

**ДЕПАРТАМЕНТ КУЛЬТУРЫ ГОРОДА МОСКВЫ**

**Государственное бюджетное учреждение  
дополнительного образования города Москвы  
«Детская школа искусств имени И.С. Баха»  
(ГБУДО г. Москвы «ДШИ им. И.С. Баха»)**

**УТВЕРЖДЕНА**  
приказом Государственного  
бюджетного учреждения  
дополнительного образования города  
Москвы «Детская школа искусств  
имени И.С.Баха»  
от 1 сентября 2020 г. № 22

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
В ОБЛАСТИ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОГО ИСКУССТВА**

**«ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ИСКУССТВО»**

**Предмет «Современный танец».**

**Срок реализации – 7 (8) лет**

**Для детей от 8 лет**

**Составитель:**  
преподаватель ГБУДО г. Москвы  
«ДШИ им. И.С. Баха»  
Вышковская Е.В.

**Москва, 2020**

## **Структура программы учебного предмета**

### **I. Пояснительная записка**

- *Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе;*
- *Срок реализации учебного предмета;*
- *Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательного учреждения на реализацию учебного предмета;*
- *Форма проведения учебных аудиторных занятий;*
- *Цель и задачи учебного предмета;*
- *Обоснование структуры программы учебного предмета;*
- *Методы обучения;*
- *Описание материально-технических условий реализации учебного предмета;*

### **II. Содержание учебного предмета**

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

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

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

- *Аттестация: цели, виды, форма, содержание;*
- *Критерии оценки;*

### **V. Методическое обеспечение учебного процесса**

- *Методические рекомендации педагогическим работникам;*

### **VI. Список рекомендуемой учебной литературы**

- *Основная литература;*
- *Дополнительная литература*

## **I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

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

Программа учебного предмета «Современный танец» разработана на основе «Методических рекомендаций по введению дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в государственные бюджетные образовательные учреждения, подведомственные Департаменту культуры и реализующие дополнительные общеобразовательные программы» (Приложение 2 к приказу Департамента культуры города Москвы от 19 мая 2015 г. №298), а также большого опыта преподавания предмета «Современный танец» в системе детских школ искусств города Москвы.

Учебный предмет «Современный танец» направлен на приобщение детей к хореографическому искусству, на эстетическое воспитание учащихся, на приобретение основ исполнения современного танца, а также на воспитание нравственно-эстетического отношения к танцевальной культуре.

В соответствии с учебным планом общеразвивающей программы «Хореографическое искусство» ГБУДО г. Москвы «ДШИ им. И.С. Баха» предмет «Современный танец» изучается на протяжении 3(4) лет (с 5 по 7 (8) класс).

Содержание учебного предмета «Современный танец» тесно связано с содержанием учебных предметов «Ритмика», «Гимнастика», «Подготовка концертных номеров», «Классический танец». Программа имеет художественную направленность.

Полученные по этим предметам знания, умения, навыки позволяют приступить к изучению экзерсиса у станка на основе классического танца. Приобретенные музыкально-ритмические навыки дают основание изучать движения с разнообразным ритмическим рисунком, как у станка, так и на середине зала.

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

классического тренажа. Кроме того, занятия современным танцем позволяют учащимся овладеть разнообразием стилей и манерой исполнения, в значительной степени расширяют и обогащают их исполнительские возможности, формируя особые исполнительские качества и навыки. В этом состоит ее актуальность.

Программа составлена с учетом развития науки, техники, культуры, экономики, технологий и социальной сферы, чем обусловлена её новизна.

Отличительной особенностью от уже существующих программ является её адаптированность к условиям, имеющимся в ГБУДО г. Москвы «ДШИ им. И.С. Баха».

## **2. Срок реализации учебного предмета**

Срок освоения предмета «современный танец» по данной программе составляет 3(4) лет (с 5 по 7(8) класс), для детей, поступивших в образовательное учреждение в первый класс в возрасте от 8 лет. Продолжительность учебных занятий с 5го класса составляет - 35 часов в год, с 8 класса 70 часов в год (по 1 часу в неделю в 5-7 классах и по 2 часа в неделю в 8 классе).

**3. Объем учебного времени,** предусмотренный учебным планом, на реализацию предмета **Современный танец**:

*Таблица 1*

Срок обучения – 5 лет

Классы / количество часов	5-7 (8) классы			
	Количество часов (общее на 3(4) года)			
Максимальная нагрузка, в том числе:	105(175)			
Количество часов на аудиторную нагрузку	105(175)			
Год обучения	5	6	7	8
Недельная аудиторная нагрузка	1	1	1	2

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

Групповые занятия, численность группы от 11 человек.

## **5. Цель и задачи учебного предмета**

**Цель:** Раскрытие творческого потенциала учащихся на основе приобретенного ими комплекса знаний, умений, навыков в современного танца.

### **Задачи:**

- обучение основам современного танца,
- развитие танцевальной координации;
- обучение выразительному исполнению и эмоциональной раскрепощенности в танцевальной практике;
- развитие физической выносливости;
- развитие умения танцевать в группе;
- развитие сценического артистизма;
- воспитание дисциплинированности;
- формирование волевых качеств.

## **6. Обоснование структуры программы учебного предмета.**

Программа содержит следующие разделы:

- сведения о затратах учебного времени, предусмотренного на освоение учебного предмета;
- распределение учебного материала по годам обучения;
- описание дидактических единиц учебного предмета;
- требования к уровню подготовки 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 общеразвивающей 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**

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

Учебные аудитории (балетные залы), предназначенные для реализации учебного предмета. Площадь балетных залов составляет не менее 40 м<sup>2</sup>, имеет пригодное для занятий напольное покрытие деревянный пол или специализированное (линолеумное покрытие), зеркала. Школа имеет театрально - концертный зал с музыкальной аппаратурой (магнитофон, музыкальный центр), костюмерную, располагающую необходимым количеством костюмов для сценических выступлений, репетиционного процесса и учебных занятий. Также имеются в наличии раздевалки для переодевания для обучающихся и преподавателей.

## **II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

### **Сведения о затратах учебного времени:**

*Таблица 2*

*Таблица 1*

Вид учебной работы, учебной нагрузки	Классы	
	3-7	8
Максимальная нагрузка (в часах), в том числе:	105	70
аудиторные занятия (в часах)	105	70
Общее количество часов на аудиторные занятия	175	

## II. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

**Сведения о затратах учебного времени**, предусмотренного на освоение учебного предмета «Современный танец», на максимальную, самостоятельную нагрузку обучающихся и аудиторные занятия:

**Срок обучения – 3 (4) года**

<i>Класс</i>	<i>Количество часов</i>			
	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>
Продолжительность учебных занятий (в неделях)	35	35	35	70
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	1	1	1	2
Максимальное количество часов занятий в неделю (аудиторные)	1	1	1	2
Общее максимальное количество часов по годам (аудиторные)	35	35	35	70

Часы на самостоятельную нагрузку по программе не предусмотрены.

# РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА ПО ГОДАМ ОБУЧЕНИЯ

## СРОК ОБУЧЕНИЯ – 3(4) ГОДА

### Первый год обучения

#### **Экзерсис на середине зала:**

Основные позиции рук: пресс-позиция, I, II, III и V-положения.

Техника изоляции.

Поза коллапса.

Plie по I, II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.

Releve по I, II параллельным позициям, позже по I, II out позициям.

Flat back вперед

- на прямых ногах

- на plie

Battement tendu по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.

Battement tendu jeté по I out и параллельной позиции в сторону, вперед и назад.

Passé на полной стопе по I параллельной и out позиции.

Deep body bend.

Arch по I, II параллельным и out позициям.

Stretch.

Lay out.

Roll down/ Roll up.

Contraction / release.

#### **Кросс:**

Шаги

- pas de bourre

- pas chasse.

Прыжки



- jump по I, II параллельным и out позициям
- hop: рабочая нога принимает положение passé по I параллельной позиции
- трамплинные прыжки.

Вращения: поворот на трех шагах.

## **Второй год обучения**

### **Экзерсис на середине зала:**

Техника изоляции – координация двух центров (параллель и оппозиция).

Swing.

Plie: прием plie – releve по I, II и IV параллельным и I, II out позициям.

Battement tendu

на plie,

- перевод рук из позиции в позицию во время движения.

Battement tendu jeté

- положения flex/point стопы,
- перевод рук из позиции в позицию во время движения.

Rond de jambe par terre по I out и параллельной позиции по раскладке – en dehors и en dedans.

Relevé lent на 90° во всех направлениях по I параллельной и out позиции.

### **Кросс:**

Шаги:

- grand battements вперед на 90°,
- pas de bourre en tournent.

Прыжки

- jump: во время взлета arch торса,
- hop: рабочая нога принимает положение passé, в корпусе спираль.

Вращения:

- chaînés,
- preparation к пируэтам.

## Третий год обучения

### Экзерсис на середине зала:

Техника изоляции – координация двух центров с шагами.

Flat back вперед:

- прием plie – releve.

Plie: в координации с arch, contraction / release, спиралями в корпусе.

Battement tendu: в координации с arch, contraction / release, спиралями в корпусе.

Battement tendu jeté:

- положения flex/point колена и стопы,

- в координации с arch, contraction / release, спиралями в корпусе.

Rond de jambe par terre:

- на plie,

«восьмерка».

Battements developpe во всех направлениях по I параллельной и out позиции.

### Кросс:

Шаги:

- grand battements во всех направлениях на 90°,

pas de bourre с preparation к пируэтам.

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.

Вращения:

-chaînés на plie, на полной стопе,

-пируэт en dehors, en dedans.

## Четвертый год обучения

### Экзерсис на середине зала:

Техника изоляции – координация двух центров с шагами в связке другими движениями.

Plie: в координации с arch, contraction / release, спиралями в корпусе.

Battement tendu: в координации с arch, contraction / release, спиралями в корпусе.

Battement tendu jeté:

- положения flex/point колена и стопы,
- в координации с arch, contraction / release, спиралями в корпусе.

Rond de jambe par terre:

- на plie,
- на releve,
- «восьмерка»,
- в сочетании с contraction / release,
- в сочетании с arch.

Battements developpe во всех направлениях по V out позиции.

### Кросс:

Шаги:

- grand battements во всех направлениях на 90°, в сочетании с приёмом fouete.
- pas de bourre с pirouette.

Прыжки:

- jump: во время взлета twist торса,
- hop: рабочая нога в положении passé, во время взлета twist торса,
- hop: рабочая нога открывается в сторону на 90°,
- leap с опусканием на колено.

Вращения:

- chaînés на releve,
- пируэт en dehors, en dedans, на plie, releve, pencil.

## *Словарь терминов*

**Arabesque** – рабочая нога открывается назад на любую высоту.

**Arch** – легкий прогиб торса назад.

**Attitude** – рабочая нога поднята на любую высоту и немного согнута в колене.

**Battement developpe** – открытие рабочей ноги через passe.

**Battement releve lent** – подъем рабочей ноги, не сгибая колено.

**Battement tendu** – рабочая нога открывается вперед, в сторону или назад носком в пол.

**Battement tendu jete** – рабочая нога активно открывается вперед, в сторону или назад на 45°.

**Body roll** – волна корпусом.

**Chaînes** – вращение на двух ногах с передвижением.

**Contraction** – сжатие диафрагмы.

**Deep body bend** – глубокий наклон корпуса с прямым позвоночником.

**Demi plie** – полуприседание, пятки не отрываются от пола.

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

**Flex** – сокращенная стопа, кисть или колени.

**Fouette** – поворот тела танцовщика к зафиксированной в определенном положении ноге.

**Grand battement** – бросок ноги на 90° в любом направлении.

**Нор** – 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.

**Pas de bourre** – чередование трех переступаний с одной ноги на другую с окончанием на demi plie.

**Passe** – рабочая нога стопой касается колена опорной ноги.

**Point** – вытянутое положение стопы.

- Preparation** – подготовительное движение.
- Press-position** – согнутые в локтях руки касаются бедер.
- Release** – положение обратное contraction, вдох и раскрытие диафрагмы.
- Releve** – подъем на полупальцы.
- Roll down** – закручивание корпуса вниз, начиная с головы по одному позвонку до конца позвоночника.
- Roll up** – раскручивание корпуса снизу вверх по одному позвонку.
- Rond de jambe par terre** – круг ногой по полу.
- Side stretch** – боковое растягивание корпуса.
- Side walk** – продвижение боком.
- Stretch** – вытягивание, растяжка.
- Twist** – закручивание корпуса в горизонтальной плоскости, начиная с плеч.

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

Уровень подготовки обучающихся является результатом освоения программы учебного предмета «Народно-сценический танец», который определяется формированием комплекса знаний, умений и навыков, таких, как:

- знание балетной терминологии в объеме, предусмотренном программой;
- знание элементов и основных комбинаций современного танца в объеме, предусмотренном программой;
- знание особенностей постановки корпуса, ног, рук, головы, танцевальных комбинаций;
- умение распределять сценическую площадку, чувствовать ансамбль, сохранять рисунок при исполнении современного танца;
- умение понимать и исполнять указания преподавателя;
- использование и владение навыками коллективного исполнительского творчества;
- знание основных анатомо-физиологических особенностей человека;

- применение знаний основ физической культуры и гигиены, правил охраны здоровья.

#### **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.

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

Требования к содержанию итоговой аттестации обучающихся разрабатываются ГБУДО г. Москвы «ДШИ им. И.С. Баха» самостоятельно.

Итоговая аттестация проводится в форме выпускного экзамена.

По итогам выпускного экзамена выставляется оценка по пятибалльной шкале в абсолютном значении: 5 - «отлично», 4 - «хорошо», 3 - «удовлетворительно», 2 – «неудовлетворительно».

##### *2. Критерии оценок*

По итогам исполнения программы в рамках текущей и промежуточной аттестации учащихся допускается выставление оценок с добавлением системы «+» и «-», что дает возможность более конкретно оценить выступление учащегося.

**Таблица 3**

<b>Оценка</b>	<b>Критерии оценивания выступления</b>
5 («отлично»)	Технически качественное и художественно осмысленное исполнение, отвечающее всем требованиям на данном этапе обучения;
4 («хорошо»)	Отметка отражает грамотное исполнение с небольшими недочетами (как в техническом плане, так и в художественном);
3 («удовлетворительно»)	исполнение с большим количеством недочетов, а именно: неграмотно и невыразительно выполненное движение, слабая техническая подготовка, неумение анализировать свое исполнение, незнание методики исполнения изученных движений и т. д.
2 («неудовлетворительно»)	комплекс недостатков, являющийся следствием нерегулярных занятий, невыполнение программы учебного предмета;
«зачет» (без отметки)	отражает достаточный уровень подготовки и исполнения на данном этапе обучения.

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.

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

## **VI. СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Головкина С.Н. Уроки классического танца в старших классах. – М.: Искусство, 1989
9. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии: учеб. пособие для студентов пед. институтов. – М.: Просвещение, 1986
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. Журнал «Дополнительное образование» 2003: №11
5. Клейтон П., Гэммонд П. Джаз. Притворись его знатоком. – СПб, Амфора, 2000
6. Костровицкая В.С., Писарев А.А. Школа классического танца. – Л., Искусство, 1968
7. Кулагина И.Ю. Возрастная психология (Развитие ребенка от рождения до 17 лет): Учебное пособие. 3-е изд. – М.: Изд-во УРАО, 1997
8. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Начало обучения. – М.: ВЦХТ, 1998



9. Никитин В.Ю. Композиция урока и методика преподавания модерн-джаз танца. – М.: Один из лучших, 2006
10. Общая психология. (Учебное пособие для студентов пед. институтов) / Под ред. В.В. Богословского и др. – М.: Просвещение, 1973
11. Селевко Г.К. Современные образовательные технологии: Учебное пособие. - М.: Народное образование, 1998
12. Суриц Е.Я. Балет и танец в Америке: Очерки истории. – Екатеринбург: Издательство Уральского университета, 2004
13. Чельшева Т.В., Ламыкина Л.В. Профильное обучение в школе. Художественно-эстетический профиль: Учебно-методическое пособие. – М.: АПКИПРО, 2004