

**Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Детская школа искусств № 6 Энгельского муниципального района»**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА В ОБЛАСТИ
ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА «ПОСТИГАЯ ПРЕКРАСНОЕ»**

ПРОГРАММА
по учебному предмету
«Современный танец»

г. Энгельс 2014

<p>«Одобрено» Методическим советом Протокол № 2 « 06 » 06 2014г.</p>	<p>Директор — Апарина Ирина Юрьевна</p> <p>«Утверждаю» Приказ № 67а-ОД «01» 09 20 г.</p> 
--	--

Разработчик(и) — Щербакова О.В., преподаватель МБУДО «ДШИ № 6 ЭМР»

Пояснительная записка

Программа учебного предмета «Современный танец» 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, а также с учетом современных тенденций в области хореографического искусства.

Хореографическое искусство - одно из универсальных средств всестороннего развития личности. Его специфика определяется многогранным воздействием на человека, так как хореография является синтетическим искусством и объединяет музыку, движение и театр.

Совершенствуя тело человека, влияя на становление эмоциональной сферы, воспитывая через музыку духовно, хореография способствует раскрытию творческого и познавательного потенциала, дает импульс к самосовершенствованию, постоянному личностному росту.

Учебный предмет «Современный танец» ориентирован на развитие физических данных учащихся, на приобретение начальных базовых знаний, умений и технических навыков в области современной хореографии.

Программа учебного предмета «Современный танец» разработана с учетом физических, психологических и возрастных особенностей детей и построена по принципу «от простого к сложному». Физическая нагрузка увеличивается постепенно, усложняются задания, уровень сложности движений нарастает поэтапно и последовательно, и так же целенаправленно возрастает уровень ответственности детей.

Программа разработана с учетом здоровьесберегающих факторов. Освоение программы предмета «Современный танец» способствует не только сохранению и укреплению здоровья, но и дает возможность исправлять уже имеющиеся небольшие отклонения, такие, как сколиоз, остеохондроз, болезни суставов, слабый мышечный тонус и др.

2. Срок реализации учебного предмета

Срок реализации учебного предмета – 2 года.

Программа предназначена для детей от 10(11)-12(13) лет, не имеющих начальной хореографической подготовки.

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

Максимальная учебная нагрузка по предмету «Современный танец» составляет:

1, 2 год обучения – по 1 часу в неделю,

Основной формой учебной работы является урок (групповая форма проведения занятий, наполняемость группы от 11 человек, или мелкогрупповая от 4 до 10 человек). Рекомендуемая продолжительность урока – 45 минут. Учебно-тематический план каждого года обучения рассчитан на 34 недели. Общий объём аудиторной нагрузки за весь период обучения составляет 68 часов.

4. Цель и задачи учебного предмета «Современный танец»

Целью учебного предмета является формирование элементов общей культуры личности (культуры танцевального движения, эрудиции в сфере танцевального искусства)

Задачи учебного предмета:

1. Направить учащегося к самовыражению в танцевальном творчестве средствами современного танца.
2. Поддержать общий уровень двигательной активности, используемой личностью для систематической физической нагрузки.
3. Корректировка физических недостатков строения тела.
4. Знакомство с основными направлениями современного танца.

Все перечисленные задачи курса тесно связаны между собой. Результаты их освоении взаимообусловлены, имеют взаимозависимый характер. Например,

формирование осанки, корректировка отдельных недостатков в физическом строении тела и другие задачи находятся в прямой зависимости от постановки дыхательной системы у конкретного ученика использования правил дыхания. В свою очередь, выработка правильного дыхания зависит от осанки, психологических качеств личности, развития мышечно-связочного аппарата и др.

5. Обоснование структуры программы

Программа учебного предмета содержит:

- 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;
- методическое обеспечение учебного процесса.

6. Методы обучения

Организация и сам процесс осуществления учебно-познавательной деятельности предполагают передачу, восприятие, осмысливание, запоминание учебной информации и практическое применение получаемых при этом знаний и умений. Исходя из этого, основными методами обучения являются:

- метод словесной передачи учебной информации (рассказ, объяснение, беседа и др.);
- методы наглядной передачи и зрительного восприятия учебной информации (иллюстрация, демонстрация, показ и др.);
- методы передачи учебной информации посредством практических действий. Практические методы применяются в тесном сочетании со словесными и наглядными методами обучения, так как практической работе по выполнению упражнения должно предшествовать инструктивное пояснение педагога. Словесные пояснения и показ иллюстраций обычно сопровождают и сам процесс выполнения упражнений, а также завершают анализ его результатов;

- проблемно-поисковые методы обучения. Педагог создает проблемную ситуацию, организует коллективное обсуждение возможных подходов к ее разрешению. Ученики, основываясь на прежнем опыте и знаниях, выбирают наиболее рациональный вариант разрешения проблемной ситуации. Поисковые методы в большей степени способствуют самостоятельному и осмысленному овладению информацией;
- методы эмоционального восприятия. Подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений. Опора на собственный фонд эмоциональных переживаний каждого учащегося;
- методы контроля обучения (опросы, контрольные уроки, зачеты и экзамены и т.д.).

7. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

Минимально необходимый для реализации программы «Современный танец» перечень учебных аудиторий, специализированных кабинетов и материально-технического обеспечения включает в себя:

- балетные залы площадью не менее 40 кв.м (на 12-14 учащихся), имеющие пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие), балетные станки (палки) вдоль трех стен, зеркала размером 7м x 2м на одной стене;
- наличие музыкального инструмента (рояля/фортепиано) в балетном классе, аудиоаппаратуры для обеспечения звучания фонограммы;
- раздевалки для учащихся и преподавателей.

II. Содержание учебного предмета

Учебно - тематический план:

Наименование разделов	Количество часов	
	1 год обучения	2 год обучения
Подготовительная часть урока	4	4
Основная часть урока	20	20
Заключительная часть урока	10	10
Всего:	34	34

6. Содержание курса

1 год обучения

Раздел 1 «Направления современного танца»

Тема 1.1. Советский бальный танец XX век

(4 танца за год на выбор по усмотрению педагога;

1. - «Русский лирический» или «Сударушка».
2. - «Разрешите пригласить».
3. - «Рилио»
4. – «Полкис»
5. – «Вару-вару»
6. – «Чарльстон»
7. – «Регтайм»
8. - «Фигурный вальс»

Тема 2.2. Эстрадный детский танец

Постановочная работа над этюдами и концертными номерами под детские эстрадную музыку. Например, концертный номер «За рулём» из программы по постановке концертных номеров

Тема 2.3. Клубный танец Постановка этюдов или концертных номеров в стиле и характере танца Хип-хоп, Техно, Диско,

Раздел 2 «Совокупность танца»

Тема 2.3. «Сценическая практика»

Постановка этюдов или концертных номеров.

2 год обучения

Тема 2.6. Бальный танец.

Примерный перечень специальных упражнений, способствующих лучшему освоению техники бального танца.

1. Для медленного вальса:

- 2.1. Стоя в шестой позиции, опускаться и подниматься;
- 2.2. Шаг вперед с правой ноги, подтягивая левую ногу, шаг назад с левой ноги, подтягивая правую ногу (опускаясь на 1, поднимаясь на 2,3, в конце – снижения);
- 2.3. То же с левой ноги;
- 2.4. Шаг в сторону с правой ноги, подтягивая левую ногу, с опусканием и подъемом. Наклон на 2,3;
- 2.5. То же с Л.Н.;
- 2.6. «Правый квадрат»;
- 2.7. «Левый квадрат»;
- 2.8. «Большой правый квадрат»;
- 2.9. «Большой левый квадрат».

Используются также упражнения 1–11 быстрого фокстрота.

2. Для танго:

- 3.1. Ход вперед по маленькому кругу, поворачиваясь влево;
- 3.2. «Левый квадрат» (корте вперед и назад);
- 3.3. «Большой левый квадрат»;
- 3.4. «Левый развернутый квадрат»;
- 3.5. «Левый открытый развернутый квадрат»;
- 3.6. «Левый развернутый квадрат назад»;
- 3.7. «Левый открытый развернутый квадрат назад»;
- 3.8. «Рок» (покачивание вперед и назад).

3. Для венского вальса:

- 4.1. Правый развернутый квадрат;
- 4.2. Левый развернутый квадрат с закрещиванием;
- 4.3. Перемены с П.Н. и с Л.Н.

4. Для самбы:

- 5.1. Небольшие приседания на 1 и 2 ударах, после подъема на «и» ноги вместе;
- 5.2. Основное движение с правой и с левой ноги;
- 5.3. Виск направо и налево;
- 5.4. Ход на месте с правой и с левой ноги;
- 5.5. Ход самбы по одному;
- 5.6. Променадный ход в парах;
- 5.7. Корта джака с П.Н. вперед и с Л.Н. назад;
- 5.8. Поступательная бота фого лицом и спиной;
- 5.9. Вольта направо и налево.

5. Для ча-ча-ча:

- 6.1. Перенос веса с ноги на ногу, выгибая колено назад, делая тазом восьмерку;
- 6.2. Открытое шассе влево - вправо (таймстеп);
- 6.3. Основное движение без поворота и с поворотом влево;
- 6.4. «Чек»;
- 6.5. Рука к руке;
- 6.6. Полный поворот направо и налево;
- 6.7. Локк шассе вперед и назад;
- 6.8. Ронд шассе;
- 6.9. Хип твист шассе.

6. Для румбы:

- 7.1. Перенос веса с ноги на ногу, с движением бедер из стороны в сторону;
- 7.2. То же, но левая нога впереди, делая тазом «восьмерку»;
- 7.3. Основное движение без поворота и с поворотом;
- 7.4.–7.6. См. упражнения для ча-ча-ча;
- 7.7. «Кукарача» направо и налево;
- 7.8. «Кукарача» вперед и назад;

7.9. Боковой ход влево и вправо;

7.10. Ход вперед и назад.

7. Для джайва:

8.1. Открытое шассе направо и налево;

8.2. Открытое шассе вперед и назад;

8.3. То же делая вместо шассе локк;

8.4. Два шассе вперед – два шассе назад;

8.5. Болл чейндж;

8.6. Свивлы с носка на каблук, держась за опору;

8.7. «Тяни-толкай», держась за опору.

Тема 2.4. «Связь классического танца и танца-модерн»

Элементы экзерсиса у станка в характере модерн танца

Plie, Battements tendu, Battements tendu jete Battements fondu

Упражнение «Отдых»,

Упражнение для ориентировки,

Упражнения наклоны,

Упражнения для дыхания

Упражнения для выработки подвижности позвоночника наклоны торса (во все стороны); твист торса.

1. Разминка:

- упражнения для рук: скрещение прямых рук перед собой и сбоку; руки сзади скрещены в замке (при этом наклон вперед); ноги «деми плие» по II позиции, руки от плеч поднимаются вверх-вниз.
- наклоны: в сторону (рука над головой); вперед (руки в положении «мельница»).
- упражнения для ног: вперед; по диагонали; в сторону на 90^0 (влево и вправо).
- шаги «крестом» с рукой, с упражнением плечами;
- махи на 90^0 с наклоном по диагонали;
- упражнения руками с шагами через деми плие по II позиции и скрещением рук перед собой;

- повороты в сторону с упражнением для ног;
- наклоны вперед: в положении ног «выпад»; в VI позиции ног (руки сзади в замке); ноги в положении «полушпагат».
- упражнение ногами: вперед; по диагонали; в сторону.
 - упражнения для стопы: релевэ; пережат с одной ноги на

2. Изоляция.

- голова: наклоны вперед, назад; наклоны вправо, влево; повороты вправо, влево.
- плечи: подъем одного, двух плеч вверх; движение плеч вперед, назад; твист плеч.
- грудная клетка: движение из сторон в сторону.
- таз (бедрa): движение из стороны в сторону; hip lift.
- руки: движения прямыми руками вверх-вниз; круговые движения «локомотор»; движения с согнутыми локтями.
- ноги: движения стопы (релевэ); позиция ног – I параллельная, I аут, II параллельная, II аут. голова: крест; квадрат; полукруг; sundari вперед-назад-вправо-влево.

Тема 2.5. Основы Джаз-танец

1. Уровни: стоя; на четвереньках; на коленях; сидя; лежа (на спине, на боку, на животе)

Раздел 1 «Совокупность танца»

Тема 2.3. «Сценическая практика»

Постановка этюдов или концертных номеров.

Методические рекомендации преподавателям

Годы обучения в детской школе искусств совпадают по времени с бурным развитием всего организма ребенка. У детей формируется скелет, мышечная система, развиваются внутренние органы. Это обстоятельство накладывает на преподавателя особую ответственность при определении объема учебной нагрузки учащихся на каждом уроке.

Структура всех уроков имеет единую форму.

Урок делится на три части: подготовительную часть, основную часть и заключительную часть. Однако это не ограничивает вариативности проведения занятий. Они могут отличаться дозировкой частей урока и движений, амплитудой и темпом исполнения движений. Каждый урок начинается и заканчивается поклоном.

В первый и второй годы обучения гимнастике, когда у ребенка семи-восьми лет еще не окреп позвоночный столб и слабо развиты мышцы и связочный аппарат, упражнения основной части урока исполняются на полу (лёжа и сидя). В дальнейшем можно чередовать исходное положение с другими упражнениям: лёжа на полу, сидя на полу, стоя лицом к станку, стоя на середине зала.

Особое внимание необходимо уделить осознанному исполнению учащимися движений. Они должны знать и понимать, что делают, зачем надо делать так, а не иначе. Сознательное исполнение ускорит выработку мышечных ощущений (напряжение, расслабление), а также закрепление теоретического понимания и практического умения, что положительным образом скажется на качестве исполнения изучаемого материала. В процессе обучения необходимо ознакомить учащихся со строением тела и некоторыми анатомическими терминами. Учитывая большую нагрузку на мышечно-связочный аппарат, целесообразно научить их простейшим приемам массажа. На уроках гимнастики, осуществляется комплексное, методически направленное воздействие на личность ребенка, которое помогает ему достичь чувства раскрепощённости и комфорта в окружающем мире.

Требования к музыкальному оформлению урока.

Важная роль отводится музыкальному оформлению урока. Многие педагоги и концертмейстеры относятся к звучащей на уроках музыке как к положительному фону, помогающему дисциплинировать учащихся, сосредоточить их внимание. Действительно, устанавливая единый для всех темп и ритм исполнения движений, музыка несет функцию организатора. Однако этим ее влияние не ограничивается, возможности ее воздействия на детские личности гораздо шире и объемнее. Музыка, являясь импульсом к движению, дает эмоциональный заряд, помогает

повысить работоспособность, вырабатывает характер, четкость и законченность исполнения, то есть несет художественно-воспитательную функцию. В связи с этим высокие требования предъявляются к концертмейстеру, предлагающему и исполняющему соответствующие учебным задачам музыкальные произведения.

Требования к организации и проведению контрольного урока, зачета.

- в конце каждой учебной четверти рекомендуется проводить контрольные (открытые) уроки;
- форма и содержание контрольного (открытого) урока определяется преподавателем;
- по окончании курса проводится итоговый контрольный (открытый) урок;
- итоги контрольного (открытого) урока обсуждаются преподавателями хореографических дисциплин.

Список рекомендуемой методической литературы

1. Ерохина, О. В. Школа танцев для детей: (Фольклор, классика, модерн)
Ерохина О.В. - Ростов н/Д. : Феникс, 2003.
2. Никитин. В.Ю. Модерн-джаз танец: История. Методика. Практика 2000.
3. Никитин. В.Ю. Модерн-джаз танец: Методика преподавания 2002.