

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования «Урмарская детская школа искусств»
Урмарского района Чувашской Республики

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
В ОБЛАСТИ ИСКУССТВ
«ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ИСКУССТВО»**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по учебному предмету

Современный танец

п. Урмары, 2020 г.

ПРИНЯТА
на педагогическом совете
Протокол № 1
от «31» августа 2020г.

УТВЕРЖДЕНА
приказом МБОУДО «Урмарская ДШИ»
от «31» августа 2020 г. № 28

Составители программы:

1. Сидорова Мария Александровна – заведующий отделением хореографического искусства, преподаватель по хореографическому искусству;
2. Бережецкая Ольга Васильевна - преподаватель по хореографическому искусству высшей квалификационной категории.

СТРУКТУРА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

III. ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ, СИСТЕМА ОЦЕНОК

V. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

IV. СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа в области искусства «Современный танец» сроком обучения 4 года разработана на основе Федерального закона "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ, Письма Министерства культуры Российской Федерации от 21 ноября 2013 г. № 191-01-39/06-ГИ «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств».

Своеобразие условий работы хореографических отделений заставляет изменить традиционный, сложившийся в профессиональном хореографическом образовании подход к порядку прохождения материала и, в какой-то степени, к методике преподавания при обязательном сохранении основных принципов, лежащих в основе ведения этой танцевальной дисциплины. Ограниченность физических данных большинства учащихся заставляет проявлять большую осторожность при выборе репертуара, построенного на основе классического танца, и опираться в большей степени на современный (эстрадный, модерн-джаз) танец.

Все сказанное и определяет особенность настоящей программы, в которой на первом году обучения современному танцу не предусмотрено прохождения танцевальных элементов у станка. Занятия начинаются на середине зала с освоения элементов модерн-джаз танца в тех формах и с той степенью технической сложности и нагрузки на мышечный аппарат, которые доступны учащимся, не имеющим подготовку по классике, и могут изучаться без применения станка.

Срок реализации учебного предмета «Современный танец»

Срок реализации данной программы – 4 года

Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательной организации на реализацию учебного предмета

Классы/количество часов	1-4 год обучения			
	Количество часов (общее на 4 года)			
Год обучения	1	2	3	4
Недельная аудиторная нагрузка	1	1	1	1
Количество недель	34	34	34	34

Форма проведения учебных аудиторных занятий

Занятия по предмету «Современный танец» проводятся в форме групповых занятий (от 11 человек) 1 раза в неделю по 1 академическому часу.

Цель и задачи учебного предмета «Современный танец»

Цель программы:

- развитие творческих способностей, эмоциональной выразительности и танцевальности каждого ребенка посредством приобщения детей к миру современной хореографии

Задачи программы:

формирование танцевальных знаний, умений и навыков;
развитие музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения;
развитие физического аппарата ребенка;
формирование культуры общения в танце с партнерами, педагогом и зрителями;
знакомство с историей возникновения и развития современной хореографии;
знакомство со специфической танцевальной терминологией;
воспитание навыков творческой дисциплины;
воспитание у детей эстетического и художественного вкуса.

Методы обучения

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

- словесный (объяснение, разбор, анализ);
- наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся танцовщиц, танцовщиков, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития учащегося);
- практический (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);
- аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений);
- индивидуальный подход к каждому ученику с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

Для реализации учебного предмета «Современный танец» имеется хореографический класс, оборудованный хореографическими станками, зеркала, коврики, музыкальное сопровождение.

II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Содержание программы изложено поэтапно, в развитии - от простого к сложному.

Изложение материала носит рекомендательный характер, что дает преподавателю возможность применить творческий подход в обучении детей современному танцу с учетом особенностей психологического и физического развития детей, поступающих в школу с 6,6 лет.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

№	Темы программы	Содержание	Количество часов		
			всего	теория	практика
1.	Вводное занятие	История развития современного танца. Основные направления современного танца	1	1	-
2.	Изучение параллельных позиций ног	Вторая и четвертая позиции	1	0,5	0,5
3.	Изучение положений рук	Положение рук в танце модерн (на галии с отведенными локтями назад, с фиксацией на грудной клетке)	1	-	1
4.	Основные положения корпуса	Release (расширение, распространение) Contractions (сосредоточение) Roll down, roll up Flat back Arch	1,5	0,5	1
5.	Изучение движений изолированных центров и техника их исполнения	Повороты и наклоны головы + Sundari Руки+движения ареалами (отдельно кисти рук, рука от локтя, от плеча). Движения плечами: - подъемного-двух поочередно	1,5	-	1,5

		<p>вверх;</p> <ul style="list-style-type: none"> - движение плеч вперед-назад; - твист плеч (изгиб) - резкая смена направлений в движении плеч (одно вперед друг назад и т.д.); - "восьмерка" – круги по очереди; - шей и плеч. 			
		<p>Движение грудной клеткой – диафрагмой:</p> <ul style="list-style-type: none"> - из стороны в сторону; - вперед-назад; - подъем и опускание. <p>Curve (керф) – изгиб верхней части позвоночника до солнечного сплетения вперед, в сторону.</p>	0,5	-	0,5
		<p>Пелвис (бедра): движения из стороны в сторону, вперед-назад, круги, подъем бедра на верх</p> <p>Поза коллапса</p>	2	-	2
6.	Координация изолированных центров	Координация 2-х центров в одновременном параллельном движении	1,5	0,5	1
7.	Построение и разучивание экзерсиса на середине зала	Plie с различными движениями рук	2	-	2
		Battement tandu et Battement tanduiete в параллельных позициях в сочетании с Catchstep (перенос веса тела без продвижения в пространстве)	1,5	-	1,5
		Rond de jamb par terre с «противоходом» рук	0,5	-	0,5
		Grand Battement Jete (45, 90, 180)	0,5	-	0,5
8.	Упражнения для позвоночника	Твист и спиралиторса	1,5	-	1,5
		High-reliase (хай-релиз) + Body roll (волны)	1	-	1
9.	Элементы гимнастики	Мостик Стойка на руках Колесо Упражнения стрейч-характера (растяжки, шпагаты) Силовые упражнения: отжимания, качание пресса	1,5	-	1,5
10.	Кросс	Шаги примитива Шаги в модерн-джаз манере Прыжки («глиссад вперед», «подскоки с противоходом рук», «ножницы», «пистолетик»)	2	0,5	1,5
11.	Уровни (верхний, средний, нижний)	Уровни (стоя, на четвереньках, на коленях, сидя, лежа) Игра «Фотоальбом»	2	1	1
12.	Партерные перекаты (транзишен)	Изучение техники и сполнения движений партера	2,5	0,5	2

		- Перекаты из положения: сидя в группировки, через «лягушку», через поперечный шпагат (позаученика) - Поза «зародыша» - Прямые повороты на полу (бревно) - Подготовительные упражнения к перекатам через одно плечо			
13.	Импровизация	Расслабление, исследование своего тела, бодиворк Дыхание (каждое движение построено на дыхании)	1,5	-	1,5
		Импровизация с движением (шаги, прыжок, скрутка...) Импровизация / «эмоциональная» сторона техники (неосознанность движения, этюд «воображение – состояние – явление – образ-отклик тела...» Импровизация с музыкой, ритмом	2	0,5	1,5
		Импровизация с пространством класса, смена уровней, ракурсов	2	0,5	1,5
		Контактная импровизация, контакт (этюды «продолжи движение в дуэте»)	2	0,5	1,5
14.	Танцевальные комбинации	Составление танцевальных комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации	4	-	4
	Текущий контроль	Проведение аттестации по итогам первого полугодия в форме зачета	-		1
	Промежуточная аттестация	Проведение аттестации по итогам года в форме класс-концерта	-		1
	Всего:		34	6	27

ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Тема программы	Содержание	Количество часов		
			всего	теория	практика
1.	Вводное занятие	Повторение материала, пройденного ранее: Release (расширение, распространение) Contractions (сосредоточение) Roll down, roll up ит.д.	1	-	1
2.	Разогрев с использованием уровней	Твисты и спирали торса в положении сидя	1,5	-	1,5
		Упражнения на contraction и release в положении сидя	1	-	1
		Упражнения стрейч-характера в различных положениях	1	-	1

3.	Экзерсис на середине зала	Plie с различными движениями рук	2	-	2
		Battement tendu et Battement tendu écarté (с сокращением стопы, с поворотами и рук, головы, contractions)	3	-	3
		Rond de jamb par terre с подготовкой к турам	2	0,5	1,5
		Battement fondu во всех направлениях	1	-	1
		Battement développé 45, 90 по всем направлениям	1	-	1
		Grand Battement Jeté шагами по квадрату, с добавлением прыжка	1	-	1
4.	Работа над комплексами изоляций	Голова: соединение движений с другими центрами	1	-	1
		Плечи: соединение с движениями других центров	1	-	1
		Грудная клетка в сочетании с различными движениями	1	-	1
		Пелвис: восьмерка, с комбинациями различных движений	1	-	1
		Руки: соединение с движениями ног, торса (спираль, твист, contraction и release)	1	-	1
5.	Упражнения для позвоночника	Flatback вперед, назад, в сторону Наклон торса вперед ниже 90°, сохраняя прямую линию Vodi-roll (волны: вперед, назад, боковая) Arch – округление позвоночника в пояснично-грудном отделе	2	-	2
6.	Партерные перекаты	Партерные перекаты и упражнения Перекаты через одно плечо	2	0,5	1,5
7.	Элементы гимнастики	Перевороты вперед, назад Колесо на одной руке Силовые и упражнения стрейч-характера	2	-	2
8.	Кросс	Комбинации шагов + Kick (пинок) Прыжки Техника вращения	2	-	2
9.	Импровизация	Дыхание (каждое движение построено на дыхании) Работа с движением по «синусоиде» Импровизация с движением (разноритмическая схема) Импровизация эмоциональная сторона техники (неосознанность движения, этюд «воображение – состояние – явление – образ-отклик тела...»)	1,5	0,5	1

		Вход в импровизацию, пространство класса, смена уровней, ракурсов Импровизация с музыкой	1	-	1
		Контактная импровизация, контакт в дуэте: - физический контакт (направление движения партнёра, сила импульса, «придумывание» позировок, движение от импульса с продолжением) - эмоциональный контакт в движении («некасание», уход от касания партнёра, «не любовь», «заигрывание») Центр веса тела в поддержке Приёмы поддержки в дуэте: - «Перетекание» - Танец от разных частей тела	2	0,5	1,5
10.	Танцевальные этюды	Исполнение танцевальных этюдов на основе комбинаций из изученных элементов, в т.ч. с использованием импровизации	2	-	2
	Текущий контроль	Проведение аттестации по итогам первого полугодия в форме зачета	-		-
	Промежуточная аттестация	Проведение аттестации по итогам года в форме класс-концерта	1		1
	Всего:		34	2	32

ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Тема программы	Содержание	Количество часов		
			всего	теория	практика
1.	Вводное занятие	Повторение пройденного материала	2	-	2
2.	Экзерсис на середине зала	Plie в сочетании с contraction и release	1,5	-	1,5
		Battement tendu и Battement tenduie в сочетании со спиралями в корпусе, Tilt (угол), с добавлением рук: соединение движений с движениями ног, торса (спираль, твист, contraction и releos)	1,5	-	1,5
		Rond de jamb par terre в различных сочетаниях с hip-lift (полукруги и круги одним бедром)	1,5	-	1,5
		Battement fondu во всех направлениях	1	-	1
		Grand Battement Jete Адажио	1	-	1
3.	Комплексы изоляций	Голова: sundari-квадрат и sundari-	1	-	1

		круг Плечи: разноритмические комбинации			
		Грудная клетка: круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскости	0,5	-	0,5
4.	Партер (техника низкого полета)	Упражнения, закрепляющие технику исполнения contraction и relase	1	-	1
		Спирали	0,5	-	0,5
		Виды поворотов на полу	0,5	-	0,5
		Построение и разучивание комбинаций в партере	1	-	1
5.	Элементы гимнастики	Силовые и упражнения стрейч - характера	1	-	1
		Перевороты (с одной ногой)	1	-	1
6.	Кросс	Комбинации прыжков	1	-	1
		Вращение как способ перемещения в пространстве	3	-	3
		Вращения на одной и двух ногах, повороты на 360°	4	0,5	3,5
		Комбинации шагов, соединенных с вращениями	2	-	2
7.	Импровизация	Изучение техники параллель и оппозиция	2	1	1
		Импровизация эмоциональная сторона техники (неосознанность движения, этюд «воображение – состояние – явление – образ-отклик тела...»)			
8.	Изучение техники движений танца хип-хоп	Положение корпуса, пружина, качь	2	-	2
		Техника исполнения движений отдельных центров в манере танца хип-хоп (плечи, диафрагма, пелвис)	3	0,5	2,5
		Комбинации шагов. Танцевальные комбинации Хопа	1	-	1
	Текущий контроль	Проведение аттестации по итогам первого полугодия в форме зачета	-		-
	Промежуточная аттестация	Проведение аттестации по итогам года в форме класс-концерта	-		-
	Всего:		34	2	32

ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Тема программы	Содержание	Количество часов		
			всего	теория	практика
1.	Вводное занятие	Повторение пройденного материала	2	-	2
2.	Экзерсис на середине зала	Pie в сочетании с различными движениями	2	-	2

		Battement tandu и Battement tanduiete в сочетании с движениями корпуса	2	-	2
		Rond de jamb par terre в сочетаниях с движениями	2	-	2
		Battement fondu в сочетаниях с движениями	2	-	2
		Grand Battement Jete в сочетаниях с движениями	1	-	1
		Адажио	2	-	2
		Разучивание учебных и танцевальных комбинаций в эжзерсисе на середине зала	1	-	1
3.	Упражнения для позвоночника	Использование падений и подъемов во время комбинаций, с перемещением в пространстве	2	-	2
4.	Комплексы изоляций	Движения 3-х центров одновременно Движения в различных ритмических рисунках	2	1	1
5.	Партер (техника низкого полета)	Виды поворотов на полу Гимнастические элементы Построение и разучивание комбинаций в партере	2	1	1
6.	Кросс	Использование всего пространства класса Шаги с координацией 3-4х центров. Шаги с использованием contraction и release Смена направлений в комбинации шагов Соединение шагов, прыжков, вращений в единые комбинации	2 3 3	- - -	2 3 3
7.	Импровизация	Продолжение изучения техники параллель и оппозиция, составление этюдов «Поток» (связь движений)	3	1	2
		Контактная импровизация: - Композиция в контакте (взгляд, пауза, звук) Приёмы поддержки в дуэте: - «Перетекание» (разнообразные приемы)	3	1	2
	Текущий контроль	Проведение аттестации по итогам первого полугодия в форме зачета	-		-
	Промежуточная аттестация	Проведение аттестации по итогам года в форме класс-концерта	-		-
	Всего:		34	4	30

III. ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ, СИСТЕМА ОЦЕНОК

Формой промежуточной аттестации являются контрольные уроки в конце каждого полугодия по пройденному материалу. Так же контрольный урок проводится в конце четвертого года обучения на котором выпускники показывают основные знания умения и навыки полученные в процессе реализации данной программы.

Оценка	Критерии оценивания выступления
5 («отлично»)	технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения
4 («хорошо»)	отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном)
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т.д.
2 («неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием отсутствия регулярных аудиторных занятий, а также интереса к ним, невыполнение программных требований
«зачет» (без отметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.

Данная система оценки качества исполнения является основной. В зависимости от сложившихся традиций того или иного учебного заведения и с учетом целесообразности оценка качества исполнения может быть дополнена системой «+» и «-», что даст возможность более конкретно отметить выступление учащегося.

Оценки выставляются по окончании каждой четверти и полугодий учебного года.

IV. СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Ю.И. Громов Воспитание пластической культуры актера средствами танца Учебное пособие по курсам «Основы режиссуры и актерского мастерства» и «Хореографическое искусство» - Профиздат, 1971
2. Серебренников Н.Н. Поддержка в дуэтном танце Учебник. — Ленинград: Искусство, 1969.
3. С.С. Полятков: Основы современного танца-Ростов-на-Дону:Феникс,2005
4. Нилов В.Н. Северный танец. Традиции и современность 2-е издание, Москва Россия. 2005.