

Муниципальное казённое учреждение дополнительного образования
«Детская школа искусств города Игарки»

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА В ОБЛАСТИ
ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА
«ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ТВОРЧЕСТВО»**

**Предметная область
В.00 ВАРИАТИВНАЯ ЧАСТЬ**

**ПРОГРАММА
по учебному предмету**

В.00.УП.04. СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ

г.Игарка
2020

ОГЛАВЛЕНИЕ

I. Пояснительная записка.....	3
III. Содержание учебного предмета.....	6
IV. Формы и методы контроля, система оценок.....	13
V. Требования к уровню подготовки обучающихся.....	15
V. Методическое обеспечение учебного процесса.....	16
VI. Списки рекомендуемой методической литературы.....	19

I. Пояснительная записка

Программа учебного предмета «Современный танец» разработана на основе и с учетом федеральных государственных требований к дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программе в области хореографического искусства «Хореографическое творчество», Программа составлена на основе программы «Современный танец» СОУИК, методического пособия «Модерн-джаз танец. Начало обучения» и «Модерн-джаз танец. Продолжение обучения» В.Ю.Никитина.

Полноценная подготовка учащихся предполагает высокую степень гибкости тела и умение управлять своими движениями в разных танцевальных техниках. Потребность в создании программы по современному танцу возникла в связи с актуальностью данной дисциплины.

За время обучения организм ребенка привыкает к физическим упражнениям, развивается и закрепляется гибкость, координация, точность движений тела.

Срок освоения программы для детей, поступивших в образовательное учреждение в 1 класс в возрасте 6 лет 6 месяцев, составляет 2 года (в 7-8 классах).

3. *Объем учебного времени*, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию предмета «Современный танец»:

Срок обучения/количество часов	7-8 классы
	Количество часов (общее на 2 года)
Максимальная нагрузка	66 часов

Количество часов на аудиторную нагрузку	66 часов
Недельная аудиторная нагрузка	1 час

Форма проведения учебных аудиторных занятий:
 мелкогрупповая (от 4 до 10 человек), рекомендуемая продолжительность урока - 45 минут. Мелкогрупповая форма позволяет преподавателю лучше узнать учащихся, их возможности, трудоспособность, эмоционально-психологические особенности.

Цели и задачи учебного предмета

Цель – сформировать у учащихся представление о сущности и специфике современных направлений в хореографии, технических принципах исполнения модерн-джаз танца, принципах движения, заимствованных из танца модерн.

Задачи:

- развитие физических данных, координации движения, пластичности, хореографической памяти, выносливости;
- овладение свободой движения;
- активизация творческих способностей;
- воспитание любви и интереса к искусству хореографии;
- психологическое раскрепощение учащихся;
- приобщение к хореографическому искусству.

Учебный предмет «Современный танец» связан с учебным предметом «Классический танец», а также со всеми предметами дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программы в области искусства «Хореографическое творчество».

Обоснованием структуры программы являются ФГТ, отражающие все аспекты работы преподавателя с учеником. Программа содержит следующие

разделы:

сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета; - распределение учебного материала по годам обучения;

- описание дидактических единиц учебного предмета;
- требования к уровню подготовки обучающихся;
- формы и методы контроля, система оценок;
- методическое обеспечение учебного процесса.

В соответствии с данными направлениями строится основной раздел программы «Содержание учебного предмета».

7. Методы обучения

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

- методы организации учебной деятельности (словесный, наглядный, практический);
- метод стимулирования и мотивации (формирование интереса ребенка);
- метод активного обучения (формирование творческих способностей ребенка);
- репродуктивный метод (неоднократное воспроизведение полученных знаний, умений, навыков);
- эвристический метод (нахождение оптимальных вариантов исполнения).

Предложенные методы работы по современному танцу в рамках предпрофессиональной образовательной программы являются наиболее продуктивными при решении дидактических задач и основаны на проверенных методиках и многолетнем опыте.

8. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

Материально-техническая база образовательного учреждения должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны

труда.

Учебные аудитории для мелкогрупповых занятий по учебному предмету «Современный танец» оборудованы балетными станками, зеркалами размером 7м x 2м, для проведения занятий необходима звукозаписывающая и звуковоспроизводящая аппаратура.

II. Содержание учебного предмета

1. *Сведения о затратах учебного времени*, предусмотренного на освоение учебного предмета «Современный танец», на максимальную, самостоятельную нагрузку обучающихся и аудиторские занятия:

Таблица 4

Класс	7	8
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	33	33
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	1	1

Объем времени на самостоятельную работу обучающихся по современному танцу не предусмотрен.

Аудиторная нагрузка по учебному предмету «Современный танец» распределяется по годам обучения с учетом традиций школы и методической целесообразностью.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Наименование разделов и тем	Количество часов по классам	
	7	8
1. Введение	1	
2. Разогрев	2	1
3. Изоляция	8	8
4. Упражнения для позвоночника	4	4
5. Уровни	6	6
6. Кросс. Перемещение в пространстве	6	6
7. Комбинация или импровизация	6	8
Всего	33	33

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Первый год обучения.

7 класс.

Раздел 1. Разогрев.

Разогрев на середине зала:

- спирали и изгибы торса, наклоны,
- упражнения на напряжение и расслабление,
- упражнения для разогрева позвоночника,
- упражнения, заимствованные из урока классического танца.

Разогрев в партере:

- упражнения для позвоночника,
- упражнения стретч-характера,
- упражнения для разогрева стопы и голеностопа.

Смена нескольких положений во время разогрева:

- разогрев в положении «сидя» и «лежа»,

используя упражнения стретч-характера, наклоны и твисты торса

Раздел 2. Изоляция.

Движения центров в «чистом» виде:

-голова: наклоны, повороты, круги, полукруги, sundary. Движения выполняются вперед-назад и из стороны в сторону, диагонально, крестом и квадратом.

-плечи: прямые направления, крест, квадрат, полукруги и круги, «восьмерка», твист, шейк

-грудная клетка: движения из стороны в сторону и вперед-назад, горизонтальные и вертикальные кресты и квадраты. Начинать крест и квадрат с разных точек.

-пелвис: крест, квадрат, круги, полукруги, «восьмерка».

-руки: движения изолированных ареалов, круги и полукруги кистью,

предплечьем, всей рукой целиком, переводы из положения в положение, основные позиции и их варианты.

-ноги: движения изолированных ареалов (стопа, голеностоп). Переводы стоп из параллельного в выворотное положение. Исполнение всех движений как по параллельным, так и по выворотным позициям. Ротация бедра, исполнение движений выворотной и невыворотной ногой.

Комплексы изоляций:

-голова: комбинации из движений и геометрических фигур, изученных ранее, sundary-квадрат, sundary-круг.

-плечи: комбинации из движений, изученных ранее, разноритмические комбинации.

-грудная клетка: круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскости, соединение в комбинации движений, изученных ранее.

-пелвис: соединение в комбинации изученных движений, полукруги и круги одним бедром, hip lift.

Раздел 3. Упражнения для позвоночника

Развитие подвижности всех отделов позвоночника:

-Flat back вперед и назад, в сторону, полукруги и круги торсом. Deep body bend. Twist и спираль.

-Contraction, release, high release. Положение arch, low back, curve и body roll («волна»-передняя, задняя, боковая)

Соединение в комбинации движений, изученных ранее

-использование падений и подъемов во время комбинации.

-соединение contraction и release с одновременным подъемом одной ноги в воздух и перемещение в пространстве.

Раздел 4. Уровни.

Изучение основных уровней:

-основные уровни «стоя», «сидя», «лежа».

- упражнения стрэтч-характера в различных положениях.
- переходы из уровня в уровень, смена положения на 8, 4, 2 счета.
- упражнения на contraction и release в положении «сидя».
- твист и спирали торса в положении «сидя».
- перемещение из одного уровня в другой
- комбинации с использованием contraction, release
- упражнения стрэтч-характера в соединении с твистами и спиралями торса.

Раздел 5.Кросс. Перемещения в пространстве.

Различные виды шагов:

- шаги с трамплинным сгибанием коленей при передвижении из стороны в сторону и вперед-назад.
- шаги по квадрату.
- основные шаги афро-танца.
- трехшаговые повороты и полуповороты на двух ногах.
- триплеты с продвижением вперед, назад, по кругу.

Прыжки:

- jump, hop, leap.

Комбинации шагов:

- комбинации шагов, соединенные с вращениями и статичными позами.
- исполнение contraction, release во время движения.
- вращение как способ перемещения в пространстве
- комбинации прыжков в диагональ
- соединение шагов с изолированными движениями центров
- комбинации шагов в различных направлениях
- координация шага и движений изолированных центров
- вращения на двух ногах и повороты на одной ноге на 360.

Раздел 6. Комбинация или импровизация.

Комбинации на 32 и 64 такта, включающие движения изолированных центров, шаги, смену уровней.

Второй год обучения.

8 класс.

Раздел 1. Разогрев.

-соединение разогрева в единую комбинацию

Раздел 2. Изоляция.

-голова: комбинации из движений и геометрических фигур, изученных ранее, sundary-квадрат, sundary-круг.

-плечи: разноритмические комбинации, соединение с движениями других центров.

-грудная клетка: круги и полукруги в горизонтальной и вертикальной плоскости, разноритмические комбинации.

-пелвис: соединение в комбинации изученных движений, полукруги и круги одним бедром, hip lift.

-руки: комбинации из движений, изученных ранее, соединение с движениями остальных центров, соединение с шагами.

-ноги: соединение в комбинации движений, изученных ранее, соединение движений ног с движениями рук, с движениями других изолированных центров, с движениями торса (спираль, твист, contraction и release).

Раздел 3. Упражнения для позвоночника

-соединение в комбинации движений, изученных ранее

-использование падений и подъемов во время комбинации.

-соединение contraction и release с одновременным подъемом одной ноги в воздух и перемещение в пространстве.

Раздел 4. Уровни

-перемещение из одного уровня в другой

-комбинации с использованием contraction, release

-упражнения стретч-характера в соединении с твистами и спиралями торса.

Раздел 5. Кросс. Перемещение в пространстве

Комбинации шагов:

- комбинации шагов, соединенные с вращениями и статичными позами.
- исполнение contraction, release во время движения.
- вращение как способ перемещения в пространстве
- комбинации прыжков в диагональ
- соединение шагов с изолированными движениями центров
- комбинации шагов в различных направлениях
- координация шага и движений изолированных центров
- вращения на двух ногах и повороты на одной ноге на 360.

Раздел 6. Комбинация или импровизация

-развернутые комбинации с перемещением в пространстве, с использованием смены уровней, различных способов вращения и прыжков.

IV. Формы и методы контроля, система оценок

1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание

Оценка качества освоения учебного предмета «Современный танец» включает в себя текущий контроль успеваемости и промежуточную аттестацию обучающегося в конце каждого учебного года обучения. В качестве средств текущего контроля успеваемости могут использоваться контрольные уроки, просмотры.

Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков. Контрольные уроки могут проходить в виде просмотров.

Контрольные уроки в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

По завершении изучения предмета «Современный танец» по итогам промежуточной аттестации обучающимся выставляется оценка, которая заносится в свидетельство об окончании образовательного учреждения.

2. Критерии оценок

Образовательным учреждением разрабатываются критерии оценок промежуточной аттестации и текущего контроля успеваемости обучающихся.

По итогам показа на контрольном уроке выставляется оценка по пятибалльной шкале:

Таблица 5

Оценка	Критерии оценивания выступления
5 («отлично»)	<p>Учащийся осознанно и свободно владеет содержанием комплексов упражнений. Упражнения исполняет уверенно, без ошибок. Свободно владеет пластикой тела, демонстрирует физическую готовность опорно-двигательного аппарата к дальнейшему обучению, прослеживается наличие действий творческого характера при выполнении заданий.</p> <p>Учащийся проявляет целеустремленность, ответственность, познавательную активность, творческое отношение к занятиям.</p>
4 («хорошо»)	<p>Учащийся понимает и свободно владеет содержанием комплексов упражнений и выполняет их по заданному учителем образцу без ошибок. Владеет пластикой тела, в достаточной степени демонстрирует развитость опорно-двигательного аппарата.</p> <p>Учащийся проявляет старание и интерес к занятиям.</p>
3 («удовлетворительно»)	<p>Учащийся понимает содержание комплексов упражнений, выполняет их достаточно осознанно по заданному учителем образцу с ошибками. Недостаточно владеет пластикой тела, демонстрирует развитость опорно-двигательного аппарата.</p>
2 («неудовлетворительно»)	<p>Учащийся не имеет представления о содержании комплексов упражнений, выполняет упражнения с существенными ошибками, которые не может исправить с помощью учителя. Не владеет пластикой тела, опорно-двигательный аппарат развит слабо, вследствие отсутствия домашних занятий, а также плохая посещаемость аудиторных занятий</p> <p>Учащийся не проявляет должного старания и интереса к занятиям.</p>

«зачет» (без отметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.
-----------------------	--

Согласно ФГТ, данная система оценки качества исполнения является основной, оценка качества исполнения может быть дополнена системой «+» и «-», что даст возможность более конкретно отметить выступление учащегося.

При выведении итоговой оценки учитывается следующее:

- оценка годовой работы ученика;
- оценка на контрольном уроке.

Оценки выставляются по окончании каждой четверти и полугодий учебного года.

IV. Требования к уровню подготовки обучающихся

В результате изучения дисциплины учащиеся должны овладеть навыками исполнения элементов современного танца, знать основные направления.

Знания учащихся определяются степенью точного исполнения поставленного материала и требований педагога, техничностью, свободной координацией, эмоциональностью индивидуального исполнения и танцевальностью.

Качество знаний, умений и практических навыков учащихся выявляются на контрольных уроках. Форма и содержание контрольного урока определяется преподавателем. Контрольный урок должен включать отдельные фрагменты всех разделов.

На экзамен выносятся танцевальная композиция: коллаж разных стилей с участием всей группы, дуэтов и соло, либо танцевальные номера на основе материала, пройденного в течение всего срока обучения.

V. Методическое обеспечение учебного процесса

Методические рекомендации педагогическим работникам

В уроке современного танца нет такой определенной последовательности движений, как это существует в классическом танце, но выделяют следующие разделы урока:

1. Разогрев
2. Изоляция
3. Упражнения для позвоночника
4. Уровни
5. Кросс. Передвижения в пространстве
6. Комбинации или импровизация.

При подготовке урока необходимо разделить материал урока на части и определить для каждой из них время. Нет необходимости каждый раз обязательно использовать все разделы урока, возможна более детальная проработка двух, трех разделов.

В конце каждого урока необходимо иметь несколько минут для восстановления дыхания и нескольких упражнений на релаксацию. Релаксация — обучение расслаблению, которое необходимо для снятия физического и эмоционального напряжения, повышения жизненного тонуса.

Комплексы упражнений на полу, в том числе стретчинговые (*stretching* — растяжка) и корригирующие, создаются с целью направленного воздействия и включения в работу различных групп мышц.

В результате изучения дисциплины учащиеся должны овладеть навыками исполнения элементов современного танца, знать основные направления.

Знания учащихся определяются степенью точного исполнения поставленного материала и требований педагога, техничностью, свободной координацией, эмоциональностью индивидуального исполнения и

танцевальностью.

На экзамен выносятся танцевальная композиция: коллаж разных стилей с участием всей группы, дуэтов и соло, либо танцевальные номера на основе материала, пройденного в течение всего срока обучения.

В работе с учащимися преподаватель должен следовать принципам последовательности, систематичности, постепенности, доступности, наглядности в освоении материала.

Преподаватель в занятиях с учеником помогает учащимся увидеть образ движения, показ движений должен быть точным, подробным и качественным.

Техника исполнения является необходимым средством для выполнения любого упражнения, поэтому необходимо постоянно стимулировать работу ученика над совершенствованием его исполнительской техники.

Особое место занимает работа над координацией движений. Она позволяет избежать травм при выполнении сложных движений, что требует умения распределять внимание.

Правильная организация учебного процесса, успешное и всестороннее развитие данных ученика зависят непосредственно от того, насколько тщательно спланирована работа, поэтому, готовясь к уроку, преподаватель должен, прежде всего, определить его направленность.

Музыка на занятиях по учебному предмету «Современный танец» должна соответствовать заданию учителя, сопровождать и дополнять его объяснение и показ, поддерживать эмоциональный настрой урока, помогать справляться с темпом упражнений, с мышечным напряжением при выполнении упражнений.

Одна из самых главных методических задач преподавателя состоит в том, чтобы научить ребенка работать самостоятельно. Творческие задачи развивают такие важные для любого вида деятельности личные качества, как воображение, мышление, увлеченность, трудолюбие, активность, инициативность, самостоятельность. Эти качества необходимы для организации грамотной самостоятельной работы, которая позволяет значительно активизировать

учебный процесс.

VI. Список рекомендуемой учебно-методической литературы

1. Ивлева Л.Д. Джазовый танец:
Учеб.пособие /ЧГАКИ. - Челябинск, 2006. – 104с.;
2. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Начало обучения – М.: ГИТИС,
2000
3. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Продолжение обучения-М.;ГИТИС,
2000