Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Детская школа искусств»
(МАУДО «ДШИ»)
«Челядьлы искусство школа» содтöд тöдöмлун сетан муниципальнöй асшöрлуна
учреждение («ЧИШ» СТСМАУ)

РЕКОМЕНДОВАНА:
МС МАУДО «ДШИ»
От 09.03.2023 г.
Протокол №3
ПРИНЯТА:
Педагогическим советом МАУДО «ДШИ»
От 27.03.2023 г.
Протокол №2

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАУДО «ДШИ»
_____Братусь В.В.
27.03.2023 г.

Подписано цифровой подписью:
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ "ДЕТСКАЯ ШКОЛА
ИСКУССТВ"
Дата: 2023.05.04 09:03:16 +03'00'

Дополнительная предпрофессиональная общеобразовательная программа в области хореографического искусства «Хореографическое творчество»

Предметная область В.00. ВАРИАТИВНАЯ ЧАСТЬ

Программа учебного предмета В.03. «СОВРЕМЕННЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ В ХОРЕОГРАФИИ»

Сыктывкар
2023

Разработчики:
Полякова М.А.,
Тарабукина Е.А.,
Попова О.Н.,
преподаватели МАУДО «ДШИ»

Рецензент:
Супрун Н.А.,
преподаватель МАУДО «ДШИ»,
руководитель МО преподавателей хореографического отделения,
заслуженный работник РК

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 образовательного учреждения на реализацию учебного предмета;

– Форма проведения учебных аудиторных занятий;

– Цели и задачи учебного предмета;

– Обоснование структуры программы учебного предмета;

– Методы обучения;

– Описание материально- технических условий реализации учебного предмета.

II. Содержание учебного предмета

- Сведения о затратах учебного времени;
- Годовые требования по классам.

III. Требования к уровню подготовки учащихся

IV. Формы и методы контроля, система оценок

- Аттестация: цели, виды, форма, содержание;
- Критерии оценок.

V. Методическое обеспечение учебного процесса

- Методические рекомендации педагогическим работникам;
- Рекомендации по организации самостоятельной работы учащихся.

VI. Списки рекомендуемой учебно-методической литературы.

I. Пояснительная записка.

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

Программа учебного предмета «Современные направления в хореографии» разработана с учетом федеральных государственных требований к дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программе в области хореографического искусства «Хореографическое творчество». Учебный предмет «Современные направления в хореографии» направлен на приобщение детей к современному искусству, на эстетическое воспитание учащихся, на приобретение основ исполнения современного танца, а так же на воспитание нравственно - эстетического отношения к танцевальной культуре.

Современный танец является одним из предметов вариативной части предметной области «Хореографическое творчество». Содержание учебного предмета «Современные направления в хореографии» тесно связано с содержанием учебных предметов «Ритмика», «Гимнастика», «Подготовка концертных номеров», «Классический танец».

Приобретенные музыкально - ритмические навыки дают основания изучать движения с разнообразным ритмическим рисунком, как у станка, так и на середине зала.

Обучение современному танцу совершенствует координацию движений, способствует дальнейшему укреплению мышечного аппарата, развивая те группы мышц, которые мало участвуют в процессе классического тренажа.

В основе всех видов танцевания лежит ритм. Во многих видах европейских танцев ритм отличается движениями ног и рук, а корпус сам становится источником ритма. Принцип дыхания превращается в способ движения («вдох»- расширение - большая поза, растяжение; «выдох»- расслабление, сжатие, маленькая поза, падение, группировка к центру тела). Сочетание в разных амплитудах, темпах и ритмах такого принципа движений позволяет создать очень выразительную форму танца и довольно трудную в исполнении. Очень быстрый темп движения и разнообразный темп, часто сложноорганизованный, присущий джазовой музыке, обуславливает экспрессивное, стремительное движение, резко меняющие позы и направление движения.

Техника танца – модерн, с одной стороны, основана на классическом танце, а с другой – на движениях, отличных от классики. В противоположность классическому танцу, в котором танцовщику необходимо постоянно преодолевать силу земного притяжения, в танце – модерн сила тяжести используется в помощь. Дыхание в танце модерн играет огромную роль. Одно из его видимых свойств – это чувство свободного движения, свободного течения энергии, чувство «прилива» и «отлива». Оно возникает благодаря тому, что движение совершается с «дыханием», причем дыхание осуществляется правильно. Танец на вдохе и выдохе позволяет повысить эмоциональную активность тела, придает драматический объем движениям.

2. Срок реализации предмета «Современные направления в хореографии».

Срок освоения программы составляет 1 год (5 год обучения по программе «Хореографическое творчество»).

3. ***Объем учебного времени,*** предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию предмета «Современные направления в хореографии»:

Таблица 1

Вид учебной нагрузки	Год обучения (класс)
	5
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	2
Аудиторные занятия (в часах)	66
Максимальная нагрузка (в часах)	66
Консультации	6

4. ***Форма проведения учебных аудиторных занятий:***

По программе учебного предмета «Современные направления в хореографии» предусмотрено проведение аудиторных учебных занятий и консультаций.

Учебные занятия по учебному предмету «Современные направления в хореографии» проводятся в групповой форме численностью от 11 человек.

Форма проведения учебных аудиторных занятий:

Виды аудиторных учебных занятий: урок, контрольный урок.

Продолжительность урока – 40 минут.

Форма проведения учебных занятий – групповая.

Групповая форма позволяет преподавателю лучше узнать учащихся, их эмоционально-психологические особенности; построить процесс обучения в соответствии с принципами дифференцированного и индивидуального подходов.

Консультации проводятся с целью подготовки обучающихся к контрольным урокам, творческим конкурсам и другим мероприятиям.

- 5 класс – 6 консультаций в год.

Консультации могут проводятся в счет резерва учебного времени. Проведение консультаций может осуществляться в форме мелкогрупповых занятий численностью от 4 до 10 человек, групповых занятий численностью от 11 человек.

5. *Цели и задачи учебного предмета «Современные направления в хореографии».*

Цель: освоение техники и манеры исполнения современного танца, гармоничное развитие танцевальных навыков детей; приобретение базовых знаний, качеств, навыков исполнительства современных направлений.

Задачи:

- освоение знаний о различных стилях современного танца;
- приобретение практических умений и навыков исполнения танцевальных упражнений и движений современного танца с разнообразием техник, стилей и школ.
- освоение знаний терминологии;
- приобретение практических умений импровизации.

6. *Обоснование структуры программы учебного предмета*

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 учащихся;
- 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:

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 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 «Современные направления в хореографии».

- Наличие просторного помещения, хорошо освещенного, вентилируемого.
- Наличие зеркал и станков.
- Наличие аудио аппаратуры.

II. Содержание учебного предмета

1. Сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета «Современные направления в хореографии», на аудиторные занятия:

	Распределение времени
Класс	5
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	33
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	2
Общее количество часов на аудиторные занятия	66
Максимальное количество часов занятий в неделю	2
Общее максимальное количество часов в год	66
Объем времени на консультации	6

2. Годовые требования

1. приобретение знаний терминологии;
2. Приобретение навыков:

- постановки корпуса, рук, ног, головы;
- сложной координации движений;
- сочетания различных движений современного танца в танцевальных комбинациях.
- сочетания движения и дыхания в упражнениях;
- более сложной координации движений;
- исполнения различных акробатических приемов в упражнениях и комбинациях;
- танцевальной импровизации.

Современные направления хореографического искусства
I полугодие
Техника «Джаз танец»

<u>Разминка</u>

1. Port de bras, stretching.
2. Изоляции:
   - Голова (виды движений: наклоны, повороты, подъёмы, сдвиг, круговые движения);
   - Плечевой пояс, включает лопатки, ключицы, грудину, плечи (виды движений: подъёмы, выдвижение, twist, shake);
   - Грудная клетка (виды движений: release, contract, перемещение вправо и влево);
   - Верхняя часть корпуса до талии (виды движений: наклоны, twist);
   - Таз (виды движений: перемещение и толчки во все направления, движение крест, квадрат, восьмёрка);
   - Руки (кисть, локоть, рука);
   - Ноги (стопа, колено, бедро).
3. Изоляция и оппозиция различных частей тела, волны.

<u>Партер</u>

1. Упражнения для силы мышц ног.
2. Упражнения для силы мышц рук.
3. Упражнения для спины и пресса.
4. Упражнения на растяжки и гибкость.

Экзерсис на середине

1. Plie по всем развернутым и параллельным позициям в сочетании с flat и curve back, roll и swing, arch.
2. Battement tendu, jete в сочетании с движениями корпуса джаз-танца.
3. Rond по полу, на 45, 90 с работой корпуса.
4. Developpe по развернутым и параллельным позициям с demi и grand rond.
5. Grand battement по развернутым и параллельным позициям.
6. Grand battement с demi-plie.
7. Grand battement с наклоном корпуса вперед и опусканием на руки.

Движения в пространстве

1. Шаги с работой грудной клетки (contract-release).
2. Шаги с работой бедер (толчки вперед – назад, в стороны).
3. Шаги с работой корпуса (contract-release) в положении параллельно полу на demi-plie.
4. Step ball change.
5. Pas de bourre.
6. Kick с различной амплитудой вперед и в сторону.
7. Kick с продвижением и tours.
8. Падающие шаги от бедра, от стопы (с проскальзыванием), от ноги на 90^0)
9. Тройной шаг с battements вперед и проскальзыванием на опорной ноге.
10. Тройной шаг с grand rond.

Вращения и прыжки

1. Saute по развернутым и параллельным позициям.
2. Прыжки: tentive и маленькое jete.
3. Вращение с pas de bourre с подхватом ноги на невыворотное passé.
4. Вращение в продвижении. Со II выворотной, вращение в VI позиции.
5. Sotenu Contraction.
6. Шене по диагонали.
7. Tours по параллельной позиции.
8. В комбинации с использованием различных базовых шагов, маленьких прыжков, вращений и перемещений.

II полугодие

Техника «Модерн»

Партер

1. Освоение различных видов дыхания (нижнее, среднее, верхнее, полное).
2. Упражнения на соединение движения и дыхания, техника release.
3. Движения корпуса: curve back и arch.
4. Наклоны корпуса в curve back вперед и stretch вперед в диагональ с положением ног стопа в стопу, вытянуты вперед, раскрыты в стороны.
5. Круг головой, грудной клеткой, корпусом.
6. Упражнения для стоп: flex, point, вращение.
7. Положение «свастика».
8. Упражнения для растяжки ног (стопа в стопу, складка, ноги в стороны).
9. Упражнения для растяжки корпуса («сложенный листок» для спины, стойка на плечах, свечка с заложенными ногами за голову).

Экзерсис на середине

1. Roll, arch, flat back и curve back, swing в спираль.
2. Броски свободным бедром (swing). Swing с продвижением из стороны в сторону, вперед - назад и с chasse.
3. Plie по параллельным и развернутым позициям. Plie с roll, flat и curve back.
4. Упражнение для стоп push вперед, в стороны параллельно и выворотно.
5. Battement tendu и jete с переносом центра тяжести на опорную ногу, и с добавлением работы корпуса.
6. Восьмерки стопой по полу (М. Грэм).
7. Восьмерки согнутым бедром на 90 градусов (М. Грэм).

8. Brush по полу, на 45, 90 во все направления параллельно и выворотно.
9. Rond по полу, на 45, 90 с работой корпуса.
10. Developpe с arch, curve, в спираль.
11. Battement с продвижением.

Освоение пространства

1. Шаги с ощущением веса тела.
2. Шаги со скольжением из стороны в сторону.
3. Шаги с продвижением по IV позиции.
4. Падение на бедро.
5. Падение на бок.
6. Перекаты из стороны в сторону.
7. Перекат с шага, прыжка.
8. Падение и перекат с grand jete.

Прыжки

1. Прыжки на двух ногах по всем позициям низкие, средние, высокие.
2. Бег с ощущением веса тела.
3. Бег с акцентом вверх.
4. Прыжок с шага (sissonne) с curve и arch.
5. Прыжки от battement вперед.
6. Стелящееся grand jete.
7. Grand jete с акцентом вверх.
8. Grand jete с согнутой передней ногой в спираль.

Stretching

1. Упражнения для растяжки (ноги, спина).
2. Расслабление, восстановление.

Танец contemporary, танцевальная импровизация.

Партер

1. Техника освобождения.
2. Лежа на полу перетекание за рукой, за центром, за ногой.
3. Лежа на полу скручивание в центре с прорисовыванием кругов ногами (всей стопой, пальцами).
4. Скручивание с кругами и подъем в положение сидя, переход в стойку на плечо.
5. Скручивание с кругами и переход через разножку.
6. Сочетание различных видов перекатов с выходами в стойки на лопатки, на плечо, на руки.

Экзерсис на середине

1. Упражнения для корпуса (arch, curve, stretch диагональ, swing в различные направления).
2. Plie с различными движениями корпуса и оттяжками.
3. Push, brush в сочетании с движениями корпуса.
4. Rond по полу, на 45, 60, 90 гр. с работой корпуса.
5. Fondu с разворотом бедра внутрь и наружу.
6. Developpe на plie, на полупальцах с arch, curve.
7. Grand battement с проскальзыванием.

Движения в пространстве

Сочетание различных уровней в одной комбинации (пол, средний уровень, прыжок).

III. Формы и методы контроля, система оценок.

1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание

Оценка качества реализации программы "Современные направления в хореографии" включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную аттестацию обучающихся.

Текущий контроль проводится в форме просмотра заданных комбинаций в счет

аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков на завершающих полугодие учебных занятиях (9, 10 полугодие) в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет, согласно учебному плану. Средством контроля являются просмотры заданных комбинаций, качества исполнения. Преподаватель может оценивать как за технику исполнения, так и за знание комбинации.

По итогам текущего контроля, промежуточной аттестации выставляются оценки «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

2. Критерии оценок

Критерии оценки качества исполнения по пятибалльной шкале:

– 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 смысле)

– 3 («удовлетворительно») исполнение с большим количеством недочетов, а именно: недоученные движения, слабая техническая подготовка, малохудожественное исполнение, отсутствие свободы исполнения и т.д.

– 2 («неудовлетворительно») комплекс недостатков, являющийся следствием отсутствия регулярных аудиторных занятий, а также интереса к ним, невыполнение программных требований

– 1 («неудовлетворительно») полное отсутствие знаний, умений и навыков.

V. Методическое обеспечение учебного процесса

1. Методические рекомендации педагогическим работникам

Основная форма учебной и воспитательной работы - урок в классе, обычно включающий в себя проверку выполненного задания, совместную работу педагога и ученика по выполнению упражнений, рекомендации педагога относительно способов самостоятельной работы учащегося. Урок может иметь различную форму, которая определяется не только конкретными задачами, стоящими перед учениками, но также во многом обусловлена их индивидуальностями, а также сложившимися в процессе занятий отношениями учеников и педагога.

В работе с учащимися преподаватель должен следовать принципам последовательности, постепенности, доступности, наглядности в освоении материала. Весь процесс обучения должен быть основан на выполнении известных правил: от простого к сложному, от легкого к трудному. Содержание процесса обучения на уроках, в соответствии с основополагающими принципами педагогической науки, должно иметь воспитательный характер и базироваться на дидактических принципах сознательности и активности, систематичности и последовательности прочного освоения основ изучаемого предмета.

Одна из основных задач – воспитание важнейших психофизических качеств, развитие двигательного аппарата в сочетании с формированием моральных и волевых качеств личности – силы, выносливости, ловкости, быстроты реакции, смелости, творческой инициативы, координации и выразительности.

Приступая к обучению, преподаватель должен исходить из физических возможностей ребенка. Необходимым условием для успешного обучения на уроках является формирование у ученика уже на начальном этапе правильной постановки корпуса, рук, ног и головы**.**

Преподаватель в занятиях с учеником помогает учащимся увидеть образ движения. Ученик впитывает, как губка, все впечатления от действий педагога, поэтому все поведение педагога на уроке должно строиться, как положительный образец правильного отношения к общему делу, а показ должен быть точным, подробным и качественным. Показом надо пользоваться умело – то есть не злоупотреблять им в тех случаях, когда в нем нет необходимости. Нет смысла показывать движение, которое хорошо известно; это снижает интерес к занятиям и ничего не дает для развития памяти учеников.

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, поэтому, с первых лет обучения необходимо развивать ловкость, как одно из наиболее важных двигательных качеств, необходимых на уроках. Без ловкости нельзя усвоить ни одно упражнение. 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. Важным методом правильной организации урока является продуманное, спланированное размещение учащихся. При выполнении движений у станка надо расставить учеников так, чтобы они не мешали друг другу. При выполнении движений на середине зала лучше размещать детей в шахматном порядке, чтобы преподаватель мог лучше видеть их, причем через 2-3 урока следует менять линии.

Для самоконтроля за упражнениями необходимо проводить занятия перед зеркалом. Однако занятия перед зеркалом следует чередовать с занятиями без зеркала, чтобы учащиеся учились контролировать свои движения лишь с помощью мышечного чувства.

Список рекомендуемой литературы

Основная литература

1. Балет. Энциклопедия / Балет. – М.: Сов. Энциклопедия, 1981.
2. Васенина, Е. Российский современный танец. Диалоги. / Е. Васенина. – М.: Emergency Exit, 2005.
3. Ивлева, Л. Д. Джазовый танец / Л. Д. Ивлева. – Челябинск : ЧГАКИ, 2002.
4. Панферов, В. И. Пластика современного танца. / В. И. Панферов. – Челябинск : ЧГИИК, 1996.
5. Суриц, Е. М. Балет и танец в Америке. Очерки истории / Е. Суриц. – Екатеринбург: Изд-во Уральского университета, 2004.
6. Танцевальная импровизация. Альманах 1. / Танцевальная импровизация. – Москва, 1999.
7. Чурко Ю. М. Линия, уходящая в бесконечность / Ю. Чурко. – Минск: Полымя, 1999.

Дополнительная литература

1. Гердт, О. Неустойчивое равновесие / О. Гердт // Балет, 1999г.,№1
2. Конен, В. Рождение джаза / В. Конен. – М.: Сов. композитор, 1990.
3. Феликсдал. Современный джаз-танец в Европе / Феликсдалл // Балет, 1995г., № 1 – 2.
4. Этевенон, М. Дорога тела / М. Этевенон. – СПб.: Мирра, 1996.