

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

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

ПО.01. Хореографическое исполнительство

ПО.01.УП.05, ПО.01.УП.04.

СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ

Энгельс 2014

«Одобрено»
Методическим советом
образовательного учреждения
Протокол №2
«_06_»_06_2014г.

«Утверждаю»
Директор — Апарина Ирина Юрьевна
Приказ № 67а-ОД
«_01_»_09_2014г.



Разработчики – Бузанова Татьяна Сергеевна, заведующая отделением
«Хореографическое творчество», преподаватель высшей
категории по классу хореографическое искусство
МБУДО «ДШИ № 6 ЭМР»

– Щербакова Олеся Викторовна преподаватель высшей
категории по классу хореографическое искусство
МБУДО «ДШИ № 6 ЭМР»

Рецензент – Тимофеев Анатолий Анатольевич
Старший преподаватель кафедры теории, истории и педагогики
искусств ФГБ ОУВПО
«Институт искусств СГУ им. Н.Г. Чернышевского»

Хирная Виктория Валерьевна
Заведующая секцией хореографического искусства ГМО

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

Программа учебного предмета «Современный танец» разработана на основе и с учётом федеральных государственных требований к дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программе в области хореографического искусства «Хореографическое творчество».

Учебный предмет «Современный танец» вызывает активный интерес у детей и родителей, направлен на воспитание интереса и любви к танцу и искусству в целом, на овладение основами исполнения современного танца, на эффективное индивидуально-личностное развитие ребёнка и раскрытие его творческих способностей, а также на укрепление здоровья учащихся, на формирование у них чувства прекрасного и других эстетических категорий, на развитие эмоциональной восприимчивости и двигательной выразительности.

Современный танец ориентирован на развитие физических данных учащихся, на приобретение начальных базовых знаний, умений и технических навыков в области современной хореографии. Освоение содержания предмета «Современный танец» способствует формированию художественно-эстетической культуры учащихся, обеспечивает развитие мотивации к познавательной и творческой деятельности.

Программа учебного предмета «Современный танец» разработана с учётом физических, психологических и возрастных особенностей детей и построена по принципу «от простого к сложному». Физическая нагрузка увеличивается постепенно, усложняются творческие задания, уровень сложности движений нарастает поэтапно и последовательно и так же целенаправленно возрастает уровень ответственности детей. Учебно-воспитательный процесс ориентирован на личность ребёнка, его индивидуальные склонности, способности и особенности, что позволяет выстроить в коллективе особую атмосферу сотрудничества, взаимодействия и заинтересованности в творческой активности каждого ученика.

2. Срок реализации учебного предмета

Срок освоения предмета «Современный танец» для детей, поступивших в образовательное учреждение в 1 класс в возрасте с шести лет шести месяцев до девяти лет, составляет 5 лет.

Срок освоения предмета «Современный танец» для детей, поступивших в образовательное учреждение в 1 класс в возрасте от 10 до 12 лет, составляет 4 года.

Для поступающих в образовательное учреждение, реализующее основные предпрофессиональные образовательные программы в области хореографического искусства, срок обучения может быть увеличен на 1 год.

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

Таблица 1

Срок обучения – 8 (9) лет

Вид учебной работы, учебной нагрузки	Год обучения (класс)	
	1-5 (4-8 класс)	6 (9 класс)
Максимальная нагрузка (в часах), в том числе:	330	33
аудиторные занятия (в часах)	330	33
Общее количество часов на аудиторные занятия	363	

Таблица 2

Срок обучения – 5 (6) лет

Вид учебной работы, учебной нагрузки	Год обучения (класс)	
	1-4 (2-5 класс)	5 (6 класс)
Максимальная нагрузка,	264	33
в том числе: аудиторные занятия	264	33
Общее количество часов на аудиторные занятия	297	

4. Форма проведения учебных аудиторных занятий:

Мелкогрупповые занятия, численность группы от 4 до 10 человек, рекомендуемая продолжительность урока - 45 минут.

Мелкогрупповая форма позволяет преподавателю лучше узнать ученика, его возможности, трудоспособность, эмоционально- психологические особенности.

5. Цель и задачи учебного предмета.

Целью учебного предмета «Современный танец» является раскрытие творческих способностей детей, создание условий для гармоничного развития и успешной личностной реализации посредством обучения современному танцу.

Задачи учебного предмета:

- дать представление о технике современного танца;
- научить
 - необходимым двигательным умениям и навыкам в области современного танца;
 - качественно и осознанно выполнять требования педагога;
 - самостоятельно работать над ошибками.
- воспитать:
 - целеустремленность, инициативность;
 - терпение и силу воли для достижения результатов;
- развивать физические качества и специальные навыки: координацию, ловкость, силу, выносливость, гибкость, шаг, прыжок, ось вращения;
- развивать личностные качества: аналитическое и пространственное мышление; образное мышление; музыкальные способности; зрительную память и специфические виды памяти: моторную, слуховую и образную; эмоциональную выразительность; коммуникативные качества;
- укреплять здоровье, формировать мышечный корсет и осанку;
- расширять танцевальный кругозор путем посещения и просмотров концертов известных коллективов по современному танцу.

6. Обоснование структуры программы учебного предмета

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:

- словесный (объяснение, разбор, анализ);
- наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения; просмотр видеоматериалов с выступлениями выдающихся танцовщиц, танцовщиков, танцевальных коллективов, посещение концертов и спектаклей для повышения общего уровня развития обучающегося);
- практический (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого

произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);

- аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений);
- индивидуальный подход к каждому ученику с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

Предложенные методы работы в рамках предпрофессиональной образовательной программы являются наиболее продуктивными при реализации поставленных целей и задач учебного предмета и основаны на проверенных методиках.

8. 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) длиной не менее 25 погонных метров вдоль трех стен, зеркала размером 7м x 2м на одной стене;
- наличие музыкального инструмента (рояля/фортепиано) в балетном классе, аудиоаппаратуры для обеспечения звучания фонограммы;
- помещения для работы со специализированными материалами (фонотеку, видеотеку, фильмотеку, просмотрный видеозал);
- костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для учебных занятий, репетиционного процесса, сценических выступлений;
- раздевалки и душевые для учащихся и преподавателей.

В образовательном учреждении должны быть созданы условия для содержания, своевременного обслуживания и ремонта музыкальных инструментов, содержания, обслуживания и ремонта балетных залов, костюмерной.

II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1. Сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета «Народно-сценический танец», на максимальную нагрузку обучающихся и аудиторные занятия:

Таблица 3

Срок освоения предпрофессиональной программы «Хореографическое творчество - 5 (6) лет

	Распределение по годам обучения				
	Классы	2	3	4	5
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	33	33	33	33	33
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	2	2	2	2	1
Общее количество часов на аудиторные занятия	264				33
Максимальное количество часов занятий в неделю (аудиторные)	2	2	2	2	1
Общее максимальное количество часов по годам (аудиторные)	66	66	66	66	33
Общее максимальное количество часов на весь период обучения (аудиторные)	264				33
Объём времени на консультации (по годам)	6	6	6	6	4
Общий объём времени на консультации	24				4

Таблица 4

Срок освоения предпрофессиональной программы «Хореографическое творчество - 8 (9) лет

	Распределение по годам обучения					
	Классы	4	5	6	7	8
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	33	33	33	33	33	33
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	2	2	2	2	2	1
Общее количество часов на аудиторные занятия	330					33
Максимальное количество часов занятий в неделю (аудиторные)	2	2	2	2	2	1
Общее максимальное количество часов по годам (аудиторные)	66	66	66	66	66	33
Общее максимальное количество часов на весь период обучения (аудиторные)	330					33

Объём времени на консультации (по годам)	6	6	6	6	6	4
Общий объём времени на консультации	30					4

- Аудиторная нагрузка по учебному предмету обязательной части образовательной программы в области хореографического искусства распределяется по годам обучения с учётом общего объёма аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет ФГТ.

2. Требования по годам обучения

В содержание программы входят следующие виды учебной работы:

- изучение учебной терминологии;
- ознакомление с элементами и основными комбинациями современного танца;
- ознакомление с композицией современного танца;
- ознакомление с особенностями взаимодействия с партнёрами на сцене;
- ознакомление со средствами создания образа в хореографии.

В данной программе предложены требования по годам обучения для 8-9-летнего срока реализации (4-8 (9) классы), а также для 5-6-летнего срока реализации (2-5(6) классы) предпрофессиональной программы «Хореографическое творчество».

5-(6) -летний срок реализации ОП – (2-5(6) классы) Первый год обучения (2 класс)

Рекомендуемый список изучаемых движений на основе современных популярно- бытовых бальных танцев XX века:

- **ПРОМЕНАДНЫЙ ШАГ** (прогулочный шаг). Движение общественных танцев. Представляет собой последовательность танцевальных шагов в выбранном направлении, без каких-либо вращений и поворотов. Выполняется вперёд, назад или в сторону. Используется в круговых танцах типа Вальса и Польки в качестве передышки от однообразных кружений. Различают Па Променада на месте и Па Променада с места.

- Пружинный шаг
- Приставной шаг
- Скрещенные шаги

«**Сударушка**». Российский бальный танец, построенный на движениях, присущих русским народным танцам Уральского региона. Музыкальный размер – 2/4. Темп умеренный. Исполняется в паре, мягко и лирично, с продвижением по площадке. Для танца характерны тройные шаги вперёд и назад, заканчивающиеся ударом стопы о пол. «**Рилио**». Литовский бальный танец 1970-х годов, основанный на движениях местных народных танцев. Музыкальный размер – 4/4. Темп умеренно быстрый. Исполняется в паре весело и подвижно, в закрытой позиции и раздельно. Для танца характерны легкие упругие прыжки, производимые на месте и в движении.

«Вару-вару». Латышский бальный танец 1970-х годов. Был создан в Латвии на основе местных народных движений в сочетании с ритмичными элементами молодёжных танцев. Музыкальный размер 4/4. Темп умеренный. Исполняется в паре, весело и энергично, с небольшими передвижениями по площадке.

«Чарльстон» Американский бальный танец 1920-30-х годов в характере Регтайма. Музыкальный размер – 4/4. Темп быстрый. Исполняется в паре, резво и раскованно, с небольшими передвижениями по залу. Для танца характерны острые синкопированные шаги и свивлы на подушечках ступней. Чарльстон считается одним из предшественников бального танца Квикстеп.

«Фигурный вальс» Обозначение ряда популярных бальных танцев XIX-XX веков, основанных на вальсовом кружении пар, перемежающемся танцевальными фигурами. Музыкальный размер – $\frac{3}{4}$. Темп умеренно быстрый. Исполняются в паре, в закрытой и открытой позициях, с продвижением по кругу.

Рекомендуемый список изучаемых движений на основе эстрадного детского танца:

Рекомендуемый список изучаемых танцев в характере «диско»:

ВАНЬКА-ВСТАНЬКА. Российский диско-танец свободной композиции 1980-х годов. Музыкальный размер — 4/4. Темп умеренно быстрый. Исполняется одиночно, парами или группой. Для танца характерны наклоны корпуса из стороны в сторону, покачивания головой, несколько угловатые движения руками. Постановка Т. Маловой.

АВТОСТОП. Общественный танец 1960-70-х годов в дискотечном стиле. Музыкальный размер – 4/4. Темп умеренный. Исполняется одиночно, в паре или в группе в линейном построении, без передвижений по площадке. Для танца характерны активные движения рук и бёдер. Родственные танцы: Макарена, Хич-Хайкер.

АЛФАВИТ. Общественный танец-игра в дискотечном стиле. Музыкальный размер – 4/4. Темп умеренно быстрый. Исполняется одиночно, в групповом построении. Суть игры заключается в том, что по ходу действия танцевальные движения должны завершаться позами, обозначающими буквы алфавита. Процессом руководит ведущий, который на начало последнего такта музыкальной фразы изображает ту или иную букву. В конце такта участники хором называют букву и тоже принимают соответствующую позу.

БАТУСИ - дискотечный танец. Американский общественный танец под музыку в характере Твиста. Музыкальный размер – 2/4. Темп быстрый. Исполняется одиночно или в паре. Характерный элемент — горизонтальное движение растопыренными указательным и средним пальцами перед лицом на уровне глаз.

БИП-БИП - [подражание звуку автомобильного сигнала] - дискотечный танец. Российский бальный танец свободной композиции 1960-х годов. Музыкальный размер – 4/4. Темп быстрый. Возможно, это была попытка интерпретации американского «автомобильного» танца под названием Хич-Хайкер.

8-(9) -летний срок реализации - (4-8 (9) классы)

Первый год обучения (4 класс)

Рекомендуемый список изучаемых движений на основе современных популярно-бытовых бальных танцев XX века: (Смотреть 5-(6) -летний срок реализации ОП)

Променадный шаг, пружинные шаги, приставные шаги, скрещенные шаги.

«**Сударушка**». (Смотреть 5-(6) -летний срок реализации ОП)

«**Рилио**». (Смотреть 5-(6) -летний срок реализации ОП)

«**Вару-вару**». (Смотреть 5-(6) -летний срок реализации ОП)

«**Чарльстон**». (Смотреть 5-(6) -летний срок реализации ОП)

«**Фигурный вальс**». (Смотреть 5-(6) -летний срок реализации ОП)

«**Русский лирический**». Российский бальный танец 1960—1970-х годов, построенный на основе движений русских хороводов. Музыкальный размер – 2/4. Темп умеренный.

Исполняется в паре, лирично и мягко, с плавными Переменным Ходом по кругу. Характерное положение в паре: партнёр бережно ведёт свою партнёршу, находясь чуть позади и слева.

Широко раскинув руки, он держит её за талию и за левую руку.

«**Разрешите пригласить**». Российский бальный танец 1970-х годов, в основу которого положены элементы ритмичных молодёжных танцев. Музыкальный размер – 4/4. Темп быстрый. Исполняется в паре, весело и задорно, на расстоянии друг от друга, без продвижения по кругу.

«**Полкис**». Финский бальный танец 1970-х годов, построенный на лёгких подскоках и прыжках. Музыкальный размер – 2/4. Темп умеренно быстрый. Исполняется в паре, весело и задорно, с продвижением по залу. Для танца характерны Прыжки-Пике с энергичными вскоками на полупальцы. Хореография Евы и Олави Ниеминен.

Рекомендуемый список изучаемых движений на основе эстрадного детского танца:

Рекомендуемый список изучаемых танцев в характере «диско»:

ВАНЬКА-ВСТАНЬКА. (Смотреть 5-(6) -летний срок реализации ОП)

АВТОСТОП. (Смотреть 5-(6) -летний срок реализации ОП)

АЛФАВИТ. (Смотреть 5-(6) -летний срок реализации ОП)

БАТУСИ. (Смотреть 5-(6) -летний срок реализации ОП)

БИП-БИП (Смотреть 5-(6) -летний срок реализации ОП)

БОБСЛЕЙ Молодёжный общественный танец, исполнявшийся на дискотеках в 1970-х годах. Музыкальный размер – 4/4. Темп колеблется от умеренно быстрого до быстрого. Танцевальные движения воссоздают моменты скоростного спуска на санях со снежной горы. В этом танце партнёр и партнёрша исполняют одинаковые фигуры, находясь на некотором расстоянии на

ЖОКЕЙ. Общественный танец 1970-х годов в стиле Диско. Музыкальный размер – 4/4. Темп умеренно быстрый. Исполняется в одиночку, используя активные шагами и движения бёдер, без продвижения по площадке.

СЛАЙД. Российский молодёжный танец 1970-х годов, предназначенный для исполнения на дискотеке. Музыкальный размер – 4/4. Темп умеренный. Исполняется в паре, на расстоянии друг от друга, без продвижения по линии танца. Характерной особенностью являются меняющиеся

фиксированные позы, похожие на мелькание стоп-кадров киноплёнки (слайдов). Постановка танца — Б. Бейлина.

Второй год обучения (5 класс)

Примерный перечень специальных упражнений, способствующих лучшему освоению техники бального танца как западно-европейской так и латиноамериканской программе.

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 закреплением;
- 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 колени 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.

Третий год обучения (6 класс)

Партерная гимнастика в характере модерн танца, все упражнения простейшие и усложнённые направлены на развитие пластики тела:

1. Упражнения для стопы и голеностопного сустава.

2. Упражнения для гибкости.

3. Упражнения сидя и лёжа на спине.

4. Упражнения для позвоночника.

5. Упражнения для колена.

6. Растяжки: «лягушка» в положении сидя и лежа; полушпагаты.

7. Упражнения для мышц спины.

8. Упражнения для нижнего отдела позвоночника (крестца).

9. Растяжки усложнённого варианта.

Основной подготовительный комплекс к разучиванию модерн-танца

- Упражнение «Отдых»,

- Упражнение для ориентировки,
- Упражнения для дыхания-
- Упражнения для выработки подвижности позвоночника наклоны торса (во все стороны); твист торса.
 - 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

«Хип-хоп – культура – брэк-дэнс», как факультатив для мальчиков.

Базовые движения брэк-дэнса:

1. положение «краб»;
2. «шесть шагов» комбинация движений из брэк-дэнса;
3. «Коромысло», или One-foot (одна нога);
4. «черепашка», или «сверчок», - парение на руках;
5. «махи», «ветряная мельница»;
6. стойка на руках, «стул», стул в воздухе».

Трюки для мальчиков: вращения на спине, стойка на руках.

Дополнительно, в качестве факультатива, под консультацией специалиста изучаются такие направления уличного танца, - как поптинг (верхний брей), локинг, C-Walk или Crip Walk.

Базовые движения танца - Lock — резкая остановка, основное движение танца. *Race* — сложите кисти рук на манер бинокля. *Wrist roll (Twirl)* — кручение запястьем вверх-вниз. Кисть такая же, как и в *race*. Галочка – одно из основных движений *Crip Walk*

Четвёртый год обучения (7 класс)

Тема 2.5. Модерн – танец

1. Основные понятия : «вертикаль», «контракшен», «лифт», «спираль», «веер».

2. Уровни:

- стоя: верхний (на полупальцах); средний (на всей стопе); нижний (колени согнуты).
- на четвереньках: опора на руках и коленях; 1 или 2 ноги вытянуты назад при опоре на руки; 1 нога открыта в сторону или назад при опоре на руках и колене.
- на коленях: стоя на 2-х коленях; стоя на одном колене, другая нога открыта в любом направлении.
- сидя: I позиция; II позиция; IV позиция или «svestic»; V позиция; колени согнуты и соединены; джазовый шпагат; сидя на одном бедре.
- лежа (на спине, на боку, на животе).

3. Разогрев.

- шаги: шаг с приставкой из I во II параллельную позицию ног и с хлопком; шаги крестом.
- упражнения руками круговые, подбивка с разворотом на 180^0 ;
- упражнения плечами: в комбинации с шагами; круговые упражнения плечами.
- упражнения для ног: вперед по диагонали; в сторону с поворотом на 360^0 .
- полушпагаты: с наклоном вперед; с наклоном в сторону.

4. Упражнение для позвоночника

- наклоны торса: flat back; deep body bend.
- «волны»; contraction; release.
- наклоны торса: flat back; deep body bend; side stretch.
- твист торса: curve; arch; roll down u roll up.
- «волны»; «спирали»; contraction;
- release; high release; tilt.

5. Кросс. Передвижение в пространстве.

- шаги: Flat step; Catch step.
- прыжки: с двух ног на две (jump); с одной на другую с продвижением (leap); с одной ноги на ту же ногу (hop); с двух ног на одну.
- вращения: на двух ногах; на одной ноге.
шаги: flat step; catch step;
- прыжки: jump; leap; hop; из I аут по II аут позицию ног, и с разворотом на 180^0 .
- вращения: на двух ногах; на одной ноге; шенэ.
- шаги: flat step; catch step; шаг «ча-ча-ча»; латин урок; шаги в модерн-джаз манере; шаги в рок - манере.
- прыжки: jump; leap; hop; с 2-х ног на 1.
- вращения: corkscrew; four chaine; повороты на одной ноге; повороты по кругу; повороты на различных уровнях.

6. Координация 2-х центров

- свинговое раскачивание головой и пелвисом вперед-назад;
- то же оппозиционно: голова начинает движение назад, пелвис вперед;
- параллельные движения головой и пелвисом из стороны в сторону (то же оппозиционно);
- полукруги головой и пелвисом (то же оппозиционно);
- головой вперед-назад, плечи исполняют полукруг спереди - назад и сзади – вперед (то же оппозиционно);
- голова исполняет наклоны вправо, одновременно подъем вверх левого плеча, то же в другую сторону;
- голова исполняет sundari вперед-назад, плечи двигаются вверх-вниз;
- голова исполняет крест, в параллель движение пелвисом (аналогично круг, квадрат);
- крест головой с одновременным трамплинным сгибанием и выпрямлением ног;

7. Координация 3-х центров:

- голова – наклоны вперед – назад, одновременно двигаются плечи вверх-вниз, пелвис вправо-влево;
- грудная клетка двигается вперед – назад, руки jerk-position в оппозицию назад – вперед и одновременно battements tendu правой ногой в сторону;
- руки во II позиции, кисти двигаются вверх-вниз, пелвис вперед – назад, голова – наклоны вправо-влево;
- приставные шаги – по 4 вправо и влево, руки двигаются по схеме: А-Б-В-II позиция одновременно на каждый счет наклоны головой вперед и назад.

Элементы экзерсиса у станка в характере модерн танца

Plie, Battements tendu, Battements tendu jete Battements fondu

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.
- пелвис (бедра): 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.

Рекомендуемый список изучаемых движений на основе джазового танца

Экзерсис у станка:

1. Основные позиции ног: I, II, III и VI.
2. Plie по I, II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.
3. Releve по I, II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.
4. Flat back вперед:
 - на прямых ногах,
 - на plie.
5. Battement tendu по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.
6. Battement tendu jeté по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.
7. Passé на полной стопе по I параллельной и out позиции.
8. Arch по I, II параллельным и out позициям.
9. Stretch.
10. Lay out.
11. Relevé lent на 45° лицом к станку во всех направлениях.
12. Grand battements на 90° в сторону лицом к станку.

Экзерсис на середине зала:

1. Основные позиции рук: пресс-позиция, I, II, III и V положения.
2. Техника изоляции.
3. Поза коллапса.
4. Plie по I, II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.
5. Releve по I, II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.
6. Flat back вперед:
 - на прямых ногах,
 - на plie
7. Battement tendu по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.
8. Battement tendu jeté по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.
9. Passé на полной стопе по I параллельной и out позиции.
10. Deep body bend.
11. Arch по I, II параллельным и out позициям.
12. Stretch.
13. Lay out.
14. Roll down/ Roll up.
15. Contraction / release.

Кросс:

1. Шаги:
 - pas de bourre,
 - pas chasse.
2. Прыжки:
 - jump по I, II параллельным и out позициям,
 - hop: рабочая нога принимает положение passé по I параллельной позиции,
 - трамплинные прыжки.
3. Вращения: поворот на трех шагах.

Пятый год обучения (8 класс)

Рекомендуемый список изучаемых движений на основе техники джаз-модерна.

Экзерсис у станка:

1. Основные позиции ног: IV параллельная позиция.
2. Plie: прием plie – releve по I, II и IV параллельным и I, II out позициям.
3. Flat back вперед:
 - на полупальцах.
4. Постановка корпуса одной рукой за станок.
5. Passé по I параллельной позиции на полупальцах.
6. Deep body bend с ногой на станке:
 - на plie.
7. Battement tendu:
 - на plie.
8. Battement tendu jeté:
 - положения flex/point стопы.
9. Rond de jambe par terre по I out и параллельной позиции по раскладке – en dehors и en dedans.
10. Relevé lent на 90° лицом к станку во всех направлениях по I параллельной и out позиции.
11. Grand battements на 90° во всех направлениях лицом к станку.

Экзерсис на середине зала:

1. Техника изоляции – координация двух центров (параллель и оппозиция).
2. Swing.
3. Plie: прием plie – releve по I, II и IV параллельным и I, II out позициям.
4. Battement tendu:
 - на plie,
 - перевод рук из позиции в позицию во время движения.
5. Battement tendu jeté:
 - положения flex/point стопы,
 - перевод рук из позиции в позицию во время движения.
6. Rond de jambe par terre по I out и параллельной позиции по раскладке – en dehors и en dedans.
7. Relevé lent на 90° во всех направлениях по I параллельной и out позиции.

Кросс:

1. Шаги:
 - grand battements вперед на 90°,
 - pas de bourre en tournent.
2. Прыжки:
 - jump: во время взлета arch торса,
 - hop: рабочая нога принимает положение passé, в корпусе спираль.
3. Вращения:
 - chaînés,
 - preparation к пируэтам.

Клубный танец Постановка этюдов в стиле и характере танца Хип-хоп, Техно, Диско, «R-n-B».

Шестой год обучения (9 класс)

6 год обучения является дополнительным годом обучения по 8(9) –летнему сроку обучения. Обучение учащихся этого класса направлено на усовершенствование в области джазового танца и танца–модерн, так как они являются основными направлениями современного танца при просмотрах абитуриентов для поступления в высшие профессиональные учебные заведения.

Рекомендуемый список изучаемых движений на основе джазового танца

Экзерсис у станка:

1. Основные позиции ног: IV out позиция.
2. Plie:
 - по IV out позиции,
 - в координации с arch, contraction / release, спиралями в корпусе.
3. Flat back вперед:
 - прием plie – releve.
4. Passé по I out позиции на полупальцах.
5. Battements developpe во всех направлениях по I параллельной и out позиции.
6. Grand battements на 90° во всех направлениях боком к станку.
7. Перегибы корпуса.

Экзерсис на середине зала:

1. Техника изоляции – координация двух центров с шагами.
2. Flat back вперед:
 - приём plie – releve.
3. Plie: в координации с arch, contraction/release, спиралями в корпусе.
4. Battement tendu: в координации с arch, contraction /release, спиралями в корпусе.
5. Battement tendu jeté:
 - положения flex/point колена и стопы,
 - в координации с arch, contraction/release, спиралями в корпусе.
6. Rond de jambe par terre:
 - на plie,
 - «восьмерка».
7. Battements developpe во всех направлениях по I параллельной и out позиции.

Кросс:

1. Шаги:
 - grand battements во всех направлениях на 90°,
 - pas de bourre с preparation к пируэтам.
2. Прыжки:
 - jump: во время взлета arch торса,
 - hop: рабочая нога в положении passé, во время взлета arch торса,
 - hop: рабочая нога открывается в сторону на 45°,
 - leap с трамплинным зависанием в воздухе.

3. Вращения:

- chaînés на plie, на полной стопе,
- пируэт en dehors, en dedans.

(4 ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ

Уровень подготовки обучающихся является результатом освоения программы учебного предмета «Современный танец», который определяется формированием комплекса знаний, умений и навыков.

По окончании обучения современному танцу учащиеся должны знать:

- принципы освоения танцевального движения,
- особенности постановки корпуса, рук, ног и головы,
- основные элементы и движения джазового танца.

уметь:

- двигаться в технике джазового танца,
- исполнять основные элементы и движения джаз-танца,
- ориентироваться на сценической площадке,
- работать самостоятельно и в коллективе.

У учащихся сформированы:

- хорошая хореографическая форма,
- развитая мускулатура (мышечная сила и выносливость),
- навыки сценических выступлений,
- готовность дальнейшему саморазвитию,
- чувство ответственности, самостоятельность, целеустремленность, инициативность, сила воли для достижения результатов,
- художественный вкус, эмоционально-ценностное отношение к искусству,
- специальную терминологию современного танца:

Arch – легкий прогиб торса назад.

Body roll – волна корпусом.

Contraction – сжатие диафрагмы.

Deep body bend – глубокий наклон корпуса с прямым позвоночником.

Flat back – «ровная спина», наклон на 90°, голова и руки продолжают линию спины.

Flex – сокращенная стопа, кисть или колени.

Hop – прыжок с одной ноги на ту же ногу.

Jump – прыжок с двух ног на две.

Lay out – в положении flat back нога поднята на 90°.

Leap – прыжок с одной ноги на другую.

Point – вытянутое положение стопы.

Press-position – согнутые в локтях руки касаются бедер.

Release – положение обратное contraction, вдох и раскрытие диафрагмы.

Roll down – закручивание корпуса вниз, начиная с головы по одному позвонку до конца позвоночника.

Roll up – раскручивание корпуса снизу вверх по одному позвонку.

Side stretch – боковое растягивание корпуса.

Side walk – продвижение боком.

Stretch – вытягивание, растяжка.

Twist – закручивание корпуса в горизонтальной плоскости, начиная с плеч.

IV. Формы и методы контроля, система оценок

1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание

Оценка качества реализации программы "Современный танец" включает в себя текущий контроль успеваемости, промежуточную и итоговую аттестацию обучающихся.

Успеваемость учащихся проверяется на различных выступлениях: контрольных уроках, экзаменах, концертах, конкурсах, просмотрах к ним и т.д.

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

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков, зачетов и экзаменов.

Контрольные уроки, зачеты и экзамены могут проходить в виде просмотров концертных номеров. Контрольные уроки и зачеты в рамках промежуточной аттестации проводятся на завершающих полугодие учебных занятиях в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет. Экзамены проводятся за пределами аудиторных учебных занятий.

Требования к содержанию итоговой аттестации обучающихся определяются образовательным учреждением на основании ФГТ.

Итоговая аттестация проводится в форме выпускных экзаменов.

По итогам выпускного экзамена выставляется оценка «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

2. Критерии оценок

Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки.

Критерии оценки качества исполнения

По итогам исполнения программы на контрольном уроке и экзамене выставляется оценка по пятибалльной шкале:

Таблица 5

Оценка	Критерии оценивания выступления
5 («отлично»)	методически правильное исполнение учебно-танцевальной комбинации, музыкально грамотное и эмоционально-выразительное исполнение пройденного материала, владение индивидуальной техникой вращений, трюков.

4 («хорошо»)	возможное допущение незначительных ошибок в сложных движениях, исполнение выразительное, грамотное, музыкальное, техническое
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: недоученные движения, слабая техническая подготовка, малохудожественное исполнение, невыразительное исполнение экзерсиса у станка, на середине зала, невладение трюковой и вращательной техникой
2 («неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием плохой посещаемости аудиторных занятий и нежеланием работать над собой
«зачёт» (без отметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.

Согласно ФГТ, данная система оценки качества исполнения является основной. В зависимости от сложившихся традиций того или иного учебного заведения и с учетом целесообразности оценка качества исполнения может быть дополнена системой «+» и «-», что даст возможность более конкретно отметить ответ учащегося.

Фонды оценочных средств призваны обеспечивать оценку качества приобретенных выпускниками знаний, умений и навыков, а также степень готовности учащихся выпускного класса к возможному продолжению профессионального образования в области музыкального искусства.

При выведении итоговой (переводной) оценки учитывается следующее:

- оценка годовой работы ученика;
- оценка на экзамене;
- другие выступления ученика в течение учебного года.

Оценки выставляются по окончании каждой четверти и полугодий учебного года.

I. Методическое обеспечение учебного процесса ***Методические рекомендации педагогическим работникам***

В работе с учащимися 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.

При работе над программным материалом преподаватель должен опираться на следующие основные принципы:

- целенаправленность учебного процесса;
- систематичность и регулярность занятий;
- постепенность в развитии танцевальных возможностей учащихся;
- строгая последовательность в процессе освоения танцевальной лексики и технических приемов танца.

С каждым годом обучения усложняется и становится разнообразнее танцевальная лексика различных народностей, изучаемая в соответствии с программой, вводится ряд новых приемов в изучении техники вращений на середине класса, по диагонали и по кругу класса.

Урок по современному танцу состоит из трех частей:

1. Экзерсис у станка.
2. Экзерсис на середине класса.
3. Работа над этюдами, построенными на материале русского танца и танцев народов мира.

Преподавание современного танца заключается в его поэтапном освоении, которое включает ознакомление с историей возникновения и ходом развития техники народно-сценического танца, практической работой у станка и на середине зала, работой над этюдами и освоении методики танцевальных движений.

V. СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ МЕТОДИЧЕКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Основная литература

1. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Начало обучения. – М.: ВЦХТ, 1998
2. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец: История. Методика. Практика. - М.: Изд-во "ГИТИС", 2000.
3. Никитин. В.Ю. Модерн-джаз танец: Методика преподавания 2002.
4. Никитин В.Ю. Композиция урока и методика преподавания модерн-джаз танца. – М.: Один из лучших, 2006
5. Суриц Е.Я. Балет и танец в Америке: Очерки истории. – Екатеринбург: Издательство Уральского университета, 2004
6. Клейтон П., Гэммонд П. Джаз. Притворись его знатоком. – СПб,
7. Ерохина, О. В. Школа танцев для детей: (Фольклор, классика, модерн)
Ерохина О.В. - Ростов н/Д.: Феникс, 2003.
8. Германов В. Г. «Танцевальный словарь. Танцы балов и дискотек»

Дополнительная литература

1. Двигательная деятельность как фактор воспитания физической культуры ребенка/В.Я.Лыкова //Дополнительное образование и воспитание. -2003.-№11. - С. 49-52. Амфора, 2000.
2. Джозеф С. Хавилер Тело танцора. Медицинский взгляд на танцы и тренировки. – М.: Новое слово, 2004
3. Дополнительное образование детей: Учебное пособие для студентов ВУЗа / Под ред. О.Е. Лебедева. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000
4. Селевко Г.К. Современные образовательные технологии: Учебное пособие. - М.: Народное образование, 1998
5. Чельшева Т.В., Ламыкина Л.В. Профильное обучение в школе. Художественно-эстетический профиль: Учебно-методическое пособие. – М.: АПКИПРО, 2004

Методическое обеспечение:

1. Методическая разработка для хореографических отделений детских школ искусств «Развитие пластики в современных танцевальных ритмах» Москва 1989г.
2. Пуртова Т.В., Беликова А.Н., Кветная О.В. «Учите детей танцевать»
Учебное пособие для средних специальных заведений. Москва 2009 г.
3. Видео запись балетов в стиле современной пластике.
4. Видео запись юбилейного концерта шоу-балета Аллы Духовой «Тодес» «Нам 15 лет».
5. Н.А. Александровна. В.А. Голубева. Учебное DVD пособие для начинающих – «Танец Модерн». «Издательство «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2007 г.