

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«Детская школа искусств г. Макарова» Сахалинской области
(МБУДО «ДШИ»)**



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУДО
«ДШИ г. Макарова»
Н.А. Сталевская

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

**Предметная область
ПО.02. ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ ИСПОЛНИТЕЛЬСТВО**

**программа по учебному предмету
В.00 (ВАРИАТИВНАЯ ЧАСТЬ)
СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ**

Срок реализации – 2 года (7-8 класс)

**г.Макаров
2020г.**

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

УЧЕБНЫЙ ПРЕДМЕТ «СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ»

СОСТАВЛЕНА на основании федеральных государственных требований к дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программе в области хореографического искусства – Хореографическое творчество (Утверждены приказом Министерства культуры Российской Федерации от 12 марта 2012 г. № 158).

Одобрено школьным
методическим объединением
МБУДО «ДШИ»
«19» сентября 2020 г.

Разработчик: Морозова Екатерина Сергеевна, преподаватель отделения хореографии
МБУДО «Детской школы искусств г.Макарова» Сахалинской области

Рецензент: Григорьева Ксения Викторовна, преподаватель отделения хореографии МБУДО
«Детской школы искусств г.Макарова» Сахалинской области

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;
- список музыкального материала (по выбору педагога).

VI. Список рекомендуемой методической литературы

I. Пояснительная записка

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

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

Проблемы формирования культуры поведения современного человека чрезвычайно актуальны. Средствами хореографического искусства, в частности современного танца, можно формировать у детей культуру и манеру общения. Новое поколение желает знать современную пластику, чтобы самовыражаться в среде со сверстниками. Школа искусств предлагает обучающимся предмет по выбору – современный танец.

Необходимость в образовательной программе по современному танцу обусловлена образовательными потребностями конкретной категории учащихся. Эта объективная заинтересованность в определённых образовательных услугах субъективно выражена в обращённых к системе образования интересах и ожиданиях в отношении современного танца. В настоящее время к числу наиболее актуальных вопросов дополнительного образования относятся такие, как создание такой системы обучения хореографии, которая позволила бы:

- выявить и развить личностные качества ребёнка, его одарённость через обучение искусству современного танца;
- организовать полноценный досуг, наполняя его активно-деятельным, эмоционально и психологически комфортным содержанием;
- помочь организовать ребёнку здоровый образ жизни;
- привить аккуратность, культуру поведения, умение ценить красоту.

Современный танец развивает физические данные детей, укрепляет мышцы ног и спины, сообщает подвижность суставно-связочному аппарату, формирует технические навыки и основы правильной осанки, тренирует сердечно-сосудистую и дыхательную системы, корректирует физические недостатки строения тела. Образовательная программа по предмету «Современный танец» способствует разрешению этих вопросов, чем и обусловлена её актуальность.

Предмет «Современный танец» входит в вариативную часть учебного плана предпрофессиональной общеобразовательной программы «Хореографическое творчество», рассчитана на 2 года обучения по 1 часу в неделю.

2. Срок реализации учебного предмета «Современный танец»

Настоящая программа предполагает обучение детей по учебному предмету «Современный танец» дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программы «Хореографическое творчество». Срок освоения программы - 2 года (7-8 класс).

3. Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом на реализацию учебного предмета.

Таблица 1

Индекс, наименование учебного предмета	Трудоемкость в часах	Распределение по годам обучения	
		1 класс	2 класс
		Кол-во недель аудиторных занятий	

			32	33
			Недельная нагрузка в часах	
ПО.01.УП.01. «Современный танец»	Аудиторные занятия (в часах)	66	1	1
	Максимальная учебная нагрузка (без учета консультаций)	66	1	1
	Консультации (часов в год)	132	2	2

4. Форма проведения учебных аудиторных занятий:
мелкогрупповая (от 4 до 10 человек). Рекомендуемая продолжительность урока 40 - 45 минут. Мелкогрупповая форма позволяет преподавателю лучше узнать ученика, его возможности, трудоспособность, эмоционально-психологические особенности.

5. Цель и задачи учебного предмета «Современный танец»

Цель учебного предмета:

- способствовать стремлению детей самовыражаться в движении;
- выявление индивидуальных творческих способностей,
- преобразование личности ребёнка, его внутреннего духовного и внешнего облика.

Задачи учебного предмета:

1. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ:

- освоение общего принципа движения;
- формирование знаний по технике исполнения специальных элементов современного фристайла;
- приобретение и формирование знаний, умений, навыков создания собственных движений и составления из них целостной танцевальной композиции;
- формирование навыков координации, владения мышечным и суставно-двигательным аппаратом;
- приобретение свободы движения.

2. РАЗВИВАЮЩИЕ:

- развитие образного и аналитического мышления;
- развитие чувства ритма, музыкальной, зрительной, мышечной памяти;
- развитие внимания и наблюдательности;
- развитие эстетического вкуса, расширение кругозора;
- развитие профессиональных данных, танцевально-ритмической координации и выразительности.

3. ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ:

- воспитание культуры поведения, чувства прекрасного, чувства такта, уважения друг к другу;
- - воспитание трудолюбия, дисциплинированности, чувства ответственности за общее дело;
- повышение занятости детей в свободное время, организация полноценного досуга.

Главная задача преподавателя – создать условия для вовлечения учащихся в процесс труда. Все перечисленные задачи курса взаимосвязаны между собой. Результаты их освоения взаимообусловлены, имеют взаимозависимый характер. Например, формирование осанки, корректировка дыхательной системы, правил дыхания. В свою очередь, выработка правильного дыхания зависит от осанки, психологических качеств личности, развития мышечно-связочного аппарата.

6. Обоснование структуры 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:

- методы организации учебной деятельности (словесный, наглядный, практический);
- метод стимулирования и мотивации (формирование интереса ребенка);
- метод активного обучения (формирование творческих способностей ребенка);
- репродуктивный метод (неоднократное воспроизведение полученных знаний, умений, навыков);
- эвристический метод (нахождение оптимальных вариантов исполнения).

Предложенные методы работы по гимнастике в рамках предпрофессиональной образовательной программы являются наиболее продуктивными при решении дидактических задач и основаны на проверенных методиках и многолетнем опыте.

8. 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, раздевалки и душевые; специальная форма для занятий (тренировочный купальник, трико-лосины, мягкая танцевальная обувь); костюмерная.

II. Содержание учебного предмета

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

Таблица 2

Вид учебной работы	Всего часов	Год обучения
--------------------	-------------	--------------

		7 класс	8 класс
1	2	3	4
Продолжительность учебных занятий (в неделях)		33	33
Количество часов на аудиторные занятия (в неделю)	66	1	1
Максимальное количество часов занятий в неделю	66	1	1

Реализация программы по современному танцу обеспечивается консультациями для обучающихся, которые проводятся с целью подготовки к контрольным урокам по усмотрению образовательного учреждения.

Аудиторная нагрузка по учебному предмету «Современный танец» распределяется по годам обучения с учетом общего объема аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет ФГТ.

2. Требования по годам обучения

Настоящая программа отражает разнообразие специальных упражнений для выработки большого числа новых все усложняющихся двигательных навыков, а также возможность индивидуального подхода к каждому ученику.

Преподаватель в работе должен учитывать, что большинство упражнений предназначаются для исполнения, а остальные - для работы в классе или просто ознакомления. Следовательно, преподаватель может устанавливать степень завершенности работы по освоению движений гимнастики.

В современном танце требуются определенные навыки владения своим телом такие как:

- ловкость;
- гибкость;
- сила мышц;
- быстрота реакции;
- координация движений.

1 год обучения – 7 класс

Цель: ознакомление учащихся с работой опорно-двигательного аппарата, укрепление общефизического состояния учащихся, приобретение знаний, умений и навыков в области современного танца.

Задачи:

- укрепление общефизического состояния учащихся;
- развитие элементарных навыков координации;
- формирование у обучающихся устойчивых моторных навыков, основополагающих в овладении техникой современного танца;
- приобретение навыков исполнения современных танцев.

Примерный рекомендуемый набор упражнений для 1 года обучения (7 класс):

1. Разминка.

- Шея:

Исходное положение - ноги на ширине плеч, руки на талии.

- * медленный, затем резкий наклон головы к левому плечу, к правому плечу;
- * медленный, затем резкий поворот головы влево, вправо;
- * медленный, затем резкий наклон головы вниз вперёд-назад;
- * медленный, затем резкий полукруг головой спереди, сзади;
- * полный круг головой в одну сторону, в другую сторону;
- * смещение головы за счёт шеи, а плечи на месте; движение шеей по кругу;

- Плечи:

- * и.п.: ноги на ширине плеч. Выполняется приседание и одновременно поднимаются плечи, затем ноги выпрямляются и плечи опускаются;
- * поочередно поднимаем и опускаем плечи;
- * круговые движения плечами;
- * плечи вперёд - спина горбится, плечи назад – спина выпрямляется, грудь вперёд (контракция, релакция).

- Руки:

- * и.п.: ноги на ширине плеч, руки в стороны. Выполняются круговые движения кистями к себе, от себя, одновременно, поочередно;
- * сгибание и разгибание рук в локтевом суставе, круговые движения;
- * то же самое, но в разные стороны;
- * другие разновидности этого движения;
- * круговые движения выпрямленной рукой;
- * волнообразные движения обеими руками;
- * «восьмёрки» руками (разные виды), можно с поворотом;

- Туловище:

- * и.п.: ноги на ширине плеч, руки на бёдрах. Наклоны корпуса влево, вправо, вперёд, назад.
- * круговые движения туловищем;
- * перекручивание корпуса;
- * «восьмёрка» туловищем, бёдра неподвижны;

- Бёдра:

- * и.п.: руки на плечах, плечи и корпус неподвижны. Выполняется смещение бёдер вправо-влево, вперёд-назад, по точкам отдельно (крестом);
- * соединение предыдущего движения по точкам в целостное круговое движение бёдрами;
- * «восьмёрка» бёдрами, корпус неподвижен;

- Ноги:

- * и.п.: ноги на ширине плеч, руки на бёдрах. Выполняется приседание с одновременным подъёмом на полупальцы, затем и.п.;
- * подъём на п/п на одной ноге;
- * перекаты с одной стопы на другую;
- * полукруг коленом;
- * наклоны к правой ноге, по центру, к левой ноге (ноги на ширине плеч, затем ноги вместе);
- * танцевальные шаги, виды шагов;
- * скольжение;
- * носки вместе, пятки врозь и наоборот – перемещение в сторону;

- Танцевальная связка движений:

* на каждом уроке в разминке используются различные танцевальные соединения (связки) движений, которые используются в современном фристайле;

* пример: связка «Лесенка», выполняется так:

- и.п.: ноги вместе, руки прижаты к корпусу;
- смещаются бёдра вправо (влево);
- смещаются плечи вправо (влево);
- смещается голова вправо (влево);
- шаг влево, как-будто падать;

2. Упражнения на растяжку.

* и.п.: сидя на полу, ноги широко в стороны, носки натянуты. Наклоны к ногам. Лежать на пр.н. затем по центру, на лев. н.;

* и.п.: сидя на полу, ноги вместе, стопы на себя (натянуты). Наклоны вперёд к ногам, лежать на ногах в течение минуты;

* работа в паре: два человека лицом друг к другу сидят на полу, ноги широко в стороны, поочередно тянут вперёд один другого;

* растяжка в паре у станка;

3. Упражнения на гибкость.

* лёжа на животе, плавно поднимаясь, прогибать спину;

* «лягушка» - на животе достать голову ногами;

* «мостик» из положения лёжа, стоя, по стене;

* работа в паре;

4. Силовые упражнения.

* ноги на ширине плеч, руки в стороны, напрячь все мышцы тела, стоять минуту;

* очень быстро сотрясать все возможные мышцы тела;

* различные упражнения на пресс;

* лёжа на спине, поднять ноги на 90*, опустить вниз, не касаясь пола;

* другие упражнения;

5. Расслабление.

* с закрытыми глазами выполнять произвольные медленные движения под музыку;

* лёжа на полу, сильно напрячь все мышцы тела и тут же расслабить;

* расслаблять по очереди отдельные части тела;

6. Упражнения на развитие пластичности тела.

* «волна» корпусом боковые, вперёд, назад; от головы, от колена, не передвигаясь, с шагом, снизу-вверх, с шагом и без него, сверху вниз, с шагом в сторону, вперёд, назад;

* «волна» руками, справа налево и наоборот;

7. Упражнения на развитие ритмичности.

* воспроизвести ритм руками с помощью хлопков, разнообразить комбинации ритмических рисунков;

* определённую ритмическую комбинацию шагов, разновидности;

* добиться синхронности;

8. Упражнения на равновесие.

* «ласточка» - стоя на одной ноге, другую поднять на 90*;

* стоя на одной ноге, другую прижать к груди;

9. Элементы латины.

* различные основные шаги с носка на пятку (мягкие, жёсткие);

* «качающиеся бёдра» с плавными перемещениями;

10. Элементы акробатики.

- * «мостик» разные варианты;
- * «колесо» вправо, влево, на двух руках, на одной руке;
- * стойка на руках;
- * «берёзка» - стойка на лопатках;

11. Элементы верхнего брэйка.

- * в основе волнообразные движения всеми частями тела;
- * работа диафрагмы (в стороны, крестом, по кругу);
- * «лесенка», «робот»;

12. Прыжки.

- * на месте: с двух ног на две, с одной ноги на другую, с двух ног на одну;
- * с продвижением, с подбивкой, со скрещиванием ног и др.;

13. Вращения.

- * повороты на 90*, 180*, 360* с различных шагов, подходов;
- * традиционные формы;

14. Импровизация.

- * свободное движение под музыку, в основе имитация поведения животных, природных явлений, стремление передать в танце настроение, характер;
- * создание образа;

15. Разучивание танцевальных композиций.

- * постановка композиций, основанных на ритмических комбинациях, работа групповая, в зависимости от возможностей детей;

16. Концертная деятельность.

- * один - два номера в год;

Преподаватель самостоятельно сочиняет комбинации и этюды на различные задачи, соответствующие программе.

Примерный рекомендуемый набор упражнений для 2 года обучения (8 класс):

1. Разминка.

- Шея:

и.п.: ноги на ширине плеч, руки на талии.

- * выполняется резкий наклон головы к левому плечу, к правому плечу;
- * повороты головы налево, направо с одновременными приседаниями на обеих ногах, с закруткой корпуса;
- * наклоны головы вперёд, назад с работой корпуса;
- * смещение голова за счёт шеи, плечи на месте;
- * круговые движения шеей;

- Плечи:

и.п.: ноги на ширине плеч;

- * приседания и одновременное поднимание плеч, оба вместе или поочерёдно;
- * вращательные движения правым и левым плечом;
- * двумя плечами одновременно;
- * контракция, релакция;

- Руки:

и.п.: руки в стороны, ноги на ширине плеч;

- * вращательные круговые движения кистями рук, локтями рук, всей рукой или обеими руками вместе или поочерёдно, к себе или от себя в сочетании с приседаниями и разворотами корпуса;

- * волнообразные движения руками от плеча до кисти с приседаниями, с шагами, со сменой ракурса;
- * «змейка» - волнообразные движения рук с поворотом корпуса, с полными приседаниями;

- Туловище:

и.п.: ноги на ширине плеч, руки на бёдрах, плечи и бёдра неподвижны;

- * выполняется смещение туловища по точкам крестом, затем слитно;

- * «волна» в сторону, вперёд, назад;

- Бёдра:

и.п.: ноги вместе, чуть согнуты в коленях, руки на бёдрах;

- * Восьмёрка» с поворотом корпуса, с приседанием;

- Ноги:

и.п.: ноги на ширине плеч, руки на бёдрах;

- * различные виды приседаний с одновременным поворотом корпуса;

- * то же, с подъёмом на п/п;

- * поочерёдное сгибание и разгибание ног с переходом на пятку, на носок, с разворотом колена – «штопор»;

- * различные шаги с качанием – скольжение, «бегущий человек»;

- Танцевальная связка:

- * на каждом уроке используются различные соединения изученных движений – связки. Например, «спираль» или «диско» и т.д.- поочерёдно смещаем круговыми движениями голову, затем шею, затем бёдра, колени; можно усложнить эти вращательные движения «гармошкой», шагами, приседаниями;

2. Упражнения на растяжку.

И.п.: сидя на полу, широко развести ноги в стороны, носки натянуты;

- * наклоны к ногам, лежать по минуте на каждой ноге;

- * растяжка в паре у станка;

- * работа в тройке;

- * шпагат на полу и на возвышении;

3. Упражнения на гибкость.

- * лёжа на животе, плавно поднимаясь, прогибаться назад;

- * «лягушка»;

- * «мостик»;

- * «кошка»;

- * другие упражнения;

4. Силовые упражнения.

- * различные упражнения на пресс»

- * «уголок»;

- * «лодочка»;

- * отжимания;

5. Расслабление.

- * упражнения на релаксацию;

6. Упражнения на развитие пластики тела.

Волна корпусом:

- * боковые, вперёд, назад, по кругу, по диагонали, комбинированные;

Волна руками:

- * справа налево, слева направо, перед собой, произвольные;

«Падающие шаги»:

* во все направления;

«Пантера»

«Вода-скала» - передача энергии движения от одной части тела к другой. Смысл – небольшая связка из плавных движений («вода»), переходящая в статичную форму («скала»);

Наклоны корпуса:

* скручивание позвоночника в разных направлениях (кёв);

* растягивание позвоночника в разных направлениях (стрэтч) ;

* сгибание изолированной части туловища (бентц) ;

* скрутка (спин).

7. Упражнения на развитие чувства ритма.

* синхронное повторение заданной ритмической комбинации хлопков, шагов, притопов;

* расстановка акцентов в ритмической композиции;

* ускорение темпа данной композиции;

8. Упражнения на равновесие.

* «ласточка»;

* другие упражнения;

9. Элементы латины.

* закрученные шаги;

* основной шаг «Ча-ча-ча»;

* повороты шагом «ча-ча-ча»;

* другие движения

10. Элементы акробатики.

* «мостик», «колесо», «стойка», «берёзка», перевороты;

11. Элементы брэйка.

* верхнего – работа диафрагмой, «лесенка», «робот», «волна»;

* нижнего – «подсечка», «собачка», «экскаватор» и др.;

12. Элементы «Хип-хопа».

* ритмичные движения на прыжках;

13. Прыжки.

* подбивка, с разбега;

* с места, с двух ног на две, на одну, с одной на другую;

* «перекидной»;

* «ножницы»;

14. Вращения.

* классические формы, повороты на 90*, 180*, 360*;

* повороты «лесенкой» на 180*;

* другие усложнённые вращения;

15. Импровизация.

* свободная пластика под музыку;

* упражнения на воображение, на создание образа, на развитие актёрского мастерства;

16. Разучивание танцевальных композиций.

III. Требования к уровню подготовки обучающихся

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

Ожидаемый результат должен предполагать развитие способностей, улучшение показателей исполнительского мастерства. В программе разработаны программные требования, обусловленные конкретными задачами.

Программные требования 1 год обучения (7 класс)

- * ознакомление учащихся с элементарными знаниями анатомии человека и с системой дыхания;
- * развитие сознательного управления своим телом;
- * исправление отдельных недостатков в физическом строении тела;
- * уровни подъёма ног;
- * понятия о круговых движениях;
- * работа с корпусом: понятия «закрутки», «контракции», «релаксации»;
- * работа отдельными частями тела: голова, шея, диафрагма, талия, бедра, колени, стопы «изоляция»;
- * прыжки, умение правильно приземляться, прыжки с двух ног на две, с одной ноги на другую;
- * элементарные движения современной пластики;
- * небольшие связки движений;
- * освоение рисунка построений для развития ориентировки в пространстве;
- * умение правильно распределять дыхание, особенно в движениях на бег, в силовых упражнениях.

Программные требования 2 год обучения (8 класс)

- * дальнейшее развитие двигательных функций ног в выворотном положении;
- * круговые движения ног на 90°;
- * развитие выносливости и силы в силовых движениях;
- * усложнение связок, увеличение темпа, нагрузки;
- * расширение комплекса упражнений на развитие гибкости;
- * усложнение координации;
- * выработка умений распределять движения в пространстве и во времени;
- * координация движения с п/п, с приседаниями с одновременной работой корпуса;
- * координация движения с предметом: мячом, обручем, лентой;
- * развитие выносливости и силы за счёт изменения характера движений, ускорения темпа, увеличения количества движений;
- * координация разных типов: однонаправленная, разнонаправленная;
- * развитые данные при исполнении композиций;
- * исполнение различных сложных движений соответственно программе: «мостик», «колесо», «волна», «подсечка», «собачка» и др.
- * умение связывать различные типы движений в единое целое;
- * музыкальные акценты: умение слышать их, исполнять движениями;
- * комплекс на гибкость корпуса;
- * комплекс упражнений на ритмической основе, усложнённый координированными элементами;
- * прыжковые комбинации;
- * умение использовать приобретённые навыки при исполнении танцевальных композиций;
- * составление самостоятельных комплексов для разминки;

* умение пользоваться приёмами правильного дыхания;

IV. Формы и методы контроля, критерий оценок

Контроль знаний, умений и навыков, обучающихся обеспечивает оперативное управление учебным процессом и выполняет обучающую, проверочную, воспитательную и корректирующую функции.

Текущий контроль знаний и умений осуществляется в рамках урока в целях оперативного контроля за успехами обучающихся.

Промежуточная аттестация является основной формой контроля учебной работы обучающихся по дополнительным предпрофессиональным общеобразовательным программам в области искусств и проводится с целью определения:

- качества реализации образовательного процесса;
- качества теоретической и практической подготовки по учебному предмету;
- уровня знаний, умений и навыков, сформированных у обучающегося на определённом этапе обучения.

В соответствии с федеральными государственными требованиями к минимуму содержания, структуре и условиям реализации дополнительных предпрофессиональных общеобразовательных программ промежуточная аттестация проходит в виде контрольных уроков, зачётов, где обучающиеся должны показать приобретенные знания, умения и навыки.

Все виды контроля проводятся в соответствии с графиком промежуточной и итоговой аттестации. Выступления учащихся оцениваются характеристикой, в которой отражаются достигнутые успехи и имеющиеся недостатки, а также оценкой по пятибалльной системе, которая выставляется коллегиально.

Итоговая аттестация по предмету проводится по завершению изучения предмета в виде контрольного урока. Содержание контрольного урока определяется преподавателем и должно включать отдельные фрагменты всех разделов программы. Итоговая оценка за последний (второй) год обучения заносится в свидетельство об окончании школы.

Критерии оценок текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся

Оценка «5» («отлично»):

- знание методики исполнения танцевальных движений;
- грамотное исполнение движений, согласно методике;
- умение двигаться в соответствии с разнообразным ритмом и характером музыкального сопровождения;
- умение различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальной фразы и всего музыкального произведения;
- эмоциональное исполнение танцевальных комбинаций и этюдов;

Оценка «4» («хорошо»):

- знание методики исполнения танцевальных движений;
- неточное исполнение движений, согласно методике;
- умение двигаться в соответствии с разнообразным ритмом и характером музыкального сопровождения;
- умение различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальной фразы и всего музыкального произведения;

- неэмоциональное исполнение танцевальных комбинаций и этюдов

Оценка «3» («удовлетворительно»):

- слабое знание методики исполнения танцевальных движений;
- неграмотное исполнение движений, согласно методике;
- слабое умение двигаться в соответствии с разнообразным ритмом и характером музыкального сопровождения;
- слабое умение различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальной фразы и всего музыкального произведения;
- неэмоциональное исполнение танцевальных комбинаций и этюдов.

Оценка «2» («неудовлетворительно»):

- незнание методики исполнения танцевальных движений;
- неграмотное исполнение движений, согласно методике;
- неумение двигаться в соответствии с разнообразным ритмом и характером музыкального сопровождения;
- неумение различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальной фразы и всего музыкального произведения;
- неэмоциональное исполнение танцевальных комбинаций и этюдов.

V. Краткие методические рекомендации

1. Методические рекомендации педагогическим работникам

Основная форма учебной и воспитательной работы - урок в классе, обычно включающий в себя проверку выполненного задания, совместную работу педагога и ученика по выполнению упражнений, рекомендации педагога относительно способов самостоятельной работы обучающегося. Урок может иметь различную форму, которая определяется не только конкретными задачами, стоящими перед учениками, но также во многом обусловлена их индивидуальностями, а также сложившимися в процессе занятий отношениями учеников и педагога.

В работе с учащимися преподаватель должен следовать принципам последовательности, постепенности, доступности, наглядности в освоении материала. Весь процесс обучения должен быть основан на выполнении известных правил: от простого к сложному, от легкого к трудному, от известного к неизвестному. Содержание процесса обучения на уроках современного танца, в соответствии с основополагающими принципами педагогической науки, должно иметь воспитательный характер и базироваться на дидактических принципах сознательности и активности, систематичности и последовательности прочного освоения основ изучаемого предмета.

Одна из основных задач современного танца, как предмета - воспитание важнейших психофизических качеств, развитие двигательного аппарата в сочетании с формированием моральных и волевых качеств личности — силы, выносливости, ловкости, быстроты реакции, смелости, творческой инициативы, координации и выразительности.

Приступая к обучению, преподаватель должен исходить из физических возможностей ребенка. Необходимым условием для успешного обучения на уроках современного танца является формирование у ученика уже на начальном этапе правильной постановки корпуса, рук, ног и головы. С первых уроков полезно ученику рассказывать об анатомическом строении тела, о роли правильного дыхания во время исполнения упражнений.

Преподаватель в занятиях с учеником помогает учащимся увидеть образ движения. Ученик впитывает, как губка, все впечатления от действий педагога, поэтому все поведение педагога на уроке должно строиться, как положительный образец правильного отношения к общему делу, а показ должен быть точным, подробным и качественным. Показом надо пользоваться умело – то есть не злоупотреблять им в тех случаях, когда в нем нет необходимости. Нет смысла показывать движение, которое хорошо известно; это снижает интерес к занятиям и ничего не дает для развития памяти учеников.

Техника исполнения является необходимым средством для выполнения любого упражнения, поэтому необходимо постоянно стимулировать работу ученика над совершенствованием его исполнительской техники.

Особое место занимает работа над координацией движений, поэтому, с первых лет обучения необходимо развивать ловкость, как одно из наиболее важных двигательных качеств, необходимых на уроках современного танца. Без ловкости нельзя усвоить ни одно упражнение. Она позволяет избежать травм при выполнении сложных движений, что требует умения распределять внимание.

Правильная организация учебного процесса, успешное и всестороннее развитие данных ученика зависят непосредственно от того, насколько тщательно спланирована работа, поэтому, готовясь к уроку, преподаватель должен, прежде всего, определить его направленность.

Важным методом правильной организации урока является продуманное, спланированное размещение учащихся. При выполнении движений у станка надо расставить учеников так, чтобы они не мешали друг другу. При выполнении движений на середине зала лучше размещать детей в шахматном порядке, чтобы преподаватель мог лучше видеть их, причем через 2-3 урока следует менять линии.

Для самоконтроля за упражнениями необходимо проводить занятия перед зеркалом. Однако занятия перед зеркалом следует чередовать с занятиями без зеркала, чтобы учащиеся учились контролировать свои движения лишь с помощью мышечного чувства.

Одна из самых главных методических задач преподавателя состоит в том, чтобы научить обучающегося работать самостоятельно. Творческие задачи развивают такие важные для любого вида деятельности личные качества, как воображение, мышление, увлеченность, трудолюбие, активность, инициативность, самостоятельность. Эти качества необходимы для организации грамотной самостоятельной работы, которая позволяет значительно активизировать учебный процесс

2. Музыкальное оформление урока современного танца.

Танец органически связан с музыкой. Без неё не мыслимы как танцевальные, так и тренажные упражнения. В процессе учебной работы необходимо прививать учащимся умение слышать музыку, её основные акценты, понимать характер музыкального произведения. Правильно подобранный музыкальный материал призван быть помощником преподавателя и учащихся в овладении сложными движениями, в соблюдении темпа ритма урока; музыка должна соответствовать характеру, темпу, рисунку движения и этюдов.

Для тренажных упражнений музыкальный материал надо подбирать более простой, квадратного построения, с простым ритмическим рисунком. Позднее, в старших классах, можно музыкальный материал разнообразить. В каждом классе, с каждым ребёнком надо учитывать индивидуальные особенности, возрастную категорию и возможности конкретного учащегося. Музыка несёт функцию организатора, но на этом её воздействие на ребёнка не заканчивается – так как она, являясь импульсом к движению, даёт эмоциональный заряд, помогает повысить работоспособность, вырабатывает характер,

чёткость, художественную окраску и законченность исполнения, то есть несёт художественно-воспитательную задачу. В связи с этим преподаватель и концертмейстер, если он есть, должны ответственно подходить к отбору музыкального материала.

3.Методические рекомендации по организации самостоятельной работы

Объем самостоятельной работы определяется с учетом минимальных затрат на подготовку домашнего задания (параллельно с освоением детьми программы основного общего образования), с опорой на сложившиеся в учебном заведении педагогические традиции и методическую целесообразность, а также индивидуальные способности ученика. Следует придерживаться следующих принципов в организации самостоятельной работы:

- ученик должен быть физически здоров, занятия при повышенной температуре опасны для здоровья и нецелесообразны, так как результат занятий всегда будет отрицательным;
- самостоятельные занятия должны быть регулярными и систематичными;
- периодичность занятий - каждый день или через день, в зависимости от сложности и трудоемкости задания;
- объем времени на самостоятельные занятия в неделю - 1 час;
- индивидуальная домашняя работа может проходить в несколько приемов и должна строиться в соответствии с рекомендациями преподавателя по современному танцу.

VI. Список рекомендуемой учебно-методической литературы

1. Годик М.А, Киселёва Т.Г. – «Стретчинг» - Москва, «Современный спорт», 2001 год.
2. Дешкова И. – «Загадки Терпсихоры» - Москва, изд. «Детская литература», 1989год.
3. Иваницкий А.В. – «Ритмическая гимнастика, современная пластика» - Москва, «Сов. Спорт», 1999г.
4. Хрипкова А.Г. – «Мир детства. Подросток» - Москва, «Педагогика», 1989г.
5. Меркель М. – «Вариации в зеркале» - Москва, «Искусство», 1980г.
6. Методические разработки из центра современного танца «Maxidance».
7. Методические материалы, привезённые из США хореографом современного танца Джозафом Харди в 2000 году.
8. Чефранова Н. – «О внутренней технике артиста балета» - Москва, «Искусство», 1999г.
9. Лукьянова Е.А. – «Дыхание в хореографии» - Москва, «Искусство», 1979 г.
10. Никитин В. – «Композиция урока и методика преподавания модерн-джаз танца» - Москва, «Один из лучших», 2006 г.

Приложение. Техника безопасности.

При выполнении упражнений на растяжку, гибкость, акробатические элементы необходимо быть предельно осторожным. Все упражнения только под наблюдением преподавателя. В случае болевых ощущений необходимо сообщить об этом преподавателю. Каждый ученик должен предоставить справку о состоянии здоровья.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575926

Владелец Сталевская Наталья Анатольевна

Действителен с 12.10.2021 по 12.10.2022