

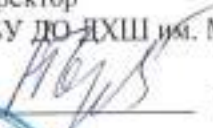
**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДЕТСКАЯ ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ ШКОЛА ИМЕНИ М.М. ПЛИСЕНЦКОЙ
ГОРОДСКОГО ОКРУГА ГОЛЫЯТТИ**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
В ОБЛАСТИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА
«ОСНОВЫ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА»**

II СТУПЕНЬ

**ПРОГРАММА
по учебному предмету «Основы современного танца»**

(5-8 классы)

РАССМОТРЕНО Педагогическим советом МБУ ДО ДХШ им. М.М. Плисецкой	УТВЕРЖДАЮ Директор МБУ ДО ДХШ им. М.М. Плисецкой
30 августа 2019 г. (дата рассмотрения)	 Горковенко Н.В. 30 августа 2019 г. (дата утверждения)



Разработчик:

Горковенко Юлия Валерьевна, преподаватель хореографических дисциплин
высшей квалификационной категории

Мурлатова Анастасия Андреевна, преподаватель хореографических дисциплин

Структура программы учебного предмета

I. Пояснительные записки

- характеристика учебного предмета, его места и роль в образовательном процессе;
- срок реализации учебного предмета;
- объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию учебного предмета;
- цель и задачи учебного предмета;
- методы обучения
- описание материально-технических условий реализации программы учебного предмета.

II. Содержание учебного предмета

- содержание разделов;
- требования по годам обучения.

III. Требования к уровню подготовки обучающихся

IV. Методическое обеспечение учебного процесса

- методические рекомендации педагогическим работникам;

V. Список рекомендуемой методической литературы

- список рекомендуемой методической литературы;
- интернет-ресурсы

1. Пояснительная записка

1. Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе

Программа учебного предмета «Основы современного танца» разработана на основе Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств», направленных письмом Министерства культуры Российской Федерации от 21.11.2013 №191-01-39/06-11.

Учебный предмет «Основы современного танца» является важной составной частью учебного плана подготовки учащихся в области хореографии. Он призван дать учащимся знания по современной хореографии наряду с классическим и народным танцем, а также сформировать теоретические и практические умения в этой области. Данная программа рассчитана на четыре года обучения. Цель данного курса - сформировать четкое представление о развитии и направлениях современного танца, выработать готовность учащихся к профессиональному исполнению основ современного танца. Данная цель предусматривает решение следующих задач:

- изучение истории, теории и методики основ современного танца;
- овладение основными принципами движений в технике модерн и джаз танца;
- практическое использование теоретических принципов и лексического материала в творческой работе.

В результате изучения данного предмета учащийся должен

знать:

- историю зарождения и развития современного танца, основные направления современной хореографии;
- значение современного танца в хореографическом искусстве;
- основные принципы построения уроков модерн и джаз танца;
- терминологию и методику исполнения основ современного танца;
- уметь:
- исполнять движения в различных стилях модерн и джаз танца;
- применять лексику изученных направлений и стилей в создании комбинаций;
- доносить стиль и характер комбинаций, эпизодов, танцев;
- на субъективном и объективном уровне оценивать проделанную работу, результаты учебного и творческого процесса;

- владеть техниками современного танца для импровизации, как индивидуальной, так и контактной, коллективной.

2. Срок реализации учебного предмета «Основы современного танца»

Срок освоения программы «Основы современного танца» составляет 4 года с 5-го по 8-ой классы.

3. Объем учебного времени и форма проведения занятий, предусмотренные на реализацию учебного предмета

Учебная нагрузка по предмету «Основы современного танца» составляет 1 час в неделю. Основной формой учебной работы является групповое занятие – урок (групповая форма проведения занятий, наполняемость группы от 10 человек). Рекомендуемая продолжительность урока – 40 минут. Учебно-тематический план каждого года обучения рассчитан на 34 недели. Общий объем аудиторной нагрузки за весь период обучения составляет 136 часов.

4. Цель и задачи учебного предмета

Цель:

Сформировать четкое представление о развитии и направлениях современного танца, выработать теоретические и практические умения и знания в этой области.

Задачи:

- изучение истории, теории и методики исполнения основ современного танца;
- овладение основными принципами движений и техники модерн и джаз танца;
- воспитание важнейших психофизических качеств, двигательного аппарата в сочетании с моральными и волевыми качествами личности - силы, выносливости, ловкости, быстроты, координации;
- развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности;
- приобщение к здоровому образу жизни;
- формирование правильной осанки;
- развитие творческих способностей;
- развитие темпо - ритмической памяти учащихся.

5. Методы обучения

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

- **наглядный** (наглядно-слуховой и наглядно-зрительный). Исполнение музыки должно сопровождаться показом. Поки движения нужно заранее хорошо продумать; сравнительно легко продемонстрировать действия отдельных персонажей-образов и намного сложнее развернуть сюжет игры или различные композиционные построения;

- **словесный**. Беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение, рассказ, напоминание, оценка. Этот метод широко применяется в процессе обучения современному танцу как самостоятельный, так и в сочетании с наглядным и практическим методами.

Применение словесного метода своеобразно тем, что состоит в выборе отдельных приемов в зависимости от формы занятий и возраста детей. Так, к образно-сюжетному рассказу чаще прибегают при разучивании основ импровизации, к объяснению, напоминанию - в упражнениях, танцах.

- **практический**. При использовании практического метода (многократное выполнение конкретного музыкально-ритмического движения) особенно важны предварительно «отрабатывать» в подвижных, подготовительных упражнениях.

Предложенные методы работы являются наиболее продуктивными при реализации поставленных целей, задач учебного предмета и основаны на проверенных методиках и сложившихся традициях в хореографическом образовании.

7. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

Материально - техническая база образовательного учреждения соответствует санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда. В школе должны быть созданы те необходимые материально-технические условия, которые окажут благотворное влияние на успешную организацию образовательного и воспитательного процесса.

Учебные аудитории для занятий по учебному предмету «Основы современного танца» должны быть оборудованы:

- балетные залы площадью не менее 45 кв.м., имеющие приподнятое для танца напольное покрытие (деревянный пол или линолеумное покрытие);
- зеркала размерами 7м х 2м на одной стене;
- наличие музыкального центра, видеоминифона в балетном классе;
- раздевалки для обучающихся и преподавателей.

II. Содержание учебного предмета

Учебный материал распределяется по годам обучения – классам. Каждый класс имеет свои дидактические задачи и объем времени, предусмотренные для освоения учебного материала.

В данной программе весь материал систематизирован в разделы, которые в той или иной степени взаимосвязаны друг с другом, что позволяет достичь необходимых результатов в комплексном развитии учащихся.

5 класс (первый год обучения)

1. История развития танца модерн.
2. Работа в пространстве:
 - Броуновское движение (и разных вариациях)
 - С передачей предмета (гениисный мячик)
3. Разогрев с элементами йога:
 - «Приветствие солнцу»
 - «Собака мордой вниз»
 - «Собака мордой вверх»
 - Планка (и разных вариациях)
 - Трезгальники
 - Поза война
 - Поза дерева
4. Основные принципы работы в *parterre*:
 - Основные принципы работы рук (правила «Мизинца»)
 - Изучение центра (работа «к центру» и «от центра»)
 - Точки опоры и распределение равновесия
 - Поза «Зародыш»
 - Поза «Черепашка»
 - «Свинги»
5. Упражнения на силу и выносливость ног:
 - Упражнения на равновесия
 - прыжки из положения в *parterre*
6. Принцип работы с центром:
 - Все виды передвижения (шаги, прыжки, падения)
7. Изучение правил смены уровней:
 - Принцип «Выхода» из положения в *parterre*
 - Принцип «Захода» в *parterre* из положения стоя
8. Упражнения на внимание:
 - Передача предмета в пространстве
 - Передача импульса

9. Постановка корпуса, рук, ног, головы:
 - Поза «Flatback»
10. Комбинация Plie
11. Комбинация Ballett tendu
12. Повороты через плечо
 - Подготовка к поворотам, «Закат»
 - «Закат» в ноги
 - «Закат» с прыжком
13. Прыжки
14. Кросс
 - Продвижение в пространстве
 - Смена уровней
 - Прыжки
15. Партнеринг
 - Основные принципы работы в паре
 - Следование за центром в паре
 - Работа с весом в паре
 - Продвижение в пространстве в паре
 - Контактная импровизация
16. Творческое задание
 - Сочинение комбинации на основе изученного материала
17. Стретчинг на основе элементов йоги.

В конце II полугодия проводится контрольный урок.

По окончании первого года обучения учащиеся должны знать и уметь:

- историю развития танца модерн в России, начиная от Ф.Дункана;
- разогреть с элементами Йоги;
- основные принципы работы в паре;
- терминологию техники низкого полета;
- владеть продвижением в пространстве;
- работать со сменой уровней;
- работать в пространстве.

6 класс (второй год обучения)

1. Разогрев с элементами йоги, stretching

2. Упражнения на силу, координацию ног и рук:

- «Медвежонок»;
- «Пагарин»;
- «Лягушка»;
- «Скорпион»;
- «Юленья».

3. Подготовка к упражнению «Слайд».

4. «Спираль»

- В раг теге;
- Во вращениях;
- В прыжке;
- Смена уровней.

5. Следование за центром:

- Падение;
- Падение - прыжок;
- В паре.

6. Вращения сменой уровня

7. Прыжки:

- С 4 и с 2 точек опоры;
- В повороте;
- Смена уровней.

8. Партнеринг:

- Работа с весом в кругу;
- Поддержки
- Импровизация

9. Танцевальная часть:

- Комбинации в стиле фолк, в неоклассическом стиле

10. Импровизация.

В конце II полугодия проводится контрольный урок.

По окончании обучения учащийся должен знать:

- комплекс упражнений на разогрев мышц с элементами Yoga, stretching;
- исполнять комбинации сменой уровней;
- освоить партнеринг;
- импровизировать (индивидуально и в паре);
- танцевать в flying low, неоклассическом, фолковом стиле;

7 класс (третий год обучения)

Раздел I. Зарождение и развитие модерн-танца.

Целью данного раздела является знакомство учащихся с историей возникновения модерн-танца, с основными направлениями американской и немецкой школы.

1. История развития танца-модерн:

- теория Ф. Дельсарта, зрительная театральность Далькрози;
- А. Дункан. Танец будущего;
- первая американская школа модерн-танца «Джипшоун»;
- школа М. Грехем. Техники и инновации в модерн-танце.

К концу изучения раздела учащийся должен знать историю возникновения и развития модерн-танца.

Раздел II. Методические основы преподавания модерн-танца.

Основные технические принципы модерн-танца, заимствованные из джаз-танца:

- поза коллизия;
- полицентризм.

2. Особенности построения урока по модерн-танцу:

- разогрев;
- изоляция;
- упражнения для позвоночника;
- уровни;
- кроссы;
- комбинация или импровизация.

К концу изучения раздела учащийся должен знать:

- особенности построения урока по модерн-танцу;
- основные технические принципы модерн-танца.

Раздел III. Изучение основных принципов движений в модерн-танце.

1. Упражнения для позвоночника

Наклоны торса:

- flat back;
- circle;
- arch;
- contraction, release.

2. Кросс, передвижение в пространстве

Шаги:

- «latin walk».

- в модерн-джаз манере.

Прыжки:

- комбинации прыжков с использованием contraction и release.

Вращения:

- штопорные повороты.

4. Экзерсис на средние ноги:

- комбинация adagio с использованием движений из раздела «Упражнения для позвоночника».

К концу изучения раздела учащийся должен уметь и знать:

- основные технические принципы исполнения движений в модерн-танце;

- грамотно исполнять учебные, танцевальные элементы и комбинации в соответствии с изучаемой техникой.

Раздел IV. Основные направления модерн-танца. Модерн-джаз танец.

Комбинация, построенная на синтезе модерн и джаз-танца.

В конце II полугодия проводится контрольный урок.

К концу изучения раздела учащийся должен уметь грамотно исполнять танцевальные комбинации в соответствии с изучаемой джазовой техникой.

8 класс (четвёртый год обучения)

Раздел I. Зарождение и развитие танца модерн в России.

Данный раздел знакомит учащихся с процессом становления и развития танца модерн в России. Раскрывает специфику хореографии в эпоху постмодерна. Знакомит с представителями танца модерн и постмодерна на отечественной сцене.

1. Представители танца модерн в России:

- «Провинциальные танцы» Т. Бигановой;
- «Балет Е. Панфилова».

2. Постмодерн в России:

- концептуализм отечественной хореографии (Н. Огрызков, В. Пона).

К концу изучения раздела учащийся должен знать:

- процесс развития современного танца в России;
- представителей танца модерн и постмодерн в России;
- танцевальные коллективы отечественной сцены.

Раздел II. Изучение основных принципов движений танца - модерн.

1. Упражнения для позвоночника:

Спираль:

- body roll;
- tilt, lean out.

2. Кросс. Продвижение в пространстве.

Прыжки:

- большие прыжки (сиптез классического и модерн-танца);
- grand jeté с различными падежами, перекатами.

Вращения:

- комбинации туров на различных уровнях.

К концу изучения раздела учащийся должен уметь и знать:

- технические принципы исполнения движений для позвоночника;
- соединять движения модерн-танца и классического танца в комбинации.

Раздел III. Синтез модерн-танца с различными жанрами искусства.

Данный раздел позволяет учащимся использовать элементы классического танца в комбинациях, этюдах модерн-характера. Дает толчок к поиску новых технических возможностей при самостоятельной работе. Учащийся имеет возможность заменять музыкальное сопровождение своих танцевальных этюдов словесным. Помощи физического и профессионального развития происходит ещё и духовное совершенствование учащихся.

1. Академический модерн-финанс

- комбинация большого адажио, включающая в себя невозможные элементы классического танца;
- танцевальный этюд.

2. Контактная импровизация.

Самостоятельная работа учащихся по 2, 3 человека с предварительным показом некоторых технических приёмов преподавателем:

- поддержка с выходами на различные уровни;
- составление танцевальных этюдов по 2, 3 человека учащимися, опираясь на полученные приёмы.

3. Закрепление и совершенствование основных технических приёмов в модерн и джаз танце.

Танцевальные связки, комбинации, этюды на середине зала, в партере, в кроссе:

- партерная комбинация, включающая в себя различные перекаты, кувырки на разных уровнях, а также движений стретч-характера;
- танцевальный этюд в технике contemporary;
- танцевальный этюд фолк стили на середине зала (стилизация народного танца и модерн-финанс).

К концу изучения раздела учащийся должен уметь:

- выступать в контактную импровизацию в более сложных формах:

- работать в фолк-стиле, в технике contemporary.

Раздел IV. Творческий практикум.

Экзерсис на середине зала.

Комбинация большого adagio с элементами контактной импровизации.

Танцевальные комбинации в изученных направлениях и стилях:

- кросс: комбинация вращений;
- середина: комбинация на контактную импровизацию;
- танцевальный этюд с использованием любых изученных техник современного танца.

К концу изучения раздела учащийся должен знать:

- принципы и приёмы сочинения танцевальных комбинаций, их отличие от учебных комбинаций;
- особенности музыкального сопровождения.

В конце II полугодия проводится экзамен

III. Требования к уровню подготовки обучающихся

Результатом освоения программы «Основы современного танца» является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков:

- знания истории зарождения и развития современного танца;
- знание основных направлений современного танца;
- знания значения современного танца в хореографическом искусстве;
- знания основных принципов построения уроков модерн и джаз танца;
- знания терминологии современного танца;
- умения исполнять движения в различных стилях модерн и джаз танца;
- навыков владения техниками современного танца для импровизации, как индивидуальной, так и контактной, коллективной.

IV. Методическое обеспечение учебного процесса

При организации и проведении занятий по предмету «Основы современного танца» необходимо придерживаться следующих принципов:

- принципа сознательности и активности, который предусматривает, прежде всего, воспитание осмысленного овладения техникой танца, заинтересованности и творческого отношения к решению поставленных задач;

- принципа наглядности, который предусматривает использование при обучении комплекса средств и приемов: личная демонстрация приемов, видео и фотоматериалы, словесное описание нового приема и т.д.;

- принципа доступности, который требует, чтобы перед учеником ставились посильные задачи. В противном случае у обучающихся снижается интерес к занятиям. От преподавателя требуется постоянное и тщательное изучение способностей учеников, их возможностей в освоении конкретных элементов, оказание помощи в преодолении трудностей;

- принципа систематичности, который предусматривает разучивание элементов, регулярное совершенствование техники элементов и освоение новых элементов для расширения активного арсенала приемов, чередование работы и отдыха в процессе обучения с целью сохранения работоспособности и активности учеников.

Процесс обучения основам современного танца включает 4 этапа.

На первом этапе ставятся задачи:

- всестороннего развития физических возможностей для изучения элементов джаз танца и модерн танца, знакомства со строением тела и особенностями работы разными группами мышц;
 - ознакомления с направлениями современной хореографии, расширение знаний в плане лекционного материала;
 - знакомство с методическими основами модерн и джаз танца, с терминологией основ современного танца;
- создания целостного впечатления о современной хореографии, её направлениях и стилях;

Методика заключается в передаче информации об истории развития современного танца из литературных источников, изучение терминов модерн и джаз танца, практических занятий с локальным основным движением и самостоятельной творческой деятельности учащихся.

На втором этапе задачи расширяются:

- углубленное разучивание основных принципов движений модерн и джаз танца;
- уточнение элементов в создании целостного образа, кастросния музыкального произведения, знакомство с искусством импровизации;
- формирование эстетического творческого мышления у учащихся, повышение продуктивности в исполнительском и творческом процессе;
- тренировка физической выносливости и устойчивости к нагрузкам.

Преподаватель дает необходимые разъяснения, напоминает последовательность действий, своевременно, доброжелательно оценивает достижения учащихся.

На третьем этапе задача заключается в том, чтобы закрепить представления о современной хореографии, формирование у учащихся творческого мышления. Умение находить общий язык при помощи различных технических приёмов модерн танца, поощряя детей самостоятельно использовать разученные движения, их использования в танцевальных этюдах, строится на практическом показе педагогом технических приёмов.

Методика закрепления и совершенствования основ современного танца четвёртого этапа обучения нацелена на работу над качеством. Преподаватель, напоминая последовательность, используя образные сравнения, отмечая удачное исполнение, создает условия для эмоционального выполнения учащимися движений современного танца.

Требования к музыкальному оформлению урока

Музыкальное оформление урока является основой музыкально-ритмического воспитания и влияет на развитие музыкальной культуры учащихся. Музыкальное оформление должно быть разнообразным и качественно исполненным, будь то работа концертмейстера или звуковые фоновые граммы.

Музыкальное произведение (фрагмент) подбирается к каждой части урока, определяется его структура, темп, ритмический рисунок, характер. Мелодии должны быть простыми, но не примитивными и не монотонными.

В оформлении урока можно использовать:

- классическую музыку русских и зарубежных композиторов в современной обработке;
- народную музыку (стилизованную);
- музыку в современных ритмах.

Музыкальный материал должен быть:

- доступным по форме, жанру, стилю и характеру для восприятия;
- иметь выразительную мелодию и четкую фразировку.

V. Список рекомендуемой методической литературы

1. Диниц Е.В. «Джазовые танцы» - М, «АСТ», 2002.
2. Лисицкая Т.С. «Джазовый танец» Учебное пособие, Москва-Гамбург, 1999.
3. Лисицкая Т.С. «Ритм и пластика».- М. «Музыка» 1985.
4. Медведева М.С. «Персоналии модерн танца». Методическая разработка для педагогов. Иркутск. 2005.
5. Никитин В.Ю. «Джаз-модерн танец. Начало обучения. Москва. 1998.
6. Подятков С.С. «Основы современного танца». Ростов-на-Дону: «Феникс», 2005.

Интернет – ресурсы

1. <http://piruet.info/>
2. <http://horeogry.com>
3. <http://www.balletmusic.ru/>
4. <http://september.ru/>