

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детская школа искусств» пгт. Песковка
Омутнинского района Кировской области

Утверждаю:
Директор МБУ ДО ДШИ пгт. Песковка
Омутнинского района Кировской области
С. В. Косолапов
« 30 » 2016 г.
Приказ № 008



Программа учебного предмета
Основы современного танца
дополнительной
общеразвивающей программы
«ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ИСКУССТВО»

Срок реализации – 4 года

пгт. Песковка 2016

Структура программы учебного предмета

I. Пояснительная записка

- *Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе*
- *Срок реализации учебного предмета*
- *Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательной организации на реализацию учебного предмета*
- *Сведения о затратах учебного времени*
- *Форма проведения учебных занятий*
- *Цели и задачи учебного предмета*
- *Структура программы учебного предмета*
- *Методы обучения*

II. Содержание учебного предмета

- *Учебно-тематический план*
- *Годовые требования*

III. Требования к уровню подготовки учащихся

- *Требования к уровню подготовки на различных этапах обучения*

IV. Формы и методы контроля, система оценок

- *Аттестация: цели, виды, форма, содержание*
- *Критерии оценки*

V. Методическое обеспечение учебного процесса

VI. Список учебной и методической литературы

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Характеристика учебного процесса, его место и роль в образовательном процессе

Программа учебного предмета «Основы современного танца» разработана на основе «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-ГИ.

Формирование художественной и духовной культуры подрастающего поколения предполагает развитие умений ценить и понимать прекрасное в природе, искусстве, труде и жизни человека и обществ; пользоваться плодами культурного развития человечества и своего народа; активно участвовать в процессах поддержания и обновления культуры общества. Все это приводит к совершенствованию собственной личности, ее внутреннего мира путем эстетического общения и собственного художественного творчества в разных видах искусства.

Танец — древнейшее из искусств, отражающее потребность человека передавать другим людям свои радости или скорби посредством своего тела. Музыкально - ритмические движения помогают развивать музыкально-эстетическую сторону личности ребенка и подростка. Помогает ощущать красоту своих движений, эмоционально обогащаются, испытывают особый подъем, жизнерадостность. Занятия танцами укрепляют тело, повышают самодисциплину. Они помогают научиться выполнять точные, четкие движения для выражения чувств и эмоций. Современные танцы помогают выразить свое настроение при помощи ритмичных шагов и движений тела, дают возможность общаться в коллективе, используя язык тела, обрести уверенность в себе. Выполнение все более сложные движений и последовательностей развивает память и координацию. Музыкальный фон помогает развивать легкость движений, амплитуду, слух, чувство ритма. Упражнения по растяжке снимают мышечную усталость, делают тело более гибким и пластичным.

Срок реализации учебного предмета

При реализации программы учебного предмета «Основы современного танца» со сроком обучения 4 года, продолжительность учебных занятий с первого по четвертый годы обучения составляет 34-35 недель в год.

Сведения о затратах учебного времени

Вид учебной работы, нагрузки, аттестации	Затраты учебного времени								Всего часов
	1-й год		2-й год		3-й год		4-й год		
Годы обучения	1	2	3	4	5	6	7	8	
Полугодия	1	2	3	4	5	6	7	8	
Количество недель	15	19	16	19	16	19	16	19	262
Аудиторные занятия	30	38	30	38	30	38	30	38	262
Максимальная учебная нагрузка	30	38	30	38	30	38	30	38	262

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

Общая трудоемкость учебного предмета «Основы современного танца» при 4-летнем сроке обучения составляет 262 часа.

Рекомендуемая недельная нагрузка в часах:

Аудиторные занятия:

1 - 4 классы – по 2 часа в неделю.

Форма проведения учебных занятий

Занятия проводятся в групповой и мелкогрупповой (от 4-х чел.) формах. Мелкогрупповая форма занятий позволяет преподавателю построить процесс обучения в соответствии с принципами дифференцированного подхода.

Цель и задачи учебного предмета

Целью учебного предмета является обеспечение развития творческих способностей обучающихся, овладение знаниями и представлениями о современном танце, формирование устойчивого интереса к предмету «Основы современного танца», развитие свободной творческой личности, укрепление здоровья, воспитание исполнительской культуры.

Задачи учебного предмета

- Всестороннее развитие всех мышц, суставов, связок;
- Развитие техники;
- Развитие координации, пластики;
- Развитие артистичности;
- Усвоение стиля и манеры исполнения современных танцев;
- Развитие ритма.

Структура программы

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, итоговая аттестация;
- Методическое обеспечение учебного процесса.

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

Методы обучения

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

- Словесный (объяснение, беседа, рассказ);
- Наглядный (показ, наблюдение, демонстрация);
- Эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, художественные впечатления);
- Практический:
 - ✓ Экзерсис у станка;
 - ✓ Танцевальные упражнения и комбинации на середине зала;
 - ✓ Работа над этюдами, построенными на материале современных танцев.

Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

Для проведения занятий необходимы следующие организационные условия: наличие учебно-хореографического кабинета; танцевального зала, имеющего пригодное для танца напольное покрытие; наличие гардеробов и раздевалок для занятий; помещение для хранения костюмов; балетные станки; зеркала, наличие концертного зала.

При изучении предмета «Основы современного танца» кабинет оснащается звукотехническим оборудованием (магнитофон, муз. проигрыватель и т.п).

Материально-техническая база соответствует санитарным, противопожарным нормам и нормам охраны труда.

II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Учебно-тематический план

Программа предназначена для детей, проявляющих интерес к хореографии. Программа рассчитана на 4 года. К моменту изучения предмета «Современный танец» обучающиеся занимались ритмикой и классическим танцем в подготовительной группе, в задачи которых на раннем этапе входило развитие чувства ритма, опорно-двигательного аппарата, мышц рук, спины, живота, навыков микро-координации и ориентации в сценическом пространстве (макро-координации). Кроме того, на занятиях ритмики закладывался фундамент для изучения основ современного танца. Тем более, к моменту его изучения обучающиеся приобрели возможность осваивать импровизации, что позволяет избавляться от физических и психологических зажимов, у них изменяются движенческие привычки, в повседневной жизни появляются новые, более гармоничные движения, обучающийся получает удовольствие от выражения эмоций и свободы мысли средствами пластики.

Программа предусматривает как общее начальное хореографическое образование, так и индивидуальное обучение одаренных детей. В конце XIX - начале XX века в Германии и Америке зарождается современное направление хореографии - танца модерн. Истоки зарождения проявились в искусстве Айседоры Дункан, педагога Э. Жака-Далькроза. Это стремление создать новую хореографию, отвечающую потребностям человека XX столетия, получило большую поддержку.

Основополагающие принципы данного направления: отказ от канонов в противовес танцу классическому, воплощение новых тем и сюжетов оригинальными танцевально-пластическими средствами. С каждым годом все больше и больше российских балетмейстеров и педагогов-хореографов обращаются к современному танцу. И даже во всех главных академических театрах страны в последние годы практикуются постановки на базе современной хореографии и пластики.

Актуальность данной программы заключается в систематизации принципов работы с обучающимися в направлении «Современная хореография». Это направление в хореографическом искусстве стало очень привлекательным для детских хореографических коллективов, т.к. классический танец довольно труден для изучения и доступен далеко не всем воспитанникам, а принципы освоения современного танца помогают достигать любому ребенку самовыражения через движения.

Художественная направленность данной программы прослеживается в том, что изучение обучающихся современного танца, проходит неразрывно с изучением истории современного хореографического искусства, знакомства с постановками современных балетмейстеров и мировой музыкальной культуры. Средствами этих занятий у детей формируются творческие способности в опоре на эстетическое сознание: эстетических эмоций, чувств, интереса, вкуса, потребностей, представлений о красоте движений, звука, формы, цвета. Новизна: данная программа комплексная, направлена не только на формирование умений и навыков в искусстве хореографии, но и развитие творческого аспекта личности обучающегося и формирование его активной жизненной позиции. Цель: способствовать формированию личности обучающегося с развитым художественно-эстетическим вкусом и системой ценностей в восприятии современной культуры, способного к творческой самореализации посредством современного искусства хореографии.

При подготовке к занятию преподаватель условно делит изучаемый материал на разделы: разогрев, изоляцию, упражнения для развития позвоночника, уровни, кросс, комбинации или импровизации. Не обязательно в занятие включать все перечисленные разделы, можно использовать лишь два-три, но с учетом возрастных особенностей обучающихся. В конце каждого занятия необходимо оставить несколько минут для выполнения комплекса упражнений стрейчинга, которые нужно соединить с движениями из йоги для расслабления и восстановления дыхания.

Годовые требования
1-ый год обучения

№ п/п	Тема	Всего часов	Теория	Практика
1	Основные понятия современного танца. Разогрев позвоночника	1	0,5	0,5
2	Упражнения, развивающие гибкость позвоночника	2	0,5	1,5
3	«Координация», «Изоляция», «Центр»	2	0,5	1,5
4	«Кросс»	1	0,5	0,5
5	«Стрейчинг»	1	0,5	0,5
6	«Комбинация и импровизация»	7,5	0,5	7
7	Постановка и отработка танцев	52		52
8	Отчетный концерт	1,5		1,5
Итого		68	3	65

Краткое содержание тем 1-го года обучения

1. Основные понятия современного танца. Разогрев позвоночника (1ч) раздел состоит из 3-4 упражнений на различные группы мышц. Возможно сочетание нескольких движений в единую комбинацию, которая обязательно исполняется с двух ног и во всех направлениях.
2. Упражнения, развивающие гибкость позвоночника (2ч.) – упражнения roll up, roll down, swing, tilt.
3. Координация, Изоляция, Центр (2ч.) - более глубокий разогрев, развивающий подвижность суставов и связок всего тела; упражнения для позвоночника, используется быстрая музыка с четким акцентом на первую долю.
4. «Кросс» (1ч.) (передвижение в пространстве) изучение шагов. На данном этапе обучения музыкальное сопровождение должно быть с простым мелодическим рисунком и устойчивым ритмом
5. Стрейчинг (1ч.) комплекс упражнений на развитие гибкости, пластичности
6. «Комбинация и импровизация» (7,5 ч.). Изучение основ джаз-танца и исполнение импровизаций
7. Постановка и отработка танцевальных номеров (52ч.). Постановка номеров. Работа над четким и синхронным исполнением комбинаций, музыкальностью и выразительностью
8. Отчетный концерт (1,5ч.).

2-ой год обучения

№ п/п	Тема	Всего часов	Теория	Практика
1	Восстановление физической формы	4		4

2	Разогрев	6	1,5	4,5
3	«Координация»	7	1	6
4	«Изоляция»	7	1	6
5	Новые элементы и развернутые комбинации	12	3	9
6	Основы импровизации	5	1	4
7	Основы партнеринга	5	1	4
8	Постановка и отработка танцевальных номеров	20		20
9	Отчетный концерт (зачет)	2		2
Итого		68	8,5	59,5

Краткое содержание тем 2-го года обучения

1. Восстановление физической формы (4 ч).
2. Разогрев (6 ч) изменяется положение обучающихся, например, несколько упражнений на середине исполняются с изменением уровней.
3. Координация (7 ч.) сочетания работы двух центров в параллель и оппозицию. Знакомство с джаз-модерн танцем, простейшие движения и комбинации.
4. Изоляция (7 ч.) соединения движений одного центра в простейшие комбинации «крест», «квадрат», «круг», «полукруг».
5. Новые элементы и развернутые комбинации (12ч.) Deep body bent, свободные падения корпуса вперед и в сторону – drop, свинговые раскачивания рук, корпуса, головы, пелвиса. Движение за счет падения и подъема тяжести корпуса, его построение по синусоиде: движение-задержка в кульминационной точке (suspend) и обратный возврат (recovery). Комбинации, включающие в себя движения, развивающие гибкость позвоночника: flat back, deep body bend, roll dawn, roll up. Комбинации, развивающие координацию. Простейшие комбинации в технике танца модерн, исполнения contraction, release, high release со сменой уровней. Комбинации стрейчинг-характера на полу.
6. Основы импровизации (5 ч.) Приемы импровизации: физическое воплощение образа, чувства, настроения под музыкальное сопровождение, предложенное педагогом. Тренинг актерского мастерства на развитие воображения и фантазии: «придумай себе дело», «здравствуйте, я ...!», «снимаем-одеваем», «я – не я» и т.п.
7. Основы партнеринга (5 ч.) Понятия «Вес», «Опора», упражнения в партере на перенос веса и правильную опору в пол.
8. Постановка и отработка танцевальных номеров (20 ч.)
9. Отчетный концерт (2 ч.)

3-ий год обучения

№ п/п	Тема	Всего часов	Теория	Практика
1	Восстановление физической формы и повторение прошлогоднего материала	6		6
2	Новые элементы. Комбинации, импровизации	9	1,5	7,6
3	Партнеринг	9	1	8
4	Уровни	6	1	5
5	Кросс, вращения	7	1	6
6	Стрейчинг	7	1	6
7	Воркшоп «Я и пространство»	2	1	1
8	Постановка и отработка танцевальных номеров	20		20
9	Зачет (отчетный концерт)	2		2
Итого		68	6,5	61,5

1. Восстановление физической формы и повторение прошлогоднего материала (6 ч.)

2. Новые элементы. Комбинации импровизации (9 ч.) Взаимосвязь движения и дыхания. Особенность более полного использования пространства в танце модерн за счет передвижения по горизонтали и вертикали. Построение более сложных комбинации в разделе «уровни» с использованием движений из йоги. В комбинациях используются сочетания нескольких уровней, шагов, прыжков, вращений, спиралей и наклонов торса, скольжений. Самостоятельно выполняемые воспитанниками небольшие импровизации. Отправной точкой импровизации будет, предложенный педагогом музыкальный материал в джазовом стиле.

3. Партнеринг (9 ч.) Твисты, спирали в продвижении без использования рук и ног, перекаты на одно и два плеча; движения на полу, где один центр, активизирует другой, по принципу «ртути»; скольжение всем телом по полу, движени , напоминающее «ящерицу», «змею», упражнения в парах, малых группа. Понятия push и pull.

4. Уровни (6 ч.) Упражнения и комбинации со сменой уровней и направлений.

5. Кросс, вращения (7 ч.) усложненные комбинации с разученными движениями: скольжениями, вращениями, твистами, спиральями торса, прыжками, падениями и перекатами

6. Стрейчинг (7 ч.) элементы йоги для разогрева, улучшения физической формы, растяжки.
7. Воркшоп «Я и пространство» (2 ч.) – танцевальная лаборатория, направленная на работу с пространством, пониманием своего места в пространстве и взаимодействие с окружающими людьми, включающая в себя основы партнеринга и импровизации.
8. Постановка танцевальных номеров (20 ч.)
9. Зачет (отчетный концерт) (2 ч.)

4-ый год обучения

№ п/п	Тема	Всего часов	Теория	Практика
1	Восстановление физической формы и повторение материала, изученного за предыдущие годы	6		6
2	Совершенствование ранее изученных элементов. Комбинации, импровизации	8	1	7
3	Партнеринг	8	1	7
4	Уровни	6	1	5
5	Кросс, вращения	8	1	7
6	Партерная гимнастика и стрейчинг	8	1	7
7	Постановка и отработка танцевальных номеров	22		22
8	Экзамен	2		2
Итого		68	5	63

1. Восстановление физической формы и повторение изученного за предыдущие годы(6 ч.)
2. Совершенствование ранее изученных элементов. Комбинации импровизации (8 ч.) Взаимосвязь движения и дыхания. Особенность более полного использования пространства в танце модерн за счет передвижения по горизонтали и вертикали. Самостоятельно выполняемые обучающимися небольшие импровизации. Отправной точкой импровизации будет, предложенный педагогом музыкальный материал в разных стилях.
3. Партнеринг (8 ч.) Твисты, спирали в продвижении без использования рук и ног, перекаты на одно и два плеча; движения на полу, где один центр, активизирует другой, по принципу «ртути»; скольжение всем телом по полу, движени , напоминающее «ящерицу», «змею», упражнения в парах, малых группа. Понятия push и pull.

4. Уровни (6 ч.) Упражнения и комбинации со сменой уровней и направлений.
5. Кросс, вращения (8 ч.) усложненные комбинации с разученными движениями: скольжениями, вращениями, твистами, спиралями торса, прыжками, падениями и перекатами
6. Партерная гимнастика и стрейчинг (8 ч.) элементы йоги для разогрева, улучшения физической формы, растяжки.
8. Постановка танцевальных номеров (22 ч.)
9. Экзамен (2 ч.)

III. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

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

- знаний основных хореографических терминов
- умений работать в паре, группе и соло
- навыков музыкальности, подвижности всего тела
- знаний основных принципов и особенностей техники движения современного танца
- умений двигаться амплитудно, плавно и пространственно
- умений импровизировать
- навыков публичных выступлений

IV. ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ. КРИТЕРИИ ОЦЕНОК

Контроль знаний, умений, навыков обучающихся обеспечивает оперативное управление учебным процессом и выполняет обучающую, проверочную, воспитательную и корректирующую функции. Разнообразные формы контроля успеваемости обучающихся позволяют объективно оценить качество образовательного процесса.

Основными видами контроля успеваемости по предмету «Основы современного танца» являются:

- текущий контроль успеваемости обучающихся,
- промежуточная аттестация,
- итоговая аттестация.

Текущая аттестация проводится с целью контроля за качеством освоения какого-либо раздела учебного материала предмета и направлена на поддержание учебной дисциплины, выявление отношения к предмету, на ответственную организацию домашних занятий и может носить стимулирующий характер.

Текущий контроль осуществляется регулярно преподавателем, отметки выставляются в журнал и дневник обучающегося. В них учитываются:

- отношение обучающегося к занятиям, его старание, прилежность;
- качество выполнения заданий;
- инициативность и проявление самостоятельности;
- темпы продвижения.

Промежуточная аттестация определяет успешность развития обучающегося и степень освоения им учебных задач на данном этапе.

Наиболее распространенными формами промежуточной аттестации являются зачеты, концерты, контрольные уроки. Участие в концерте приравнивается к выступлению на академическом концерте. Отметка, полученная на концерте, влияет на четвертную, годовую и итоговую оценки.

Итоговая аттестация проводится с целью подведения итогов. При прохождении итоговой аттестации выпускник должен продемонстрировать знания, умения и навыки в соответствии с программными требованиями.

Форма и содержание аттестации по учебному предмету «Основы современного танца» устанавливаются образовательной организацией самостоятельно. При проведении итоговой аттестации может применяться форма экзамен.

Критерии оценки

Критерии оценки качества подготовки обучающегося позволяют определить уровень освоения материала, предусмотренного учебной программой. Основным критерием оценки обучающегося, осваивающего учебную программу является методически грамотное объяснение программного движения, грамотное исполнение программного упражнения, владение техникой исполнения движений и упражнений как у станка, так и на середине зала, умение делать музыкальную раскладку танцевальных движений.

При оценивании обучающегося следует учитывать:

формирование устойчивого интереса к данному предмету и к хореографическому искусству в целом;

наличие исполнительской культуры;
овладение практическими умениями и навыками в различных видах хореографически-исполнительской деятельности: сольном и ансамблевым;
степень продвижения обучающегося, успешность личностных достижений.

По итогам исполнения программы на зачете, концерте в 1-3 классах выставляется оценка по десятибалльной шкале.

Итоговая аттестация в форме экзамена проводится в 4-м классе. На итоговом экзамене выставляется оценка по пятибалльной шкале.

V. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Основными методами работы преподавателя являются показ движений и словесное объяснение. Они – главные проводники требований преподавателя к учащимся. В разных классах показу и объяснению отводится различная роль, изменяются функции показа и объяснения на разных этапах обучения.

На начальном этапе обучения по современному танцу (1-й класс) показу придаётся исключительно большое значение, т.к. он даёт первоначальное представление о движении. Поэтому показ должен быть предельно точным, конкретным и технически совершенным.

Словесное объяснение комментирует показ, выделяя наиболее важные моменты, а также служит для формирования основных понятий, необходимых на начальном этапе (правила исполнения).

На следующем этапе обучения (2-й –3-й классы) показ приобретает иной характер. Он становится более обобщённым, акцентирующим наиболее важные моменты, особенно мышечную работу тела.

На конечном этапе обучения (4 класс) показ и объяснение занимают меньше времени. Методы показа и объяснения варьируются в самых широких пределах, учитывая многообразие задач выпускного класса.

Таким образом, два важнейших метода – показ и объяснение – связаны с одним из центральных моментов обучения: активизацией мышления и развитием творческого начала в процессе напряжённой физической работы по овладению танцевальными навыками.

Формы работы:

- урок;
- практические индивидуальные занятия;
- разучивание танцевальных номеров;
- беседа и рассказ;

- просмотр видеозаписей;
- проведение отчётов, концертов.

Методические рекомендации педагогическим работникам

Программа экспериментальная, комплексная, общеразвивающая. В основе создания программы лежит идея социально-педагогического взаимодействия: родитель-ученик-педагог. В основу программы положены следующие методические принципы:

- единства обучения, воспитания и развития,
- принцип наглядности,
- принцип последовательности и системности,
- принцип индивидуальности,
- принцип развития,
- принцип результативности.

В работе с обучающимися преподаватель должен следовать принципам последовательности, постепенности, доступности, наглядности в освоении материала. Весь процесс обучения должен быть построен от простого к сложному и учитывать индивидуальные особенности ученика: интеллектуальные, физические, музыкальные и эмоциональные данные, уровень его подготовки.

С каждым годом обучения усложняется и становится разнообразнее танцевальная лексика, изучаемая в соответствии с программой.

Критерием обученности будут: положительная динамика уровня обученности и развития творческих способностей детей, успешное участие в конкурсах, заинтересованность детей в творческой деятельности.

VI. СПИСКИ РЕКОМЕНДУЕМОЙ УЧЕБНОЙ И МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

С. Наборщикова «Видеть музыку, слышать танец. Стравинский и Баланчин. К проблеме музыкально-хореографического синтеза»,
Московская государственная консерватория им. Чайковского, 2010г.

Бежар Морис. Мгновение в жизни другого (мемуары). М.: «Балет», 2007.

Бореев Ю.Б. Эстетика в 2-х т. –Смоленск: 5-е изд., Русич, 2006.

Блэйер Фредерика. «Айседора. Портрет женщины и актрисы». Смоленск: «Русич», 2011.

Конен Б. Пути американской музыки. – М.: Композитор, 2010.

Наборщикова «Видеть музыку, слышать танец. Стравинский и Баланчин. К проблеме музыкально-хореографического синтеза», Московская государственная консерватория им. Чайковского, 2010г.

Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. История, методика, практика. ГИТИС, М., 2000.

Стюарт Отис. «Рудольф Нуриев. Вечное движение». Смоленск: «Русич», 2001.

Франк С.Л. Духовные основы общества. Смысл жизни. Свет во тьме. – М., 2008.

Шереметьевская Н. Танец на эстраде. М.: Искусство, 2010.

Шереметьевская «Длинные тени».- редакция журнала «Балет», 2009г.