

Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования города Иркутска
«Детско-юношеский центр «Илья Муромец»

«Рассмотрено»:
Методическим советом
Протокол № 1

от «08» сентября 2020 г.

«Утверждаю»:

Директор МБУ ДО г.Иркутска
ЦЮЦ «Илья Муромец»



Е.В.Кузнецова

«08» сентября 2020 г.

**Дополнительная общеразвивающая программа
«Третья ступенька к успеху»**

Направленность: художественная
Возраст обучающихся: 10-13 лет
Срок реализации: 1 год

Составитель: Распутина Яна Викторовна,
педагог дополнительного образования

Иркутск, 2020-2021

Содержание

1.	Титульный лист	1
2.	Содержание	2
3.	Пояснительная записка	3
4.	Учебно-тематический план	4
5.	Содержание программы	5
6.	Календарно-тематический план	6-7-8
7.	Методическое обеспечение программы	9
8.	Список использованной литературы	10
9.	Список литературы для обучающихся	10
10.	Список литературы для педагога	10
11.	Электронные образовательные и информационные ресурсы	11
12.	Приложения	11-18
12.1.	Приложение 1. Методика отслеживания ожидаемых результатов.	13 -14
12.2.	Приложение 2. Индивидуальная карта освоения образовательной программы. Приложение 3	14
13.	Словарь терминов	15-18

Пояснительная записка

Современная хореография играет немаловажную роль в воспитании детей и молодежи, т.к. сочетает в себе средства музыкального, пластического, спортивно-физического, этического и художественно-эстетического развития и образования.

Любая хореография связана с определенной тренировкой тела. Поэтому обучение предполагает специальные тренировочные упражнения, которые дают значительную спортивно-физическую нагрузку.

Особенностью хореографии, современной в частности, является гармоническое развитие всего организма. Вырабатываются навыки в сознательном управлении мышцами тела, устраняются зажимы, развивается музыкальный слух, что дает возможность подчинять свое тело определенному музыкальному ритму.

Систематические занятия развивают пластику тела, способствуют устранению ряда физических недостатков, вырабатывают правильную и красивую осанку, придают внешнему облику человека собранность, элегантность, что является важным для ребенка. Хореография учит логическому, целесообразно организованному и грациозному движению, умению выражать чувства и эмоции с помощью тела.

Формы и режим занятий.

Учебные группы состоят из 15 и 20 человек, занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа. Всего 144 часа в год. Продолжительность занятия – 45 минут. Предусматривается форма организации занятий – групповая.

Актуальность программы.

Сочетание эстрадно-хореографического материала с аэробными и трюковыми моментами в сочетании с импровизацией и широким спектром возможностей современных направлений хореографии дают данной программе « Ступеньки к успеху» - «Третья ступень» новые и перспективные возможности работы с детьми, и работе хореографическим репертуаром и его новизной и зрелищностью.

Практическая значимость.

С помощью акробатических и трюковых моментов в использовании в хореографических постановках у учащихся 10-13 лет дает мощный эффект побед, и желания сделать еще интересней, зрелищней, дает толчок к новому поиску творческих идей в этюдной и импровизационной работе детей и педагога.

Новизна.

Сочетание в хореографии этих новых и сложных компонентов (акробатики, импровизации и современно – эстрадного танца) в комплексе дает хореографии новую и эффективную возможность ее развития, сочетание традиций и новых технологий, новых возможностей экспериментальной хореографии.

Цель: Создание условий для художественно-эстетического воспитания и развития гармоничной личности средствами современной хореографии

Задачи:

Обучающие:

- познакомить учащихся с основами современного танца;
- познакомить с различными направлениями современной хореографии;
- научить использованию профессиональной терминологии по всем направлениям, указанным в тематическом плане;
- научить разбираться в музыкальных ритмах хореографии;
- обучить основам современного танца.

Воспитательные:

- воспитывать у детей устойчивый интерес к занятиям физической культурой, физическому развитию и самосовершенствованию;
- формировать привычку к здоровому образу жизни;
- воспитывать нравственные качества по отношению к окружающим – доброжелательность, отзывчивость, чувство товарищества;
- воспитывать волевые качества характера – настойчивость, терпение, стремление к успеху, самодисциплину;
- побуждать детей к проявлению самостоятельности, творчества, инициативы, активности;
- воспитывать у учащихся художественно-эстетический вкус;

Развивающие:

- способствовать развитию таких общих физических данных, как координация, гибкость, упругость, равновесие, выносливость, сила и ловкость, быстрота реакции;
- развивать чувство ритма, умение слышать музыку, чувствовать темп и ритм, двигаться в такт с музыкой;
- развивать специфические навыки сценического движения, работать в группе;
- способствовать развитию артистизма и эмоционального восприятия в танце;

Направленность программы – художественная, по времени реализации - одногодичной.

Отличительные особенности программы.

Программа составлена для школьников (10-13 лет), в результате освоения которой учащиеся получают знания и умения о выполнении танцевально акробатических элементов в современной и эстрадной хореографии.

Сроки реализации образовательной программы рассчитан на 1 год обучения, который является вводным и направлен на первичное знакомство с эстрадной и современной хореографией.

Формы и режим занятий.

Учебные группы состоит из 15 - 20 человек, занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа, 144 часа в год. Продолжительность занятия – 45 минут. Предусматривается форма организации занятий - групповая.

Ожидаемые результаты.

После первого года обучения:

Учащиеся должны знать:

- постановку рук, ног в современной и эстрадной хореографии;
- движения и позиции в современно-эстрадном танце;
- основные современные направления и их базу ;
- определять характер и музыку в танце;

Учащиеся должны уметь:

- определять размер музыкального такта;
- работать в танцевальной группе;
- выполнять танцевально-акробатические элементы;
- ориентироваться в зале и на танцевальной площадке;
- исполнять современную хореографию;
- исполнять эстрадную хореографию.

Способы определения результативности ожидаемых результатов.

Применяются следующие формы оценки результативности: промежуточный контроль – 2 раза в год (декабрь, май), что является важнейшим звеном учебной деятельности учета, проверки знаний, умений, навыков обучающихся.

Применяются следующие формы оценки результативности: промежуточный контроль – 2 раза в год (декабрь, май).

Текущий контроль: наблюдение за деятельностью обучающихся на каждом уроке.

Сравнение и анализ первичного контроля и полученных знаний за анализируемый период.

Формы подведения итогов и результатом реализации программы являются:

Открытый урок (декабрь, май), на котором отслеживание результата.

Учебно-тематический план

10-13 лет, 1-й год обучения

Раздел, тема	Количество часов		
	Всего	Теория	Практика
Вводное занятие	2	1	1
Техника упражнений	13	10	13
Народный стилизованный танец	30	6	24
Партерная гимнастика -	12	1	12
Композиционно – постановочная работа	32	1	28
Импровизация с современной лексикой	26	1	26
Практические занятия.	4		4
Промежуточный контроль (итоговые занятия)	4	-	4
Итого:	144	10	134

Содержание программы

Школьный возраст 10-13 лет, 1-ый год обучения

Количество часов (теория + практика).

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1.	Вводное занятие, инструктаж, пластика, народный танец, импровизация	2	20	23
2.	Техника упражнений (темп, ритм, координация, прыжки, партер, работа в паре, слайды). Партнеринг	2	36	38
3.	Стилизованный народный танец	2	11	13
6.	Современный (эстрадный танец)	4	56	62
8.	Репетиционно - постановочная работа и (Обобщающий этап)3	0	10	10

Итого: 144 (10+134)

Календарно-тематический план

10-13 лет, 1-ый год обучения.

№ занятия	Сроки	Тема занятий	Количество часов		
			Всего	Тео-рия	Прак-тика
1,2		Техника безопасности поведения на занятиях. Выполнение упражнений в разном ритме	2	1	1
3,4		Техника выполнения упражнений в медленном, умеренном, быстром темпе.	2	0	2
5, 6		Техника выполнения упражнений на координацию. Упражнения на координацию в умеренном и быстром темпе.	2	0	2
7, 8,		Танцевальные комбинации на темпоритм	2	0	2
9, 10		Танцевальные комбинации на координацию	2	0	2
11,12, 13,14		Упражнения «драйв». Прыжки в комбинации с поворотами.	4	0	2
15,16, 17,18		Техника выполнения упражнений на полу (перевороты, махи, упражнения для спины и корпуса) в среднем темпе. Выполнение упражнений в партере	4	0	2
19,20		Тех-ка выпол-ния акробатических элементов. Акробатических упражнения в парах. Повороты на полу, различные поддержки по принципу от части к целому.	2	0	4
21,22		Перевороты и поддержки в партере	2	0	4
23,24		Народные танцы особенности хореографии.	2	1	4
25,26		Освоение основных танцевальных элементов русско-народного танца.	2	1	4
27,28		Основные термины в народном танце. Техника освоения галоп, приставной шаг, веревочка, шаг с каблука	2	1	4
29,30		Техника постановки ног, рук и корпуса. Освоения упражнений на постановку рук, ног и корпуса в русском народном танце.	2	1	4
31,32, 33,34		Соединение элементов народного танца комбинации. Контрольное занятие на освоение отработанного материала	4	0	2

35,36, 37,38		Стилизация народного танца в современной хореографии	4	1	2
39,40, 41,42		Стилизованные движения. Стилизованный костюм	4	1	2
43,44, 45,46		Стилизованные танцевальные комбинации	4	0	2
47,48		Подготовка тела к партерной гимнастике	2	0	4
49,50		Партерная гимнастика	2	0	4
51,52, 53,54		Техника исполнения plie в модерне Выполнение упражнений plie	4	0	4
55,56, 57,58		Plie в танцевальных комбинациях	4	0	4
59,60, 61,62		Техника безопасности в подержках. Выполнение упражнений с подстраховкой партнера.	4	0	4
63,64, 65,66		Усложненные поддержки партнеринга комбинациях по диагонали. Закидывания партнера на спину, перебросы с партнером из plie, поддержка через плечо с руками	4	0	4
67,68, 69,70		Дуэтное или групповое исполнение в технике партнеринга	4	0	4
71,72		Техника выполнения слайдов на полу Слайды по диагонали	2	0	2
73,74		Техника выполнения слайдов вертикаль	2	0	2
75,76, 77,78		Слайды в танцевальных комбинациях	4	0	4
79,80		Техника выполнение упражнений в парах. Выполнение танцевальных комбинаций в парах в продвижении и в групповых рисунках.	2	0	2
81,82		Закрепление парных и групповых рисунков	2	0	2
83,84		Направления и виды современных танцев.	2	1	2
85,86		Направления и виды современных танцев.	2	0	2
87,88		Освоение базовых упражнений (латино Американские танцы, бродвейский джаз, стэп, хип -хоп).	2	1	1
89,90		Бродвейский джаз	2	0	2

91,92		Степ и чечётка	2	0	2
93,94		Латиноамериканская программа	2	0	2
95,96		Танцевальные комбинации – « Латина»	2	0	2
97,98, 99,100		Направления и виды современных танцев. Освоение базовых упражнений (Модэрн , джаз, джаз-модерн,хип-хоп).	4	1	2
101,102, 103,104		Модэрн, джаз - модерн	4	0	2
105,106, 107,108		Разновидности хип - хопа	4	0	2
109,110, 111,112		Техника выполнения базовых элементов Хип - хопа. Выполнения основных танцевальных элементов хип хопа в комбинации.	4	0	4
113,114, 115,116		Выполнения основных танцевальных элементов хип хопа в комбинации.	4	0	4
117,118, 119,120		Контрольное занятие на знание отработанного материала.	4	0	4
121,122, 123,124		Выполнение упражнений в пространстве. Групповые перемещения в пространстве	4	0	2
125,126, 127,128		Выполнение упражнений в пространстве. Групповые перемещения в пространстве в быстром темпе	4	0	2
129,130, 131, 132		Техника выполнения базовых элементов в стэпе. Выполнение танцевальных элементов стэпа в комбинации.	4	0	2
133,134,		Техника выполнения базовых элементов в стэпе. Выполнение танцевальных элементов стэпа в комбинации.	2	0	2
135,136, 137,138,		Проработка учебного материала, подготовка к контрольному занятию.	4	0	2
139,140		Проработка учебного материала, подготовка к контрольному занятию	4	-	4
141,142		Промежуточная аттестация - открытое занятие.	2	-	2
143,144		Промежуточная аттестация - открытое занятие.	2	-	2
Итого:			144	10	134

Методическое обеспечение программы

Оборудование хореографического зала:

- 1 Танцевальный класс
- 2 Зеркала

Техническое оснащение:

- 3 Музыкальная аппаратура

Реквизит для учебных занятий

- 5 Концертные костюмы
- 6 Концертные атрибуты
- 7 Гимнастические коврики (карматы),
- 8 резинки для растяжки.

Музыкальное обеспечение:

- 9 Музыкальная фонотека
- 10 Методическая литература, дидактический материал

Формы и методы.

В работе с детьми используются: беседы, оживляющие интерес и активизирующие внимание, демонстрация наглядных пособий, позволяющая конкретизировать учебный материал, участие в конкурсах. Организация показательных выступлений. Программой предусматриваются следующие виды занятий:

-составление номера с дополнением акробатическими элементами.

На занятиях используются такие формы работы, как: конкурсы, игры, вызывающие творческую активность детей, их интерес к занятиям искусством. Содержание занятий учитывает интересы детей, их возрастные особенности и соответствуют принципам дидактики.

Занятия состоят из нескольких этапов:

- повторение – проверка полученных знаний;
- повторение пройденных знаний; объяснение материала, показ наглядного материала (репродукции, учебные таблицы, детские работы и т.д.);
- закрепление знаний – подведение итогов, показ работ.

Список использованной литературы

1. Ивлева Л.Д. Руководство воспитательным процессом в самодеятельном хореографическом коллективе. Учебное пособие. - Челябинск. - 2009.
2. Келдыш Ю.В. «Музыкальная энциклопедия». -М.: Советская энциклопедия, .
3. Лабунская В.А., Шкурко Т.А. Развитие личности методом танцевально экспрессивного тренинга // Психологический журнал. 1999. Т.20. №1. С.31-38.
4. Менегетти А. Музыка души. Введение в музыкотерапию. - СПб.: Европа, 2011 - 432с.
5. Мессерер А.М. «Танец. Мысль. Время.», М., 2010.
6. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. - М., - Академия. - 2010.
7. Никитина В.Ю. Лекции по методике преподавания современных направлений доктора педагогических наук, кандидата искусствоведения
8. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. «Учите детей танцевать». М.: 2003
9. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика». - М.: Линка – Пресс, 2016.
10. Слонимский Ю. «В честь танца», М., 2010.
11. Рунин Б. М. "О психологии импровизации", М., 2011.
12. Рунин Б. М "Танцевальный кландайк" (12). Декабрь. М., 2014.
13. Рунин Б. М "Современные и эстрадные танцы"(5). Май. М., 2012

Список рекомендуемой литературы для обучающихся

1. Пасюковская В. «Волшебный мир танца». - М.: Просвещение.2003
2. Уральская В.И. Рождение танца. – М.: Советская Россия, 1982.
3. Уроки танцев: лучшая методика обучения танцам / Джим Холл [пер. с англ. Т. В. Сидориной]. – М.: АСТ : Астрель, 2009.
4. Федорова Л. Африканский танец. Обычай, ритуалы, традиции. – М.: Наука, 1987.
5. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Сафидансе. Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб.: Детство-пресс, 2001.
6. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Фитнес-данс. – СПб.: Союз, 2007.
7. Шереметьевская Н. Прогулка в ритмах степа. – М.: Один из лучших, 2010.
8. Шкурко Т.А. Танцевально-экспрессивный тренинг. – СПб: Речь, 2003.

Список рекомендуемой литературы для педагога

1. Азбука хореографии - Барышникова Т.(г. Москва 1999год).
2. Барышникова Т. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. – М.: Айрис, 2001.
3. Баскаков В. Свободное тело. – М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2001.
4. Борисов-Дрондин А.И. Коррекционная гимнастика для учащихся хореографических школ. – Самара: НТЦ, 2003.
5. Васенина Е. Российский современный танец. Диалоги. – М.: Emergency Exit., 2005.
6. Володина О.В. Самоучитель клубных танцев. – Ростов на Дону: Феникс, 2005.
7. Выготский Л.С. Психология искусства / Анализ эстетической реакции. – М.: Лабиринт, 1997.
8. Выготский Л. Педагогическая психология. – М.: АСТ, Астрель, ЛЮКС, 2005.
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 специалистов хореографов / 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.

Электронные образовательные и информационные ресурсы

1. Noreograf.com — все для хореографов. Dance.ru — все о танцах.
2. Танцафиша — 2. новости, статьи и много интересного из мира танцев и хореографии.
3. Конгресс «Новое поколение» — лекции и семинары по латиноамериканской программе танцев.
4. Dance Film App — мобильное приложение для танцоров.
5. Копилка хореографа - устова движения. Уроки мастера. Москва, ЭКСМО, 2013. 148с.
6. <https://kopilkaurokov.ru>
7. <https://vk.com/dancerussia>
8. <https://vk.com/dancederevnya>
- 9.. Электронный ресурс.-
<http://girshon.ru/> Гиршон А. Е. Импровизация и хореография

Приложения к программе

1. Диагностика
2. Индивидуальная карта ребенка – «Диагностика» освоения образовательной программы
3. Тесты (задания).

Приложение 1. Диагностика

первого года обучения по программе «Ступеньки к успеху»

Цель: определение и оценка исходного уровня знаний обучающихся в области хореографии на начало и конца обучения, выявление степени развития кругозора детей и их творческих способностей.

Задачи:

- Побуждать обучающихся к активности.
- Формировать умение работать в группе самостоятельно.

Метод диагностики: наблюдение за детьми в процессе выполнения ими подобранных педагогом заданий.

Оборудование: аудио материал, аудиоаппаратура.

Форма оценки: оценка (5,4,3) и уровень (высокий, средний, низкий)

Структура занятия

1. Организационный момент.
2. Теоретическая часть (когда необходима по теме)
3. Практическая часть.
4. Заключительная часть.

Ход диагностики

1. В процессе тренировок, и на отчетных концертах и открытых уроках
2. Теоретическая часть: проводится викторина с целью выявления знаний в области хореографии

Тесты для детей

Карта диагностики детей

№	И.Ф. ребенка	1 задание		2 задание	Открытый урок	Отчетный концерт
		5 бал	4 бал		3 бал	5 бал
1	Распутина София					
2						
3						
4						
5						
6						
7						

Приложение 3. Оценка задания

Высокий уровень 5 баллов	Средний уровень 4 балла	Низкий уровень 3 балла
Знает терминологию	Допускает ошибки в названиях упражнений	Затрудняется ответить

Вопросы:

1 Принято считать, что начало современной хореографии положил в конце XIX века теоретик сценического искусства Франсуа Дельсарт. Именно он создал концепцию нового танца, разработал целую систему движений танцоров. В чем была суть его системы?

- Все дело в выразительности человеческого тела
- Все дело в запутанности. Чем сложнее — тем лучше
- Все дело в жесте, свободном от условностей

2 В России современная хореография долгое время в силу исторических причин не развивалась. Однако одна из звезд балета в свое время смогла добиться того, что в Большом театре появился спектакль, в котором танцовщица встала не на пуанты, а на полную стопу. Какой балерине это удалось?

- Галина Уланова и балет "Ромео и Джульетта"
- Майя Плисецкая и балет "Кармен-Сюита"
- Диана Вишнёва и балет "Грани"

3 В начале XX века основы современной хореографии в дореволюционной России пропагандировала американская танцовщица Айседора Дункан. Она говорила, что "свобода тела и духа рождает творческую мысль". Ее методику называли "танцем босоножек". Почему?

- Отец Айседоры — богатый банкир, — потеряв состояние, сбежал еще до рождения дочери. Девочку из семьи, лишившейся денег, звали "босоножкой"
- Ученицы школы занимались без обуви
- Дункан бесплатно занималась с детьми из неимущих семей

4. Одним из создателей танца модерн считается американская хореограф Марта Грэм. До сих пор существует ее танцевальная труппа, а артисты занимаются по разработанной ей технике дыхания "сжатие-расслабление". Но Марта Грэм могла и не состояться как хореограф. Как вы думаете, почему?

- В детстве девочка много болела, и танцы были ей противопоказаны
- Ее идеи не встречали понимания у современников
- Она происходила из очень религиозной семьи, в которой танцы считались грехом

5 Современные балеты очень часто обходятся без конкретных сюжетов, без нарратива. Как вы думаете, почему?

- Все интересные сюжеты уже когда-то ставили
- В современном балете главное — выразить самого себя, поэтому сюжет и не нужен
- Современные хореографы понимают, что не смогут конкурировать с такими шедеврами, как "Лебединое озеро" или "Жизель". Поэтому ищут оригинальные пути развития

6. В середине XX века поклонники балета узнали о хореографе Мерсе Каннингеме, который был солистом труппы Марты Грэм, а потом начал строить сольную карьеру. Он был первым во многом. Как вы думаете, в чем именно из перечисленного ниже?

- Использовал компьютерные технологии
- Отказался от звучания живого оркестра — это пережитки прошлого
- Отказался в своих постановках от традиционных балетных пачек и костюмов

7 Прославленного хореографа, руководителя знаменитой труппы Гамбургского балета Джона Ноймайера давно привлекает Россия — он сотрудничает с Большим и Мариинским

театрами, труппой Музыкального театра имени Станиславского и Немировича-Данченко. Что так интересует Ноймайера в русской культуре?

- Русские березы
- Русские танцоры — наша школа балета известна во всем мире!
- История русского балета

8 Легендарная немка Пина Бауш, основательница собственной балетной труппы, была тесно связана с кинематографом. Кто из режиссеров снимал знаменитую танцовщицу и хореографа?

- Педро Альмодовар
- Лени Рифеншталь
- Альфред Хичкок

9 Знаменитый чешский хореограф Иржи Килиан известен своими философскими постановками. Говорят, что он больше исследует человеческую натуру, чем возможности тела. Как говорил о нем великий танцовщик Рудольф Нуреев: у Килиана...

- "Золотые уши"
- "Виртуозные ноги"
- "Светлая голова"

10 Современная хореография требует от танцовщиков иных навыков, чем классический балет. Однако из-за этого не становится менее привлекательным для самых разных танцоров. Кто из известных классических исполнителей активно экспериментировал в этом направлении?

- Михаил Барышников
- Владимир Васильев
- Вячеслав Самодуров

Ответы

1) Все дело в жесте, свободном от условностей

Совершенно верно! Дельсарт считал, что только жест, свободный от условности и стилизации, может правдиво передавать все нюансы человеческих чувств.

2) Майя Плисецкая и балет "Кармен-Сюита"

Совершенно верно. Именно для Плисецкой в 1967 году кубинский хореограф Альберто Алонсо поставил "Кармен-Сюиту" на музыку Бизе–Щедрина. Главной претензией министра культуры СССР Фурцевой, которая посмотрела постановку, было: "Слишком много эротики и сплошной формализм".

3) Ученицы школы занимались без обуви

4) Она происходила из очень религиозной семьи, в которой танцы считались грехом

5) В современном балете главное — выразить самого себя, поэтому сюжет и не нужен, Правильный ответ заключается в том, что современный танец — это свобода, отсутствие заранее заданных правил, возможность выразить себя. Именно поэтому хореографам не всегда нужны сюжеты.

6) Использовал компьютерные технологии

7) История русского балета. Именно эта тема многие годы интересует известного хореографа, особенно все, что связано с антрепризой Сергея Дягилева. Ноймайер — обладатель крупной коллекции, связанной с "Русскими балетами" и фигурой Вацлава Нижинского

8) Педро Альмодовар

9) "Золотые уши" Балеты Килиана известны своей потрясающей музыкальностью.

10) Михаил Барышников

СЛОВАРЬ ТЕРМИНОВ

- A la SECONDE [а ля згонд] – положение, при котором исполнитель располагается en face,
а «рабочая» нога открыта в сторону на 90°.
- ARCH [атч] – арка, прогиб торса назад.
- ATTITUDE [аттитюд] – положение ноги, оторванной от пола и немного согнутой в колене.
- ARABESQUE [арабеск] – поза классического танца, при которой нога отводится назад «носком в пол» или на 90°, положение торса, рук и головы зависят от формы арабеска.
- BATTEMENT DEVELOPPE [батман девлоппе] – вынимание через passe ноги вперед, назад или в сторону на 90°.
- BATTEMENT FONDU [батман фондю] – движение, состоящее из одновременного сгибания ног, в конце которого «рабочая» нога приходит в положение sur le cou-de-pied
спереди или сзади опорной ноги, а затем следует одновременное вытягивание коленей и
«рабочая» нога открывается вперед, в сторону или назад. В модерн-джаз танце используется форма fondu из урока народно-сценического танца.
- BATTEMENT FRAPPE [батман фραπε] – движение, состоящее из быстрого, энергичного
сгибания и разгибания ноги, стопа приводится в положение sur le cou-de-pied в момент
сгибания и открывается носком в пол или на высоту 45° 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 выполняется так же
по параллельным позициям.
- BATTEMENT TENDU JETE [батман тандю жете] – отличается от battement tendu активным выбрасыванием ноги в воздух на высоту.
- BATTU [баттю] – в данном случае используется для обозначения заноски, т.е. резких коротких ударов ног по 5 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, выполняется на выдохе.

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

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

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

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

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

41

DEGAGE [дегаже] – перенос тяжести корпуса с одной ноги на другую по второй позиции (вправо, влево) и по четвертой позиции ног (вперед, назад), может выполняться как с demi plie, так и на вытянутых ногах.

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

DEVELOPPE [деveloppe] – разновидность battements, работающая нога из пятой позиции, сгибаясь, скользит носком по опорной ноге, поднимается до колена и вытягивается вперед, в сторону или назад.

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

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

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

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

FLAT BACK [флэт бэк] – наклон торса вперед, в сторону (на 90°), 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.

42

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

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

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

POINT [пойнт] – вытянутое положение стопы.

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

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

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

RELEVÉ [релеве] – подъем на полупальцы.

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

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

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

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

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

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

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

SOUTENU EN TOURNANT [сутеню ан турнан] – поворот на двух ногах, начинающийся с вытягивания «рабочей» ноги в пятую позицию.

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

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

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

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

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