Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования

«Детская школа искусств г.Шарыпово»

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА В ОБЛАСТИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА**

**Современная хореография**

**нормативный срок обучения: 3 года**

г. Шарыпово 2022



**СОДЕРЖАНИЕ**

1. **Пояснительная записка**

- Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе;

-Срок реализации учебного предмета;

-Объем учебного времени, предусмотренным учебным планом;

-Форма проведения учебных аудиторных занятий;

-Цели и задачи учебного предмета «Современная хореография»;

-Методы обучения;

-Материально-технические условия реализации предмета;

1. **Содержание учебного предмета**

-Сведения о затратах учебного времени

-Требования по годам

3. **Требование к уровню подготовки учащихся**

**4. Формы и методы контроля, система оценок.**

**5. Методическое обеспечение учебного процесса.**

**6. Рекомендуемая литература**

.

***1.Пояснительная записка***

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

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа в области хореографического искусства «Современная хореография» (далее - образовательная программа) 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 многолетнего педагогического опыта в области хореографического искусства в детской школе искусств.

Общеобразовательная общеразвивающая программа «Современная хореография» адресована   учащимся, поступающим в школу в возрасте 13-15 лет, выпускникам хореографического отделения детской школы искусств и учащимся школ города, желающим поступить в профильные учебные заведения.  Обучение по программе  позволяет подросткам остаться в творческой среде, в кругу единомышленников, создает условия для повышения профессионального уровня. Кроме того, в процессе обучения выпускнику школы  оказывается профессиональная поддержка и психологическая помощь в самоопределении и выборе будущей профессии.

Образовательная программа «Современная хореография» реализуется в ансамбле «Звонкий каблучок», относится к программам общеразвивающей направленности и основывается на изучении джаз-модерн танца.

Одним из наиболее многообразных и эмоциональных в современном искусстве является танец. Мир танца не стоит на месте, а находится в постоянном развитии. Появляются новые современные направления и стили танцев, в том числе эстрадный и джаз-модерн танцы.

Современный танец один из наиболее популярных в хореографическом искусстве. Для него характерно стремление к внешней эффектности, виртуозности, лаконизму и остроте исполнения. Джаз-модерн танец обладает характерными чертами двух танцевальных жанров - джаза и модерна. Это стиль, в котором импровизация ритмов смешалась с элементами джазовой музыки. Яркой особенностью джазового танца является независимое движение частей тела, следуя своему собственному ритму. А модерн – стал своего рода эпатажем, который шокирует привычный взгляд зрителя ломаными движениями и немыслимыми акробатическими фигурами. Современный джаз - модерн видоизменяется, вбирая в себя элементы: хип - хоп, брейка, фанка и других танцев.

Актуальность и востребованность программы обусловлена тем, что современные дети хотят «идти в ногу» со временем. Они видят эстрадные и джаз -модерн танцы в музыкальных клипах, на концертах эстрадных звёзд, на различных празднествах, шоу, вечеринках и даже на школьных дискотеках и естественно им тоже хочется научиться двигаться модно, стильно, современно.

Программа по современному танцу ансамбля «Звонкий каблучок» направлена на раскрытие творческих и коммуникативных способностей ребенка, а так же на его общекультурное развитие.

***2. Срок реализации учебного предмета «Современный танец»***

Срок реализации данной программы составляет 3 года. Возраст обучающихся 13 - 15 лет.

3. Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию предмета, - 480 аудиторных часов.

Таблица 1

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Срок обучения/количество часов | 1год | 2 год | 3 год |
| Количество часов | Количество часов | Количество часов |
| Максимальная нагрузка | 160 | 160 | 160 |
| Количество часов на аудиторную нагрузку | 160 | 160 | 160 |
| Общее количество часов на аудиторные занятия | 480 |
| Недельная аудиторная нагрузка | 5 | 5 | 5 |

***4.*** Форма проведения учебных аудиторных занятий: групповая (от 6 до 15 человек). Продолжительность урока - 2,5 часа.

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

В ансамбль в первую очередь зачисляются дети, прошедшие обучение на хореографическом отделении. Дополнительно в ансамбль принимаются все физически здоровые дети, имеющие медицинскую справку от врача. Эти дети проходят предварительный просмотр, где определяются их индивидуальные возможности, учитываются возрастные и психологические особенности. В течение учебного года группы могут пополняться вновь поступившими ребятами, способными продолжать обучение по данной программе.

***5. Цель и задачи учебного предмета «Современная хореография»***

Цель программы: развитие творческих способностей, эмоциональной выразительности и танцевальности каждого ребенка посредством приобщения детей к миру современной хореографии.

Задачи программы:

− формирование танцевальных знаний, умений и навыков;

−развитие музыкально-ритмических навыков и навыков выразительного движения;

− развитие физического аппарата ребенка;

− формирование культуры общения в танце с партнерами, педагогом и зрителями;

− знакомство со специфической танцевальной терминологией;

− воспитание навыков творческой дисциплины;

− воспитание у детей эстетического и художественного вкуса.

6. ***Методы обучения***

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

* наглядный (наглядно-слуховой, наглядно-двигательный);
* словесный (объяснение, беседа, рассказ);
* практический (упражнения воспроизводящие и творческие).

7.  ***Описание материально-технических условий реализации предмета***

Материально- техническая база образовательного учреждения должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Для проведения занятий необходимо иметь балетные залы площадью не менее 40 кв.м. (на 12-14 обучающихся), имеющие пригодное для танца напольное покрытие (деревянный пол или специализированное пластиковое (линолеумное) покрытие), балетные станки (палки) длиной не менее 25 погонных метров вдоль трёх стен, зеркала размером 7м х 2м на одной стене.

При изучении предмета классы оснащаются звукотехническим оборудованием, оформляются наглядными пособиями.

***2****.Содержание учебного предмета*

1. Сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета, на максимальную нагрузку обучающихся на аудиторных занятиях:

Таблица ***2***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Максимальная нагрузка (в часах), в том числе: | 480 | 160 | 160 | 160 |
| Аудиторные занятия (в часах) | 480 | 160 | 160 | 160 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | Всего часов | Год обучения |
| 1год | 2 год | 3 год |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

Аудиторная нагрузка по учебному предмету обязательной части образовательной программы в области искусств распределяется по годам обучения с учетом общего объема аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

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

2. Требования по годам обучения

Основной формой реализации программы являются групповые занятия. Материал программы распределен по основным разделам:

− Основы современного танца.

−Репертуарная практика.

В зависимости от объективных условий, способностей и уровня развития детей в группе, возможно варьирование тем занятий, корректировка количества часов, отводимых для изучения отдельных разделов и тем программы.

**I** год обучения

***Задачи:***

− Знакомство с основами танцевального искусства.

−Формирование и развитие музыкальный слуха и памяти, пластической выразительности посредством упражнений, построенных на связи музыки и движений.

−Развитие физического аппарата ребенка посредством упражнений в стретч-характере.

−Воспитание чувства тактичного отношения детей между собой, с педагогом.

−Формирование мотивации для занятий танцевальным искусством.

**Прогнозируемые результаты первого года обучения.**

***В конце года обучающийся узнает:***

−терминологию изученных движений по джаз-модерн танцу;

−основные позиции рук и ног;

−комбинации движений, построенных на элементах эстрадных

движений;

***Обучающийся сумеет:***

− правильно исполнять движения, заданные педагогом по джаз -модерну

танцу и основам эстрадного движения.

***У него будет сформировано:***

−чувство ритма;

−начальные навыки танцевальности, выразительности.

***Воспитано:***

−первоначальные навыки ответственности перед коллективом и собой;

−интерес заниматься данным видом творчества.

***1. Учебно-тренировочный. Общеразвивающие упражнения.***

**Разминка по кругу:**

1. шаг с носка,  шаг на п/пальцах и на пятках,
2. галопы (лицом в круг и спиной),
3. подскоки,
4. лёгкий бег на п/пальцах.

***Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов :***

**Разминка на середине:**

1. наклоны головы вперёд, назад и в стороны, повороты головы вправо-влево,  круговые движения головой по полукругу,
2. подъём плеч вверх-вниз, круговые движения плечами вперёд-назад,
3. работа грудной клетки вперёд-назад (контракция), квадрат грудной клетки,
4. круговые движения бёдер вправо-влево, «восьмёрка», полукруг,
5. releve по I. II. VI позициям,
6. подъём согнутой в колене ноги,
7. прыжки по VI позиции, с поджатыми «разножки», из demi- plie в «звезду»,

**Stretch (стрейч) растягивание:**

1. в сторону,
2. через бок,
3. flat back (флэт бэк– плоская стена),

**Наклоны:**

1. flat back и наклон к ноге:
2. вперёд и назад,
3. отжимание,
4. roll (ролл – скручивание): вперёд с flat back и в сторону с demi- plie (деми плие – маленькое приседание).

**2. *Экзерсис на полу.***

Экзерсис на полу направлен на расширение технических способностей учащихся. Экзерсис выработан на основе многочисленных методик гимнастических упражнений, применяемых в хореографических школах, студиях.

***Экзерсис на полу состоит из нескольких разделов:***

1. упражнения, сидя на полу
2. лёжа на спине
3. лёжа на боку
4. лёжа на животе
5. упражнения, стоя на коленях
6. упражнения парами

***2. Дисциплина – современный танец.* *Позиции рук и ног в современном танце.***

Позиции рук в современном танце:

* I – руки согнуты в локтях, близко к диафрагме, локти в сторону;
* II – руки в сторону, ладони вниз;
* III – руки вверх, ладони «смотрят» друг на друга

Позиции ног:

* I – пятки вместе, носки врозь;
* II- параллельная и выворотная;
* IV – параллельная
* VI – параллельная

***3. Танцевальные элементы и композиции***

Основные элементы современных направлений: модерн, джаз.

**II год обучения**

***Задачи:***

−Усложнение техники танцевальных движений.

−Выработка умения держать осанку, отработка правильности и точности движений, заданных педагогом по современному танцу.

−Освоение детьми репертуарной практики ансамбля.

−Дальнейшее развитие танцевальных и творческих способностей с учетом возможностей каждого ребенка.

**Прогнозируемые результаты второго года обучения.**

***По окончании второго года обучения обучающийся освоит:***

−терминологию изученных движений по джаз-модерн танцу;

−основные движения джазового танца;

−репертуар второго года обучения.

***Обучающийся приобретет умения:***

−правильно исполнять движения эстрадного танца;

−безошибочно выполнять любую комбинацию из репертуара;

−выразительно и эмоционально исполнять танцевальные движения.

***У учащихся будет сформировано:***

−правильная осанка;

− выворотность (исходя из природных данных каждого ребенка).

***Воспитано:***

−дисциплина на занятиях;

−навык выполнения требований педагогов на занятии;

−старательность при выполнении движений и комбинаций.

***1. Учебно-тренировочный. Общеразвивающие упражнения.***

* Разминка по кругу;
* Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов;
* Разминка на середине ;
* Stretch (стрейч) растягивание;
* Экзерсис на полу. Растягивание мышц;

***2 Танцевальные элементы и композиции*. *Знакомство с танцем джаз, модерн.***

1. Основные стили джазового танца:
2. Классический джаз (классический танец и джазовая пластика)
3. Джаз-модерн (джаз-танец и свобода пластики модерна)

После изучения основных элементов современных танцев, преподаватель составляет различные композиции (вращения, прыжки), этюды, танцевальные постановки на основе изученной лексики.

*Пример:*

- движения по диагонали (различные варианты шагов, поворотов и вращений с продвижением,  прыжки и комбинации прыжков)

- grand battement на 90 град. И выше (на месте с переступанием вперёд, в сторону, назад с руками; с продвижением вперёд; назад – шпагат в воздухе).

- различные шпагаты на полу (с продвижением верёд через живот, поворот на месте, с «колесом»)

- волнообразные движения корпуса

- tour с поднятием колена en dehors и  en dedans, с подменой ноги (на месте, вперёд с продвижением).

***3 Терминология современного танца.***

Термины современного танца на английском языке, т.к. современный танец «пришёл» из США.

Необходимо переводить термины на русский язык в процессе обучения, объяснять их значение, характер исполнения.

Например:

1. сontract – контракция (сжатие к центру, общее и изолированное)
2. bodi roll – скручивание тела
3. stretch – тянуть, растягивать
4. flex, point – сократить, вытянуть
5. flat back – плоская спина
6. skate – скольжение и т.д.

**III год обучения**

***Задачи:***

1.Овладение более сложными упражнениями на середине зала по современному танцу и их терминологией.

2. Усложнение техники танцевальных движений.

3.Выработка навыков выступления на сцене.

**Прогнозируемые результаты третьего года обучения.**

***По окончании третьего года обучения обучающийся узнает:***

−терминологию изученных движений по эстрадному и джаз-модерн танцу;

−основные правила поведения на сцене.

***Учащийся приобретет умения:***

−правильно исполнять движения современного танца, партерной гимнастики, основным эстрадным движениям;

−исполнять движения на мелодию с тактом, затактом;

−безошибочно выполнить любую комбинацию из репертуара;

−уверенно и выразительно исполнять танцевальные номера из репертуара на сцене.

***У обучающихся будет воспитано:***

−чувство коллективизма, взаимопомощи и поддержки во время занятий и на концертах;

−уважительное отношение друг к другу, к педагогу

***1. Разминка (изоляция).***

Проводится на каждом уроке в течении 10 – 20 минут стоя на середине зала.

Прыжковый разогрев всего организма.

Изоляция головы:

1. наклоны вперед, назад, в стороны
2. крест
3. поворот
4. круг

Изоляция плеч:

1. подъем плеча вверх
2. шейк (волнообразное движение плеч)
3. крест
4. полукруг
5. круг

Изоляция грудной клетки:

1. движение из стороны в сторону
2. движение вперед – назад
3. полукруги
4. круги

Изоляция бедер:

1. движение из стороны в сторону
2. подъем одного бедра
3. shimmy (спиральное закручивание бедер)
4. полукруг
5. круг
6. восьмерка

Изоляция ног:

1. круговые движения стоп
2. сокращения стоп

На основании основных упражнений составляются комбинации.

 ***2. Экзерсис у станка.***

Проводится на каждом уроке в течение10 -15 минут:

1. demi – plie , grand – plie (деми, гранд плие)
2. battement tendu (батман тандю )
3. battement tendu jete (батман тандю жете)
4. адажио
5. grand battement jete (гранд батман жете)

На основании всех упражнений составляются комбинации.

***3. Растяжка (стрейч).***

Проводится на каждом уроке в течении 20-25минут, на середине зала, партер и около станка.

Растяжка строится из расчета подготовки учащихся, направлена на все мышцы тела.

Задача - растянуть по мере возможности все группы мышц, придать им эластичность, упругость.

***4. Кросс***

Проводится на каждом уроке в течении 5-10 минут.

Прыжки:

1. soute (соте) по 6, 1, 3 позиции
2. поджатый
3. разношка
4. assemble (ассамблее)

Кросс:

1. hop (хоп)
2. jump (джамп)
3. Шоссе

Туры:

1. tour chaines (тур шене)

***5. Репетиционно - постановочная работа.***

Проводится на каждом уроке в течении 35-45 минут

Занятия по этому разделу предполагают работу над этюдами в разных видах хореографии, входящих в программу обучения, танцевальными номерами для сценического исполнения и включают в себя разучивание движений танца, разведение хореографического рисунка, отработку танцевальных постановок, работу над образом в танце. Репертуар коллектива планируется в соответствии с актуальными потребностями учебного заведения, города и творческим состоянием той или иной группы, учитываются интересы учащихся. В связи с этим каждый год делается анализ педагогической и художественно-творческой работы коллектива, определяется новый репертуар.

При подготовке танцевальных постановок учитываются интересы учащихся, их подготовленность к восприятию произведения. Идея постановки имеет воспитывающие значение, оказывает влияние на формирования сознания учащихся.

***3.Требование к уровню подготовки учащихся.***

Данный раздел содержит перечень знаний, умений и навыков, приобретение которых обеспечивает программа «Современная хореография»:

1. Знание основных понятий и терминов в области современной хореографии, перевод и значение
2. Знание техники безопасности.
3. Владеть координацией рук, ног, головы,  упражнениями на развитие физических данных,  быстротой запоминания комбинаций.
4. Знание позиций ног, рук современного танца.
5. Уметь работать в паре, в группе.
6. Владение различными танцевальными движениями, уметькомбинировать движения
7. Представление о сценической площадке, рисунке танца, слаженности и культуре исполнения танца.
8. Навыки исполнения танцевальных движений, комбинаций и композиций.
9. Самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ.
10. Уметь работать в ансамбле.

***4.Формы и методы контроля, система оценок.***

***1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание***

Программа предусматривает текущий контроль, промежуточную аттестацию, а также итоговую аттестацию. Промежуточный контроль успеваемости учащихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет в виде творческого просмотра по окончании каждого полугодия учебного года. Преподаватель имеет возможность по своему усмотрению проводить промежуточные просмотры по разделам программы (текущий контроль).

Итоговая аттестация проводится в форме контрольного урока или участия в годовом отчетном концерте школы.

На заключительном просмотре учащиеся должны продемонстрировать:

знания:

−терминологии изученных движений по эстрадному и джаз-модерн танцу;

−основные правила поведения на сцене.

умения и навыки:

−правильно исполнять движения современного танца, партерной гимнастики, основным эстрадным движениям;

−исполнять движения на мелодию с тактом, затактом;

−безошибочно выполнить любую комбинацию из репертуара;

−уверенно и выразительно исполнять танцевальные номера из репертуара на сцене.

- соблюдения требований к безопасности при выполнении танцевальных движений.

***2. Критерии оценок.***

По результатам текущей, промежуточной и итоговой аттестации выставляются оценки: "зачет"или "не зачет"

• зачет – ставится, если учащийся точно и грамотно выполнил задания, обучающийся демонстрирует яркое исполнение движений и танцевальных композиций, профессиональную терминологию, метроритмические раскладки исполняемых движений, правила исполнения основных движений современного танца, быстро запоминает комбинации, исполняет движения грамотно и музыкально, точную координацию движений, умеет работать в ансамбле.

• не зачет – обучающийся не демонстрирует исполнение движений и танцевальных композиций, не знает профессиональную терминологию, метроритмические раскладки исполняемых движений, правила исполнения основных движений современного танца и т.д.

***5.Методическое обеспечение учебного процесса.***

Особенность методики программы заключается во взаимопроникновении обучающих и творческих моментов в едином процессе, который строится по принципу: от обучения языку выразительных движений к исполнительскому творчеству.

Содержание учебной и воспитательной работы, методика преподавания, личность и знания педагогов, передающих не только мастерство, но и свою культуру и мировоззрение учащимся, - все это составляет ту систему воздействия, которая предопределяет идейно-художественный уровень работы коллектива.

Для большей эффективности работы коллектива используется обратная связь с родителями. Они активно привлекаются к подготовке детей к концерту, помогают непосредственно во время выступлений, стимулируют работу детей в домашних условиях и т.д. На родительских собраниях обсуждаются проблемы и дальнейшие планы ансамбля. Родителям предлагается специальная литература не только связанная с хореографией, но и литература, помогающая найти подход к ребёнку, выявить его способности и облегчить его вхождение в новую среду.

Музыкальное сопровождение урока является основой музыкально-ритмического воспитания и влияет на развитие музыкальной культуры учащихся. Музыкальное оформление должно быть разнообразным и качественно исполненным. Произведения должны быть доступными для восприятия детей, ясными по фактуре, жанру, стилю, разнообразными по характеру и мелодическому содержанию.

На занятиях используется:

- классическая музыка,

- современная музыка,

- эстрадная музыка.

***6.Рекомендуемая литература***

1. Барышников Т. Азбука хореографии – Ральф, 2000г.
2. Вернигора О. Джаз-танец 11-14 лет – Новосибирск 2007 г.(D.V.D.)
3. Вихрева Н.А. Экзерсис на полу – Москва, 2004г.
4. Даниц Е.В. Джазовые танцы – Донецк, 2002г.
5. Ивлева Л.И. Джазовый танец – Челябинск, 1996г.
6. Методическое пособие по основам танца модерн. Учебный центр работников культуры – Владивосток, 1997г.
7. Озерская А.  Джаз-модерн – Новосибирск 2008 г.(D.V.D.)
8. Пестов П.А. Уроки классического танца – Москва, 1999г.
9. Пинаева Е.А. Классический танец. – Москва, 2006г.
10. Роберт Те. 5 минут растяжки – Минск, 1999г.
11. Смирнова Н.Г. Уроки хореографии в образовательных учреждениях. – Кемерово, 1996г.
12. Шестакова Ю. Современный танец для детей. – Новосибирск, 2004г.(D.V.D.)