

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Детская музыкальная школа имени Джаудата Файзи»  
Приволжского района г.Казани

Принята на заседании  
педагогического совета  
« 28 » декабря 2020 года  
Протокол № 3  
(в связи с изменением наименования  
юридического лица)



тверждено:  
Директор МБУДО «ДМШ им. Дж. Файзи»  
З.Ф.Семенова  
« 28 » декабря 2020 года

**Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа в области хореографического искусства  
«ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ТВОРЧЕСТВО»  
Предметная область «Хореографическое исполнительство»  
Рабочая программа по учебному предмету  
«Современный танец».**

Возраст обучающихся: 14-15 лет  
Срок реализации: 1 год

Составители:  
преподаватели по классу  
хореографии  
Ризванова Л.Р.  
Миндагалиева О.И.

Казань 2020

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ»**

### **I. Пояснительная записка:**

- Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе.
- Срок реализации.
- Предусмотренный объем учебного времени.
- Форма и режим занятий.
- Цель и задачи.
- Обоснование структуры программы.
- Методы обучения.
- Описание материально-технических условий реализации учебного предмета.

### **II. Содержание программы:**

- Учебно-тематический план.
- Содержание тем.

### **III. Требования к уровню подготовки обучающихся.**

### **IV. Формы и методы контроля, система оценок:**

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

### **V. Методическое обеспечение образовательной программы.**

### **VI. Списки рекомендуемой литературы.**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

Данная программа является вариативной частью учебного плана по дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программе в области хореографического искусства «Хореографическое творчество».

*Актуальность Программы* объясняется анализом детского и родительского спроса: многие подростки желают красиво двигаться под музыку, иметь стройную фигуру и правильную осанку. Такую возможность предоставляют современные танцы в силу своей доступности детям с разным уровнем подготовки. Занятия современными танцами развивают чувства ритма, раскрывают индивидуальность каждого танцовщика, выявляют его уникальность.

*Педагогическая целесообразность* Программы обусловлена ее направленностью на гармоничное психологическое, духовное и физическое развитие ребенка, морфологическое и функциональное совершенствование его отдельных органов и систем, создание необходимого двигательного режима, положительного психологического настроения.

В основу программы обучения положены танцы «Модерн», направление «Contemporary», джаз-танец, «Хип-хоп», «Тектоник».

Предмет «Современный танец» носит системный характер. В процессе его освоения учащиеся приобретают опыт творческой деятельности, овладевают элементами профессиональной грамоты. Программа имеет предпрофессиональную направленность. Предназначена для обучающихся, планирующих поступление в учреждения, реализующие основные образовательные программы в области хореографического искусства.

**Срок реализации Программы:** один год – восьмой класс при восьмилетней обучении.

*Объем учебного времени.* Максимальная учебная нагрузка по предмету составляет 33 часа.

**Форма и режим аудиторных занятий.** В основе организации деятельности детей по Программе лежит *мелкогрупповое занятие (урок)*, которое проводится один раз в неделю в течение одного академического часа.

**Цель Программы:** созидать творческое начало личности учащихся посредством современного танца.

## **Задачи:**

### *Обучающие:*

- ознакомить учащихся с видами современного танца, их характерными особенностями и выразительными средствами, а также правилами исполнения танцевальных элементов;

- сформировать музыкально-ритмические навыки, выразительность, пластичность, грациозность и изящество в танцевальных вариациях, умение эмоционального выражения, раскрепощения и творчества в движениях;

- выработать у учащихся комплекс технических навыков и умений, исполнительскую культуру, а также свободное и выразительное владение современной хореографией.

### *Развивающие:*

- содействовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата, профилактике плоскостопия, формированию правильной осанки, функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма;

- развить мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности, музыкальные и творческие способности, мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, умение согласовывать движения с музыкой;

- расширить кругозор.

### *Воспитательные:*

- привить художественный вкус, интерес к танцевальному искусству, традициям современной хореографии;

- воспитать культуру общения и необходимые личностные качества;

- приобщить к здоровому образу жизни.

## **Обоснованием структуры программы**

Программа содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;

- распределение учебного материала по годам;

- описание дидактических единиц;

- требования к уровню подготовки обучающихся;

- формы и методы контроля, система оценок;

- методическое обеспечение образовательной программы.

### *Принципы построения Программы:*

- индивидуальный подход;

- техническая и художественная доступность учебного материала с учетом возрастного фактора и степени одаренности обучающихся;

- последовательность и постепенность (от простого к сложному);
- наглядность обучения – показ и объяснение;
- максимальная активность обучающихся в учебной деятельности;
- формирование групп обучающихся по уровню способностей.

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

- словесные;
- наглядные;
- практические;
- объяснительно-иллюстративные;
- репродуктивные;
- частично-поисковые;
- исследовательские;
- фронтальные, индивидуально-фронтальные, индивидуальные;
- коллективные, коллективно-групповые, групповые, в парах.

### **Материально-технические условия реализации Программы:**

Материально-техническая база , соответствующая санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда

Учебный класс для занятий – хорошо проветриваемое и освещенное помещение.

Оборудование учебного кабинета: балетные станки, шведские стенки, зеркала, фортепиано.

Технические средства: звукотехническое и видеооборудование.

Информационное обеспечение: списки рекомендуемых учебных изданий, дополнительной литературы.

Основные источники: учебные пособия, учебно-методическая литература, наглядные пособия.

Дополнительные источники: справочно-библиографические и периодические издания, поисковые системы, сайты интернета, сайты издательств.

### **Кадровое обеспечение:**

Условием успешной реализации Программы является наличие в школе квалифицированных специалистов, имеющих практический опыт, владеющих методикой преподавания данного предмета.

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Наименование темы	Количество часов
1	Модерн	10
2	Contemporary	6
3	Джаз-танец	7
4	Хип-хоп	6
5	Тектоник	4
	ИТОГО	33

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### Тема 1. Модерн

Изучение направления «Модерн».

*1 этап.* Физическая подготовка тела:

- упражнения для развития стопы;
- основные положения корпуса;
- упражнения для развития силы ног.

*2 этап.* Основные положения:

- разучивание всех основных положений корпуса на полу, соединенных в комбинацию;
- соединение основных положений с руками;
- упражнения на баланс (упражнения из йоги, пилатес);
- баланс на руках и первые простейшие перевороты через плечо, голову.

*3 этап.* Развитие танцевальности, индивидуальности:

- разучивание композиций, включающих разученные положения;
- развитие ориентации в пространстве, движение по диагонали;
- импровизация: простейшие навыки контактной импровизации.

### Тема 2. Contemporary

Изучение направления:

- упражнения в партере;
- release – техника расслабления;
- стретчинг – растяжка;
- танцевальные комбинации в стиле contemporary – чередование натянутых мышц и резкого сброса, расслабления, работа с дыханием, падения и подъемы, резкие остановки, балансирование, противоречие и эмоции.

### **Тема 3. Джаз-танец**

Изучение джазовых танцев:

- освоение базовых элементов: изоляция, напряжение и расслабление разных частей тела, пластика бедер, рук, таза;
- техника вращений, падений, различные шаги и прыжки.

### **Тема 4. Хип-хоп**

Изучение направления. Танцевальные комбинации в стиле «Хип-хоп».

### **Тема 5. Тектоник**

Изучение направления:

- элементы;
- танцевальные этюды в стиле «Тектоник».

## **ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

По итогам реализации образовательной программы у учащиеся должны быть:

*Сформированы:*

- знания в области современного танца: их характерных особенностей и выразительных средств, а также правила исполнения танцевальных элементов;

- музыкально-ритмические навыки, выразительность, пластичность, грациозность и изящество в танцевальных вариациях, умение эмоционального выражения, раскрепощения и творчества в движениях;

- комплекс технических навыков и умений, исполнительская культура, а также свободное и выразительное владение современной хореографией.

*Развиты:*

- опорно-двигательный аппарат, правильная осанка, органы дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистая и нервная системы организма;

- мышечная сила, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности, музыкальные и творческие способности, мышление, воображение, находчивость и познавательная активность, умение согласовывать движения с музыкой;

- кругозор.

*Воспитаны:*

- художественный вкус, интерес к танцевальному искусству, традициям современной хореографии;

- культура общения и необходимые личностные качества.

## ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ, СИСТЕМА ОЦЕНОК

### Аттестация: цели, виды, формы, содержание

**Контроль успеваемости** подразумевает диагностику уровня освоения программы обучающимися на всех этапах ее реализации и выступает важным элементом образовательного процесса в школе искусств. Главные принципы его проведения и организации:

- систематичность;
- учет индивидуальных особенностей обучающегося;
- коллегиальность.

Контроль выполняет обучающую, проверочную, воспитательную и корректирующую функции.

#### **Формы контроля:**

**Текущий** – имеет воспитательные цели, учитывает индивидуальные психологические особенности обучающихся. Контроль осуществляется преподавателем, ведущим предмет, регулярно в рамках расписания занятий обучающегося и предполагает использование различных систем оценки. На основании результатов текущего контроля выводятся четвертные, полугодовые, годовые оценки.

**Промежуточный** – происходит на завершающих каждое полугодие занятиях в счет аудиторного времени. Это контрольный урок в конце первого полугодия и зачет по завершении второго.

По итогам промежуточной аттестации обучающимся выставляется оценка, которая заносится в журнал успеваемости и свидетельство об окончании образовательного учреждения.

#### *Требования к контрольным урокам:*

- выразительно и ритмично двигаться в соответствии с образом танца;
- выражать свои собственные ощущения, используя язык танца и музыки;
- владеть координацией движения;
- владеть техникой;
- самостоятельно составлять учебные танцевальные вариации.

#### *Требования к зачету:*

- правильность и четкость выполнения движений;
- владение различными темпами в комбинационных сочетаниях;
- координация движений в пластических и ритмических комбинациях;
- пластичность и эмоциональная окрашенность исполнения;
- владение манерой и характером исполнения предложенных танцев;
- понимание последовательности и расклада движений на элементы.

### **Критерии оценивания.**

**Оценка «5» (отлично)** выставляется за:

- блестящее исполнение хореографических композиций без погрешностей;
- музыкальность и техничность исполнения;
- поддержание отличной танцевальной формы;
- владение профессиональной хореографической лексикой;
- свободное владение своим телом, абсолютно правильную постановку рук, ног и корпуса.

**Оценка «4» (хорошо)** предполагает:

- выразительное и артистичное исполнение танцевального материала с небольшими погрешностями;
- музыкальность и хорошую техничность исполнения;
- основы владения профессиональной хореографической лексикой;
- поддержание хорошей танцевальной формы;
- хорошее владение своим телом, правильную постановку рук, ног и корпуса.

**Оценка «3» (удовлетворительно)** подразумевает:

- формальное, невыразительное исполнение с техническими погрешностями;
- недоученную танцевальную лексику, сбивчивое исполнение;
- недостаточно музыкальное исполнение;
- поддержание хорошей танцевальной формы;
- слабое знание профессиональной хореографической лексики;
- плохое владение своим телом.

**Оценка «2» (неудовлетворительно)** ставится, когда:

- формальное, невыразительное исполнение вне стиля и формы;
- отсутствие соответствующей техники и манеры исполнения предложенного танцевального материала;
- невыученная программа;
- неудовлетворительное поддержание танцевальной формы.

Данная система может быть дополнена «+» и «-» с целью более конкретного оценивания обучающихся.

Годовые оценки выставляются в сводную ведомость преподавателем по итогам четвертных оценок.

## **МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

**Формы уроков:** традиционный урок, практическое занятие, урок-обобщение, итоговый урок, контрольный урок.

## **Предполагаемые методы и приемы организации образовательного процесса:**

1. По способу организации занятия:
  - словесные – устное изложение, беседа, диалог, опрос;
  - наглядные – показ видеоматериалов, иллюстраций, наблюдение, показ (исполнение) педагогом;
  - практические – упражнения.
2. По уровню деятельности детей:
  - объяснительно-иллюстративные – восприятие и усвоение информации;
  - репродуктивные – воспроизведение полученных знаний и освоенных способов деятельности;
3. По форме организации деятельности учащихся:
  - фронтальные, индивидуально-фронтальные, индивидуальные;
  - коллективные, коллективно-групповые, групповые, в парах.

### **Используемые дидактические материалы:**

1. Учебные и методические пособия.
2. Материалы интернет-сайтов.
3. Иллюстрирующие материалы:
  - видеоматериалы;
  - фотографии.

### **Краткие методические рекомендации.**

При проведении урока необходимо руководствоваться следующими принципами:

- нагрузку увеличивать постепенно;
- чередовать упражнения быстрые и медленные;
- темп исполнения упражнений должен быть медленным с последующим ускорением;
- важно следить за дыханием и самочувствием учащихся.

Основные методы работы педагога-хореографа на уроке – показ движений и объяснение методики исполнения с акцентом на наиболее важных моментах и основных понятиях. Методы показа и объяснения варьируются. При этом главная задача – активизировать мышление и творческие способности учащихся в процессе напряженной физической работы по овладению танцевальными навыками.

Особое внимание следует уделять правильной постановке корпуса, рук, головы, овладению первоначальными навыками координации движений, которые предполагают согласованность работы всех частей тела, развитию физических профессиональных данных учащихся.

Движения, танцевальные связки, танцевальные вариации и композиции осваиваются постепенно: сначала в медленном темпе, удобном для выработки внимания, памяти, эластичности мышц ног т. д., затем – с ускорением. Новые элементы изучаются в чистом виде, затем комбинируются в различных сочетаниях.

На начальных этапах обучения различным танцевальным движениям отводится большая часть урока, впоследствии время исполнения сокращается за счет ускорения темпа и соединения отдельных движений в комбинации.

Реализация Программы подразумевает участие обучающихся в разнообразных концертах (учебных, отчетных, классных родительских собраниях-концертах) и конкурсах. Подобные мероприятия способствуют приобщению детей и родителей к культурной форме проведения досугового времени, духовно сближают их и формируют новые интересы семьи. Конкурсы позволяют наиболее одаренным детям быстрее продвигаться в художественном и техническом развитии, становясь мощным средством мотивации к занятиям хореографией.

В целях повышения профессионального и творческого опыта рекомендуется посещение открытых уроков в других учебных заведениях, мастер-классов, творческих фестивалей, концертов профессиональных хореографических коллективов, спектаклей театров оперы и балета, творческих встреч с мастерами хореографического искусства.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Гавликовский Н.В. Руководство для изучения танцев. – СПб., 2010.
2. Неминущий Г.П., Дукальская А.В. Физическая нагрузка : ее сущность, структура, общая характеристика и методология исследования. – Ростов-на-Дону, 1996.
3. Неминущий Г.П., Дукальская А.В. Танцевальная нагрузка : ее сущность, структура, общая характеристика и методология исследования. – Ростов-на-Дону, 1996.
4. Касаткина Л.В. Танец – это жизнь. – СПб., 2006.
5. Лабинцев К.Р. Характеристика нагрузок в танцевальном спорте. – М., 2001.
6. Попов В., Суслов Ф., Ливадо Е. Пластика тела. – М., 1997.