

ДЕПАРТАМЕНТ СМОЛЕНСКОЙ ОБЛАСТИ ПО ОБРАЗОВАНИЮ И НАУКЕ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ»  
ГОРОДА СМОЛЕНСКА

Принята на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 4 от 31.05.2023г.



Утверждаю:  
Директор МБУ ДО «ДТДМ»  
М. В. Дмитриев  
Приказ № 79 от 02.06.2023г.

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
художественной направленности  
«Основы современного танца»**

Возраст обучающихся: 7–15 лет  
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель: Григорьева Светлана  
Анатольевна, педагог дополнительного  
образования

Смоленск  
2023

## Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа «Основы современного танца» является программой художественной направленности, разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми актами Российской Федерации и образовательного учреждения:

- Федеральный Закон РФ от 29 декабря 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства Просвещения РФ от 27.07.2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 года № 678-р;
- Постановление Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 № 28 СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Минтруда и социальной защиты населения Российской Федерации от 5 мая 2018 г. № 298 н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Письмо Министерства просвещения РФ от 19.03.2020 № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» («Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»);
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

- Устав МБУ ДО «Дворец творчества детей и молодежи».

Современный танец – особый вид пластического, хореографического языка. Основные принципы его техники базируются на понимании структуры человеческого тела, координации движения и дыхания, ощущении гравитации, пространства и времени.

**Актуальность** данной образовательной программы обусловлена спросом родителей и обучающихся на подобного рода развивающие программы художественной направленности.

Программа «Современный танец» помогает решать целый комплекс вопросов, связанный с формированием творческих навыков, удовлетворением индивидуальных потребностей в нравственном, художественном, интеллектуальном совершенствовании подростков, организации их свободного времени.

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

В процессе занятий обучающийся получает профессиональные навыки владения своим телом, изучает основы хореографии; знакомится с историей и теорией современного танца; получает возможность для самовыражения в актерской пластике; учится преодолевать физические и технико-исполнительские трудности, чем совершенствует своё мастерство и свой характер; познает способы сосуществования в коллективе.

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

По ходу освоения программы ребята знакомятся с историей танца, с ведущими современными исполнителями, слушают музыку, учатся различать новомодное, сиюминутное и вечное.

Современный танец 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. Современный танец развивает физические данные детей, укрепляет мышцы ног и спины, сообщает подвижность суставно-связочному аппарату, формирует технические навыки и основы правильной осанки, тренирует сердечно-сосудистую и дыхательную системы, корректирует физические недостатки строения тела – в этом его значение и значимость.

Развитие современного танцевального искусства невозможно представить вне процесса расширения жанрового и стилевого разнообразия. Появление новых стилей, в корне отличающихся от традиционных академических систем хореографического искусства, заставляет обратиться к изучению новых техник танца.

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

Современный танец возник относительно недавно (в начале XX века), но успел довольно быстро развиваться за это время. Современный танец можно условно разделить на танец модерн и джазовый танец, которые в свою очередь подразделяются на различные техники: модерн-техника М. Грэхем, Дж. Маллер, Х. Лимона, Д. Хэмфри, техника низкого полёта и др.; джаз – афро-джаз, фанки-джаз, стрит-джаз и др.

**Педагогическая целесообразность программы** заключается в ее содействии гармоничному психическому, духовному и физическому развитию детей и подростков; формировании художественно-эстетического вкуса, умения самовыражения чувств и эмоций, физической культуры, а также нравственных качеств личности.

**Новизна программы** состоит в сочетании изучения танца модерн с такими современными танцевальными направлениями как: contemporary, афро-джаз танец, street jazz, flash dance, hip-hop.

В основе курса лежит изучение техник современного танца: джазмодерн, contemporary, хип-хоп, floor technique/техники работы с полом, импровизация, партнеринг.

Еще одной особенностью данного курса является интеграция всего комплекса специальных дисциплин: в начале изучения мы опираемся на ритмику, партерную гимнастику и йогу.

Программа учебного предмета «Основы современного танца» разработана с учетом физических, психологических и возрастных особенностей детей и построена по принципу «от простого к сложному». Физическая нагрузка и уровень сложности движений нарастает поэтапно и последовательно, усложняются творческие задания, 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.

**Адресат программы:** дети в возрасте от 7 до 15 лет

**Доступность программы для различных категорий детей**

Занятия по программе *не доступны для отдельных категорий детей с ОВЗ и детей-инвалидов.*

Программа предусматривает обучение детей с выдающимися способностями. Для этих обучающихся предусмотрено участие в конкурсах, фестивалях, различного уровня.

Программа подходит для работы с детьми, находящимися в трудной жизненной ситуации. При работе с этой категорией детей используется технология педагогической поддержки. Обучаться по программе имеют возможность дети из малообеспеченных семей, так как она не предусматривает приобретение дорогостоящих материалов и специального оборудования.

**Объем программы:** 144 часа

Уровень Программы – базовый.

**Срок освоения программы:** 1 год.

**Режим занятий:** занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа, продолжительностью 45 минут с 10 минутным перерывом после каждого часа на проветривание.

**Формы организации учебного процесса:** очная, с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

### **Виды занятий:**

- практическое занятие;
- открытое занятие
- репетиция
- выход на сцену (участие в концертах, программах, спектаклях, конкурсах)
- теоретическое занятие

**Цели и задачи программы** формирование и развитие пластических, танцевальных способностей и творческого потенциала обучающихся посредством овладения техниками современного танца.

### **Задачи программы:**

#### ***Образовательные:***

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

#### ***Развивающие:***

- раскрыть и развить творческие способности обучающихся, эмоциональную отзывчивость на музыку, способность к импровизации;
- содействовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного

аппарата, формированию правильной осанки, профилактике плоскостопия, функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма;

– развить мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые, координационные способности обучающихся.

***Воспитательные:***

– привить интерес к танцевальному творчеству;

– воспитать культуру общения, способствовать установлению и укреплению дружеских взаимоотношений в коллективе;

– воспитать чувство ответственности за индивидуальное и коллективное творчество;

– приобщить к здоровому образу жизни;

– способствовать организации свободного времени, профилактике дивертантного поведения и социальной адаптации подростков.

**Планируемые результаты**

***Предметные результаты:***

В результате обучения по программе обучающиеся будут знать:

- основные стили современной хореографии;
- специальную терминологию;
- основы техники безопасности на учебных занятиях и концертной

площадке;

- принципы взаимодействия музыкальных и хореографических средств выразительности.

иметь представление:

- об основных направлениях и этапах развития современной хореографии;

- о тенденциях развития современного танца.

Обучающиеся будут уметь:

- исполнять основные танцевальные движения в манере танца модерн, современных молодежных направлений танца (contemporary, hip-hop, афро-джаз и др.).

- владеть мелкой техникой, уметь справляться с быстрыми темпами;

- выполнять упражнения на развитие физических данных, владеть навыками сохранения и поддержки собственной физической формы;

- определять средства музыкальной выразительности в контексте

хореографического образа и самостоятельно создавать

музыкально-двигательный образ;

- создавать комбинации различной степени сложности, используя знания

современного лексического материала;

- отражать в танце особенности исполнительской манеры разных стилей

современной хореографии;

- творчески реализовать поставленную задачу;



- владеть навыками музыкально-пластического интонирования, исполняя

движения и комбинации артистично и музыкально;

- владеть навыками ансамблевого исполнения танцевальных номеров;
- владеть навыками сценической практики.

### ***Метапредметные :***

- повысят уровень культурного развития личности;
- разовьют учебно-интеллектуальные умения и навыки ( в результате использования специальной литературы и компьютерных источников информации);
- разовьют коммуникативность и эмпатию;
- овладеют технической и эмоциональной уверенностью в танце, в т.ч. в ситуации сценического выступления;
- разовьют учебно-организационные умения и навыки ( в следствие организации рабочего пространства, соблюдения техники безопасности), аккуратность в выполнении работы.

### ***Личностные:***

В ходе освоения программы, обучающиеся приобретут следующие качества:

- трудолюбие и самодисциплину,
- волю и выносливость;
- навыки самооценки;
- ответственность за собственный и коллективный результат;
- способность справиться с конфликтной ситуацией;
- артистизм и эмпатию;
- умение импровизировать.

### **Условия реализации программы**

### *Образовательная работа*

Для занятий необходимы материально-техническое обеспечение:

- Оборудованный балетными станками и зеркалами просторный класс со специальным покрытием пола (паркет, линолеум);
- Раздевалка для обучающихся;
- Наличие специальной танцевальной формы;
- Наличие аудиоаппаратуры с флеш-носителем;
- Наличие музыкальной фонотеки;
- Наличие танцевальных костюмов.

### *Воспитательная работа*

Хореографическую работу в коллективе должна отличать высокая организованность и дисциплина, культура поведения и общения между участниками коллектива и их педагогом. Работа педагога осуществляется по всем правилам формирования детского коллектива. В процессе участия в программе у детей формируется положительная оценка результатов труда: собственного и коллективного, чужого; чувство ответственности за собственные поступки, чувство солидарности, уважение к себе и другим, адекватная самооценка. В процессе воспитательной деятельности педагог использует «принцип тройственного союза»: дети – педагог – родители.

Привлечение родителей к решению воспитательных вопросов положительно влияет на сплоченность коллектива и как следствие – повышается качество образовательного процесса.

Посещение спектаклей, концертов танцевальных коллективов в филармонии, на концертных площадках города. Просмотр видеофильмов

шедевров классического наследия. Беседы по хореографии. Проведение дней именинников. Совместное с родителями празднование Нового года.

### **Формы аттестации/контроля**

Вводный контроль проводится в сентябре-месяце, в начале обучения ребенка по дополнительной общеобразовательной программе. Он проходит в форме собеседования, педагогического наблюдения, контрольного занятия.

Текущий контроль осуществляется на каждом занятии. Он проводится в форме педагогического наблюдения и анализа выполнения учащимися упражнений.

Промежуточный контроль осуществляется 2 раза в год (в январе и мае) в течение всего срока обучения ребенка по дополнительной общеобразовательной программе. Формы проведения: собеседование, контрольное занятие.

Итоговый контроль проводится в мае-месяце, в конце обучения ребенка по дополнительной общеобразовательной программе. Он проходит в форме смотра знаний и умений, выполнения практического задания, открытого занятия, отчетного концерта.

### **Контрольно-измерительные материалы**

При оценке результатов обучения детей по программе применяются таблицы «Входной контроль», «Промежуточный контроль», «Итоговый контроль» (см. приложение).

Личностные и метапредметные результаты обучающихся оцениваются с использованием методик Л.Н. Буйловой и Н.В. Клёновой.

В течение года проводится мониторинг не только знаний, умений и навыков, полученных обучающимися, но и их уровень мотивации, желания работать и получать новые знания и умения. Данный мониторинг разработан по методике Н.Г. Лускановой.

## **УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

№ п/ п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контро ля
		Всего	Теория	Практика	
1	История современного танца	4	4	-	Устный фронтальный опрос
2	Мозаика современного танца	70	4	66	Наблюдение педагога за выполнением упражнений
3	Композиция и постановка танца	70	2	68	Анализ исполнительского мастерства
Итого:		144	10	134	

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

### ***Раздел № 1. «История современного танца»***

Теория: На вводном занятии обучающиеся знакомятся с искусством современного танца: слушают лекцию о происхождении танца, его стилях, структуре, основных элементах и выдающихся танцовщиках.

### ***Раздел №2 «Мозаика современного танца»***

Теория: объяснение элементов танца, техника, тренаж, направления, анализ ошибок.

Практика: освоение элементов танца разных стилей, выполнение тренажа, освоение техник современного танца

### ***Раздел №3 «Композиция и постановка танца»***

Теория: беседа о стиле и структуре танца, содержании танцевального номера.

Практика: подготовка номера, на основании изученного материала, репетиции, выступление.

### **КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**

<b>№ п/п</b>	<b>Месяц</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>Форма занятия</b>	<b>Кол- во часо в</b>	<b>Форма контроля</b>
1-2	сентябрь	История современного танца	Теоретическое занятие	4	Фронтальный устный опрос
3-6	сентябрь	Контракция, релиз	Практическое занятие	8	Наблюдение педагога за выполнением упражнений

7-9	сентябрь	Позиции ног, комбинация плие	Практическое занятие	6	Наблюдение педагога за выполнением упражнений
10- 12	октябрь	Позиции рук, комбинации	Практическое занятие	6	Наблюдение педагога за выполнением упражнений
13- 18	октябрь	Партэр, свинги	Практическое занятие	12	Наблюдение педагога за выполнением упражнений
19- 22	ноябрь	повороты	Практическое занятие	8	Наблюдение педагога за выполнением упражнений
23	ноябрь	Тренаж Л.Ортона, комбинации	Теоретическое занятие	2	Фронтальный устный опрос
24- 28	ноябрь	Тренаж Л.Ортона, комбинации	Практическое занятие	8	Наблюдение педагога за выполнением упражнений
29	декабрь	Тренаж М. Грэм	Теоретическое занятие	2	Фронтальный устный опрос
30- 31	декабрь	Тренаж М. Грэм	Практическое занятие	8	Наблюдение педагога за выполнением упражнений
32	декабрь	Уличный стиль	Теоретическое занятие	2	Фронтальный устный опрос

33	декабрь	групп	Практическое занятие	2	Наблюдение педагога за выполнением упражнений
34-37	декабрь	Танцевальные элементы	Практическое занятие	8	Наблюдение педагога за выполнением упражнений
38-42	январь	Комбинации в партэре	Практическое занятие	10	Наблюдение педагога за выполнением упражнений
43-50	февраль	Комбинация свинг	Практическое занятие	16	Наблюдение педагога за выполнением упражнений
51	март	импровизация	Практическое занятие	2	Наблюдение педагога за выполнением упражнений
52-60	март	Постановка	Практическое занятие	18	Наблюдение педагога за выполнением упражнений
61-67	апрель	Постановка	Практическое занятие	12	Наблюдение педагога за выполнением упражнений
68-70	май	Постановка	Практическое занятие	6	Наблюдение педагога за выполнением упражнений
71	май	Репетиция	Практическое занятие	2	Наблюдение педагога за

					исполнением танцевального номера
72	май	Открытое занятие	Практическое занятие	2	Наблюдение педагога за исполнением танцевального номера
		<b>Итого:</b>		144	

## **МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

**Информационное обеспечение программы методическими видами продукции, необходимыми для ее реализации:**

- Видео- материалы;
- лекции по современному танцу;
- мастер-классы

### **Описание общей методики работы**

***Структура практического занятия:***

1. Разогрев

Главная задача этого этапа урока – разогреть все мышцы, используя упражнения стрейч-характера, экзерсис plie, tends, jets и т.д., а также наклоны



и повороты торса.

2. Isolation (изолированные движения какой-либо частью тела) Основная цель этого этапа урока – добиться достаточной свободы тела и изолированности движений, что достаточно сложно, т.к. анатомически все центры тесно связаны.

3. Упражнения для позвоночника: release (расширение, распространение), contractions (сжатие, сокращение), наклоны, волны, спирали.

Основной техники танца модерн служит позвоночник, поэтому главная задача этого этапа урока – развить у учащихся подвижность во всех его отделах.

4. Уровни:

Задачи уровней во время уроков многообразны.

Во-первых, в различных уровнях исполняются упражнения на изоляцию (особенно эффективно в нижних уровнях, так как нет необходимости держать вес тела и все центры двигаются более свободно). Во-вторых, в партере очень полезно исполнять движения стрейч-характера, т.е. растяжки. В уровнях сидя и лежа достаточно много упражнений на Contraction и Release. Смена уровней, быстрый переход из одного уровня в другой – дополнительный тренаж на координацию.

5. Кросс (активное передвижение в пространстве). Развивает танцевальность, позволяет приобрести манеру джаз-модерн танца. Виды движений: шаги, прыжки, вращения.

6. Усложненная координация (2,3,4 центра в одновременном параллельном движении). Процесс изучения координации строится от простого к сложному. Первоначально нужно распределить правильно внимание между движениями двух центров. Возможно, один из центров находится в свинговом качании, а все внимание уделяется движению другого центра.

7. Танцевальные комбинации или импровизация: лирического и динамического характера.

Главные требования этой части – использование всех средств танцевальной выразительности, раскрывающих индивидуальность исполнителя. Особое внимание необходимо обратить на развитие музыкального слуха и ритмически точного исполнения комбинаций.

## ***Творческая часть***

Творческая часть программы посвящена композиции и постановке танца, а также репетиционной работе, работе с солистами, дуэтами и т.п.

Анализируя процесс создания хореографического произведения, независимо от формы, можно совершенно четко выделить два этапа творческого процесса: замысел и воплощение. На этапе замысла у хореографа возникает некое метафизическое видение будущего произведения, и он под впечатлением от какого-либо стимула пытается в своем воображении создать идеальную модель будущего произведения. Стимулы, являющиеся толчком, провокаторами творческого процесса, можно условно разделить на пять типов:

- идейные (впечатления от литературных, театральных, кинопроизведений, философские мысли, события повседневной жизни, взаимоотношения людей и т. д.);
- слуховые (музыка, человеческий голос, шумы, звуки природы и т. д.);
- визуальные (картины, скульптуры, природные явления и т. д.);
- кинетические (рождающиеся из самого движения, его формы. Наиболее ярко эти стимулы проявляются в т. н. абстрактном танце);
- тактильные стимулы (перевод тактильных ощущений в движение).

Как правило, на замысел одновременно влияют несколько стимулов и невозможно сказать, что является «спусковым крючком» этого процесса. На этапе замысла хореограф в большей степени применяет свои режиссерские способности, то есть в своем воображении он создает форму будущего произведения, определяет состав исполнителей, выстраивает взаимоотношения и драматургию, возможно, придумывает сюжет, подбирает музыкальный материал, создавая некий воображаемый «каркас» будущей постановки. Многие профессиональные хореографы обладают важнейшей способностью для этой профессии: видят внутренним зрением движения, танец.

Второй этап работы хореографа — воплощение — делится на несколько стадий. На первой хореограф импровизирует либо индивидуально, либо сразу с исполнителями; пытается найти адекватный замыслу движенческий текст, лексику. Именно на этом этапе на первое место выходят композиционные способности хореографа: ему нужно не просто сочинить движения, но и придать им зафиксированную форму, через движение выразить свою идею, передать с помощью движения определенное состояние.

На второй стадии этапа воплощения хореограф начинает работать с исполнителями. На этом этапе хореографу необходимо не только показать движения исполнителям, но и объединить их в единое целое, выстроить рисунок танца, построить взаимоотношения персонажей, определить кульминационные точки, соединить движение с аккомпанементом (если он существует).

На третьей стадии постановочной работы вновь на первое место выходят режиссерские способности.

От способов презентации хореографического произведения зависит восприятие зрителей. В качестве примера можно вспомнить эксперименты Триши Браун, которая отправляла своих исполнителей на крыши домов, ходить по стенам, делала свои перформансы на природе. Эксперименты хореографов-постмодернистов в способах презентации своих произведений разрушили традиционную театральную форму показа спектакля и привели к новым художественным открытиям. Очень часто, особенно в современном танце, хореограф выступает одновременно и в роли сценографа, и художника по свету и костюмам. «Создание внешней выразительности» — так условно можно назвать эту стадию этапа воплощения.

И, наконец, последняя стадия — сценические репетиции и премьера. На этом этапе хореограф выступает уже в большей степени как организатор творческого процесса. Однако, как правило, именно на этой стадии (хотя иногда и гораздо раньше, на стадии «разводок») осуществляется работа над образом (если он существует). Хореографический образ имеет сложную структуру и зависит не только от лексики, но и во многом от актерских способностей исполнителя и режиссерских способностей хореографа. Поэтому можно сказать, что работа над образом, в той или иной степени, идет на протяжении всего постановочного процесса.

## 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.);
- **метод наглядной передачи и зрительного восприятия учебной информации** (иллюстрация, демонстрация, показ и др.);
- **метод 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.

- **метод эмоционального восприятия** (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений). Опора на собственный фонд эмоциональных переживаний каждого учащегося.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. – М.: Айрис, 2001.

2. Баскаков В. Свободное тело. – М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2001.
3. Борисов-Дрондин А.И. Коррекционная гимнастика для учащихся хореографических школ. – Самара: НТЦ, 2003.
4. Васенина Е. Российский современный танец. Диалоги. – М.: Emergency Exit., 2005.
5. Володина О.В. Самоучитель клубных танцев. – Ростов на Дону: Феникс, 2005.
6. Выготский Л.С. Психология искусства / Анализ эстетической реакции. – М.: Лабиринт, 1997.
7. Выготский Л. Педагогическая психология. – М.: АСТ, Астрель, ЛЮКС, 2005.
8. Гиршон А. Е. Импровизация и хореография. Электронный ресурс.- <http://girshon.ru/>
9. Гренлюнд. Э., Оганесян Н. Танцевальная терапия. Теория, методика, практика. – СПб.: Речь, 2014.
10. Громов Ю.И. Танцуйте, дети! / Репертуар для детских танцевальных коллективов. – Чебоксары: Чувашское книжное издательство, 2002.
11. Громов Ю.И. Работа педагога-балетмейстера в детском хореографическом коллективе // Основы подготовки специалистовхореографов / Хореографическая педагогика: учебное пособие. – СПб.: СПбГУП, 2006.
12. Данилова Н.И. Функциональные состояния: Механизмы и диагностика. – М.: МГУ, 1985.
13. Диниц Е.В. Джазовые танцы. – М.: АСТ, 2010.
14. Добровольская Г.Н. Танец. Пантомима. Балет. – Л.: Искусство, 1975.
15. Добротворская К.А. Айседора Дункан и театральная культура эпохи модерна. – Л.: ЛГИТМ и К, 1992.

16. Ерохина О.В. Школа танцев для детей: (Фольклор, классика, модерн). – Ростов н/Д.: Феникс, 2003.
17. Запора Р. Импровизация присутствия // Танцевальная импровизация. – М., 1999.
18. Захаров Р. Сочинение танца. – М.: Искусство, 1989.
19. Зуев Е. И. Волшебная сила растяжки. – М.: Советский спорт, 1990.
20. Иваницкий М.Ф. Анатомия человека. – М.: Физкультура и спорт. – 1985.
21. Ивлева Л.Д. Методика педагогического руководства любительским хореографическим коллективом: учебное пособие. – Челябинск: ЧГАКИ, 2004.
22. Ивлева Л.Д. Методика обучения хореографии в старшей возрастной группе. – Челябинск: ЧГАКИ. – 1997.
23. Ивлева Л.Д. Джазовый танец. – Челябинск: ЧГАКИ, 2006.
24. Козлов В.В., Гиршон А.Е. Интегративная танцевально-двигательная терапия.. – СПб.: Речь, 2016.
25. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. – М.: Гном-Пресс, 2000.
26. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмическое движение. – М.: Искусство, 2001.
27. Коркин В. П., Аракчеев В. И. Акробатика. – М.: Физкультура и спорт, 1989.
28. Костровицкая В.С., Писарев А.А. Школа классического танца. – Л., Искусство, 1968
29. Латиноамериканские танцы/ Авт.-сост. О.В. Иванникова. – М.: АСТ, 2003.
30. Левин М.В. Гимнастика в хореографической школе. – М.: Терра-спорт, 2001.
31. Лейтес Н.С. Возрастная одаренность школьников: Учеб. Пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2001.
32. Лисицкая Т. Ритм + пластика. – М.: Физкультура и спорт, 1987.

33. Лисицкая Т.А. Хореография в гимнастике. – Ростов-на-Дону: Феникс, 1993.
34. Лунькова А. Пусть шоу продолжается // Современные и эстрадные танцы. World dance. – 2006. – № 5. – С.16-21.
35. Мессерер А.М. Танец. Мысль. Время. – М.: Искусство, 1990.
36. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. – М.: Академия. – 2000.
37. Никитин В.Н. Энциклопедия тела (психология, психотерапия, педагогика, театр, танец, спорт, менеджмент) /В. Н. Никитин. – М.: Алетейа 2000.
38. Никитин В.Ю. Композиция урока и методика преподавания модерн- джаз танца. – М.: Один из лучших, 2010.
39. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец: История. Методика. Практика. –М.: Изд-во ГИТИС, 2000.
40. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. – Я вхожу в мир искусств. – 1998. –№4.
41. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Методика преподавания – М.: ВЦХТ («Я вхожу в мир искусств»), 2002.
42. Новицкая Л.П. Уроки вдохновения. – М.: Всерос. театр. об-во, 1984.
43. Панферов В.И. Пластика современного танца. – Челябинск: ЧГИИК, 1996.
44. Пасютинская В. Путешествие в мир танца. – М.: Просвещение, 2006.
45. Педагогика дополнительного образования: мониторинг качества образовательного процесса в учреждении дополнительного образования детей: методические рекомендации/сост. А.М. Тарасова, М.М. Лобода; под общ. ред. Н.Н. Рыбаковой. – Омск: БОУ ДПО «ИРООО», 2009.
46. Пидкасистый П.И. Педагогика. – М.: Педагогическое общество России. – 1998.
47. Полятков С.С. Основы современного танца. – М.:Феникс, 2009.
48. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. Учите детей танцевать.– М.:Владос, 2003.

49. Ротерс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика. – М.: Просвещение, 1989.
50. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. - М.: Линка – Пресс, 2016.
51. Суриц Е. Балет и танец в Америке. Очерки истории. – Екатеринбург: Издво госуниверситета, 2004.
52. Страковская В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей. – М.:Новая школа, 1994.
- 53.Томилин Д.В. Джаз-модерн: обучение. - [http://www.vavilova2.ru/jazz\\_modern.php](http://www.vavilova2.ru/jazz_modern.php)
54. Уральская В.И. Рождение танца. – М.: Советская Россия, 1982.
55. Уроки танцев: лучшая методика обучения танцам / Джим Холл [пер. с англ. Т. В. Сидориной]. – М.: АСТ : Астрель, 2009.
56. Федорова Л. Африканский танец. Обычаи, ритуалы, традиции. – М.:Наука, 1987.
57. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Сафидансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2001.
58. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Фитнес-данс. – СПб.: Союз, 2007.
59. Шереметьевская Н. Прогулка в ритмах степа. – М.: Один из лучших,2010.
60. Шкурко Т.А. Танцевально-экспрессивный тренинг. – СПб: Речь, 2003.

## **ПРИЛОЖЕНИЕ**

### ***Конспект по созданию хореографической композиции.***

Само определение «хореографическая композиция» трактуется исследователями и педагогами по-разному. По мнению Р. В. Захарова, «...композиция танца состоит из ряда компонентов. В нее входят: драматургия (содержание), музыка, текст (движения, позы, жестикуляция, мимика), рисунок (перемещение танцующих по сценической площадке), всевозможные ракурсы. Все это подчинено задаче выразить мысль и



эмоциональное состояние героев в их сценическом поведении. Композиция  
составляется из ряда частей — танцевальных комбинаций»

Другое мнение: «композиция — сочинение, составление, соединение, связь. В рамках этих четырех смысловых прочтений хореографическая композиция — это сочинение хореографа, составление им единого целого из различных танцевально-пластических элементов, соединение, связь (т. е. соотношение) отдельных частей (компонентов), образующее единое целое».

А. П. Кирьянкова, С. Е. Комович в своей статье утверждают, что в современной хореографии композиция — это «система средств и приемов выражения, художественный язык, лексический материал, связь с музыкой, хореографический образ. Хореографическая композиция представляет собой практику выбора и размещения отдельных компонентов танцевального языка в связное произведение искусства на сцене. Композиция в хореографии представляет собой способ генерации, определения и развития танцевальной лексики, которая будет использоваться для любой данной части постановочного процесса посредством идей, моментов, изображений, предметов, включенных в постановочный процесс».

Автором статьи термин «композиция» трактуется не как принцип художественного мышления хореографа, который подразумевает выстраивание связи между формой и содержанием, а как система практических приемов работы с лексическим материалом, аккомпанементом и способами презентации, которые могут быть и не связаны с генерированием идей, а, скорее, имеют отношение к профессиональному ремеслу.

В хореографическую композицию, по мнению автора статьи, включаются следующие элементы:

- форма произведения (этюд, соло, хореографическая картина, вариация, сюита, па-де-де, па-де-труа, па-де-катр, миниатюра, одноактный балет, многоактный балет, хореографическая композиция, дивертисмент);
- драматургия (сюжет, фабула, образы);

- аккомпанемент (музыка, шумы, звуки);
- лексика (жесты, позы, мимика, передвижение);
- расположение в пространстве (рисунки, уровни, ракурсы, директории передвижения);
- динамика (ритмическая и временная составляющие).

Необходимо отметить, что последовательность этапов может меняться (возможно, толчком для создания лексики послужит какой-либо кинетический стимул).

1-й этап. Жесты различными частями тела (открытые, закрытые, центральные, периферийные, быстрые, медленные, сильные, слабые) и позы различной формы («игла», «тетраэдр», «овал», «спираль»), в различных плоскостях («стола», «стены», «колеса»). Равновесные, стабильные и лабильные (падающие) позы. Задача этого этапа — сочинить отдельные па и логично соединить их в единую комбинацию.

2-й этап. В предыдущую комбинацию добавить различные способы передвижения: шаги, бег, прыжки, вращения и нетрадиционные способы (на коленях, перекаты по полу, кувырки, стойки на руках, возможно использование падений и трюков).

В соединении отдельных движений, найденных на первом и втором этапах, может помочь «метод случайности», предложенный М. Канингеймом.

Безусловно, на этом этапе очень важно интуитивное чувство хореографической логики, которое относится к профессиональным хореографическим способностям, но, обозначая каждое движение соответствующим номером и случайно (например, с помощью игрового кубика) выбирая последовательности, хореограф может найти наиболее удачные сочетания движений.

3-й этап. Передвижение по вертикали. Добавление в комбинацию движений на различных уровнях. При этом возможны различные варианты:

- а) исполнить всю комбинацию на одном, затем на другом, уровнях;
- б) использовать отдельные элементы в повторе (например, позу исполнить на уровне стоя, затем повторить ее на уровне стоя на колене);

в) любую форму передвижения изменить по уровню (например, сначала исполнить шаги на полупальцах, затем — на согнутых коленях). С каждым этапом исходная комбинация должна увеличиваться по количеству лексических единиц.

На этом этапе можно использовать еще два элемента лексики: поддержки и падения. Как правило, использование поддержек зависит от формы произведения и гендерного состава. Если это дуэт, исполняемый мужчиной и женщиной, то количество и форма поддержек (воздушные, акробатические, партерные) могут быть достаточно насыщенными. Если же это женский дивертисментный танец, то количество поддержек минимально. Падения в танце обычно используются как начальная точка для нетрадиционных способов передвижения либо как финальная точка хореографической фразы. Изучение различных приемов исполнения падений требует отдельной работы педагога.

4-й этап. Изменение темпа, скорости исполнения движений (быстро - медленно, ускоряя - замедляя) и длительности фиксации поз. Возможно использование контраст: часть комбинации, или отдельное движение, исполнить медленно, затем быстро. Возможно использование приема повтора: одно или несколько движений повторить с постепенным ускорением или замедлением.

5-й этап. Ритмические рисунки. На этом этапе важным моментом является использование аккомпанемента. Если это музыка, которая имеет собственный ритм, то созданная комбинация может различными способами с ней сочетаться (например, движение исполняется только на сильную долю такта, или ритмический рисунок музыкального произведения точно соответствует движениям). Вариантов соединения музыкального и движенческого материала большое количество, об этом подробно писал Ф. Лопухов.

Блестящим примером работы хореографа с музыкой является творчество Дж. Баланчина. Возможно исполнение хореографического текста без музыкального аккомпанемента, в этом случае хореограф сам сочиняет определенные ритмические фигуры и пытается исполнить комбинацию в соответствии с ними.

6-й этап. Динамика. Сильные и слабые движения. Акценты. Предыдущую комбинацию исполнить с акцентированными движениями в определенных

местах. Возможно использование контрастных сочетаний: медленно - сильно, медленно - слабо, быстро - сильно, быстро - слабо. На этом этапе количество лексических единиц не увеличивается, хореограф работает только с окраской движения.

7-й этап. Директории передвижения и ракурсы. На этом этапе хореограф уже начинает репетировать с исполнителями. Первоначально изучается комбинация, которая создана на предыдущих этапах индивидуально, затем начинается работа по организации расположения исполнителей в пространстве. Термин «рисунки» достаточно популярен в учебной литературе по хореографии, однако, по мнению автора, сам термин говорит о статике, то есть о зафиксированном взаиморасположении исполнителей. И поскольку танец — это все-таки динамическое искусство, то, даже располагаясь в одном рисунке, исполнители могут менять ракурсы. А директории передвижения от одного рисунка к другому могут быть различными: из круга можно перейти в квадрат, в две шеренги, в одну линию, распределиться по парам — вариантов может быть много. Процесс перехода из одного рисунка в другой может быть различен и по направлениям, и по длительности.

Основные виды рисунков: симметричные, асимметричные, геометрические, разноуровневые, динамические («шэн», «ракушка», «цветок», «волна»). В современной хореографии достаточно часто используются комбинации движений и передвижения в партере. Данный этап работы хореографа происходит с группой исполнителей. Построение рисунков для нечетного количества исполнителей гораздо сложнее, чем для четного. Большую помощь на этом этапе может оказать так называемый «Куб Лабана» — упрощенная модель кинесферы, в которой возможно выстроить все направления передвижения в пространстве.

На этом же этапе хореограф может использовать прием «статических скульптур», то есть зафиксированное взаиморасположение исполнителей. Наглядным примером изысканной работы с расположением исполнителей в пространстве является творчество Т. Маландена.

8-й этап. Приемы презентации хореографического текста для группы. Если на предыдущих этапах хореограф сочинял лексику, хореографический текст и располагал исполнителей в пространстве, то на данном этапе главным вопросом становится не лексика (материал), а то, в какой форме или последовательности она исполняется. Как наиболее зрелищно представить (презентовать) хореографический текст? Для этого существует целый ряд

композиционных приемов. Многие приемы достаточно часто используются хореографами и описаны в учебной литературе. Однако часто один и тот же прием в различных источниках называется по-разному, поэтому автор взял на себя смелость в скобках дать некоторые дублирующие названия.

Все приемы композиции делятся на две большие группы: унисонные и полифонические приемы.

Унисонные приемы:

### 1. Повторы:

- имитация, повтор движения или небольшой комбинации в неизменном порядке. Как правило, первый исполнитель (или группа) во время повтора находятся в статичной позе или исполняют передвижение;
- обратный повтор (реверс), повтор комбинации в обратном порядке, от последнего движения к первому;
- зеркальный повтор, повтор с другой ноги или в другую сторону;
- повтор со сменой направления;
- повтор за счет увеличения количества исполнителей;
  - прием «эхо»;
  - прием «резюме»;
- повтор с акцентированным движением;
  - прием «замирание»;
- прием «точка-точка» (перекличка).

### 2. Унисон:

- одновременный унисон;
- одновременный дополняющий унисон, при котором одна часть группы исполняет базовую хореографическую фразу, а другая — с дополнительными

- 2 Данный вид повтора используется, когда в комбинации присутствует передвижение. Одни исполнитель (группа) исполняет комбинацию с продвижением вперед, другой назад или по диагонали.
- 3 Комбинация исполняется несколько раз, исполнители могут вступать на любое движение. Как правило, используется в начале постановки для заполнения сцены.
- 4 Повторяется часть комбинации в новом движенческом контексте (иногда используется термин «лейттема»).
- 5 Часть движений из первой комбинации, часть из второй, третьей повторяются в новом сочетании друг с другом.
- 6 Комбинация повторяется вторым исполнителем (или группой) с одним или несколькими акцентированными движениями.
- 7 Комбинация повторяется несколько раз. С каждым повтором количество движений сокращается. Как правило, она используется в финале номера или акта.
- 8 Движение исполняется в унисон на определенном временном отрезке, в остальное время группа (или исполнитель) сохраняют статичное положение. Временные отрезки у каждого исполнителя (группы) разные. Например, первый вступает на первую долю первого такта, второй — на вторую долю второго такта и т. д.
- 9 Это когда вся группа исполняет хореографический текст синхронно и в одинаковом рисунке. Хореографическая фраза может усиливаться прибавлением исполнителей.

движениями;

- одновременный контрастный унисон;

- одновременный второстепенный и на переднем плане унисон (остинатный бас). (Означает, что одна часть группы или солист исполняют ведущую роль, в то время как группа (кордебалет) — исполняет роль фона, который поддерживает и оттеняет главную группу (солиста). Второстепенный хореографический текст может состоять из одного или нескольких движений, взятых из мотива солиста, в то время как главная группа (солист) исполняет весь мотив. Возможны временные изменения: фоновая группа исполняет движения медленно, в то время как главная группа (солист) — быстро).

3. Канон. Построение приемом канона означает, что несколько исполнителей, повторяющих одинаковую движущую фразу, вступают с некоторым опозданием по времени. Эта задержка может быть разной:

- последовательный канон;

- последовательный дополняющий канон (в классической хореографии — «вопрос - ответ», а в народной — «перепляс»);

- последовательный контрастный канон;

- последовательный второстепенный, или на переднем плане, канон (подголоски).

4. Вариативные приемы композиции: вариации исполняются за счет

10 Дополнительные движения вставляются в общий ритмический рисунок между основными долями такта, как правило, на «и».

11 Группа исполняет базовую комбинацию, но у некоторых исполнителей (или части группы) есть одно или несколько контрастных движений. Может применяться для того, чтобы выразить какой-либо конфликт внутри группы.

12 Группы или солисты выполняют одинаковую движенческую фразу с некоторой задержкой во времени. Как правило, каждое вступление следующего исполнителя происходит через равное количество долей (через 2, 4, 8 счетов). Однако возможно изменение временного интервала, например, одна группа вступает через 4 счета, а вторая — через 8. Возможно использование нечетных размеров.

13 Группы (или несколько солистов) исполняют одинаковую движенческую фразу по очереди, но есть одно (или несколько) контрастное движение, отличающее одну группу (солиста) от другой. В качестве контрастного движения возможно использование не только новых движений, но и приема «зеркало», смены направления, реверса в уже существующей комбинации.

14 Суть этого приема в том, что хореограф использует движение на заднем плане как фон. Движения при использовании такого приема разделяются на аккомпанирующие и солирующие. Например, солист исполняет мотив, а кордебалет повторяет одно и то же движение или несколько движений из этого мотива. Здесь возможно использование приемов «эхо», «резюме», «обзор», «точка-точка». То есть движенческая фраза на заднем плане исполняется с остановками, ритмическими задержками, в то время как на переднем плане основная группа или солист исполняет всю фразу целиком.

изменения:

- самого движения (изменение формы),
- пространства,- временных характеристик (темпа, ритма, пауз, фазирования).

### Полифонические приемы

В музыке это одновременное звучание нескольких тем (голосов). Принцип пластического многоголосия предполагает одновременное исполнение самостоятельных пластических мотивов разными группами исполнителей:

- секвенция («волна»);



- прием подголосочной полифонии, при котором одновременно с основной комбинацией (лейттемой), исполняемой одной группой (или солистом), другая группа (или кордебалет) исполняют подголоски, то есть более простые, аккомпанирующие комбинации;
- прием гомофонного развития — соединения партий солистов и кордебалета на одну музыкальную тему (мелодию);
  - «увеличение-уменьшение» («сужение-расширение»);
  - ракохотное развитие;
  - fuga — одновременное исполнение двух различных мотивов двумя солистами или двумя группами в соответствии с музыкальными темами;
  - форма сонатного аллегро.

Необходимо отметить, что в современной хореографии полифонические приемы встречаются достаточно часто (вспомним творчество Каннингема), однако использовать хореографу эти приемы нужно достаточно осторожно.

Одновременное исполнение различного хореографического текста несколькими группами исполнителей должно объединяться либо одним движением,

15 То есть исполнение мотива по фазам с остановками.

16 Используется для коротких хореографических фраз и движений (на долю такта). Это последовательный, друг за другом, повтор без пауз множеством исполнителей (групп) коротких хореографических фраз и движений (на 1/16, 1/8, У4).

17 Отличается от последовательного второстепенного канона тем, что движения не заимствуются из мотива солиста или группы, которая исполняет свой мотив.

18 Исполнение комбинации у каждой группы ускоряется или замедляется по длительности.

19 Одинаковая движенческая фраза исполняется тремя и более исполнителями (группами) по очереди, но каждый исполнитель может начать комбинацию с любой части или в обратном порядке.

20 Самая сложная хореографическая форма, когда существуют три темы: главная, второстепенная и связующая, которые накладываются друг на друга.

которое присутствует у всех групп исполнителей, либо единым ритмическим рисунком, либо единым центром передвижения. Длительное использование полифонии приводит очень часто к наложению хореографического текста, и зритель просто не в состоянии уследить за одновременным исполнением разного лексического материала.

9-й этап. Работа с музыкальным материалом. Этот этап существует только в том случае, если хореограф использует музыку в качестве аккомпанемента. Этот этап несколько отличается от четвертого и пятого, поскольку, помимо темпа и ритма, хореограф должен проанализировать музыкальный материал с точки зрения фактуры (гомофонное или полифоническое произведение), структуры (количество частей, мелодия и аккомпанемент, музыкальные темы), динамических оттенков; инструментовки и т. д.

10-й этап. Образ, драматургия, актерская выразительность. В традиционном балетном театре вопрос создания образа достаточно разработан. Современный танец, особенно постмодернистский, отказывается от создания хореографического образа. Поэтому решать, будет ли образ в произведении и какой, — прерогатива хореографа. В предлагаемой авторской модели постановочная работа целиком и полностью связана только с композицией и презентацией лексического материала. Иногда в процессе работы над лексикой образ рождается спонтанно, и тогда хореограф может как-то развить его.

Можно использовать вышеописанный алгоритм и для хореографического анализа, где начальная комбинация создается хореографом под влиянием какого-либо стимула с помощью импровизации, спонтанно. Затем, следуя описанным этапам, хореограф начинает улучшать и варьировать исходный материал.

**Приложение :**

**СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ**

A la SECONDE [а ля згонд] – положение, при котором исполнитель располагается en face,

а «рабочая» нога открыта в сторону на 90 .

ARCH [атч] – арка, прогиб торса назад.

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

ARABESQUE [арабеск] – поза классического танца, при которой нога отводится назад

«носком в пол» или на 90 , положение торса, рук и головы зависят от формы арабеска.

BATTEMENT DEVELOPPE [батман девлоппе] – вынимание через passe ноги вперед, назад

или в сторону на 90 .

BATTEMENT FONDU [батман фондю] – движение, состоящее из одновременного сгибания

ног, в конце которого «рабочая» нога приходит в положение sur le cou-de pied спереди или

сзади опорной ноги, а затем следует одновременное вытягивание коленей и «рабочая» нога

открывается вперед, в сторону или назад. В модерн-джаз танце используется форма fondu из

урока народно сценического танца.

BATTEMENT FRAPPE [батман фраппе] – движение, состоящее из быстрого, энергичного

сгибания и разгибания ноги, стопа приводится в положение sur le cou-de-pied в момент

сгибания и открывается носком в пол или на высоту 45 в момент разгибания вперед, в

сторону или назад.

BATTEMENT RELEVE LENT (батман релеве лян] – плавный подъем ноги через скольжение

по полу на 90 вперед, в сторону или назад.

BATTEMENT TENDU (батман тандю] – движение ноги, которая скользящим движением

отводится на носок вперед, назад или в сторону В модерн-джаз танце исполняется так же по

параллельным позициям.

BATTEMENT TENDU JETE [батмантандюжете] – отличается от battement tendu

активным выбрасыванием ноги в воздух на высоту.

BATTU [баттю] – в данном случае используется для обозначения заноски, т.е. резких

коротких ударов ног по 5 аут-поз. спереди и сзади во время прыжка или в положении «лежа

на спине».

BODY ROLL [боди ролл] – группа наклонов торса, связанная с поочередным перемещением

центра корпуса в боковой или фронтальной плоскости (синоним «волна»).

BOUNCE [баунс]

– трамплинное покачивание вверх вниз, в основном происходит либо за счет сгибания и

разгибания коленей, либо пульсирующими наклонами торса.

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

или при закрытии в позицию.

CATCH STEP [кэтч стэп ] – шаг на месте, связанный с переносом тяжести корпуса с одной

ноги на другую, колени при этом движении поочередно сгибаются и вытягиваются.

CONTRACTION [контракшн] – сжатие, уменьшение объема корпуса, начинается в центре

таза, постепенно захватывая весь позвоночник, исполняется на выдохе.

CORKSCREW TURN (корскру повороты) – «штопорные» повороты, при которых

исполнитель повышает или понижает уровень вращения.

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

другого движения.

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

сторону.

DEEP BODY BEND [диип боди бэнд] – наклон вперед торсом ниже 90 сохраняя прямую

линию торса и рук.

DEEP CONTRACTION [диип контракшн] – сильное сжатие в центр тела, в котором

участвуют все сочленения, т.е. в это движение включаются руки, ноги и голова.

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

(вправо, влево) и по четвертой позиции ног (вперед, назад), может исполняться как с *demi*

*plie*, так и на вытянутых ногах.

DEMI-PLIE [деми-плие] – полуприседание, при котором пятки не отрываются от пола.

DEVELOPPE [девлорпе] – разновидность *battements*, работающая нога из пятой позиции,

сгибаясь, скользит носком по опорной ноге, поднимается до колена и вытягивается вперед, в

сторону или назад.

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

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

**EN DEDAN** [ан дедан] – направление движения или поворота к себе, вовнутрь.

**EN DEHOR** [ан деор] – направление движения или поворота от себя или наружу.

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

без изгиба торса.

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

**FLEX** [флекс] – сокращенная стопа или кисть.

**FLIK** [флик] – мазок стопой по полу к себе или от себя. **FROG-POSITION** [фрог-позишн] –

позиция сидя, при которой согнутые в коленях ноги касаются друг друга стопами, колени

должны быть максимально раскрыты в стороны. **GLISSADE** [глиссад] – партерный

скользящий прыжок без отрыва от пола из пятой позиции в пятую позицию с продвижением

вправо-влево или вперед-назад.

**GRAND BATTEMENT** [гран батман] – бросок ноги на 90° и выше вперед, назад или в

сторону.

**GRAND PLIE** [гран плие] – полное приседание.

**HIGH RELEASE** [хай релиз] – высокое расширение, движение, состоящее из раскрытия

грудной клетки с небольшим перегибом назад. HIP LIFT [хип лифт] – подъем бедра вверх.

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

JACK KNIFE [джэк найф] – положение корпуса, при котором торс наклоняется вперед,

спина прямая, опора на руки, колени вытянуты, ноги во второй параллельной позиции, пятки

не отрываются от пола.

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

стороны.

JELLY ROLL [джелли ролл] – движение пелвисом, состоящее из мелкого сокращения мышц

с одновременным небольшим поворотом пелвиса вправо-влево (синоним – шейк пелвиса).

JERK-POSITION [джек-позишн] – позиция рук, при которой локти сгибаются и немного

отводятся назад на уровень грудной клетки, предплечья располагаются параллельно полу.

JUMP [джамп] – прыжок на двух ногах.

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

developpe.

LAY OUT [лэй аут] – положение, при котором нога, открытая на 90 в сторону или назад, и

торс. Составляют одну прямую линию.

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

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



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

PAS CHASSE [шассе] – вспомогательный прыжок с продвижением во всех направлениях,

при исполнении которого одна нога «догоняет» другую в высшей точке прыжка.

PAS DE BOURREE [па-де-бурре] – танцевальный вспомогательный шаг, состоящий из

чередования pas tombe и pas coupe. Синоним step pas de bourree. В модерн-джаз танце во

время pas de bourree положение sur le cou-de-pied не фиксируется.

PASSE [пассе] – проходящее движение, которое является связующим при переводе ноги

из одного положения в другое, может исполняться по первой позиции на полу (passe par

terre) либо на 45 или 90 .

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

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

POINT [пойнт] – вытянутое положение стопы.

PRANCE [прайс] – движение для развития подвижности стопы, состоящее из быстрой

смены положения « на полупальцах» и point.

PRESS-POSITION [пресс-позишн] – позиция рук, при которой согнутые в локтях руки

ладонями касаются бедер спереди или сбоку.

RELEASE [релиз] – расширение объема тела, которое происходит на вдохе.

RELEVE [релеве] – подъем на полупальцы.

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

ROLL UP [ролл ап] – обратное движение, связанное с постепенным раскручиванием и

выпрямлением торса в исходную позицию.

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

пальцами ноги пола.

SAUTE [соте] – прыжок классического танца с двух ног на две ноги (синоним temps leve).

SHIMMI [шимми] – спиральное, закручивающееся движение телом висом вправо и влево.

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

SIDE STRETCH [сайд стрэтч] – боковое растяжение торса, наклон торса вправо или влево.

SOUTENU EN TOURNANT [сутеню ан турнан] – поворот на двух ногах, начинающийся с

вытягивания «рабочей» ноги в пятую позицию.

STEP BALL CHANGE [стэп болл чендж] – связующий шаг, состоящий из шага в сторону

или вперед и двух переступаний на полупальцах (синоним step.pa-de-burree.).

SUNDARI [зундари] – движение головой, заключающееся в смещении шейных позвонков

вправо-влево и вперед назад.

SUR LE COU-DE-PIED [сюр ле ку-де-пье] – положение вытянутой ступни работающей

ноги на щиколотке опорной ноги спереди или сзади.

СВИНГОВОЕ РАСКАЧИВАНИЕ – раскачивание любой частью тела (рукой, ногой,

головой, торсом) в особом джазовом ритме.

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

назад.

TILT [тилт] – угол, поза, при которой торс отклоняется в сторону или вперед от

вертикального положения, «рабочая» нога может быть открыта в противоположном

направлении на 90 и выше.

ТОМБЕ [томбе] – падение, перенос тяжести корпуса на открытую ногу вперед, в сторону

или назад на demi-plie.

TOUR CHAINES [тур шене] – туры, исполняемые на двух ногах по диагонали или по

кругу на высоких полупальцах, в модерн-джаз танце могут исполняться на полной стопе и

в demi-plie.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 479392069178180993905932985988858338549683813664

Владелец Дмитриев Максим Вячеславович

Действителен с 30.03.2023 по 29.03.2024