

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Карпенко Виктор Николаевич  
Должность: Заведующий кафедрой хореографии  
Дата подписания: 19.05.2026 10:08:48  
Уникальный программный ключ:  
556ac330a007d1546f3d1adac07c076912a3e476

Министерство культуры Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

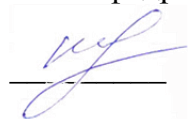
**«КРАСНОДАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ  
КУЛЬТУРЫ»**

Факультет народной культуры

Кафедра хореографии

УТВЕРЖДАЮ

зав. кафедрой хореографии



В.Н.Карпенко

19.05. 2026 г. Пр №10

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)  
Б1.О.16 Джазовый танец**

Направления подготовки (профиль): 51.03.02 Народная художественная культура (Руководство хореографическим любительским коллективом. (Современный танец))

Форма обучения – очная

**Краснодар  
2026**

Рабочая программа предназначена для преподавания дисциплины джазовый танец студентам очной формы обучения по направлению подготовки – Народная художественная культура.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 51.03.02 – Народная художественная культура, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 декабря 2017 г. приказ № 1178 основной образовательной программой.

**Рецензенты:**

Заслуженная артистка России,  
главный балетмейстер государственного  
концертного ансамбля танца и песни  
«Кубанская казачья Вольница»

И.Ю. Кубарь

Кандидат пед. наук,  
профессор В.Н. Карпенко

**Составитель:**

Профессор кафедры хореографии, Карпенко И.А.

Рабочая программа учебной дисциплины рассмотрена и утверждена на заседании кафедры хореографии «19» мая, 2026 г. протокол № 10.

Зав. кафедрой хореографии

В.Н. Карпенко

Рабочая программа учебной дисциплины одобрена и рекомендована к использованию в учебном процессе Учебно-методическим советом ФГБОУ ВО КГИК «29» мая, 2026 г. протокол № 10.

## Содержание

1. Цели и задачи освоения дисциплины	4
2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО	4
3. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций	5
4. Структура и содержание дисциплины:	5
4.1. Структура дисциплины	5
4.2. Тематический план освоения дисциплины по видам учебной деятельности и виды самостоятельной (внеаудиторной) работы	6
5. Образовательные технологии	7
6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации:	7
6.1. Контроль освоения дисциплины	7
6.2. Фонд оценочных средств	8
7. Учебно-методическое и информационно обеспечение дисциплины (модуля)	10
7.1. Основная литература	10
7.2. Дополнительная литература	10
7.3. Периодические издания	11
7.4. Интернет-ресурсы	11
7.5. Методические указания и материалы по видам занятий	11
7.6. Программное обеспечение	15
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)	16
9. Дополнения и изменения к рабочей программе учебной дисциплины (модуля)	17

## **1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Изучение различных танцевальных техник современной хореографии. Овладение знаниями в области истории развития современной джазовой хореографии. Выявление методических законов и технических принципов танцевальной школы джаз танца. Дать краткий обзор, историческую справку, только основные вехи, о путях развития джазового танца за рубежом и, прежде всего, в США и Западной Европе, а также в России. Способствовать формированию профессиональных навыков, необходимых для дальнейшего технического развития и совершенствования, раскрытию индивидуальности и творческого потенциала хореографа, стилистической эрудированности.

### ***Цель дисциплины:***

- обучить будущих специалистов основам методики преподавания данной системы танцевального искусства. Воспитать новую генерацию творческих кадров в хореографическом искусстве – развить профессиональное художественное мышление, стилистическую эрудированность, воспитать культуру тела в движении через выразительные средства джазового танца. Способствовать формированию хореографического интеллекта, раскрытию индивидуальности и творческого потенциала хореографа.

### ***Задачи программы дисциплины:***

- Освоение программного материала;
- овладеть танцевальной техникой;
- сравнить технику и теорию тех школ данного направления современной хореографии, которые существуют в настоящее время;
- изучить законы построения и методику ведения урока, принципы построения композиции джаз танца;
- выработать необходимые для современного исполнителя и хореографа-балетмейстера качества: координацию, чувство ритма, свободу тела, ориентацию в сценическом пространстве;
- развить пластичность, музыкальность, выразительность движения;
- обучить будущих педагогов-хореографов основам методики преподавания данной системы танцевального искусства.

## **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО**

Дисциплина относится к обязательной части Блока 1 «Дисциплины (модули)».

Дисциплина «Джазовый танец» является сопутствующей и вспомогательной в освоении методики современной хореографии и ее композиции, занимает определенное место в учебно-воспитательном процессе и служит одним из аспектов целостного образования будущих специалистов. Этот предмет способствует дальнейшему воспитанию художественного вкуса, постижению образности и структурности взаимодействующих компонентов танца, восприятию джазового танца как неотъемлемой части современного хореографического искусства. Способствует интеграции изучения Блока 1 «Дисциплины (модули)». Находится в тесном взаимодействии с освоением следующих дисциплин: «Современный танец», «Клубный танец», «Танец модерн». Программа курса способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата. Даная система танца имеет свою лексику, свои специфические законы и принципы, свою стилистику и технику исполнения, имеет свое развитие, педагогические приемы и принципы преподавания. В программе дана обычно используемая в педагогической практике английская и французская терминология.

Программа курса дисциплины рассчитана на два учебных семестра, в которых предусмотрены: групповые занятия и самостоятельная работа студентов.

Теоретический курс знакомит студентов с историческими фактами развития джазового танца, методикой построения и проведения урока. Студенты изучают специфику и

принципы композиции и постановки джазового танца. В практическую часть программы входит изучение техники джазового танца, методика исполнения основных элементов и движений этого современного направления хореографического искусства.

### 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций

Перечень дисциплин	Индикаторы		
	знает	умеет	владеет
ОПК-1. Способен понимать специфику музыкально й формы и музыкально го языка в свете представлений об особенностях развития музыкально го искусства на определенном историческом этапе	-специфические особенности развития балетного искусства и его выразительных средств; -исторические этапы развития хореографического и музыкального искусства; -особенности формирования художественных стилей и творческих направлений в хореографическом искусстве; взаимодействие с музыкой хореографическое наследие хореографов и балетмейстеров прошлого и настоящего времени;	-связывать теоретические знания, полученные при изучении дисциплины с другими обще-гуманитарными курсами; различать основные вехи истории хореографического искусства в сочетании с музыкальным искусством анализировать творчество современных отечественных и зарубежных хореографов;	Опытом и теоретическими знаниями дисциплины историей развития западноевропейской и отечественной балетной культурой и музыки в целом опытом и знаниями и источниками информации о состоянии и развитии современного хореографического искусства, в сочетании с музыкальным искусством.

### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ ОБЪЕМ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 6 зачетных единиц (216 часа). Дисциплина реализуется в 1,2 семестрах. Форма промежуточной аттестации – экзамен в 2 семестре.

#### 4.1. Структура дисциплины По очной форме обучения

№ п/п	Раздел дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма

				Л	ПЗ	ИЗ	СР	промежуточной аттестации (по семестрам)
1	Раздел 1. Цель и задачи дисциплины «Джазовый танец». Основные технические принципы джазового танца.	1	1-18		64		8	Устный опрос, открытый урок.
2	Раздел 2. Джазовая композиция и функционализм джаз танца.	2	1-18		72		45	Устный опрос, открытый урок, экзамен.

#### 4.2. Тематический план освоения дисциплины по видам учебной деятельности и виды самостоятельной (внеаудиторной) работы

##### По очной форме обучения

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала (темы, перечень раскрываемых вопросов): лекции, практические занятия (семинары), индивидуальные занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа	Объем часов /з.е.	Формируемые компетенции (по теме)
1	2	3	4
<b>1 КУРС</b>			
<b>Раздел 1. Цель и задачи дисциплины «Джазовый танец». Основные технические принципы джазового танца.</b>			
<b>Тема 1. Джазовый танец. История развития. Основные понятия. Терминология.</b>  <b>Тема 2. Джаз-танец. Основные технические принципы движения.</b>	<u>Лекции:</u>		ПК-1
	<u>Практические занятия:</u> Освоение методики изучения технических принципов движения джазового танца. Разогрев. Изоляция и полицентрия. Полиритмия. Мультипликация. Координация. Импульс и управление. Шаги и вращения. Передвижение в пространстве. Кросс. Композиция.	64	
	<u>Самостоятельная работа</u>	8	

<b>Раздел 2. Джазовая композиция и функционализм джаз танца.</b>			
<b>Тема 3. Структура урока. Методика построения, разделы и их функциональные задачи. Музыкальное сопровождение.</b>  <b>Тема 4.Изучение эволюции джазового танца. (афро-джаз, классический джаз - «Бродвейский», фолк-джаз, стрит-джаз, блюз-джаз).</b>	<u>Лекции:</u>		ПК-1
	<u>Практические занятия:</u> Освоение методики построения урока джазового танца. Композиция.Работа над сочинением, постановкой и отработкой современной джазовой композиции. Работа над техникой исполнения движений джаз танца.	72	
	<u>Самостоятельная работа</u>	45	
<b>Вид итогового контроля - экзамен</b>		27	
<b>ВСЕГО:</b>		216	

## 5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Рекомендуемые образовательные технологии, используемые при реализации различных видов учебной работы данной дисциплины:

- объяснительно-иллюстративное обучение: беседы, самостоятельная работа студентов над учебным материалом;
- репродуктивное обучение (упражнение, практикумы, тренинговые навыки групповой работы, навыки презентаций);
- коммуникативные методы (дискуссия, диалог, полемика, метод презентации, метод публичных выступлений).

Предусмотрены встречи со специалистами в области джазового танца, проведение практических семинаров для руководителей любительских хореографических коллективов, мастер-классов. С целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся рекомендуется проводить внеаудиторную работу – посещение концертных программ профессиональных и любительских хореографических коллективов.

Методы и средства, направленные на теоретическую подготовку:

- самостоятельная работа;
- консультация.

Методы и средства, направленные на практическую подготовку:

- практическое занятие;
- разбор конкретных ситуаций;
- психологические и иные тренинги.

## 6 ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

### 6.1. Контроль освоения дисциплины

Контроль освоения дисциплины производится в соответствии с Положением о проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации студентов ФГБОУ ВО «Краснодарский государственный институт культуры». Программой дисциплины в целях проверки прочности усвоения материала предусматривается проведение различных форм контроля.

Текущий контроль успеваемости студентов по дисциплине производится в следующих формах:

- устный опрос;
- практический показ

Рубежный контроль предусматривает оценку знаний, умений и навыков студентов по пройденному материалу по данной дисциплине на основе текущих оценок, полученных ими на занятиях за все виды работ. В ходе рубежного контроля используются следующие методы оценки знаний:

- студентов устные ответы
- оценка выполнения самостоятельной работы
- письменные работы
- практические работы
- работа с первоисточниками
- исследовательская работа (выполнение заданий в форме реализации НИРС)

Промежуточный контроль по результатам семестра по дисциплине проходит в форме экзамена во 2 семестре.

## **6.2. Фонд оценочных средств**

### **6.2.1. Требования к практическим показам.**

- Правильно поставленный корпус, руки и голова при выполнении движений у станка и на середине зала.
- Развитие первоначальных навыков координации движений. Координация движений в простейшей форме при выполнении программного материала.
- Всестороннее исследование возможностей тела к движению.
- Осознание движения с точки зрения воображения, эмоций и предшествующего движенческого или иного интеллектуального опыта.
- Развитие восприятия движения, его творческого потенциала; интуитивное понимание внутренней сущности движения и выражение его через внешние, тесно связанные с окружающей средой проявления.
- Временные характеристики движения – скорость, ритм, продолжительность.
- Создание движенческих мотивов и фраз и умение соединять их.
- Методика исполнения упражнений и движений программного материала.
- Хорошая координация движений.
- Освоение разновидностей основных и усложнённых упражнений и движений у станка и на середине зала.
- Передача манеры и характера исполнения движений джазового танца.
- Самостоятельное сочинение студентам комбинаций у станка.
- Навыки импровизации и изобретательности.
- Основные и связующие движения.
- Логически выстроенные переходы.
- Сочинение на основе данного педагогом материала несложных комбинаций на середине зала.
- Чередование движений по трудности характера их исполнения.
- Развитие пространственного мышления, понятие развития движения в пространстве, симметрия и асимметрия, линии и формы и т.д.
- Внутреннее видение и его выражение через форму композиции.
- Создание стилового единства.
- Самостоятельная работа студентов над сочинением небольших этюдов.
- Уровень опыта и навыков в сочинении движений, комбинаций, связок и т.п. для хореографической постановки.

- Работа над координацией, пластичностью и танцевальностью.
- Сочинение студентами целого урока с учетом специфики джазового танца.
- Усложнение координации движений, развитие музыкальности.
- Выполнение движений в более быстром темпе.
- Усложнение ритмических рисунков.
- Сочинение комбинаций у станка и на середине зала без музыкального сопровождения или под сопровождение ударных инструментов.
- Добиваться достаточной свободы позвоночника (поза коллапса).
- Осознанно, точно и резко исполнять изолированные движения.
- Скоординировать движения двух или более центров импульсной техникой и принципом управления в различных ритмических рисунках.
- Продемонстрировать навыки исполнительской культуры джаз танца, сочиняя комбинации упражнений, простые танцевальные формы.
- Использовать полиритмию.
- Использовать все виды разогрева в комплексной форме.
- Соединять движения нескольких центров в различных ритмических рисунках и в различных пространственных направлениях.
- Самостоятельно сочинять комбинации упражнений, танцевальные комбинации с использованием всех выразительных средств современного танца.
- Самостоятельно выстроить урок.
- Грамотно подобрать музыкальный материал; координировать ритм движений с ритмом музыки.
- Точно распределить временные рамки каждого раздела урока.
- Самостоятельное сочинение студентами развернутых этюдов.
- Эмоциональная передача характера и манеры исполнения программного материала.

#### **6.2.2. Примеры тестовых заданий (ситуаций) – не предусмотрены.**

#### **6.2.3. Тематика эссе, рефератов, презентаций**

#### **6.2.4. Вопросы к зачету по дисциплине.**

#### **6.2.5. Вопросы к экзамену по дисциплине**

1. История развития джазового танца.
2. Основные технические принципы движения джазового танца.
3. Разогрев.
4. Изоляция.
5. Координация. Принципы координации.
6. Шаги и вращения.
7. Передвижение в пространстве.
8. Упражнения на середине зала.
9. Перемещение в пространстве: шаги, прыжки, вращения.
10. Комбинация или импровизация.
11. Формирование и развитие системы модерн-джаз танца.
12. Основные разделы урока и их задачи.
13. Методика построения и ведения урока джаз танца.
14. Составление учебных и танцевальных комбинаций.
15. Музыкальное сопровождение урока.
16. Место джазового танца в палитре многообразия форм и стилей современного танца.
17. Жанровое расширение в развитии направлений современного танца.
18. Развитие современного танца, система профессионального обучения в России.
19. Танец и спорт, естественные процессы интеграции и заимствования.

## 6.2.6. Примерная тематика курсовых работ не предусмотрена.

## 7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### 7.1. Рекомендуемая учебная литература (основная).

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. / Т. Барышникова. – М.: Айрис-Пресс, 2002. – 263 с.
2. Баташев А. Советский джаз. / А. Баташев. – М., Музыка, 1972.
3. Бекина С. И. Музыка и движение. / С.И. Бекина. – М., 1982.
4. Конен В. Рождение джаза. / В. Конен. – М.: Сов. Композитор, 1984.
5. Лисицкая Т.С. Ритм, пластика. / Т.С. Лисицкая – М.: Физкультура и спорт, 1986.
6. Лукьянова Л. Дыхание в хореографии: учебное пособие. / Л. Лукьянова. – М.: Искусство, 1979. – 184 с.
7. Назаров В. Биомеханическая стимуляция мышечной деятельности. / В. Назаров. // Советский балет. – 1985. – № 4. – С. 56.
8. Никитин В.Ю., Шварц И.К. Композиция и постановка современного танца: учебно-методическое пособие. / В.Ю. Никитин, И.К. Шварц. – М.: МГУКИ, 2007. – 164 с.
9. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. История. Методика. Практика: учебно-методическое пособие. / В.Ю. Никитин. – М.: ГИТИС, 2001. – 276 с.
10. Никитин В.Ю. Программа курса. / В.Ю. Никитин. – М.: ГИТИС, 2001. – 24 с.
11. Пиз А. Язык жестов. Перевод с английского. / А. Пиз. – Воронеж. – НПО «Модекс»: 1992. – 218 с.
12. Полятков С.С. Основы современного танца. / С.С. Полятков. – М.: Искусство, 2002.
13. Сидоров В. Современный танец. / В. Сидоров. – М.: Первина. 1992.
14. Цареградская Т. На танцплощадке три века назад. / Т. Цареградская. – М.: Знание. 1991.

### 7.2. Рекомендуемая литература (дополнительная).

1. Барышникова Т. Азбука хореографии: учебное издание. / Т. Барышникова. – М.: Рольф, 2001. – 272 с.
2. Бурцева Г.В. Принципы композиции современного танцевального жанра // Культурная традиция и современный танец в образовательном хореографическом пространстве сибирского региона: Сб. статей. – Барнаул: Изд-во АлГАКИ, 2006. – С. 121.
3. Королева Э.А. Ранние формы танца. / Э.А. Королева. – Кишинев: Изд. «Штиинца», 1977. – 204 с.
4. Кох И.Э. Основы сценического движения: учебное пособие. / И.Э. Кох. – Л.-М.: Искусство, 1962. – 110 с.
5. Лилов А. Природа художественного творчества. / А. Лилов. – М.: Искусство, 1981. – 497 с.
6. Мессерер А.М. Танец. Мысль. Время. / А.М. Мессерер. – М.: Искусство, 1990. – 175 с.
7. Молчанов Ю. Композиция сценического пространства. / Ю. Молчанов. – М.: Просвещение, 1981.
8. Музыка и хореография современного балета. // Сборник статей. – Л.: Музыка, 1974, 1976, 1982, 1987.

9. Нилов В.Н. Современный танец. Библиотечка «В помощь художественной самодеятельности». – Тула: ОНМЦ. 1973.
10. Смирнов И. Работа балетмейстера над хореографическим произведением. Учебное пособие. / И.В. Смирнов. – М.: ЗНУИ, 1979. – 71 с.
11. Фокин М.М. Против течения: воспоминания балетмейстера, сценарии и замыслы балетов, интервью, письма. / М.М. Фокин. – Л.: Искусство, 1981. – 510 с.
12. Энциклопедия «Балет». – М. Сов. Энциклопедия. 1981. – 623 с.

#### **Периодические издания**

1. Газета «Культура»
2. Газета «Экран и сцена»
3. Журнал «Academia: Танец. Музыка. Театр. Образование.»
4. Журнал «Балет»
5. Журнал «Вопросы культуры»
6. Журнал «Искусство»
7. Журнал «Культурная жизнь Юга России»
8. Журнал «Народное творчество: личность, искусство, время»
9. Журнал «Обсерватория культуры»
10. Журнал «Педагогика»
11. Журнал «Справочник руководителя учреждения культуры»
12. Журнал «Творчество народов мира»
13. Журнал «Традиционная культура»
14. Журнал «Человек»
15. Журнал «Этнографическое обозрение»
16. Журнал «Я вхожу в мир искусств»

#### **7.4. Интернет-ресурсы**

- MSWindows 10
- MSofficeprof 2007
- Astralinux 1.6
- P7-Офис
- Libreoffice
- KasperskyEnpondsecurity 11
- SkyDNS
- AdobePhotoshopCS3
- AdobeillustratorCS3
- AdobeindesignCS3
- AdobePhotoshopCS6
- AdobemastercollectionCS 6
- Adobecreativecloud

#### **7.5. Методические указания и материалы по видам занятий.**

##### **Содержание дисциплины**

Введение. Дисциплина «Джазовый танец». Содержание дисциплины. Освоение теории и методике преподавания джазового танца. Методики построения урока: занятия у станка, занятия на середине зала, работа над составлением танцевальных этюдов. Программа курса способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата. Даная система танца имеет свою лексику, свои специфические законы и принципы, свою

стилистику и технику исполнения, имеет свое развитие, педагогические приемы и принципы преподавания.

### **Практические занятия.**

#### **Джазовый танец (Jazz Dance).**

##### **1. РАЗОГРЕВ:**

- разогрев ног (стопа, колено, пах);
- разогрев позвоночника (наклоны, изгибы, твисты торса);
- расслабление позвоночника (свинговое раскачивание, drop);
- упражнения stretch (стретч) характера; раскачивание.

Использование в разогреве движений классического экзерсиса: demi и grand, plie releve, battement tendu, battement jete, rond de jampe par terre и др. Сочетание этих движений: выворотные и параллельные позиции ног. Способы соединения движений разогрева в единую комбинацию.

##### **2. ИЗОЛЯЦИЯ:**

1. Изоляция – основной прием техники джаз танца. Изолированные центры и ареалы центров (части центров).
2. Положение коллапса (свободного держания тела во время изоляции).
3. Изучение комбинаций различных движений одного изолированного центра.
4. Изолированные движения в различных ритмических рисунках.

##### **Голова:**

- наклоны вперед – назад;
- наклоны из стороны в сторону (ухом к плечу);
- повороты в правую и левую стороны;
- с остановкой в центре, затем без остановки;
- свинговое раскачивание;
- zundary (зундари) – смещение шейных позвонков вперед – назад, из стороны в сторону; руки над головой, согнуты в локтях, ладонь в ладонь;
- «крест» головой с возвратом в центр (вперед, в сторону, назад, в сторону);
- «квадрат» без возврата в центр;
- «круг» головой;
- круги головой в вертикальном и горизонтальном направлении;
- зундари – «крест»; вперед – центр – право – центр – назад – центр – влево – центр; «крест» начинать в правую и левую стороны;
- соединение зундари с другими движениями центров;
- покачивание из стороны в сторону (ухом к плечу) и повороты в правую и левую стороны на 1/8 и в различных ритмических рисунках;
- сочетание движений головой с другими центрами: пелвисом, руками, ногами, плечами.

##### **Плечи:**

- подъем и опускание одновременно двух плеч; с остановкой в центре и без остановки;
- оппозиционное движение плеч (одно вверх, другое вниз);
- параллельное одновременное движение двух плеч (вперед, центр, назад, центр);
- twist (твист) – изгиб плеч; одно плечо вперед, другое – назад; с акцентом вперед и назад; руки в V позиции;

- полукруги и круги вперед – назад;
- «крест» плечами вперед и назад, с возвратом в центр (вперед, вверх, назад, вниз);
- шейк плеч;
- круги вперед и назад;
- круги каждым плечом отдельно и по очереди;
- «восьмерка» плечами;
- twist (твист) на 1/8 в различных ритмических рисунках, например 1/4 + 1/4 + 1/8 + 1/8 + 1/8;
- комбинации нескольких движений;
- сочетание движений плеч с движениями других центров.

### **Грудная клетка:**

- смещение в правую и левую сторону, руки во второй позиции;
- frust (фраст) – резкие рывки из стороны в сторону и вперед-назад;
- подъем грудной клетки вверх и опускание вниз;
- вертикальный «крест»: вверх – в центр, в сторону – в центр, вниз – в центр, в другую сторону – в центр;
- горизонтальный «крест»: вперед – вправо, назад – влево;
- горизонтальный круг в правую и левую стороны в медленном темпе;
- frust (фраст) вперед-назад – рывки без остановки в центре.

### **Пелвис (бедра):**

- слитное движение пелвисом вперед – назад, из стороны в сторону;
- frust (фраст) – рывки – вперед – в центр, назад – в центр; также из стороны в сторону;
- «крест» пелвисом с возвратом в центр;
- «квадрат» пелвисом без возврата в центр; начало «квадрата» в правую и левую стороны;
- полукруги справа – налево через переднюю дугу; то же через заднюю дугу;
- shimmy (шимми) – резкие повороты пелвиса в правую и левую стороны; ноги во второй параллельной позиции;
- hip lift – подъем вверх одного бедра;
- круги в правую и левую стороны;
- различные ритмические рисунки при движении вперед-назад и из стороны в сторону;
- синкопированные движения пелвисом;
- latin hip (латин хип) – полукруги и круги одним бедром;
- шейк пелвисом – волнообразное потряхивание свободным пелвисом;
- движение пелвиса в сочетании с другими центрами.

### **Руки:**

- Изолированные движения ареалами руки: кистью, предплечьем.
- положение flex (флекс) – сокращенная ладонь;
- круги в параллельных направлениях двух предплечий;
- круги кистью в параллельных направлениях;
- положение «свастика».

### **Основные позиции рук:**

- I позиция: руки в горизонтальном направлении перед собой;
- II позиция: руки в горизонтальном направлении в сторону;

- III позиция: вертикальное движение рук над головой.

#### **Варианты позиций:**

- переводы рук из одного положения в другое А – Б – В – II позиция (А – локти согнуты, ладони около груди; Б – локти вниз, ладони около плеч; В – руки вытянуты вверх над головой);
- сложные координационные сочетания движений двух рук в различных направлениях и позициях;
- «восьмерка» руками;
- V положение рук;
- различная динамика движений рук; от «мягких» движений к «жестким» и наоборот;
- сочетание переводов в позицию с изолированными движениями ареалов (кругами кистью, предплечьем);
- различные ритмические комбинации, например одна рука вверх – вниз на 1/4, вторая рука – круг предплечьем из 2/4 и т.п.

#### **Ноги:**

- переверт из закрытого положения в открытое положение;
- изолированные движения ареалов ног: положение flex (флекс) – сокращенная стопа, point (пуант) – натянутая стопа, круги стопой;
- свинговое раскачивание ноги из стороны в сторону и вперед – назад;
- круги голенистой в свободном положении, нога в воздухе, колено согнуто;
- основные позиции ног: out (аут) и in (ин) положения; закрытые выворотные и параллельные позиции;
- введение комбинаций из основных движений: plie (плие), brush (браш), flex (флекс), point (пуант), releve (релеве);
- введение больших подъемов ног на 90 градусов (battement releve lent, battement developpe); также в сочетании с flex (флекс), plie (плие) на опорной ноге;
- перевод ноги через passe (пассе) вперед, в сторону, назад;
- понятие out (аут) и in (ин); «положения» рабочей ноги: развернутая в бедре и выворотная и параллельная;
- соединение кика с шагами по квадрату square (сквэа);
- изучение кик назад;
- соединение кик с step ball change (степ бол ченч);
- сочетание кик с grand battement (гранд батманом).

#### **Другие движения ног:**

- сочетание в одновременном движении любых центров и ареалов центров: голова – стопа, плечи – кисть, грудь – пелвис и т. д.; перевод в одном упражнении от параллельного движения к оппозиционному движению;
- передвижение приставными шагами из стороны в сторону и свинговое качание двух центров, например, плечи – вверх – вниз, голова вперед – назад; и 4 шага в каждую сторону;
- комплексы изоляций последовательные и одновременные; пример последовательности: круг головой, круг плечами, круг грудной клеткой, круг пелвисом; пример одновременной изоляции: круг плечами назад и одновременно круг пелвисом в правую сторону 4 раза, затем сменить направление.

### **3. КООРДИНАЦИЯ. ПРИНЦИПЫ КООРДИНАЦИИ.**

### **Прием управления:**

- координация двух центров в параллельном движении;
- оппозиционное движение (один центр вперед, другой – назад);
- координационные упражнения: один центр плюс руки;
- свинговое раскачивание одного центра, например, голова вперед – назад, одновременное движение рук «восьмеркой» вверх – вниз;
- перевод рук из позиции в позицию с одновременным движением какого-либо центра, например, пелвис вперед-назад, руки; I, II, III;
- координация рук и ног в параллельном и оппозиционном движении;
- сочетание в одновременном движении любых центров и ареалов: голова – стопа, плечи – кисть, грудь – пелвис и т. п.; перевод в одном упражнении от параллельного движения к оппозиционному движению;
- свинговое раскачивание двух центров, например, головы и пелвиса вперед – назад и комбинация рук (перевод из позиции в позицию);
- передвижение приставными шагами из стороны в сторону и свинговое качание двух центров, например, плечи – вверх-вниз, голова – вперед – назад; и 4 шага в каждую сторону;
- комплексы изоляций последовательные и одновременные; пример последовательности: круг головой, круг плечами, круг грудной клеткой, круг пелвисом; пример одновременной изоляции: круг плечами назад и одновременно пелвисом в правую сторону 4 раза, затем сменить направление.

### **4. ШАГИ И ВРАЩЕНИЯ:**

- шаги с bounce (с трамплинным сгибанием коленей) из стороны в сторону и вперед-назад; шаг – приставление ноги;
- основные шаги с мультипликацией;
- flat step (флэт степ) – шаг с плоской стопой на plie (плие);
- camel jazz walk (кэмел джаз вок) – шаги с подъемом колена;
- catch step (кэтч степ) – переход с ноги на ногу через сгибание коленей;
- простой трехшаговый поворот;
- прыжки: hop (хоп) – шаг-подскок, jump (джамп) – прыжок на двух ногах, leap (лиип) – прыжок с одной ноги на другую.

### **5. ПЕРЕДВИЖЕНИЕ В ПРОСТРАНСТВЕ:**

- flat step (флэт степ) с координацией головы и пелвиса;
- flat step (флэт степ) с координацией пелвиса и грудной клетки;
- step ball change (степ болл ченч) шаг с переменной ног;
- триплет с продвижением вперед и из стороны в сторону;
- шаги в рок манере (с акцентом на слабую долю такта) и в джаз манере (на сильную долю);
- комбинации простейших шагов с изменением направления движения;
- простейшие вращения на двух ногах;
- вращение во время шага;
- прыжки как способ передвижения в пространстве; маленькие прыжки на двух ногах и с одной на другую;
- прыжки с координацией других центров.

### **Кросс. Передвижение в пространстве.**

Комбинации шагов, прыжков, вращений. Небольшие танцевальные комбинации.

## **7.6. Программное обеспечение**

Компьютеры, справочные системы, энциклопедические издания, выход в сеть Интернет, мультимедийный проектор, экран, аудио и видео сопровождение курса.

## **8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Минимально необходимый для реализации бакалаврской программы перечень материально-технического обеспечения включает в себя:

- балетные залы, имеющие пригодные для танца полы, балетные станки (палки), зеркала, музыкальные инструменты и/или звуковоспроизводящее оборудование;
- учебный театр или иную сценическую площадку, пригодную для балетных спектаклей и хореографических представлений;
- парк музыкальных инструментов (рояли, пианино, народные инструменты и т.п.);
- видеозаписывающую и видеовоспроизводящую технику (наличие видеостудии);
- звукозаписывающую и звуковоспроизводящую технику (наличие кабинета/студии звукозаписи);
- костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для учебных занятий, репетиционного процесса, сценических выступлений и необходимым реквизитом;
- раздевалки и душевые для студентов и преподавателей;
- специально оборудованные и укомплектованные аудитории (обеспечивающих возможность разнообразных постановок, аудитории для проведения практических занятий);
- медицинское подразделение.

Материально-техническая база соответствует действующим санитарно-техническим нормам и обеспечивает проведение всех видов практической, дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, научно-исследовательской и творческой работы студентов.

**9. Дополнения и изменения  
к рабочей программе учебной дисциплины (модуля)**

на 20\_\_\_\_ -20\_\_\_\_ уч. год

В рабочую программу учебной дисциплины вносятся следующие изменения:

- \_\_\_\_\_;
- \_\_\_\_\_;
- \_\_\_\_\_.

Дополнения и изменения к рабочей программе рассмотрены и рекомендованы на заседании кафедры \_\_\_\_\_

Протокол №\_\_ от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Исполнитель(и):

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_  
(должность) (подпись) (Ф.И.О.)  
(дата)

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_  
(должность) (подпись) (Ф.И.О.)  
(дата)

Заведующий кафедрой

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_  
(наименование кафедры) (подпись) (Ф.И.О.)  
(дата)