконання рухів та комбінацій.

Вивчення малюнку композиції .

Робота над образом, характером .

VI. Вправи танцювального характеру по діагоналі та вправи на підлозі (22 год.)

Практична частина

Силові вправи :

- крок на півпальцях;
- крок "моделі";
- кидки ногами на 90°;
- "ножиці";
- "м'ячики";
- боковий крок "галопа".

Вправи на розвиток гнучкості та розтяжки .

VII. Повторення вивченого матеріалу за рік.(4 год.).

Теоретична частина (2 год.)

Підведення підсумків.

Практична частина(2 год.)

Повторення вивченого матеріалу за рік.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці повинні знати:

- інструктаж з техніки безпеки під час проведення занять;
- правила особистої гігієни;
- походження сучасного танцю.

Вихованці повинні вміти:

- володіти технікою виконання класичного екзерсису (обличчям до опори);
- володіння технікою виконання сучасного екзерсису на середині залу;
- виконувати основні рухи притаманні сучасному танцю;
- виконувати вправи на перебудову в просторі, створюючи прості хореографічні малюнки;
- виконувати елементарні вправи на створення художнього образу.

Вихованці мають набути досвід:

- виконання основ класичного та сучасного танцю;
- виконання основних танцювальних рухів;
- виконання танцювальних етюдів .

**Початковий рівень , другий рік навчання
НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН**

№ п/п	Тема	Кількість годин		
		всього	теоретичних	практичних
1.	Організаційне заняття	2	2	-
2.	Оволодіння основами класичного танцю	30	2	28
3.	Оволодіння основами сучасної пластики в стилі hip- hop	28	4	24
4.	Основи імпровізації в стилі hip- hop	20	-	20
5.	Робота над постановкою за вибором викладача в стилі hip- hop	38	-	38
6.	Вправи танцювального характеру по діагоналі та вправи на підлозі	22	-	22
7.	Повторення вивченого матеріалу за рік	4	2	2
	Разом	144	10	134

I. Організаційне заняття (2 год.)

Теоретична частина

Техніка безпеки під час занять , особиста гігієна, план роботи

II. Оволодіння основами класичного танцю (30 год.)

Теоретична частина (2 год.)

Поглиблене вивчення поняття arlomb, позиції рук та позиції ніг .
Поглиблене вивчення екзерсис класичного танцю та його значення для майбутнього танцівника

Практична частина(28 год.)

Поглиблене вивчення поняття arlomb, позиції рук та позиції ніг Екзерсис класичного танцю та його значення для майбутнього танцівника .

Demi plié обличчям до опори по I, II позиц   н   .

Вивчення battement tendu обличчям до станка (вб  ) .

Вивчення battement tendu jeté обличчям до станка (вб  ) .

Вивчення rond de jambe par terre по точках, поступово переходячи на плавне переведення ноги у напрямках по п  в кола (en dehors, en dedans) обличчям до станка .

Поняття положення ноги на sur le coup-de-pied обличчям до станка.

Вивчення battement fondu ногою в п  длогу (вб  ) обличчям до станка.

Вивчення battement frappé ногою в п  длогу (вб  ) обличчям до станка.

Вивчення relevé lent на 45   (учбова форма) б  ля станка.

На уроках учн   вивчають правильн  сть виконання вправ та вивчають назви Їх на французьк  й мов  .

III. Оволод  ння основами сучасної пластики в стил   hip- hop (28 год.)

Теоретична частина(4 год.)

Вивчення основних рух  в, притаманних стилю hip- hop .

Робота над характером та манерою виконання притаманн   стилю hip- hop .

Практична частина(24 год.)

Вивчення основних рух  в, притаманних стилю hip- hop

Робота над техн  кою рухливост   голови, ш  ї .

Робота над рухливістю тулуба (плечей, грудної кл  тки, стегон) .

Робота над виконанням хвиль р  зних напрям  в (вперед, назад, вб  ) .

Найпрост  ш   танцювальн   комб  нац  ї в стил   hip- hop.

Робота над характером та манерою виконання притаманн   стилю hip- hop.

IV. Основи   мпров  зац  ї в стил   hip- hop (20 год.)

Практична частина

  мпров  зац  я в   гров  ї форм  . Слухання музики, розум  ння Її, створення образу та д  ї.

Вправа "дзеркало" .

  мпров  зац  я п  д ритм  чний супров  д .

  мпров  зац  я з предметом .

Масова   мпров  зац  я по 5-6 г. на задану тему .

V. Робота над постановкою за вибором викладача в стил   hip- hop (38 год.)

Практична частина

Тема та мета композиц  ї. П  дб  р музичного матер  ялу (2 год.).

Вивчення основ рух  в (10 год.).

Техн  ка виконання рух  в та комб  нац  ї (8 год.).

Вивчення малюнку композиц  ї (8 год.).

Робота над образом, характером (10 год.).

VI. Вправи танцювального характеру по діагоналі та вправи на підлозі (22 год.)

Практична частина

Силові вправи :

- крок на півпальцях;
- крок "моделі";
- кидки ногами на 90°;
- "ножиці";
- "м'ячики";
- боковий крок "галопа".

Вправи на розвиток гнучкості та розтяжки .

VII. Повторення вивченого матеріалу за рік.(4 год.).

Теоретична частина (2 год.)

Підведення підсумків.

Практична частина (2 год.)

Повторення вивченого матеріалу за рік.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці повинні знати:

- інструктаж з техніки безпеки під час проведення занять;
- правила особистої гігієни;
- походження сучасного танцю.

Вихованці повинні вміти:

- володіти технікою виконання класичного екзерсису (обличчям до опори);
- володіння технікою виконання сучасного екзерсису на середині залу;
- виконувати основні рухи притаманні сучасному танцю;
- виконувати вправи на перебудову в просторі, створюючи прості хореографічні малюнки;
- виконувати елементарні вправи на створення художнього образу.

Вихованці мають набути досвіду:

- виконання сучасної пластики в стилі hip- hop;
- виконання основ імпровізації в стилі hip- hop;
- виконання вправ танцювального характеру по діагоналі .

**Основний рівень, перший рік навчання
НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН**

№ п/п	Тема	Кількість годин		
		всього	теоретичних	практичних
1.	Організаційне заняття	2	2	-
2.	Основи класичного танцю	36	2	34
3.	Масові популярні форми hip-hop стилю	30	2	28
4.	Вправи на розвиток фізичних даних	30	4	26
5.	Імпровізація	8	-	8
6.	Відновлення репертуару. Постановка хореографічних номерів	30	-	30
7.	Повторення вивченого матеріалу за рік	4	2	2
8.	Відкрите заняття	4	-	4
	Разом	144	12	132

I. Організаційне заняття (2 год.)

Теоретична частина

Техніка безпеки під час занять , особиста гігієна, план роботи.

II. Основи класичного танцю (36 год.)

Теоретична частина (2 год.)

Засвоєння програми з основ класичного танцю.

Практична частина(34 год.)

Засвоєння програми з основ класичного танцю. Екзерсис біля станка, обличчям до нього. Рухи виконуються (вперед, вбік,назад) .

Форми port de bras підготовче та № 1, 2 .

Стрибки (allegro) біля станка :

- pas santé;
- pas échappé;
- pas changement de pied.

–

III. Масові популярні форми – hіp-hor стилю. (30 год.)

– Теоретична частина (2 год.)

Закріплення основних рухів,притаманних стилю hіp- hor

Робота над характером та манерою виконання притаманні стилю hіp- hor

Практична частина (28 год.)

Масові та популярні форми – hіp-hor -стиль. Удосконалення манери та характеру виконання hіp-hor -стилю. Складання комбінацій більш ускладнених в рухах та темпераменті.

IV. Вправи на розвиток фізичних даних. (30 год.)

Теоретична частина (4 год.)

Вправи , оберти та прості танцювальні вправи по діагоналі та середині залу.

Практична частина (26 год.)

Розтягування.

Вправи , оберти та прості танцювальні вправи по діагоналі та середині залу.

V. Імпровізація (8 год.)

Практична частина

Закріплення матеріалу.

Вправа "дзеркало".

Масові ритмічні вправи.

Імпровізація на задану тему.

VI. Відновлення та збереження репертуару (30 год.)

Практична частина

Відновлення репертуару за минулий рік .

Постановочна робота за вибором hіp-hor стилю. .

VII. Повторення вивченого матеріалу за рік (4год.)

Теоретична частина (2 год.)

Підведення підсумків.

Практична частина (2 год.)

Повторення вивченого матеріалу за рік.

VIII. Відкрите заняття (4 год.)

Практична частина

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці повинні знати:

- інструктаж з техніки безпеки під час проведення занять;
- правила особистої гігієни;
- походження hіp-hop стилю.

Вихованці повинні вміти:

- володіти технікою виконання класичного екзерсису обличчям до опори;
- володіння технікою виконання сучасного екзерсису на середині залу;
- виконувати основні рухи притаманні hіp-hop стилю;
- виконувати вправи на перебудову в просторі, створюючи прості хореографічні малюнки;
- виконувати елементарні вправи на створення художнього образу;
- володіти вправами партерного тренажу.

Вихованці мають набути досвід :

- виконання популярних форм hіp-hop стилю;
- виконання вправ на розвиток фізичних даних;
- сценічного виконання.

Основний рівень, другий рік навчання

НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ п/п	Тема	Кількість годин		
		всього	теоретичних	практичних
1.	Організаційне заняття	2	2	-
2.	Основи класичного танцю	26	-	26
3.	Масові та популярні форми сучасної хореографії – freestyle , rock-n-roll	36	4	32
4.	Середина залу – танцювальні комбінації по діагоналі, партерні комбінації	26	-	26
5.	Імпровізація	10	-	10
6.	Відновлення вивченого репертуару. Постановка танцювальної композиції за стилем	36	-	36
7.	Повторення вивченого матеріалу за рік	4	2	2
8.	Відкриті заняття	4	-	4
	Разом	144	8	136

I. Організаційне заняття (2 год.)

Теоретична частина

Правила поведінки, особиста гігієна, план роботи.

II. Основи класичного танцю (26 год.).

Практична частина

Вправи ускладнюються по темпу і виконуються боком до станка, з роботою руки .

Комбінації demi et grand plie з роботою руки .

Комбінації battement tendu та double battement .

Комбінації battement jeté та battement piqué .

Комбінація rond de jambe par terre із розтяжками.

Комбінація rond de jambe en l'air .

Комбінації battement fondu .

Комбінації battement frappé та double battement .

Комбінації petit battement .

Комбінації relevé lent та battement développé .

Комбінації grand battement .

Вправи виконуються, тримаючись однією рукою за станок в комбінаціях.

Allegro.

III. Масові та популярні форми сучасної хореографії – freestyle , rock-n-roll (36 год.)

Теоретична частина (4 год.)

Вивчення основних рис, притаманних стилю freestyle, rock-n-roll.

Практична частина (32 год.)

За вибором викладача –freestyle, rock-n-roll.

Вивчення розігріву на середині залу за напрямом .

Вивчення основних рис, притаманних стилю freestyle, rock-n-roll.

Положення рук, тулуба .

Складання комбінацій та вивчення основних рухів .

IV. Середина залу – танцювальні комбінації по діагоналі, партерні комбінації (26 год.)

Практична частина

Діагональ:

- стрибки із просуванням: "рибка", "шпагат в повітрі;
- танцювальні комбінації із просуванням;
- оберти.

Партер :

- нахили на ніжки сидячи на підлозі;
- "місток";
- "берізка";
- "шпагат";
- "прес";
- "квіточка";
- "павучок".
-

V. Імпровізація (10 год.)

Практична частина

Імпровізація на вибрану музику із завданням передати тему, ідею, зміст на основі рухів вивчених за навчальний рік.

VI. Відновлення репертуару. Постановка танцювальної композиції за стилем (36 год.)

Практична частина

Відновлення репертуару .

Постановочна робота за вибраним стилем .

VII. Повторення вивченого матеріалу за рік.(4 год.).

Теоретична частина (2 год.)

Підведення підсумків.

Практична частина (2 год.)

Повторення вивченого матеріалу за рік.

VIII. Відкриті заняття (4 год.)

Практична частина

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці повинні знати:

- інструктаж з техніки безпеки під час проведення занять;
- правила особистої гігієни;
- походження стилю rock-n-roll, freestyle.

Вихованці повинні вміти:

- володіти технікою виконання класичного екзерсису тримаючись однією рукою за опору;
- володіння технікою виконання сучасного екзерсису на середині залу;
- виконувати основні рухи притаманні стилю rock-n-roll, freestyle;
- виконувати вправи на перебудову в просторі створюючи складні хореографічні малюнки;
- оволодіння танцювальних вправ на основі обертів та простих трюків;
- виконувати елементарні вправи на створення художнього образу;
- володіти вправами партерного тренажу.

Вихованці мають набути досвід:

- виконання форм сучасної хореографії стилю rock-n-roll, freestyle;
- сценічного виконання.

Основний рівень, третій рік навчання

НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ п/п	Тема	Кількість годин		
		всьог о	теоретичних	практичних
1.	Організаційне заняття	2	2	-
2.	Основи класичного танцю	30	-	30
3.	Основи народно-сценічного танцю та його стилізація (за вибором).	28	4	24
4.	Масові популярні форми сучасної хореографії – hip-hop, free style	40	4	36
5.	Відновлення вивченого репертуару. Постановка	40	-	40

	танцювальної композиції за стилем			
6.	Відкрите заняття	4	-	4
	Разом	144	10	134

I. Організаційне заняття (2 год.)

Теоретична частина

Правила поведінки, особиста гігієна, план роботи .

II. Основи класичного танцю (30 год.)

Практична частина

Вправи ускладнюються по темпу і виконуються боком до станка, з роботою руки .

Комбінації demi et grand plie з роботою руки .

Комбінації battement tendu та double battement .

Комбінації battement jeté та battement piqué .

Комбінація rond de jambe par terre із розтяжками.

Комбінація rond de jambe en l'air .

Комбінації battement fondu .

Комбінації battement frappé та double battement .

Комбінації petit battement .

Комбінації relevé lent та battement développé .

Комбінації grand battement

Вправи виконуються, тримаючись однією рукою за станок в комбінаціях.

Allegro.

III. Основи народно-сценічного танцю та його стилізація (за вибором) (28 год.)

Теоретична частина (4 год.)

Вивчення основних рухів, притаманних тій чи іншій народності. Стилiзація на сновi вивченого матерiалу

Практична частина (24 год.)

Вивчення основних рухів народного танцю. Положення рук, тулуба, ніг, ракурси .

Вивчення основних рухів, притаманних тій чи іншій народності. Стилiзація на сновi вивченого матерiалу .

IV. Масові популярні форми сучасної хореографії - hip-hop, free style (40 год.)

Теоретична частина (4 год.)

Нір-гор – витоки, походження рухів, манера виконання .

Практична частина(36 год.)

Вивчення екзерсису біля станка в стилі нір-гор .

Ознайомлення з елементами трюків, притаманних стилю .

V. Відновлення вивченого репертуару. Постановка танцювальної композиції за стилем (40 год.)

Практична частина

Стилізація народного танцю .

Композиція в стилі нір-гор .

Відновлення репертуару .

VI. Відкриті заняття (4 год.)

Практична частина

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці повинні знати:

- інструктаж з техніки безпеки під час проведення занять;
- правила особистої гігієни;
- ознайомлення з поняттям «стилізація народного танцю»;
- ознайомлення з походженням стилю нір-гор, free style.

Вихованці повинні вміти:

- володіти технікою виконання класичного екзерсису тримаючись однією рукою за опору;
- володіння технікою виконання сучасного екзерсису на середині залу в стилі нір-гор, free style.;

- виконання основних рухів народного танцю та їх стилізації;
- виконувати вправи на перебудову в просторі створюючи складні хореографічні малюнки;
- оволодіння танцювальних вправ на основі обертів та простих трюків;
- виконувати елементарні вправи на створення художнього образу;
- володіти вправами партерного тренажу.

Вихованці мають набути досвід :

- виконання основ народно-сценічного танцю та його стилізація;
- виконання форм сучасної хореографії - hip-hop, free style;
- сценічного виконання.

Основний рівень, четвертий рік навчання

НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ п/п	Тема	Кількість годин		
		всього	теоретичних	практичних
1.	Організаційне заняття	2	2	-
2.	Основи класичного танцю	32	-	32
3.	Основи сучасної хореографії – modern	60	8	52
4.	Відновлення репертуару. Робота над постановкою номерів .	36	-	36
5.	Stretching на партері	10	2	8
6.	Відкрите заняття	4	-	4
	Разом	144	12	132

I. Організаційне заняття (2 год.)Теоретична частина

Правила поведінки, особиста гігієна, план роботи .

II. Основи класичного танцю (32 год.)Практична частина

Екзерсис біля станка в комбінаціях .

Allegro – échappé, pas soité, assemble, glissade, jeté, sissonne *ferme* і т.д.

Стрибки можуть виконуватись в чистому виді або в комбінаціях.

III. Основи сучасної хореографії – modern (60 год.)Теоретична частина (8 год.)

Вивчення принципів : ізоляції, координації .Вивчення рівнів та положень хребта в танці modern.

Практична частина (52 год.)

Вправи на розвиток ізоляцію .

Вправи на розвиток координації .

Вправи на розвиток м'язів хребта .

Вивчення рівні в танці modern .

Вправи «Кросс. Переміщення в просторі» .

IV. Відновлення репертуару. Робота над постановкою номерів . (36год.)Практична частина

Постановочна робота за напрямом сучасної хореографії, вивченими протягом навчального року.

V. Stretching на партері. (10 год.)Теоретична частина (2 год.)

Поняття Stretching на партері

Практична частина (8 год.)

Вправи-розтягування для укріплення м'язів тіла та вдосконалення фізичних даних.

VI. Відкриті заняття (4 год.)Практична частина

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці повинні знати:

- інструктаж з техніки безпеки під час проведення занять;
- правила особистої гігієни;
- ознайомлення з походженням стилю modern .

Вихованці повинні вміти:

- володіти технікою виконання класичного екзерсису на середині залу;
- володіння технікою виконання сучасного екзерсису на середині залу в стилі modern;
- виконувати вправи на перебудову в просторі створюючи складні хореографічні малюнки;
- оволодіння танцювальних вправ на основі обертів та складних трюків;
- виконувати елементарні вправи на створення художнього образу;

- володіти вправами партерного тренажу з елементами акробатики.

Вихованці мають набути досвід :

- виконання основ modern танцю ;
- виконання вправ stretching на партері;
- сценічного виконання.

Вищий рівень , перший рік навчання

НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ п/п	Тема	Кількість годин		
		всього	теоретичних	практичних
1.	Організаційне заняття	2	2	-
2.	Основи класичного танцю	32	-	32
3.	Поглиблене вивчення танцювального напрямку- modern	80	4	76
4.	Робота над збереженням репертуару. Постановка номерів .	68	-	68
5.	Stretching	30	2	28

6.	Відкриті заняття	4	-	4
	Разом	216	8	208

I. Організаційне заняття (2 год.)

Теоретична частина

Правила поведінки, особиста гігієна, план роботи .

II. Основи класичного танцю (32год.)

Практична частина

Вправи біля станка та на середині залу ускладнюються по темпоритму та складності комбінацій.

III. Поглиблене вивчення танцювального напрямку- modern (80 год.)

Теоретична частина (4 год.)

Поглиблене вивчення принципів : ізоляції, координації .Вивчення рівнів та положень хребта танці modern.

Практична частина (76 год.)

Вправи на розвиток ізоляцію.

Вправи на розвиток координації.

Вправи на розвиток м'язів хребта.

Вивчення рівні в танці modern.

Вправи «Кросс. Переміщення в просторі» .

IV. Робота над збереженням репертуару. Постановка номерів (68 год.)

Практичні заняття

Робота над відновленням номерів, їх удосконаленням.

V. Stretching (30 год.)

- Теоретична частина (2 год.)

Вивчення положень stretch-характеру

Практична частина(28 год.)

Вправи-розтягування для укріплення м'язів тіла та вдосконалення фізичних даних.

VI. Відкриті заняття (4 год.)

Практична частина

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці повинні знати:

- інструктаж з техніки безпеки під час проведення занять;
- ознайомлення з професійними колективами, які працюють в сучасній хореографії;
- ознайомлення з походженням стилю modern .

Вихованці повинні вміти:

- володіти технікою виконання класичного екзерсису на середині залу;
- володіння технікою виконання сучасного екзерсису на середині залу в стилі modern ;
- виконувати вправи на перебудову в просторі створюючи складні хореографічні малюнки;
- оволодіння танцювальних вправ на основі обертів та складних трюків;
- виконувати елементарні вправи на створення художнього образу;
- володіти вправами партерного тренажу з елементами акробатики.

Вихованці мають набути досвід:

- виконання основ modern танцю ;
- виконання вправ stretching ;
- сценічного виконання.

Вищий рівень, другий рік навчання

НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ п/п	Тема	Кількість годин		
		всього	теоретичних	практичних
1.	Організаційне заняття	2	2	-
2.	Основи класичного танцю	32	-	32
3.	Основи танцювального напрямку jazz - funk	64	4	60
4.	Імпровізація на задану тему	18	2	16
5.	Робота над збереженням репертуару. Постановка номерів .	68	-	68
6.	Stretching	28	-	28
7.	Відкриті заняття	4	-	4
	Разом	216	8	208

I. Організаційне заняття (2 год.)

Теоретична частина

Правила поведінки, особиста гігієна, план роботи.

II. Основи класичного танцю (32 год.)

Практична частина

Вправи біля станка та на середині залу ускладнюються по темпоритму та складності комбінацій.

III. Основи танцювального напрямку- jazz - funk (64 год.)

Теоретична частина (4 год.)

Вивчення принципів : ізоляції, координації .Вивчення рівнів та положень хребта в jazz - funk танці.

Практичні заняття (60 год.)

Вправи на розвиток ізоляцію .

Вправи на розвиток координації.

Вправи на розвиток м'язів хребта.

Вивчення рівні в jazz - funk танці .

Вправи «Кросс. Переміщення в просторі».

IV. Імпровізація на задану тему (18год.)

Теоретична частина (2 год.)

Створення художнього образу.

Практична частина(16год.)

Імпровізація на вибрану музику із завданням передати тему, ідею, зміст на основі рухів вивчених за навчальний рік.

V.Робота над збереженням репертуару. Постановка номерів (68 год.)Практична частина

Робота над відновленням номерів, їх удосконаленням.

VI. Stretching (28 год.)Практичні заняття

Вправи-розтягування для укріплення м'язів тіла та вдосконалення фізичних даних.

VII. Відкриті заняття (4 год.)Практичні заняття**ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ**

Вихованці повинні знати:

- інструктаж з техніки безпеки під час проведення занять;
- ознайомлення з професійними колективами, які працюють в сучасній хореографії;
- ознайомлення з походженням стилю jazz - funk .

Вихованці повинні вміти:

- володіти технікою виконання класичного екзерсису на середині залу;
- володіння технікою виконання сучасного екзерсису на середині залу в стилі jazz - funk ;
- виконувати вправи на перебудову в просторі створюючи складні хореографічні малюнки;
- оволодіння танцювальних вправ на основі обертів та складних трюків;
- виконувати елементарні вправи на створення художнього образу;
- володіти вправами партерного тренажу з елементами акробатики.

Вихованці мають набути досвід:

- виконання основ jazz - funk танцю ;
- виконання вправ stretching ;
- сценічного виконання.

ЛІТЕРАТУРА

1. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – Л.: Искусство, 1983 г.
2. Балет. Уроки. Иллюстрированное руководство по официальной балетной программе. – М.: ООО «АСТ», 2003 г.

3. Бахрушин Ю. Образы танца. – М.: Искусство, 1975 г.
4. Бондаренко Л. Методика хореографічної роботи в школі. – К.: Музична Україна, 1974 р.
5. Никитин В.Ю. Джаз-модерн танец. Начало обучения – М. ВЦХТ, 1998-128 с., ил.
6. Гелен Ідом, Ніколя Катрак. Вчимося танцювати. – К.: Махаон-Україна.
7. Гусев П.Г. Методика преподавания народного танца. – М.: Владос, 2002 г.
8. Деген А., Ступников И. Мастера танца. – Л.: Музыка, 1974 г.
9. Добровольская Г. Танец. Пантомима. Балет. – Л.: Искусство, 1975 г.
10. Захаров Р. Беседы о танце. – М.: ВЦСПС, Профиздат, 1963 г.
11. Костровицкая В., Писарев А. Школа классического танца. – Л.: Искусство, 1975 г.
12. Костровицкая В. 100 уроков классического танца. – Л.: Искусство, 1975 г.
13. Смирнова М. Основные элементы классического танца. – М.: Министерство культуры РСФСР, 1979 г.
14. Котельникова Е. Биомеханика хореографических упражнений. Учебное пособие. – Л.: Ленинградский государственный институт культуры им. Крупской Н.К., 1973 г.
15. Методичні рекомендації. Методика класичного танцю (джерела та тенденції). Теорія і методика викладання класичного танцю (для самостійної роботи студентів хореографічних спеціалізацій). – К.: кафедра народної хореографії Київського національного університету культури і мистецтв, 2001 р.
16. Маринелла Гваттерини. Учимся танцевать. Азбука балета. – М: БММ АО, 2001 г.
17. Пасютинская В. Волшебный мир танца. – М.: Просвещение, 1985 г.
18. Эльяш Н. Образы танца. – М.: Знание, 1970 г.