

**МІНІСТЕРСТВО КУЛЬТУРИ
ТА ІНФОРМАЦІЙНОЇ ПОЛІТИКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКА ДЕРЖАВНА АКАДЕМІЯ КУЛЬТУРИ**

Факультет хореографічного мистецтва

**Кафедра сучасної та бальної
хореографії**

**ХОРЕОГРАФІЧНИЙ АНСАМБЛЬ З СУЧАСНОГО
ТАНЦЮ**

Програма та навчально-методичні матеріали
дисципліни для здобувачів вищої освіти першого
(бакалаврського) рівня спеціальності 024 Хореографія
освітньої програми Сучасна хореографія

Харків, 2023

УДК 793.33:793.322](073)

X 79

Друкується за рішенням науково-методичної ради ХДАК

(протокол № 10 від 20 квітня 2023 р.)

Рецензенти: Наталія СЕМЕНОВА, кандидат мистецтвознавства,
завідувач кафедри сучасної та бальної хореографії факультету
хореографічного мистецтва ХДАК

Катерина БОРТНИК, кандидат мистецтвознавства, доцент кафедри
народної хореографії факультету хореографічного мистецтва ХДАК,
доцент

Укладачі:

Євгенія ЯНИНА-ЛЕДОВСЬКА, доцент кафедри сучасної та бальної хореографії
Харківської державної академії культури

Еліна САМОЙЛОВА, викладач кафедри сучасної та бальної хореографії
Харківської державної академії культури

X 79 Хореографічний ансамбль з сучасного танцю : програма та навч.-метод. матеріали дисципліни для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня зі спец. 024 «Хореографія», освіт. програми «Сучасна хореографія» / М-во культури та інформ. політики України, Харків. держ. акад. культури, Ф-т хореографічного мистецтва, Каф. сучасної та бальної хореографії ; [уклад.: Є. В. Янина-Ледовська, Е. С. Самойлова]. – Харків : ХДАК, 2022. – 53 с.

«Хореографічний ансамбль з сучасного танцю» – навчальна дисципліна, яка є складовою частиною навчання та професійної підготовки майбутнього артиста, керівника колективу сучасного танцю, балетмейстера. Має важливе практичне значення для підвищення виконавської та педагогічної майстерності фахівців, має міждисциплінарні зв'язки з усіма хореографічними дисциплінами з циклу професійної підготовки.

УДК 793.33:793.322](073)

Харківська державна академія культури, 2023 р.
Янина-Ледовська Є.В, Самойлова Е. С., 2023 р.

ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
«Хореографічний ансамбль з сучасного танцю»
I. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітня програма, ступінь	Характеристика навчальної дисципліни
		денна форма навчання
Кількість кредитів 42	галузь знань 02 Культура і мистецтво	Вибіркова
Загальна кількість годин 1260	спеціальність 024 Хореографія освітня програма Сучасна хореографія	Рік підготовки:
		2-4й
		Семестр
		3-8-й
Тижневих годин для денної форми навчання: 3-8 сем. – 2 год.;	Ступінь Перший (бакалаврський) рівень вищої освіти	Лекції
		Практичні
		420 год.
		Індивідуальні заняття
		--
		Самостійна робота
		840 год.
		Вид контролю
		іспит
		4,7 сем.
залік		
3,5,6,8 сем.		

Примітка

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить:

для денної форми навчання —
420/840

для заочної форми навчання —

II. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ ДИСЦИПЛІНИ

Мета навчальної дисципліни – ознайомлення студентів з основними принципами роботи ансамблю сучасного танцю —ЕСТЕТІІ, досконале вивчення репертуарних номерів ансамблю, формування та розвиток високої та технічної виконавської майстерності. Участь у концертах, фестивалях та конкурсах міського обласного та Всеукраїнського рівня.

**III. КОМПЕТЕНТНОСТІ
ТА ПРОГРАМНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ**

Загальні компетентності:

Здатність оперувати професійною термінологією в сфері фахової хореографічної діяльності (виконавської, викладацької, балетмейстерської та організаційної).

- Здатність використовувати широкий спектр між дисциплінарних зв'язків для забезпечення освітнього процесу в початкових, профільних, фахових закладах освіти.
- Здатність використовувати інтелектуальний потенціал, професійні знання, креативний

підхід до розв'язання завдань та вирішення проблем в сфері професійної діяльності.

- Здатність сприймати новітні концепції, усвідомлювати багатоманітність сучасних танцювальних практик, необхідність їх осмислення та інтегрування в актуальний контекст з врахуванням вітчизняної та світової культурної спадщини.
 - Здатність збирати, обробляти, аналізувати, синтезувати та інтерпретувати художню інформацію з метою створення хореографічної композиції.
 - Здатність застосовувати традиційні й альтернативні
 - інноваційні технології (відео-, TV-, цифрове, медіа- мистецтва та ін.) в процесі створення мистецького проекту, його реалізації та презентації.
 - Здатність здійснювати репетиційну діяльність, ставити та вирішувати професійні завдання, творчо співпрацювати з учасниками творчого процесу.
- Здатність використовувати принципи, методи та засоби педагогіки, сучасні методики організації та реалізації освітнього процесу, аналізувати його перебіг та результати в початкових, профільних, фахових закладах освіти.
- Здатність використовувати традиційні та інноваційні методики для діагностування творчих, рухових (професійних) здібностей, їх розвитку відповідно до вікових, психолого-фізіологічних особливостей суб'єктів освітнього процесу.
- Здатність забезпечувати високий рівень володіння танцювальними техніками, виконавськими прийомами, застосовувати їх як виражальний засіб.
- Здатність застосовувати набуті виконавські навички в концертно-сценічній діяльності, підпорядковуючи їх завданням хореографічного проекту.

Програмні результати навчання:

- Володіти термінологією хореографічного мистецтва, його понятійно-категоріальним апаратом.
- Розуміти хореографію як засіб ствердження національної самосвідомості та ідентичності.
- Відшукувати необхідну інформацію, критично аналізувати і творчо переосмислювати її та застосовувати в процесі виробничої діяльності.
- Розуміти і вміти застосовувати на практиці сучасні стратегії збереження та примноження культурної спадщини у сфері хореографічного мистецтва.
- Володіти принципами створення хореографічного твору, реалізуючи практичне втілення творчого задуму відповідно до особистісних якостей автора.
- Мати навички використання традиційних та інноваційних методик викладання фахових дисциплін.
- Аналізувати і оцінювати результати педагогічної, асистентсько-балетмейстерської, виконавської, організаційної діяльності.
- Мати навички викладання фахових дисциплін, створення необхідного методичного забезпечення і підтримки навчання здобувачів освіти.
- Знаходити оптимальні підходи до формування та розвитку творчої особистості.
- Знаходити оптимальні виконавські прийоми для втілення хореографічного образу.
- Вдосконалювати виконавські навички і прийоми в процесі підготовки та участі у фестивалях і конкурсах.
- Розвивати комунікативні навички, креативну і позитивну атмосферу в колективі.

Передумови для вивчення:

Мати специфічні творчі здібності та професійні фізичні дані, емоційну виразність, достатню технічність, і виявити відповідну фахову придатність.

Володіти професійними навичками виконання танцювальних комбінацій хореографічного репертуару, мати нахил до постановочної діяльності.

Виявляти обізнаність відомими балетмейстерами та колективами сучасної хореографії України, Європи, США, а також володіти необхідними знаннями в галузі суміжних мистецтв.

Критерії оцінювання:

Студент повинен володіти базовими знаннями та вміннями з предмету.

Виявляти достатню технічність, манерність та виразність при виконанні репертуарних номерів хореографічного ансамблю.

Демонструвати знання репертуару ансамбля.

Виявляти вміння і чуйність у проведенні репетиційної роботи з виконавцями.

Вміти використовувати отримані знання в концертно-творчій діяльності.

IV. СТРУКТУРА ДИСЦИПЛІНИ

Навчальна дисципліна складається з 32 розділів, які містять 85 тем, які зв'язані між собою змістовними складовими

1 РОЗДІЛ містить 3 теми:

Мета та завдання курсу.

Загальнорозвиваючий сучасний тренаж на середині зали.

Тренувальні вправи на розвиток витривалості, сили, гнучкості.

2 РОЗДІЛ містить 3 теми:

Танцювальні комбінації на розвиток координації.

Техніка обертів та стрибків, характерних стилям сучасного популярного танцю.

Танцювальні комбінації в стилі old school.

3 РОЗДІЛ містить 3 теми:

Вивчення танцювального тексту хореографічного номеру «Крик душі».

Вивчення сольних партій, робота з реквізитом.

Вивчення всієї композиції номера «Крик душі».

4 РОЗДІЛ містить 2 теми:

Участь в концертах.

Участь у конкурсах.

5 РОЗДІЛ містить 2 теми:

Розминаюча частина на основі new school. Стрейч-вправи біля станка.

6 РОЗДІЛ містить 3 теми:

Тренувальні вправи з просуванням.

Техніка обертів на місці та з просуванням (темп середній).

Танцювальні композиції в стилі new school.

7 РОЗДІЛ містить 3 теми:

Вивчення танцювального тексту хореографічного номера «Хоп». Вивчення кросових переміщень.

Вивчення всієї композиції номеру.

8 РОЗДІЛ містить 2 теми:

Участь в концертах.

Участь у конкурсах.

9 РОЗДІЛ містить 2 теми:

Розминочна частина на основі афро-джазу. Стрейч-вправи на середині зали.

10 РОЗДІЛ містить 3 теми:

Тренувальні вправи з просуванням та на середині зали.

Техніка обертів з просуванням (темп швидкий).

Танцювальні комбінації в стилі сучасного популярного танцю.

11 РОЗДІЛ містить 5 тем:

Вивчення танцювального тексту хореографічного номера «Ритми Африки».

Вивчення всієї композиції номера «Ритми Африки».

Робота над технікою

виконання. Робота над манерою

виконання.

Опрацювання та робота над синхронном всієї композиції «Ритми Африки».

12 РОЗДІЛ містить 2 теми:

Участь у концертах та виступах.

Джазовий розігрів біля станка.

13 РОЗДІЛ містить 2 теми:

Техніка джазових обертів на середині зали (темп середній).

Техніка джазового танцю.

14 РОЗДІЛ містить 4 теми:

Вивчення танцювального тексту хореографічного номера «Навіки мій».

Техніка виконання підтримок.

Вивчення всієї композиції номера «Навіки мій».

Вивчення номеру малої форми «Маріонетка».

15 РОЗДІЛ містить 2 теми:

Участь в концертах.

Участь у конкурсах.

16 РОЗДІЛ містить 2 теми:

Розминочна частина на основі модерн-танцю.

Стрейч-вправи біля станка та на середині зали.

17 РОЗДІЛ містить 2 теми:

Техніка обертів зі зміною рівнів на середині зали та з просуванням (темп середній).

Танцювальні комбінації з використанням рівнів та на координацію.

18 РОЗДІЛ містить 5 тем:

Вивчення танцювального тексту хореографічного номера «Він та вона».

Вивчення всієї композиції номера «Він та вона».
Вивчення танцювального тексту хореографічного номера «Що тепер?».
Вивчення сольних партій.
Вивчення всієї композиції номера «Що тепер?».

19 РОЗДІЛ містить 2 теми:

Участь в концертах. Участь у конкурсах.

20 РОЗДІЛ містить 2 теми:

Темпова розминка на середині зали
Стрейч-вправи на середині зали з використанням техніки Марти Грем.

21 РОЗДІЛ містить 2 теми:

Техніка обертів на середині зали та з просуванням (темп швидкий).
Танцювальні комбінації з просуванням та зі зміною рівнів.

22 РОЗДІЛ містить 4 теми:

Вивчення танцювального тексту хореографічного номера «Французька весна».
Робота над партерною технікою.
Вивчення всієї композиції номера «Французька весна».
Удосконалення вивчених танцювальних номерів.

23 РОЗДІЛ містить 2 теми:

Участь в концертах. Участь у конкурсах.

24 РОЗДІЛ містить 2 теми:

Темпова розминка на середині зали в стилі джаз-модерн.
Стрейч-вправи на середині зали (за допомогою партнера).

25 РОЗДІЛ містить 2 теми:

Техніка обертів на середині зали та з просуванням зі зміщеним центром (темп середній).
Танцювальні комбінації з просуванням в стилі джаз-модерн.

26 РОЗДІЛ містить 4 теми:

Вивчення танцювального тексту хореографічного номера «Моцарт». Вивчення всієї композиції номера «Моцарт».
Вивчення танцювального тексту хореографічного номера «Кава-брейк».
Вивчення всієї композиції номера «Кава-брейк».

27 РОЗДІЛ містить 2 теми:

Участь в концертах. Участь у конкурсах.

28 РОЗДІЛ містить 2 теми:

Темпова розминка з використанням рівнів.
Комплекс вправ на ізоляцію та координацію (ускладненого рівня).

29 РОЗДІЛ містить 2 теми:

Техніка обертів зі зміщеним центром зі зміною рівнів на середині зали та з просуванням (темп швидкий).
Танцювальні комбінації з просуванням з використанням елементів танцю модерн.

30 РОЗДІЛ містить 5 тем:

Вивчення танцювального тексту хореографічних номерів «Пісок», «Нестримна».
Вивчення сольної партії, техніка виконання підтримок.
Вивчення всієї композиції номера «Пісок», «Нестримна».
Удосконалення вивчених танцювальних номерів.
Вивчення нових танцювальних композицій.

31 РОЗДІЛ містить 2 теми:

Участь у концертах. Участь у конкурсах.

V. ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН ДИСЦИПЛІНИ

№ з/п	Назва розділів, тем	Кількість годин		
		Денна форма		Заочна форма
		Практичні	Самост. робота	Практичні
1	2	5	6	7
2 курс 3 семестр				
Розділ 1 Розігрів та розвиток основ танцювальної техніки				
1	Мета та завдання курсу	2	4	2
2	Загальнорозвиваючий сучасний тренаж на середині зали.	9	18	2
3	Тренувальні вправи на розвиток витривалості, сили, гнучкості.	9	18	2
Розділ 2 Розвиток танцювальної майстерності				
4	Танцювальні комбінаційна координацію.	10	20	2
5	Техніка обертів і стрибків, характерних стилям сучасного популярного танцю.	9	18	2
6	Танцювальні комбінації в стилі old school.	9	18	2
Розділ 3 Робота над танцювальним репертуаром.				
7	Вивчення танцювального тексту хореографічного номера «Крик душі».	9	22	2
8	Вивчення сольних партій, робота з реквізитом	2	8	2
9	Вивчення всієї композиції номера «Крик душі».	9	18	2
Розділ 4 Концертні виступи				
10	Участь у концертах	2		1
11	Участь у конкурсах	2		1
Кількість годин за семестр		70	140	20
Розділ 5 Розігрів та розвиток танцювальної техніки				
12	Розминочна частина на основі new school .	5	10	2
13	Стрейч-вправи біля станка	5	14	2
Розділ 6 Розвиток танцювальної техніки				
14	Тренувальні вправи із просуванням.	10	20	2
15	Техніка обертів на місці та з просуванням (темп середній).	10	20	2
16	Танцювальні комбінації в стилі new school.	10	20	2
Розділ 7 Робота над танцювальним репертуаром.				
17	Вивчення танцювального тексту хореографічного номера «Хоп».	10	20	4
18	Вивчення кросових переміщень.	6	12	2
19	Вивчення всієї композиції номера «Хоп».	10	24	2
Розділ 8 Концертні виступи.				
20	Участь у концертах	2		1
21	Участь у конкурсах	2		1

Кількість годин за семестр		70	140	20
Кількість годин за рік		140	280	40
2 курс 4 семестр				
Розділ 9 Розігрів та розвиток танцювальної техніки				
22	Розминочна частина на основі афро-джазу	6	14	2
23	Стрейч-вправи на середині зали	6	14	2
Розділ 10 Розвиток танцювальної майстерності.				
24	Тренувальні вправи з просуванням на середині зали	6	14	2
25	Техніка обертів з просуванням (темп швидкий)	6	14	2
26	Танцювальні комбінації в стилі сучасного популярного танцю.	6	14	2
Розділ 11 Робота над танцювальним репертуаром.				
27	Вивчення танцювального тексту хореографічного номера «Ритми Африки».	8	14	2
28	Вивчення всієї композиції номера «Ритми Африки»	8	14	2
29	Робота над технікою виконання.	8	14	1
30	Робота над манерою виконання	2	14	1
31	Опрацювання та робота над синхронном всієї композиції «Ритми Африки».	10	14	2
Розділ 12 Концертні виступи.				
32	Участь у концертах	2		1
33	Участь у конкурсах	2		1
Кількість годин за семестр		70	140	20
Розділ 13 Розігрів і розвиток танцювальної техніки.				
34	Джазовий розігрів біля станка.	6	10	2
35	Вправи на розвиток сили та витривалості	5	10	
Розділ 14. Розвиток танцювальної майстерності.				
36	Техніка джазових обертів на середині зали (темп середній)	10	20	2
37	Техніка джазового танцю	5	20	
Розділ 15 Робота над танцювальним репертуаром.				
38	Вивчення танцювального тексту хореографічного номера «Навіки мій».	10	20	2
39	Техніка виконання підтримок.	10	20	2
40	Вивчення всієї композиції «Навіки мій».	10	20	3
41	Вивчення номеру малої форми «Маріонетка».	10	20	3
Розділ 16 Концертні виступи.				
42	Участь у концертах	2		1
43	Участь у конкурсах	2		1
Кількість годин за семестр		70	140	20
Кількість годин за рік		140	280	40
3 курс 5 семестр				
Розділ 17 Розігрів та розвиток танцювальної техніки.				

44	Розминочна частина на основі модерн-танцю	4	15	2
45	Стрейч-вправи біля станка та на середині зали	6		
Розділ 18 Розвиток танцювальної майстерності.				
46	Техніка обертів зі зміною рівнів на середині зали та з просуванням (темп - середній)	8	15	2
47	Танцювальні комбінації з використанням рівнів та на координацію.	4		
Розділ 19 Робота над танцювальним репертуаром.				
48	Вивчення танцювального тексту хореографічного номера «Він та вона».	10	10	2
49	Вивчення всієї композиції номера «Він та вона».	6	15	2
50	Вивчення танцювального тексту хореографічного номера «Що тепер?».	10	15	2
51	Вивчення сольних партій.	8	20	2
52	Вивчення всієї композиції номера «Щотепер?».	10	20	2
Розділ 20 Концертні виступи.				
53	Участь у концертах	2		1
54	Участь у конкурсах	2		1
Кількість годин за семестр		70	140	20
3 курс 6 семестр				
Розділ 21 Розігрів та розвиток танцювальної техніки.				
55	Темпова розминка на середині зали	6	10	2
56	Стрейч-вправи на середині зали з використанням техніки Марти Грем.	6	10	2
Розділ 22 Розвиток танцювальної майстерності.				
57	Техніка обертів на середині зали та з просуванням (темп швидкий).	6	20	2
58	Танцювальні комбінації з просуванням та зі зміною рівнів.	6	20	2
Розділ 23 Робота над танцювальним репертуаром.				
59	Вивчення танцювального тексту хореографічного номера «Французька весна».	12	20	2
60	Робота над партерною технікою.	4	20	2
61	Вивчення всієї композиції номера «Французька весна».	17	20	4
62	Удосконалення вивчених танцювальних номерів.	8	20	2
Розділ 24 Концертні виступи.				
63	Участь у концертах	2		1
64	Участь у конкурсах	2		1
Кількість годин за семестр		70	140	20
Кількість годин за рік		140		
4 курс 7 семестр				
Розділ 25 Розігрів та розвиток танцювальної техніки.				

65	Темпова розминка на середині зали у стилі джаз-модерн	2	10	2
66	Стрейч-вправи на середині зали (за допомогою партнера)	4	10	2
Розділ 26 Розвиток танцювальної майстерності.				
67	Техніка обертів на середині зали та з просуванням зі зміщеним центром(темп середній).	6	20	2
68	Танцювальні комбінації з просуванням в стилі джаз-модерн.	6	20	2
Розділ 27 Робота над танцювальним репертуаром.				
69	Вивчення танцювального тексту хореографічного номера «Моцарт ».	8	20	2
70	Вивчення всієї композиції номера «Моцарт».	10	20	2
71	Вивчення танцювального тексту хореографічного номера «Кава-брейк».	18	20	2
72	Вивчення всієї композиції номера «Кава-брейк».	12	20	4
Розділ 28.Концертні виступи.				
73	Участь у концертах	2		1
74	Участь у конкурсах	2		1
Кількість годин за семестр		70	140	20
4 курс 8 семестр				
Розділ 29 Розігрів та розвиток танцювальної техніки.				
75	Темпова розминка з використанням рівнів.	2	10	2
76	Комплекс вправ на ізоляцію та координацію (ускладненого рівня).	2	10	2
Розділ 30 Розвиток танцювальної майстерності.				
77	Техніка обертів зі зміщеним центром зі зміною рівнів на середині зали та з просуванням (темп швидкий)	4	10	2
78	Танцювальні комбінації з просуванням з використанням елементів танцюмодерн	4	20	2
Розділ31 Робота над танцювальним репертуаром.				
79	Вивчення танцювального тексту хореографічного номера «Пісок», «Нестримна».	14	20	2
80	Вивчення сольної партії, техніка виконання підтримок.	2	10	2
81	Вивчення всієї композиції номера «Пісок», «Нестримна».	14	20	2
82	Удосконалення вивчених танцювальних номерів.	16	20	2
83	Вивчення нових танцювальних композицій.	8	20	2
Розділ.32.Концертні виступи.				
84	Участь у концертах	2		1
85	Участь у конкурсах	2		1

Кількість годин за семестр	70	140	20
Кількість годин за рік	140	240	40
Усього годин	420	840	120

VI. ЗМІСТ ДИСЦИПЛІНИ

Розділ 1.

Розігрів та розвиток основ танцювальної техніки.

Тема 1. Мета та завдання курсу.

Визначення основної мети та завдання предмету, його характеристика, аналіз змісту.

Принципи розігріву та тренінгу в сучасному танці, стрейч-розминки.

Методика викладання предмету. Основні етапи ансамблевої роботи.

Тема 2. Загальнорозвиваючий сучасний тренаж на середині зали.

Вивчення та загальна характеристика базового розігріву. Ознайомлення з репертуаром ансамблю.

Тема 3. Тренувальні вправи на розвиток витривалості, сили, гнучкості.

Виворотність, гнучкість ніг і тіла, танцювальний крок, стрибок та музичність.

Розділ 2.

Розвиток танцювальної майстерності.

Тема 4. Танцювальні комбінації на розвиток координації.

Послідовність вивчення окремих рухів залежно від ступеню складності. Вивчення танцювальних комбінацій на координацію рухів в одному напрямку з використанням двох центрів (голови і пелвіса, голови і рук).

Тема 5. Техніка обертів та стрибків, характерних стилям сучасного популярного танцю.

Оберти з IV-ї паралельної позиції. Опанування техніки обертів шене, тур ан де дан.

Підготовка до тур де форса. Техніка основних груп стрибків:

з двох ніг на дві (jump);

з однієї ноги на другу з просуванням (leap).

Тема 6. Танцювальні комбінації в стилі old school.

Танцювальна комбінація зі зміною рівнів.

Розділ 3.

Робота над танцювальним репертуаром.

Тема 7. Вивчення танцювального тексту хореографічного номеру «Крик душі».

Стилізований номер, з елементами іспанських рухів.

Тема 8. Вивчення сольних партій, робота з

реквізитом. Танцювальні елементи з тканиною.

Тема 9. Вивчення всієї композиції номеру «Крик душі».

Робота над манерою та технікою, вивчення усієї композиції. Учасники-5 дівчат.

Розділ 4.

Концертні виступи.

Тема 10. Участь у концертах.

Участь у масштабних проєктах і концертах міста. Виступи на майдані міста.

Тема 11. Участь у конкурсах.

Участь у різноманітних конкурсах, фестивалях. На великих та малих сценах міста, країни та світу.

Розділ 5.

Розігрів та розвиток танцювальної техніки.

Тема 12. Розминаючі частина на основі стріт-дансу.

Виконання основних рухів та фігур у стилі стріт-данс. Засвоєння техніки роботи рук, манери виконання.

Тема 13. Стрейч-вправи біля станка.

Пасивна та активна розтяжка. Розтягування біля палки.

Розділ 6.

Розвиток танцювальної техніки

Тема 14.Тренувальні вправи з просуванням.

Різноманітні кроки сучасного-популярного танцю, маленькі стрибки, оберти. Послідовність вивчення окремих рухів залежно від ступеню складності. Вивчення учбових та танцювальних комбінацій з переміщенням.

Тема 15.Техніка обертів на місці та з просуванням (темп середній).

Техніка обертів шене, тур ан де дан, тур де форс.

Тема 16.Танцювальні композиції в стилі стріт-денс.

Виконання основних рухів та фігур у стилі стріт-данс. Засвоєння техніки роботи рук, манери виконання.

Розділ 7.

Робота над танцювальним репертуаром.

Тема 17.Вивчення танцювального тексту хореографічного номера «Хоп».

Вивчення танцювальної комбінації в партнері.

Тема 18.Вивчення кросових переміщень.

Різноманітні кроки сучасного-популярного танцю, маленькі стрибки, оберти. Послідовність вивчення окремих рухів залежно від ступеню складності. Вивчення учбових та танцювальних комбінацій з переміщенням.

Тема 19.Вивчення всієї композиції номера «Хоп».

Робота над манерою та технікою,вивчення усієї композиції.Учасники-13 дівчат та 3 хлопця.

Розділ 8.

Концертні виступи.

Тема 20.Участь у концертах.

Участь у масштабних проектах і концертах міста.Виступи на майдані міста.

Тема 21.Участь у конкурсах.

Участь у різноманітних конкурсах,фестивалях.На великих та малих сценах міста,країни та світу.

Розділ 9.

Розігрів та розвиток танцювальної техніки.

Тема 22.Розминочна частина на основі афро-джазу.

Вправи для розігріву та розвитку м'язів шиї, плечового поясу, рук, тазу, стегон, колін, гомілки, стопи на основі рухів, характерних афро-джазу. Вправи на розвиток рухливості хребта.

Тема 23.Стрейч-вправи на середині зали.

Пасивна та активна розтяжка. Розтягування за допомогою партнера.

Розділ 10.

Розвиток танцювальної майстерності.

Тема 24.Тренувальні вправи з просуванням та на середині зали.

Комбіноване виконання кроків, батманів по паралельним позиціям вперед-убік, рондів, середніх стрибків.

Тема 25.Техніка обертів з просуванням (темп швидкий).

Техніка обертів шене, тур ан де дан, тур де форс,джазові оберти.

Тема 26.Танцювальні комбінації в стилі сучасного популярного танцю.

Танцювальні комбінації на координацію у стилі вог.

Розділ 11.

Робота над танцювальним репертуаром.

Тема 27.Вивчення танцювального тексту хореографічного номера «Ритми Африки».

Вивчення танцювальної комбінації з стрибками.

Тема 28.Вивчення всієї композиції номера «Ритми Африки».

Робота над манерою та технікою, вивчення усієї композиції. Учасники-17 дівчат і 7 хлопців.

Тема 29. Робота над технікою виконання.

Танцювальна комбінація з акробатичними елементами.

Тема 30. Робота над манерою виконання.

Танцювальна комбінація з стрибками.

Тема 31. Опрацювання та робота над синхронном усієї композиції «Ритми Африки».

Робота над манерою та технікою.

Розділ 12.

Концертні виступи.

Тема 32. Участь у концертах.

Участь у масштабних проєктах і концертах міста. Виступи на майдані міста.

Тема 33. Участь у конкурсах.

Участь у різноманітних конкурсах, фестивалях. На великих та малих сценах міста, країни та світу.

Розділ 13.

Розігрів та розвиток танцювальної техніки.

Тема 34. Джазовий розігрів біля станка.

Використання пози колапсу, ізоляції, поліритмії, координації. Опанування основними положеннями рук (I-VIII, V(vi), ARCH(арч), єгипетська-відкрита, закрита), ніг (ін-, аут-, паралельні позиції).

Тема 35. Вправи на розвиток сили та витривалості.

Тренувальні комбінації на розвиток витривалості, сили. Вправи з максимальною рухливістю в суглобі, яку студент може проявити самостійно, використовуючи тільки силу своїх м'язів. Комплекс вправ з максимальною амплітудою, яка досягається за допомогою зовнішніх сил – власної ваги, ваги партнера.

Розділ 14.

Розвиток танцювальної майстерності.

Тема 36. Техніка джазових обертів на середині зали (темп середній).

Опанування техніки лабільних та штопорних (corkscrew) обертів.

Тема 37. Техніка джазового танцю.

Використання пози колапсу, ізоляції, поліритмії, координації. Опанування основними положеннями рук (I-VIII, V(vi), ARCH(арч), єгипетська-відкрита, закрита), ніг (ін-, аут-, паралельні позиції).

Розділ 15.

Робота над танцювальним репертуаром.

Тема 38. Вивчення танцювального тексту хореографічного номера «Навіки мій».

Вивчення танцювальної комбінації з лабільними обертами.

Тема 39. Техніка виконання підтримок.

Комплекс тренувальних вправ у парі на витривалість та міцність.

Тема 40. Вивчення усієї композиції номера «Навіки мій».

Робота над манерою та технікою, вивчення усієї композиції. Учасники-3 дівчини.

Тема 41. Вивчення номеру малої форми «Маріонетка».

Танцювальні комбінації з додаванням міміки.

Розділ 16.

Концертні виступи.

Тема 42. Участь у концертах.

Участь у масштабних проєктах і концертах міста. Виступи на майдані міста.

Тема 43. Участь у конкурсах.

Участь у різноманітних конкурсах, фестивалях. На великих та малих сценах міста, країни та світу.

Розділ 17.

Розігрів та розвиток танцювальної техніки.

Тема 44. Розминочна частина на основі модерн-танцю.

Комбінації з використанням рухів ізольованих центрів, кроків, зміну рівнів та напрямків, контракшен і реліз, спіралі, твісти торса.

Тема 45. Стрейч-вправи біля станка та на середині зали.

Використання комплексу вправ пасивно-динамічного характеру.

Розділ 18.

Розвиток танцювальної майстерності.

Тема 46. Техніка обертів зі зміною рівнів на середині зали та з просуванням (темпом середній).

Техніка лабільних та штопорних (corkscrew) обертів.

Тема 47. Танцювальні комбінації з використанням рівнів та на координацію.

Техніка та манери виконання рухів характерних модерн-танцю з використанням рівнів.

Розділ 19.

Робота над танцювальним репертуаром.

Тема 48. Вивчення танцювального тексту хореографічного номера «Він та вона»

Танцювальні елементи в стилі контемпорарі в парі.

Тема 49. Вивчення всієї композиції номера «Він та вона».

Робота над манерою та технікою, вивчення усієї композиції. Учасники-1 дівчина і 1 хлопець (дуєт).

Тема 50. Вивчення танцювального тексту хореографічного номера «Що тепер?».

Стилізовані танцювальні елементи.

Тема 51. Вивчення сольних партій. Робота над манерою та образом.

Тема 52. Вивчення всієї композиції номера «Що тепер?».

Робота над манерою та технікою, вивчення усієї композиції. Учасники-3 дівчини.

Розділ 20. Концертні виступи.

Тема 53. Участь у концертах.

Участь у масштабних проєктах і концертах міста. Виступи на майдані міста.

Тема 54. Участь у конкурсах.

Участь у різноманітних конкурсах, фестивалях. На великих та малих сценах міста, країни та світу.

Розділ 21.

Розігрів та розвиток танцювальної техніки.

Тема 55. Темпова розминка на середині зали

Розминка, яка включає циклічні вправи (ходьба, біг на місці, стрибки), що виконуються до втоми, рівномірним та інтервальними методами в аеробному та змішаному режимах, які спрямовані на розвиток витривалості (з додатковим навантаженням на руках та гомілкях).

Тема 56. Стрейч-вправи на середині зали з використанням техніки Марти Грем.

Вдосконалення техніки обертів, характерних модерн-танцю, лабільні оберти.

Розділ 22.

Розвиток танцювальної майстерності.

Тема 57. Техніка обертів на середині зали та з просуванням (темпом швидкий).

Вдосконалення техніки обертів, лабільні оберти.

Тема 58. Танцювальні комбінації з просуванням та зі зміною рівнів.

Засвоєння техніки та манери виконання рухів характерних модерн-танцю з використанням рівнів

Розділ 23.

Робота над танцювальним репертуаром.

Тема 59. Вивчення танцювального тексту хореографічного номера «Французька весна».

Вивчення танцювальних комбінацій в парі.

Тема 60.Робота над партерною технікою.

Вивчення акробатичних елементів в партері.

Тема 61.Вивчення всієї композиції номера «Французька весна».

Робота над манерою та технікою,вивчення усієї композиції.Учасники-8 дівчат і 4 хлопці,робота над синхронністю.

Тема 62.Удосконалення вивчених танцювальних номерів.

Робота над технікою та манерою виконання.

Розділ 24.

Концертні виступи.

Тема 63.Участь у концертах

Участь у масштабних проектах і концертах міста.Виступи на майдані міста.

Тема 64.Участь у конкурсах.

Участь у різноманітних конкурсах,фестивалях.На великих та малих сценах міста,країни та світу.

Розділ 25.

Розігрів та розвиток танцювальної техніки.

Тема 65.Темпова розминка на середині зали в стилі джаз-модерн.

Розминка, яка включає учбово-тренувальні комбінації на базі класичного екзерсису з використанням елементів танцю джаз-модерн: body roll, bounce, drop, drug, fan kick, hinge, hip lift, hip fall, lounge, mess around, plunshe, ripple, tilt.

Тема 66.Стрейч-вправи на середині зали (за допомогою партнера).

Елементи стрейчінгу та йоги в парі.Пози воїна та дитини.

Розділ 26.

Розвиток танцювальної майстерності.

Тема 67.Техніка обертів на середині зали та з просуванням зі зміщеним центром (темп середній).

Опанування техніки лабільних та штопорних (corkscrew) обертів.

Тема 68.Танцювальні комбінації з просуванням в стилі джаз-модерн.

Виконання рухів у стилі джаз-модерн. Комбінації в партері з використанням контракшен і реліз, спіралей, твістами торсу, перекатів, перекидів.

Розділ 27.

Робота над танцювальним репертуаром.

Тема 69.Вивчення танцювального тексту хореографічного номера «Моцарт».

Танцювальні комбінації на основі класичного танцю.

Тема 70.Вивчення всієї композиції номера «Моцарт».

Робота над манерою та технікою,вивчення усієї композиції.Учасники-7 дівчат і 1 хлопець,робота над синхронністю.

Тема 71.Вивчення танцювального тексту хореографічного номера «Кава-брейк».

Танцювальні комбінації в стилі хаус.

Тема 72.Вивчення всієї композиції номера «Кава-брейк».

Робота над манерою та технікою,вивчення усієї композиції.Учасники-3 дівчини і 7 хлопців,робота над синхронністю.

Розділ 28.

Концертні виступи.

Тема 73.Участь у концертах.

Участь у масштабних проектах і концертах міста. Виступи на майдані міста.

Тема 74.Участь у конкурсах.

Участь у різноманітних конкурсах,фестивалях. На великих та малих сценах міста,країни та світу.

Розділ 29.

Розігрів та розвиток танцювальної техніки.

Тема 75.Темпова розминка з використанням рівнів.

Базовий розігрів сидячи, навколуюшках, на півпальцях.

Тема 76.Комплекс вправ на ізоляцію та координацію (ускладненого рівня).

Головою - (хрест, квадрат, коло, зундарі-хрест,- квадрат, -коло, свингові півкола). Плечима (підйом, вперед-назад, твіст, шейк, «вісімрка», хрест, квадрат, коло).

Грудною клітиною, пелвісом (тазом) - (вперед-назад, зі сторони в сторону, хрест, квадрат, коло).

Координація декількох ізольованих частин тіла в поліритмічному темпі та з просуванням.

Розділ 30.

Розвиток танцювальної майстерності.

Тема 77.Техніка обертів зі зміщеним центром зі зміною рівнів на середині зали та з просуванням (темп швидкий).

Вдосконалення техніки обертів, характерних модерн-танцю, лабільні оберти,та оберти з художньої гімнастики.

Тема 78.Танцювальні комбінації з просуванням з використанням елементів танцю модерн.

Комбінації з використанням рухів ізольованих центрів, кроків, зміну рівнів та напрямків, контракшен і реліз, спіралі, твісти торса.

Розділ 31.

Робота над танцювальним репертуаром.

Тема 79.Вивчення танцювального тексту хореографічних номерів «Пісок», «Нестримна».

Вивчення комбінації з хлопками.

Тема 80.Вивчення сольної партії, техніка виконання підтримок.

Вивчення акробатичних елементів.Будь-який вид сальто та фляк.Робота в парі.

Тема 81.Вивчення всієї композиції номерів «Пісок», «Нестримна».

Робота над манерою та технікою,вивчення усєї композиції.Учасники-16 дівчат і 6 хлопців,робота над синхронністю.

Тема 82.Удосконалення вивчених танцювальних номерів.

Робота над технікою та манерою виконання.

Тема 83.Вивчення нових танцювальних композицій.

Робота над імпровізацією виконавця.

Розділ 32.

Концертні виступи.

Тема 84.Участь у концертах

Участь у масштабних проектах і концертах міста. Виступи на майдані міста.

Тема 85.Участь у конкурсах.

Участь у різноманітних конкурсах,фестивалях. На великих та малих сценах міста,країни та світу.

VII. ІНСТРУКТИВНО-МЕТОДИЧНІ МАТЕРІАЛИ

Плани практичних занять

Роботі в хореографічному колективі необхідно приділяти особливу увагу, щоб у студентів розвивалась танцювальність, щоб рухи їх ставали технічнішими, вправнішими, набувалася вдала манера виконання.

Зміна положень рук під час виконання танців дуже важлива, тому слід точно визначити, в якому положенні повинна бути кисть руки і лікоть, як покласти руку на талію і т.д. Рухи рук тісно пов'язані з рухами голови, корпусу і взаємодоповнюють один одного.

Розучуючи окремі танцювальні елементи, треба приділяти увагу сполученню рухів, стилю, характеру та манері виконання. Спочатку окремі елементи і комбінації вивчаються в повільному темпі. По мірі засвоєння матеріалу, темп збільшується.

Цей етап роботи має велике значення, тому що застосування танцювальних навичок в послідовності і зв'язку полегшує перехід до більш складної форми роботи – розучування танцювальних етюдів і номерів.

Починаючи роботу над етюдами, викладач повинен виявити вміння відбирати матеріал для етюдів і комбінувати його. Перш ніж розпочати вивчення елементів того чи іншого танцю, доцільно коротко розповісти студентам, при яких умовах, в яких випадках виконується той чи інший танець, приділити увагу особливостям його виконання, використовуючи при можливості фотографії костюмів та відповідний відеоматеріал.

Спочатку починається робота над кожним рухом етюдів. Під час розучування рухів і танцювальних комбінацій найбільш уваги треба приділяти положенню рук, корпусу, голови в тому чи іншому танці. Найкраще вивчати рухи за ступенями труднощі. Якщо рух дуже складний, то спочатку вивчаються тільки рухи ніг, а потім поступово оволодівають ним в сполученні з рухами рук, корпусу і голови. Техніка рухів мусить бути добре засвоєна, щоб студенти почували себе впевнено.

Після того, як виконавці засвоять усі рухи, з яких складається етюд і запам'ятають їх послідовність, треба переходити до роботи над чистотою і чіткістю виконання композиційного малюнку етюдів чи номера.

Працюючи над виразністю малюнка, треба слідкувати за правильними та однаковими інтервалами, чистотою виконання та дотриманням синхронності рухів.

Добиваючись точності та чіткості у виконанні кожного руху і прагнучи підвищити технічний бік танцю, викладач повинен вимагати від студентів розуміння стилю, характеру виконання кожного етюдів, слідкуючи, щоб рухи виконувались не лише технічно, а й емоційно та виразно.

Особливу увагу треба приділяти музичному супроводу.

Музика – це основа, яка допомагає виявити характер кожного руху, і якщо студент не відчуває музики етюдів, який він виконує, рухи його будуть формальними, механічними.

Успіх в засвоєнні виконавцями матеріалу тісно пов'язаний з умінням викладача бачити помилки і своєчасно виправляти їх. Зауваження слід робити конкретні, у доброзичливій, коректній формі. Кожне заняття повинно проходити у творчому контакті, взаємодії педагога зі студентами.

Курс "Хореографічний ансамбль" в системі підготовки артиста, балетмейстера ансамблю сучасного танцю, викладача хореографічних дисциплін має велике значення. Саме тут використовуються та об'єднуються знання, вміння та навички, які студент отримує на фахових дисциплінах з «класичного танцю», «сучасного популярного-», «джаз-

» та «модерн-танців», «спортивного бального-» і «народно-сценічного танців», «мистецтву балетмейстера», «гімнастики», «основах режисури».

В зв'язку з цим вивчення цього предмета передбачає самостійну роботу студентів.

Студентові необхідно відвідувати бібліотеки і звертатися до літературних першоджерел, де говориться, при яких умовах та в яких випадках використовується той або інший танець, про особливості його виконання; необхідно детальніше знайомитись з науково-дослідницькою діяльністю та творчістю видатних хореографів України; слідкувати за виходом з друку нових робіт з питань хореографічного мистецтва.

Рекомендується звертатися до відеоматеріалів з програмами видатних колективів нашої держави, акцентуючи увагу на різноплановості репертуару, особливостях композиційної побудови хореографічних творів, на художні образи.

На практичних заняттях з хореографічного ансамблю студенти вивчають основні елементи та приклади композицій різних сучасних танців. Під час самостійної роботи студентам необхідно в першу чергу вивчити окремі рухи та комбінації, що зустрічаються в етюдах, обов'язково враховуючи зауваження і вказівки викладача. Для початку, краще повторювати рух в повільному темпі, а по мірі його засвоєння перейти до потрібного темпу. Найбільшу увагу треба приділяти характеру і манері виконання окремих рухів і

комбінацій. Необхідно працювати над танцювальністю цих рухів, удосконалювати техніку їх виконання.

Для кращого опанування матеріалу та поповнення своїх знань, студентам рекомендується занотовувати окремі рухи, комбінації та етюди, використовуючи коротку систему запису рухів та малюнків.

Крім того виконавцю необхідно систематично працювати над своєю майстерністю. Окрім роботи над технікою треба працювати над внутрішньою наповненістю рухів. Мається на увазі усвідомлене наповнення пластичної форми, хореографії, яку треба виконати, тобто віра в танцювальну дію, рух. Виконуючи будь-який пластичний матеріал, танцівник, завдяки навикам, отриманим на уроках з класичного, народно-сценічного, сучасного танцю, повинен досить упевнено відчувати своє тіло в будь-якому танці. Цінність виникає тоді, коли рухи виконавця наповнюються, окрім фізичного, ще й зусиллям індивідуального усвідомлення виконавця, коли він вірить у будь-який рух, що виконує, незалежно від його форми. Чим вище його свідомо віра в виконувану дію, тим вона переконливіша для глядача.

Також важливо почуття стилю танцювального напрямку, який виконується. Необхідно дотримуватись стилістики хореографії, певного танцювального напрямку. Стель можна назвати характером танцю, і дуже важливо його додержуватись.

Крім цього необхідно відвідувати репетиції і концерти ансамблів сучасного та народного танців міста Харкова, звертаючи увагу на рівень виконавської майстерності, тематику хореографічних творів, правдивість костюму, зв'язок хореографічної лексики та музики.

Необхідно слідкувати за проведенням Всеукраїнських та Міжнародних конкурсів і фестивалів з сучасної та народної хореографії.

2 курс 3 семестр

Практичне заняття № 1 (ДФН -8.5 год.,ЗФН-2.5 год)

Тема Загальнорозвиваючий сучасний тренаж на середині залу.

Мета вивчення: Опанування методики базового розігріву (включає в себе пророблення всіх частин тіла). Вправи для розігріву та розвитку м'язів шиї, плечового поясу, рук, тазу, стегон, колін, гомілки, стопи. Елементи партерної гімнастики.

Література: основна 2,7,14;допоміжна 1-3

Обладнання:

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання 1. Проаналізувати методику викладання базового розігріву, його видита специфіка.

Завдання для самостійної роботи: Провести контент-аналіз хореографічного ансамблю.

Практичне заняття № 2 (ДФН -8.5 год., ЗФН-2.5 год)

Тема. Тренувальні вправи на розвиток витривалості, сили, гнучкості.

Мета вивчення: Опанування тренувальних комбінації на розвиток витривалості, сили. Вправи з максимальною рухливістю в суглобі, яку студент може проявити самостійно, використовуючи тільки силу своїх м'язів. Комплекс вправ з максимальною амплітудою, яка досягається за допомогою зовнішніх сил – власної ваги, ваги партнера.

Література: основна 9,10,13;допоміжна 1,8.

Обладнання:

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання 1. Оволодіти на практиці комплексами тренувальних вправ фізичної культури.

Завдання для самостійної роботи: Засвоїти комплекс вправ на амплітуду рухів.

Практичне заняття № 3(ДФН -8.5 год.,ЗФН-2.5 год) Тема

Танцювальні комбінації на координацію.

Мета вивчення: Послідовність вивчення окремих рухів залежно від ступеню складності. Вивчення танцювальних комбінацій на координацію рухів в одному напрямку з використанням двох центрів (голови і пелвіса, голови і рук).

Література: основна 11,112,23;допоміжна 4,11.

Обладнання:

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Опанувати основні принципи роботи тіла.синхронність та швидкість виконання.

Завдання для самостійної роботи: Робота з центром тіла. Володіння комбінаціями на координацію.

Практичне заняття № 4(ДФН -8.5 год.,ЗФН-2.5 год)

Тема Техніка обертів і стрибків, характерних стилям сучасного популярного танцю.

Мета вивчення: Опанування техніки обертів на двох ногах, на одній нозі на середині зали (темп повільний).Опанування техніки основних груп стрибків:

- з двох ніг на дві (jump);
- з однієї ноги на другу з просуванням (leap);
- на одній нозі (hop);
- з двох ніг на одну.

Література: основна 20,22,;допоміжна 8,18.

Обладнання:

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання 1. Оволодіти на практиці комплексами тренувальних вправ фізичної культури.

Завдання для самостійної роботи: Робота на техніку виконання.

Практичне заняття № 5(ДФН -8.5 год.,ЗФН-2.5

год) Тема Танцювальні комбінації в стилі хіп-хоп.

Мета вивчення Набуття навичок виконання основних рухів та фігур у стилі хіп-хоп.

Література: основна 21,22,;допоміжна 7,15.

Обладнання:

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання «елементів стилю».

Завдання для самостійної роботи: Провести контент-аналіз культури хіп-хоп.

Практичне заняття № 6(ДФН -8.5 год.,ЗФН-2.5 год)

Тема Розминочна частина на основі стріт-дансу.

Мета вивчення Специфічний розігрів (включає в себе пророблення всіх частин тіла з використанням основних положень та рухів, характерних стріт-дансу): вправи для розігріву та розвитку м'язів шиї, плечового поясу, рук, тазу, стегон, колін, гомілки, стопи.

Література: основна 21,22,;допоміжна 7,15.

Обладнання:

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання «елементів стилю».

Завдання для самостійної роботи: провести контент-аналіз стріт-денс.

Практичне заняття № 7 (ДФН -8.5 год.,ЗФН-2.5 год)**Тема Стрейч-вправи біля станка**

Мета вивчення Комбінації розтягувань біля балетного станка. Використання комплексу вправ класичного екзерсису з незначними варіаціями.

Література: основна 3,6,7;допоміжна 5,6,7.

Обладнання:

1. Танцювальна зала зі станком та дзеркалами.
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання класичного танцю.

Завдання для самостійної роботи: Оволодіння комбінаціями та стрейч-вправами.

Практичне заняття № 8**Тема Тренувальні вправи з просуванням. (ДФН -8.5 год.,ЗФН-2.5 год)**

Мета вивчення Різноманітні кроки сучасного-популярного танцю, маленькі стрибки, оберти. Послідовність вивчення окремих рухів залежно від ступеню складності. Вивчення учбових та танцювальних комбінацій з переміщенням.

Література: основна 11,12,;допоміжна 10,14.

Обладнання:

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Опанувати основні принципи роботи тіла.синхронність та швидкість виконання.

Завдання для самостійної роботи: Опанувати основні принципи роботи тіла.

Практичне заняття № 9 (ДФН -8.5 год.,ЗФН-2.5 год)**Тема Техніка обертів на місці та з просуванням (темп середній)**

Мета вивчення Опанування техніки обертів з IV-ї паралельної позиції. Опанування техніки обертів шене, тур ан де дан. Підготовка до тур де форса.

Література: основна 3,6,7,;допоміжна 5,6,7.

Обладнання:

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Опанувати основні принципи роботи тіла.синхронність та швидкість виконання.

Завдання для самостійної роботи: Опанувати основні принципи роботи тіла.

Практичне заняття № 10 (ДФН -8.5 год.,ЗФН-2.5 год)**Тема Танцювальні комбінації в стилі стріт-данс**

Мета вивчення Набуття навичок виконання основних рухів та фігур у стилі стріт-данс. Засвоєння техніки роботи рук, манери виконання.

Література: основна 21,22,;допоміжна 7,15.

Обладнання:

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання «елементів стилю».

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

Практичне заняття № 11 (ДФН -8.5 год.,ЗФН-2.5 год)

Тема Розминочна частина на основі афро-джазу

Мета вивчення Опанування вправ для розігріву та розвитку м'язів шиї, плечового поясу, рук, тазу, стегон, колін, гомілки, стопи на основі рухів, характерних афро-джазу. Вправи на розвиток рухливості хребта.

Література: основна 13,25,;допоміжна 17,28.

Обладнання:

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання рухів стилю афро-джаз.

Завдання для самостійної роботи:. Провести контент-аналіз стилю афро-джаз.

Практичне заняття № 12 (ДФН -8.5 год.,ЗФН-2.5 год)

Тема Стрейч-вправи на середині зали

Мета вивчення Використання комплексу вправ пасивно-динамічного характеру.

Література: основна 3,6,7;допоміжна 5,7,19.

Обладнання:

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери стрейч вправ з просуванням.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

2 курс 4 семестр

Практичне заняття № 13 (ДФН -8.5 год.,ЗФН-2.5 год)

Тема Тренувальні вправи з просуванням та на середині зали.

Мета вивчення Комбіноване виконання кроків, батманів по паралельним позиціям вперед-убік, рондів, середніх стрибків.

Література: основна 1,2,7;допоміжна 1,2,15.

Обладнання:

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання елементів.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

Практичне заняття № 14 (ДФН -8.5 год.,ЗФН-2.5 год)

Тема Техніка обертів з просуванням (темп швидкий).

Мета вивчення Опанування техніки обертів шене, тур ан де дан, тур де форс.

Література: основна 3,4,7;допоміжна 3,14,22.

Обладнання:

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання елементів.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями

Практичне заняття № 15 (ДФН -8.5 год.,ЗФН-2.5 год)

Тема Танцювальні комбінації в стилі сучасного популярного танцю.

Мета вивчення Вдосконалення навичок виконання танцювальних комбінацій в стилі хіп-хоп, стріт-данс. Засвоєння манери виконання.

Література: основна 11,23,29 ;,допоміжна 4,12.

Обладнання:

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання елементів.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

Практичне заняття № 16 (ДФН -8.5 год.,ЗФН-2.5 год)

Тема Джазовий розігрів біля станка

Мета вивчення Перегиби і нахили торсу, розтягування, демі та гранд пліє по паралельним позиціям, вправи для розігріву стопи та гомілки з використанням основних принципів джаз-танцю.

Література: основна 19,13,30;допоміжна 9,21.

Обладнання:

1. Танцювальна зала зі станком та дзеркалами ;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання елементів.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

Практичне заняття № 17(ДФН -9.7 год.,ЗФН-2.8 год)

Тема Вправи на розвиток сили та витривалості.

Мета вивчення Комбінації з використанням батманів, рондів, стрибків маленьких та великих (з використанням додаткової ваги на руках і гомілках).

Література: основна 9,13,30 ;,допоміжна 13,15.

Обладнання:

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання елементів.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

Практичне заняття № 18 (ДФН -9.7 год.,ЗФН-2.8 год)

Тема Вправи на розвиток сили та витривалості.

Мета вивчення Набуття навичок виконання рухів.

Література: основна 9,13,30 ;,допоміжна 13,15.

Обладнання

1. Танцювальна зала зі станком та дзеркалами;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання елементів.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

Практичне заняття № 19 (ДФН -9.7 год.,ЗФН-2.8 год)

Тема Розвиток танцювальної майстерності.

Мета вивчення Опанування техніки обертів з I-ї, II-ї, IV-ї паралельних позицій з роботою корпусу.

Література: основна 19,33,24;допоміжна 23,25.

Обладнання:

1. Танцювальна зала зі станком та дзеркалами;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання елементів.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

Практичне заняття № 20 (ДФН -9.7 год.,ЗФН-2.8 год)

Тема Розминочна частина джаз танцю

Мета вивчення Засвоєння вмінь пози колапсу, ізоляції, поліритмії, координації. Опанування основними положеннями рук (I-VIII, V(vi), ARCH(арч), єгипетська-відкрита, закрита), ніг (ін-, аут-, паралельні позиції).

Література: основна 9,13,30 ;допоміжна 13,15.

Обладнання

1. Танцювальна зала зі станком та дзеркалами;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання елементів,пози колапс,ізоляції.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

Практичне заняття № 21 (ДФН -9.7 год.,ЗФН-2.8 год)

Тема Розминочна частина на основі танцю модерн.

МетавивченняСпіралі, згиниторса, наклони, contraction, release, roll down, roll up, drop, arch, curve, flat back, lay out. Вправи класичного екзерсису.

Література: основна 9,13,30;допоміжна 13,15.

Обладнання

1. Танцювальна зала зі станком та дзеркалами;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання елементів, contraction, release.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

Тема Практичне заняття № 22 (ДФН -9.7 год.,ЗФН-2.8 год)

Тема Стрейч-вправи біля станка та на середині зали.

Мета вивчення Пасивна та активна розтяжка. Розтягування за допомогою партнера.

Література: основна 9,13,30;допоміжна 13,15.

Обладнання

1. Танцювальна зала зі станком та дзеркалами;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання елементів.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

Практичне заняття № 23 (ДФН -9.7 год.,ЗФН-2.8 год)

Тема Техніка обертів зі зміною рівнів на середині зали та з просуванням (темп середній).

Мета вивчення Опанування техніки обертів шене, тур ан де дан з використанням рівнів (навколюшках, з plie). Комбіновані оберти з використанням акробатичних рівнів (шпагат, березка).

Література: основна 9,13,30 ;допоміжна 13,15.

Обладнання

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання елементів.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

3 курс 5 семестр

Тема Практичне заняття № 24 (ДФН -11.3 год.,ЗФН-3.3 год)

Тема Танцювальні комбінації з використанням рівнів та на координацію.

Мета вивчення Набуття навичок виконання рухів у стилі афро-джазу, класичного джазу, з використанням рівнів та з координацією 2-3 центрів.

Література: основна 9,13,30;допоміжна 13,15.

Обладнання

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання елементів.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

Практичне заняття № 25 (ДФН -11.3 год.,ЗФН-3.3 год)

Тема Темпова розминка на середині зали

Мета вивчення Розминка, яка включає циклічні вправи (ходьба, біг на місці, стрибки), що виконуються до втоми, рівномірним та інтервальними методами в аеробному та змішаному режимах, які спрямовані на розвиток витривалості (з додатковим навантаженням на руках та гомілках).

Література: основна 9,13,30;допоміжна 13,15.

Обладнання

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання елементів.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

Практичне заняття № 26 (ДФН -11.3 год.,ЗФН-3.3 год)

Тема Стрейч-вправи на середині зали з використанням техніки Марти Грем.

Мета вивчення Вдосконалення техніки обертів, характерних модерн-танцю, лабільні оберти.

Література: основна 9,13,30;допоміжна 13,15.

Обладнання

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання елементів.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

Практичне заняття № 27(ДФН -11.3 год.,ЗФН-3.3 год)

Тема Робота в партері.

Мета вивчення Засвоєння вправ в партері з використанням фрог-позішен, контракшен і реліз.

Література: основна 9,13,30;допоміжна 13,15.

Обладнання

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання елементів.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

Практичне заняття № 28 (ДФН -11.3 год.,ЗФН-3.3 год)

Тема Техніка обертів на середині зали та з просуванням (темп швидкий)

Мета вивчення Вдосконалення техніки обертів, характерних модерн-танцю, лабільні оберти.

Література: основна 1 ,;допоміжна 1,15.

Обладнання

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання елементів.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

Практичне заняття № 29 (ДФН -11.3 год.,ЗФН-3.3 год)

Тема Танцювальні комбінації з просуванням та зі зміною рівнів.

Мета вивчення Засвоєння техніки та манери виконання рухів характерних модерн-танцю з використанням рівнів.

Література: основна 9,13,30 ,;допоміжна 13,15.

Обладнання

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання.Засвоєння манери виконання елементів.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

3 курс 6 семестр

Практичне заняття № 30 (ДФН -8.5 год.,ЗФН-2.5 год) Тема

Темпова розминка на середині зали у стилі джаз-модерн

Мета вивчення Розминка, яка включає учбово-тренувальні комбінації на базі класичного екзерсису з використанням елементів танцю джаз-модерн: body roll, bounce, drop, drug, fan kick, hinge, hip lift, hip fall, lounge, mess around, plunshe, ripple, tilt.

Література: основна 10;допоміжна 13,14.

Обладнання

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання елементів.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

Практичне заняття № 31 (ДФН -8.5 год.,ЗФН-2.5 год)

Тема Стрейч-вправи на середині зали (за допомогою партнера).

Мета вивчення Пасивна розтяжка в партері. Розтягування за допомогою партнера.

Література: основна 6-13 ,;допоміжна 19.

Обладнання

1. Танцювальна зала;

2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання елементів.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

Практичне заняття № 32 (ДФН -8.5 год.,ЗФН-2.5 год)

Тема Техніка обертів на середині зали та з просуванням зі зміщеним центром (темп середній).

Мета вивчення Опанування техніки лабільних та штопорних (corkscrew) обертів.

Література: основна 8,30 ;допоміжна 17.

Обладнання

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання елементів.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

Практичне заняття № 33(ДФН -8.5 год.,ЗФН-2.5 год)

Тема Танцювальні комбінації з просуванням у стилі джаз-модерн

Мета вивчення Набуття навичок виконання рухів у стилі джаз-модерн. Комбінації в партері з використанням контракшен і реліз, спіралей, твістами торсу, перекатів, перекидів.

Література: основна 9,13,30 ;допоміжна 13,15.

Обладнання

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання елементів.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

Практичне заняття № 34 (ДФН -8.5 год.,ЗФН-2.5 год)

Тема Темпова розминка з використанням рівнів

Мета вивчення Базовий розігрів сидячи, навколюшках, на півпальцях.

Література: основна 7;допоміжна 9.

Обладнання

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання елементів.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

Практичне заняття № 35 (ДФН -8.5 год.,ЗФН-2.5 год)

Тема Комплекс вправ на ізоляцію та координацію (ускладненого рівня).

Мета вивчення Головою (хрест, квадрат, коло, зундарі-хрест,квадрат, коло, свингові півкола).

Плечима (підйом, вперед-назад, твіст, шейк, «вісімрка», хрест, квадрат, коло).

Грудною клітиною, пелвісом (тазом) - (вперед-назад, зі сторони в сторону, хрест, квадрат, коло).

Координація декількох ізольованих частин тіла в поліритмічному темпі та з просуванням.

Література: основна 9,13,30 ;допоміжна 13,15.

Обладнання

1. Танцювальна зала;

2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання елементів.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

Практичне заняття № 36 (ДФН -8.5 год.,ЗФН-2.5 год)

Тема Техніка обертів зі зміщеним центром зі зміною рівнів на середині зали та з просуванням (темп швидкий)

Мета вивчення Вдосконалення техніки лабільних обертів, поєднання з обертами класичного екзерсису.

Література: основна 9,13,30;допоміжна 13,15.

Обладнання

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання елементів.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

Практичне заняття № 37 (ДФН -8.5 год.,ЗФН-2.5 год)

Тема Танцювальні комбінації з просуванням з використанням елементів танцю модерн

Мета вивчення Комбінації з використанням рухів ізольованих центрів, кроків, зміну рівнів та напрямків, контракшен і реліз, спіралі, твісти торса.

Література: основна 12,34;допоміжна 11,19.

Обладнання

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання елементів.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

Практичне заняття № 38 (ДФ -8.5 год.,ЗФН-2.5 год)

Тема Темпова розминка на середині зали у стилі джаз-модерн

Мета вивчення Розминка, яка включає учбово-тренувальні комбінації на базі класичного екзерсису з використанням елементів танцю джаз-модерн: body roll, bounce, drop, drug, fan kick, hinge, hip lift, hip fall, lounge, mess around, plunshe, ripple, tilt.

Література: основна 9,10,17 ;,допоміжна 16.

Обладнання

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання елементів.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

Практичне заняття № 39 (ДФН -8.5 год.,ЗФН-2.5 год)

Тема Стрейч-вправи на середині зали (за допомогою партнера).

Мета вивчення Пасивна розтяжка в партері. Розтягування за допомогою партнера.

Література: основна 9,13,30 ;,допоміжна 13,15.

Обладнання

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання елементів.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

Практичне заняття № 40 (ДФН -8.5 год.,ЗФН-2.5 год)

Тема Техніка обертів на середині зали та з просуванням зі зміщеним центром (темп середній).

Мета вивчення Опанування техніки лабільних та штопорних (corkscrew) обертів.

Література: основна 9,16,30 ;допоміжна 4,15.

Обладнання

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання елементів.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

Практичне заняття № 41 (ДФН -8.5 год.,ЗФН-2.5 год)

Тема Танцювальні комбінації з просуванням у стилі джаз-модерн

Мета вивчення Набуття навичок виконання рухів у стилі джаз-модерн. Комбінації в партері з використанням контракшен і реліз, спіралей, твістами торсу, перекатів, перекидів.

Література: основна 9,13,30;допоміжна 13,15.

Обладнання

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання елементів.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

Практичне заняття № 42 (ДФН -8.5 год.,ЗФН-2.5 год)

Тема Темпова розминка з використанням рівнів

Мета вивчення Базовий розігрів сидячи, навколюшках, на півпальцях.

Література: основна 24;допоміжна 13,15.

Обладнання

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання елементів.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

Практичне заняття № 43 (ДФН -8.5 год.,ЗФН-2.5 год)

Тема Комплекс вправ на ізоляцію та координацію (ускладненого рівня).

Мета вивчення Головою - (хрест, квадрат, коло, зундарі-хрест, квадрат, коло, свингові півкола).

Плечима (підйом, вперед-назад, твіст, шейк, «вісімрка», хрест, квадрат, коло).

Грудною клітиною, пелвісом (тазом) - (вперед-назад, зі сторони в сторону, хрест, квадрат, коло).

Координація декількох ізольованих частин тіла в поліритмічному темпі та з просуванням.

Література: основна 9,13,30 ;допоміжна 13,15.

Обладнання

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання елементів.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

Практичне заняття № 44 (ДФН -8.5 год.,ЗФН-2.5 год)

Тема Техніка обертів зі зміщеним центром зі зміною рівнів на середині зали та з просуванням (темп швидкий)

Мета вивчення Вдосконалення техніки лабільних обертів, поєднання з обертами класичного екзерсису.

Література: основна 9,13,30 ;допоміжна 13,15.

Обладнання

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання елементів.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

Практичне заняття № 45 (ДФН -8.5 год.,ЗФН-2.5 год)

Тема Танцювальні комбінації з просуванням з використанням елементів танцю модерн

Мета вивчення Комбінації з використанням рухів ізольованих центрів, кроків, зміну рівнів та напрямків, контракшен і реліз, спіралі, твісти торса.

Література: основна 16,34;допоміжна 1,13.

Обладнання

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери виконання елементів.

Завдання для самостійної роботи: Робота над фізичними можливостями.

4 курс 7 семестр

Практичне заняття № 46 (ДФН -25,5 год.,ЗФН-25,5 год.)

Тема Танцювальний репертуар ансамблю та концертні виступи

Мета вивчення Опанувати весь репертуар ансамблю,виступи на різноманітних сценах

Література: основна 1-60 ;допоміжна 1-15.

Обладнання

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Засвоєння манери та техніки виконання елементів.

Завдання для самостійної роботи:Робота над танцювальним репертуаром.

Практичне заняття № 47 (ДФН -25,5 год.,ЗФН-25,5 год.)

Тема Концертні виступи,практична робота студентів.

Мета вивчення Опанувати весь репертуар ансамблю,виступи на різноманітних сценах.

Література: основна 1-60 ;допоміжна 1-15.

Обладнання

1. Концертна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Практика виконавська.

Завдання для самостійної роботи:Робота над танцювальним репертуаром.

4 курс 8 семестр

Практичне заняття № 48 (ДФН -51 год.,ЗФН-51 год.)

Тема Робота репетитора.

Мета вивчення Опанувати весь репертуар,практичні заняття як репетитора у складі ансамблю.

Література: основна 1-60 ;допоміжна 1-15.

Обладнання

1. Танцювальна зала;
2. Техніка для відтворення музичного матеріалу.

Хід практичної роботи

Завдання Репетиторська практика.

Завдання для самостійної роботи: Аналіз відео матеріалів, робота зі студентами.

Рекомендації до самостійної роботи здобувачів вищої освіти

Щодо концертної діяльності, річ іде вже про якість виконавської майстерності, або якість виконання. Декілька основних компонентів, яким належно приділити увагу: естетика тіла виконавця, заповнення сценічного простору, енергетичне заповнення. Перше, що бачить глядач при появі танцівника на сцені, – це фізична форма його тіла в поєднанні з умінням ним користуватись. Форма тіла важлива, вона є або помічником, або перешкодою при виконанні і складних технічно, і характерних лексичних рухів. Кожний артист хореографічного жанру повинен слідкувати, щоб форма його тіла була максимально «полегшена», позбавлена зайвої ваги, і з акуратними лініями, хоча від природи вона може бути не зовсім вдалою з точки зору загально визнаних хореографічних канонів.

Заповнення сценічного простору можна вважати одним із найважливіших як для танцювального твору, так і для самого виконавця. Сценічний простір, наданий танцівнику, в якому йому допустимо рухатись, повинен бути максимально заповнений його тілом, звичайно, не одночасно, а в процесі виконання поставленого хореографічного завдання. Безумовно, це залежить від композиції, створеної балетмейстером, але і сам виконавець повинен уміти розширяти, подовжувати кожний свій рух, максимально заповнюючи сцену, звичайно, якщо це не йде врозріз із характером лексики.

Танець або його фрагмент може виконуватись і на невеличкій ділянці сцени. В цьому випадку починає діяти внутрішня енергія виконавця, яка поширюється ним свідомо або несвідомо на простір сцени. В цьому випадку відбувається енергетичне заповнення простору. Звичайно, ця енергія діє завжди, але у випадку камерності постановки її значення зростає. Ця якість танцювальним тренажем і виснажливими екзерсисами напрацьовується в меншому ступені – вона розвивається впродовж тривалого часу, хоча має пряме відношення до фаху і складається з сукупності багатьох якостей, як професійних, так і людських. Цей показник можливостей артиста багатьма вважається найголовнішим в будь-якому мистецтві. Саме внутрішня сила та її якість у сукупності з культурою творчого стану артиста, спілкуючись напряму з душею глядача, робить його мистецтво не тільки високопрофесійним, але й високохудожнім, залишаючи непомітними будь-які технічні хиби.

Також для ансамблю в цілому важливі відпрацьованість, синхронність, рівність можливостей всіх учасників. Кількість годин, витрачених на відпрацювання і доведення до автоматизму вивченого матеріалу, надзвичайно важлива для покращення глядацького сприйняття. Іноді на це не вистачає терпіння ані у викладачів, ані у виконавців, але той, хто вміє переборювати психологічну і фізичну втому від постійного повторення одного й того ж руху, без упину усуваючи невидимі до цього недоліки, підвищує відпрацьованість навіть при не завжди високому виконавському рівні, хоча рівень теж стає звичайно вище.

Відпрацьованість робить майстерність і техніку виконавців вище, відбувається «відшліфовування до блиску». Також необхідна синхронність виконання танцювального номеру. Вона важлива не тільки з точки зору чіткості виконання, але й як показник командності колективу, вміння працювати в єдиному ключі, вміння відчувати один одного, виконуючи загальне завдання.

Доволі часто зустрічається таке: під час виконання однакових або аналогічних елементів помітно, що одні танцівники роблять їх краще за інших. В професійних театрах різниця в виконавській майстерності менш помітна. Рівність можливостей всіх учасників колективу – це важливий компонент якості виконання, свого роду показник спільності колективу. Краще, коли можливості учасників номеру приблизно однакові, ніж коли вони сильно відрізняються і це дуже помітно, тому що шкодить картині танцю в цілому, хоча всюди можуть бути очевидні лідери, які притягують увагу.

Під час концертних виступів у випадку, коли є необхідність виходу на задані позиції при висвітленій сцені (як до композиції, так і після неї), виконавець повинен виконувати цю допоміжну дію так само, як і танець, з однаковим внутрішнім наповненням, тим самим роблячи її рівноправною частиною композиції. Також важливим

є фінальний відхід-уклін. Часто він є своєрідним прощанням-продовженням композиції і виконується на таких самих лексичних рухах. В цьому випадку важливо не переборщити з його тривалістю. Все залежить від успіху: якщо він є, і глядач «не відпускає артистів», можна йому підігравати або танцювальним, або звичайним укліном.

Хореографія – це сценічне мистецтво, тому для втілення образу чи характеру артисту допомагає акторська майстерність. У першу чергу для танцівника це пластична акторська виразність, коли обличчя виконавця виражає мінімум емоцій, але його танець залишається наповненим тим образним завданням, яке він виражає. Це залежить від уміння м'язів, якими керує актор-виконавець, випромінювати за допомогою прийомів руху поставлене образно-пластичне завдання. Тоді виникає відчуття, що «танцює все тіло і душа».

Нерідко можна побачити псевдоакторський прийом у танцівників – мімічний супровід музично-поетичної основи номеру, тобто співання тексту пісні, під яку виконується танець. Цей прийом йде від бродвейських мюзиклів, де одночасно здійснюється танець і вокал. Крім випадків, коли це оговорюється балетмейстером, частіше це відбувається від внутрішнього затиску, або невміння знайти для обличчя належних мімічних фарб. Обличчя танцівника повинно виражати заданий образ, але міміка має бути природною, необхідно уникати гримас, лицевого затиску, виникнення синдрому «маски».

Важливим компонентом якості виконавської майстерності є енергетика танцівника – найскладніше для розвитку виконавцем, але одне з важливіших у мистецтві. Кожен рух, поза, жест повинен бути емоційно наповненим, з внутрішнім осмисленням, тоді глядач буде зачарований цим артистом, відчуваючи енергетику, яку він випромінює. Формула така: внутрішня сила людини, яка проявляється в різноманітних його діях в ступені, прямо пропорційній кількості виконаних дій, помноженої на зусилля, застосоване для найбільш якісного виконання. Тобто для розвитку впевненості і енергетичного наповнення будь-якого руху, наприклад, піруету, необхідно не просто багаторазово його повторити, але й при цьому намагатись покращити його чіткість з великим внутрішнім бажанням і вивченням правильного принципу його виконання.

Під час знаходження на будь-якому концертному виступі, артист повинен знати і додержуватись етичної творчої поведінки.

Основні правила поведінки на сценічному просторі негласно існують у кожному театрі і, в більшості випадків знайомі кожному виконавцю з дитинства. Під час виступів і будь-який інший час існує заборона на вживання їжі на сценічному просторі, особливо насіння та йому подібне, лайка, пересікання простору сцени «просто так» без певної користі і необхідності. Суворий порядок під час виступів знаходження за лаштунками в мить дозидання свого виходу. Крім зберігання мовчанки, важливо пам'ятати: якщо виконавець, який знаходиться за лаштунками і не бере участі в дії, бачить будь-якого глядача в залі, то й глядач може бачити виконавця, що є грубим порушенням творчої картини вистави. Ближче до сценічного краю лаштунків повинен бути той виконавець, що має раніше вийти на сцену. «Навколокулісний» простір повинен бути максимально вільним. Категорично заборонено торкатися одягу сцени (лаштунки, декорації), якщо це не передбачено балетмейстерським задумом, відштовхувати їх, коли «заважають», притулятися, спиратися ліктями тощо.

Також важливою є поза сценічна культура виконавців. Мається на увазі відношення до виступів колег, культура незалежного оцінювання творчості іншої людини. По-перше, оцінка завжди є суб'єктивною, по-друге, вона може бути упередженою або неупередженою. Але незалежно від того, позитивно чи негативно оцінена робота колеги по мистецтву, потрібно пам'ятати про культуру поведінки, утримуватися від різких зауважень в голос, треба вміти зробити правильні висновки для подальшої роботи над собою, і не забувати, що ми ставимось до людей і їх творчості так, як бажаємо, щоб вони ставились до нас.

Виконавець має бути творчим глядачем, з доброзичливою увагою дивитись інші виступи, повинен вміти аналізувати їх, бути небайдужою, зацікавленою творчою особистістю.

2 курс 3 семестр

Самостійне заняття № 1 (ДФН -1.5 год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Стрейч-вправи

Мета вивчення: Розвивати фізичні можливості засобами стрейтч-вправ.

Література: основна 49,33,60 ;,допоміжна 20,26.

Завдання:Комплекс вправ для виховання гнучкості в різних відділах тіла.

Самостійне заняття № 2 (ДФН -1.5 год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Тренувальні вправи на розвиток витривалості, сили, гнучкості

Мета вивчення: Працювати над методикою виконання основних тренувальних рухів, вдосконалювати техніку

Література: основна 2,39,44 ;,допоміжна 59,63.

Завдання:Основні рухи та комплекси вправ на розвиток фізичних можливостей.

Самостійне заняття № 3 (ДФН -1.5год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Танцювальні комбінації в стилі сучасного популярного танцю

Мета вивчення: Опанувати зв'язуючи-допоміжні рухи та танцювальні кроки.

Література: основна 8,14;допоміжна 9,27.

Завдання:Робота над манерою а технікою виконання.

Самостійне заняття № 4 (ДФН -1.5год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Вправи на розвиток сили та витривалості

Мета вивчення: Вдосконалювати стійкість при виконанні рухів класичного танцю на всій стопі та на півпальцях (апломб), на місці та з просуванням.

Література: основна 9,33,34 ;,допоміжна 19,23.

Завдання: Тренувальні вправи на розвиток апломбу(лей аут.тілт).стоячи на одній нозі з закритими очима.

Самостійне заняття № 5 (ДФН -1.5год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Танцювальні комбінації на координацію

Мета вивчення: Працювати над розвитком координації рук, ніг, корпусу та голови в комбінаціях екзерсисів та стрибках.

Література: основна 2,13,34;допоміжна 15,17.

Завдання: Працювати над розвитком координації рук, ніг, корпусу та голови в комбінаціях екзерсисів та стрибках.

Самостійне заняття № 6 (ДФН -1.5год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Вправи на розвиток сили та витривалості

Мета вивчення: Здобувати силу та витривалість шляхом багаторазового повторення рухів методично досконало.

Література: основна 24,;допоміжна 19,23.

Завдання: Здобувати силу та витривалість шляхом багаторазового повторення рухів методично досконало.

Самостійне заняття № 7 (ДФН -1.5год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Партерна гімнастика

Мета вивчення: Основні рухи та комплекси вправ на розвиток фзичних можливостей.

Література: основна 59,63,64;допоміжна 49,33.

Завдання: Виконання основних тренувальних рухів лежачи на підлозі.

Самостійне заняття №8 (ДФН -1.5год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Техніка виконання танцювального репертуару.

Мета вивчення: Набувати легкості та свободи, танцювальності та виразності під час усвідомленого виконання рухів.

Література: основна 9,16,34 ;,допоміжна 49,3.

Завдання: Робота над манерою виконання перед дзеркалом.

Самостійне заняття № 9 (ДФН -1.5год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Самостійна робота над хореографічними рухами

Мета вивчення: Набувати легкості та свободи, танцювальності та виразності під час усвідомленого виконання рухів.

Література: основна 12,23,44;допоміжна 19,23.

Завдання: Набувати легкості та свободи, танцювальності та виразності під час усвідомленого виконання рухів.

Самостійне заняття № 10 (ДФН -1.5год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Техніка складних рухів

Мета вивчення: Вдосконалювати основні технічно складні рухи (стрибки та обертання) та їх варіанти.

Література: основна 9,33,34;допоміжна 19,23.

Завдання: Вдосконалювати основні технічно складні рухи (стрибки та обертання) та їх варіанти.

Самостійне заняття № 11 (ДФН -1.5год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Імпровізація виконавця

Мета вивчення: Створювати окремі комбінації, екзерсиси та цілі уроки для різних етапів навчання, згідно обраним цілям та завданням.

Література: основна 50,,52 ;допоміжна 39,23.

Завдання: Виконавець може додавати свої рухи.технічні вправи.ідеї на занятті.

Самостійне заняття № 12 (ДФН -1.5год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Фізичні вправи для вдосконалення тіла

Мета вивчення: Вдосконалення тіла

Література: основна 34;допоміжна 19,23.

Завдання: Закачування пресу. Верхній.нижній.косі мишці. Закачування стоп біля палки та в партері.Закачування спини.Грудного відділу та попереку.

Самостійне заняття № 13 (ДФН -1.5год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Концертні виступи

Мета вивчення: Виступи на різних сценах міста та за кордоном(фестивалі.конкурси).

Література: основна 64;допоміжна 20,22.

Завдання: Освоїти танцювальний репертуар.

2 курс 4 семестр

Самостійне заняття № 1 (ДФН -3 год.,ЗФН-10.5 год.)

Тема: Стрейч-вправи

Мета вивчення: Розвивати фізичні можливості засобами стрейтч-вправ.

Література: основна 49,33,60;допоміжна 19,23.

Завдання:Комплекс вправ для виховання гнучкості в різних відділах тіла.

Самостійне заняття № 2 (ДФН -3 год.,ЗФН-10.5 год.)

Тема: Тренувальні вправи на розвиток витривалості, сили, гнучкості

Мета вивчення: Працювати над методикою виконання основних тренувальних рухів, вдосконалювати техніку

Література: основна 2,39,44 ;допоміжна 59,63.

Завдання:Основні рухи та комплекси вправ на розвиток фізичних можливостей.

Самостійне заняття № 3 (ДФН -3 год.,ЗФН-10.5 год.)

Тема: Танцювальні комбінації в стилі сучасного популярного танцю

Мета вивчення: Опанувати зв'язуючи-допоміжні рухи та танцювальні кроки.

Література: основна 9,33,34;допоміжна 19,23.

Завдання:Робота над манерою а технікою виконання.

Самостійне заняття № 4 (ДФН -3 год.,ЗФН-10.5 год.)

Тема: Вправи на розвиток сили та витривалості

Мета вивчення: Вдосконалювати стійкість при виконанні рухів класичного танцю на всій стопі та на півпальцях (апломб), на місці та з просуванням.

Література: основна 9,33,34 ;допоміжна 19,23.

Завдання: Тренувальні вправи на розвиток апломбу(лей аут.тілт).стоячи на одній нозі з закритими очима.

Самостійне заняття № 5 (ДФН -3 год.,ЗФН-10.5 год.)

Тема: Танцювальні комбінації на координацію

Мета вивчення: Працювати над розвитком координації рук, ніг, корпусу та голови в комбінаціях екзерсисів та стрибках.

Література: основна 2,13,34;допоміжна 15,17.

Завдання: Працювати над розвитком координації рук, ніг, корпусу та голови в комбінаціях екзерсисів та стрибках.

Самостійне заняття № 6 (ДФН -3 год.,ЗФН-10.5 год.)

Тема: Вправи на розвиток сили та витривалості

Мета вивчення: Здобувати силу та витривалість шляхом багаторазового повторення рухів методично досконало.

Література: основна 24;допоміжна 19,23.

Завдання: Здобувати силу та витривалість шляхом багаторазового повторення рухів методично досконало.

Самостійне заняття № 7 (ДФН -3 год.,ЗФН-10.5 год.)

Тема: Партерна гімнастика

Мета вивчення: Основні рухи та комплекси вправ на розвиток фізичних можливостей.

Література: основна 59,63,64 ;допоміжна 49,33.

Завдання: Виконання основних тренувальних рухів лежачи на підлозі.

Самостійне заняття №8 (ДФН -3 год.,ЗФН-10.5 год.)

Тема: Техніка виконання танцювального

репертуару.

Мета вивчення: Набувати легкості та свободи, танцювальності та виразності під час усвідомленого виконання рухів.

Література: основна 9,16,34;допоміжна 49,3.

Завдання: Робота над манерою виконання перед дзеркалом.

Самостійне заняття № 9 (ДФН -3 год.,ЗФН-10.5 год.)

Тема: Самостійна робота над хореографічними рухами

Мета вивчення: Набувати легкості та свободи, танцювальності та виразності під час усвідомленого виконання рухів.

Література: основна 12,23,44 ;допоміжна 19,23.

Завдання: Набувати легкості та свободи, танцювальності та виразності під час усвідомленого виконання рухів.

Самостійне заняття № 10 (ДФН -3 год.,ЗФН-10.5 год.)

Тема: Техніка складних рухів

Мета вивчення: Вдосконалювати основні технічно складні рухи (стрибки та обертання) та їх варіанти.

Література: основна 18;допоміжна 13.

Завдання: Вдосконалювати основні технічно складні рухи (стрибки та обертання) та їх варіанти.

Самостійне заняття № 11 (ДФН -3 год.,ЗФН-10.5 год.)

Тема: Імпровізація виконавця

Мета вивчення: Створювати окремі комбінації, екзерсиси та цілі уроки для різних етапів навчання, згідно обраним цілям та завданням.

Література: основна 50,52;допоміжна 39,23.

Завдання: Виконавець може додавати свої рухи.технічні вправи.ідеї на занятті.

Самостійне заняття № 12 (ДФН -3 год.,ЗФН-10.5 год.)

Тема: Фізичні вправи для вдосконалення тіла

Мета вивчення: Вдосконалення тіла

Література: основна 34;допоміжна 19,23.

Завдання: Закачування пресу. Верхній.нижній.косі мишці. Закачування стоп біля палки та в партері.Закачування спини.Грудного відділу та попереку.

Самостійне заняття № 13 (ДФН -3 год.,ЗФН-10.5 год.)

Тема: Концертні виступи

Мета вивчення: Виступи на різних сценах міста та за кордоном(фестивалі.конкурси).

Література: основна 64;допоміжна 20,22.

Завдання: Освоїти танцювальний репертуар.

3 курс 5 семестр

Самостійне заняття № 1 (ДФН -1.5 год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Стрейч-вправи

Мета вивчення: Розвивати фізичні можливості засобами стрейтч-вправ.

Література: основна 49,33,60;допоміжна 12,23.

Завдання:Комплекс вправ для виховання гнучкості в різних відділах тіла.

Самостійне заняття № 2 (ДФН -1.5 год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Тренувальні вправи на розвиток витривалості, сили, гнучкості

Мета вивчення: Працювати над методикою виконання основних тренувальних рухів, вдосконалювати техніку

Література: основна 2,39,44;допоміжна 59,63.

Завдання:Основні рухи та комплекси вправ на розвиток фізичних можливостей.

Самостійне заняття № 3 (ДФН -1.5 год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Танцювальні комбінації в стилі сучасного популярного танцю

Мета вивчення: Опанувати зв'язуючи-допоміжні рухи та танцювальні кроки.

Література: основна 9,33,34;допоміжна 19,23.

Завдання:Робота над манерою а технікою виконання.

Самостійне заняття № 4 (ДФН -1.5 год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Вправи на розвиток сили та витривалості

Мета вивчення: Вдосконалювати стійкість при виконанні рухів класичного танцю на всій стопі та на півпальцях (апломб), на місці та з просуванням.

Література: основна 9,33,34;допоміжна 19,23.

Завдання: Тренувальні вправи на розвиток апломбу(лей аут.тілт).стоячи на одній нозі з закритими очима.

Самостійне заняття № 5 (ДФН -1.5 год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Танцювальні комбінації на координацію

Мета вивчення: Працювати над розвитком координації рук, ніг, корпусу та голови в комбінаціях екзерсисів та стрибках.

Література: основна 2,13,34;допоміжна 15,17.

Завдання: Працювати над розвитком координації рук, ніг, корпусу та голови в комбінаціях екзерсисів та стрибках.

Самостійне заняття № 6 (ДФН -1.5 год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Вправи на розвиток сили та витривалості

Мета вивчення: Здобувати силу та витривалість шляхом багаторазового повторення рухів методично досконало.

Література: основна 24;допоміжна 7,23.

Завдання: Здобувати силу та витривалість шляхом багаторазового повторення рухів методично досконало.

Самостійне заняття № 7 (ДФН -1.5 год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Партерна гімнастика

Мета вивчення: Основні рухи та комплекси вправ на розвиток фізичних можливостей.

Література: основна 59,63,64;допоміжна 49,33.

Завдання: Виконання основних тренувальних рухів лежачи на підлозі.

Самостійне заняття №8 (ДФН -1.5 год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Техніка виконання танцювального репертуару.

Мета вивчення: Набувати легкості та свободи, танцювальності та виразності під час усвідомленого виконання рухів.

Література: основна 9,18,34;допоміжна 49,3.

Завдання: Робота над манерою виконання перед дзеркалом.

Самостійне заняття № 9 (ДФН -1.5 год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Самостійна робота над хореографічними рухами

Мета вивчення: Набувати легкості та свободи, танцювальності та виразності під час усвідомленого виконання рухів.

Література: основна 9,44 ;,допоміжна 19,23.

Завдання: Набувати легкості та свободи, танцювальності та виразності під час усвідомленого виконання рухів.

Самостійне заняття № 10 (ДФН -1.5 год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Техніка складних рухів

Мета вивчення: Вдосконалювати основні технічно складні рухи (стрибки та обертання) та їх варіанти.

Література: основна 9,33,34 ;,допоміжна 19,23.

Завдання: Вдосконалювати основні технічно складні рухи (стрибки та обертання) та їх варіанти.

Самостійне заняття № 11 (ДФН -1.5 год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Імпровізація виконавця

Мета вивчення: Створювати окремі комбінації, екзерсиси та цілі уроки для різних етапів навчання, згідно обраним цілям та завданням.

Література: основна 3,52 ;,допоміжна 9,23.

Завдання: Виконавець може додавати свої рухи.технічні вправи.ідеї на занятті.

Самостійне заняття № 12 (ДФН -1.5 год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Фізичні вправи для вдосконалення тіла

Мета вивчення: Вдосконалення тіла

Література: основна 34 ;,допоміжна 19,23.

Завдання: Закачування пресу. Верхній.нижній.косі мишці. Закачування стоп біля палки та в партері.Закачування спини.Грудного відділу та попереку.

Самостійне заняття № 13 (ДФН -1.5 год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Концертні виступи

Мета вивчення: Виступи на різних сценах міста та за кордоном(фестивалі.конкурси).

Література: основна 64;допоміжна 20,22.
Завдання: Освоїти танцювальний репертуар.

3 курс 6 семестр

Самостійне заняття № 1 (ДФН -3 год.,ЗФН-10.5 год.)

Тема: Стрейч-вправи

Мета вивчення: Розвивати фізичні можливості засобами стрейтч-вправ.

Література: основна 49,33,60 ;,допоміжна 19,23.

Завдання:Комплекс вправ для виховання гнучкості в різних відділах тіла.

Самостійне заняття № 2 (ДФН -3 год.,ЗФН-10.5 год.)

Тема: Тренувальні вправи на розвиток витривалості, сили, гнучкості

Мета вивчення: Працювати над методикою виконання основних тренувальних рухів, вдосконалювати техніку

Література: основна 2,39,44 ;,допоміжна 59,63.

Завдання:Основні рухи та комплекси вправ на розвиток фізичних можливостей.

Самостійне заняття № 3 (ДФН -3 год.,ЗФН-10.5 год.)

Тема: Танцювальні комбінації в стилі сучасного популярного танцю

Мета вивчення: Опанувати зв'язуючи-допоміжні рухи та танцювальні кроки.

Література: основна 9,33,34 ;,допоміжна 19,23.

Завдання:Робота над манерою а технікою виконання.

Самостійне заняття № 4 (ДФН -3 год.,ЗФН-10.5 год.)

Тема: Вправи на розвиток сили та витривалості

Мета вивчення: Вдосконалювати стійкість при виконанні рухів класичного танцю на всій стопі та на півпальцях (апломб), на місці та з просуванням.

Література: основна 9,33,34 ;,допоміжна 19,23.

Завдання: Тренувальні вправи на розвиток апломбу(лей аут.тілт).стоячи на одній нозі з закритими очима.

Самостійне заняття № 5 (ДФН -3 год.,ЗФН-10.5 год.)

Тема: Танцювальні комбінації на координацію

Мета вивчення: Працювати над розвитком координації рук, ніг, корпусу та голови в комбінаціях екзерсисів та стрибках.

Література: основна 2,13,34;допоміжна 15,17.

Завдання: Працювати над розвитком координації рук, ніг, корпусу та голови в комбінаціях екзерсисів та стрибках.

Самостійне заняття № 6 (ДФН -3 год.,ЗФН-10.5 год.)

Тема: Вправи на розвиток сили та витривалості

Мета вивчення: Здобувати силу та витривалість шляхом багаторазового повторення рухів методично досконало.

Література: основна 24;допоміжна 19,23.

Завдання: Здобувати силу та витривалість шляхом багаторазового повторення рухів методично досконало.

Самостійне заняття № 7 (ДФН -3 год.,ЗФН-10.5 год.)

Тема: Партерна гімнастика

Мета вивчення: Основні рухи та комплекси вправ на розвиток фзичних можливостей.

Література: основна 59,63,64 ;,допоміжна 49,33.

Завдання: Виконання основних тренувальних рухів лежачи на підлозі.

Самостійне заняття №8 (ДФН -3 год.,ЗФН-10.5 год.)

Тема: Техніка виконання танцювального репертуару.

Мета вивчення: Набувати легкості та свободи, танцювальності та виразності під час

усвідомленого виконання рухів.

Література: основна 9,16,34 ;допоміжна 49,3.

Завдання: Робота над манерою виконання перед дзеркалом.

Самостійне заняття № 9 (ДФН -3 год.,ЗФН-10.5 год.) Тема:

Самостійна робота над хореографічними рухами

Мета вивчення: Набувати легкості та свободи, танцювальності та виразності під час усвідомленого виконання рухів.

Література: основна 12,23,44 ;допоміжна 19,23.

Завдання: Набувати легкості та свободи, танцювальності та виразності під час усвідомленого виконання рухів.

Самостійне заняття № 10 (ДФН -3 год.,ЗФН-10.5 год.)

Тема: Техніка складних рухів

Мета вивчення: Вдосконалювати основні технічно складні рухи (стрибки та обертання) та їх варіанти.

Література: основна 9,33,34;допоміжна 19,23.

Завдання: Вдосконалювати основні технічно складні рухи (стрибки та обертання) та їх варіанти.

Самостійне заняття № 11 (ДФН -3 год.,ЗФН-10.5 год.)

Тема: Імпровізація виконавця

Мета вивчення: Створювати окремі комбінації, екзерсиси та цілі уроки для різних етапів навчання, згідно обраним цілям та завданням.

Література: основна 50,52;допоміжна 39,23.

Завдання: Виконавець може додавати свої рухи.технічні вправи.ідеї на занятті.

Самостійне заняття № 12 (ДФН -3 год.,ЗФН-10.5 год.)

Тема: Фізичні вправи для вдосконалення тіла

Мета вивчення: Вдосконалення тіла

Література: основна 34 ;допоміжна 19,23.

Завдання: Закачування пресу. Верхній.нижній.косі мишці. Закачування стоп біля палки та в партері.Закачування спини.Грудного відділу та попереку.

Самостійне заняття № 13 (ДФН -3 год.,ЗФН-10.5 год.)

Тема: Концертні виступи

Мета вивчення: Виступи на різних сценах міста та за кордоном(фестивалі.конкурси).

Література: основна 64 ;допоміжна 20,22.

Завдання: Освоїти танцювальний репертуар.

4 курс 7 семестр

Самостійне заняття № 1 (ДФН -1.5 год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Стрейч-вправи

Мета вивчення: Розвивати фізичні можливості засобами стрейтч-вправ.

Література: основна 49,33,60 ;допоміжна 19,23.

Завдання:Комплекс вправ для виховання гнучкості в різних відділах тіла.

Самостійне заняття № 2 (ДФН -1.5 год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Тренувальні вправи на розвиток витривалості, сили, гнучкості

Мета вивчення: Працювати над методикою виконання основних тренувальних рухів, вдосконалювати техніку

Література: основна 2,39,44;допоміжна 59,63.

Завдання:Основні рухи та комплекси вправ на розвиток фізичних можливостей.

Самостійне заняття № 3 (ДФН -1.5 год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Танцювальні комбінації в стилі сучасного популярного танцю

Мета вивчення: Опанувати зв'язуючи-допоміжні рухи та танцювальні кроки.

Література: основна 9,33,34;допоміжна 19,23.

Завдання:Робота над манерою а технікою виконання.

Самостійне заняття № 4 (ДФН -1.5 год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Вправи на розвиток сили та витривалості

Мета вивчення: Вдосконалювати стійкість при виконанні рухів класичного танцю на всій стопі та на півпальцях (апломб), на місці та з просуванням.

Література: основна 9,33,34 ;допоміжна 19,23.

Завдання: Тренувальні вправи на розвиток апломбу(лей аут.тілт).стоячи на одній нозі з закритими очима.

Самостійне заняття № 5 (ДФН -1.5 год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Танцювальні комбінації на координацію

Мета вивчення: Працювати над розвитком координації рук, ніг, корпусу та голови в комбінаціях екзерсисів та стрибках.

Література: основна 2,13,34;допоміжна 15,17.

Завдання: Працювати над розвитком координації рук, ніг, корпусу та голови в комбінаціях екзерсисів та стрибках.

Самостійне заняття № 6 (ДФН -1.5 год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Вправи на розвиток сили та витривалості

Мета вивчення: Здобувати силу та витривалість шляхом багаторазового повторення рухів методично досконало.

Література: основна 24;допоміжна 19,23.

Завдання: Здобувати силу та витривалість шляхом багаторазового повторення рухів методично досконало.

Самостійне заняття № 7 (ДФН -1.5 год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Партерна гімнастика

Мета вивчення: Основні рухи та комплекси вправ на розвиток фізичних можливостей.

Література: основна 59,63,64 ;допоміжна 49,33.

Завдання: Виконання основних тренувальних рухів лежачи на підлозі.

Самостійне заняття №8 (ДФН -1.5 год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Техніка виконання танцювального репертуару.

Мета вивчення: Набувати легкості та свободи, танцювальності та виразності під час усвідомленого виконання рухів.

Література: основна 9,16,34;допоміжна 49,3.

Завдання: Робота над манерою виконання перед дзеркалом.

Самостійне заняття № 9 (ДФН -1.5 год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Самостійна робота над хореографічними рухами

Мета вивчення: Набувати легкості та свободи, танцювальності та виразності під час усвідомленого виконання рухів.

Література: основна 12,23,44;допоміжна 19,23.

Завдання: Набувати легкості та свободи, танцювальності та виразності під час усвідомленого виконання рухів.

Самостійне заняття № 10 (ДФН -1.5 год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Техніка складних рухів

Мета вивчення: Вдосконалювати основні технічно складні рухи (стрибки та обертання) та їх варіанти.

Література: основна 9,33,34 ;допоміжна 19,23.

Завдання: Вдосконалювати основні технічно складні рухи (стрибки та обертання) та їх варіанти.

Самостійне заняття № 11 (ДФН -1.5 год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Імпровізація виконавця

Мета вивчення: Створювати окремі комбінації, екзерсиси та цілі уроки для різних етапів навчання, згідно обраним цілям та завданням.

Література: основна 50,,52 ;допоміжна 39,23.

Завдання: Виконавець може додавати свої рухи.технічні вправи.ідеї на занятті.

Самостійне заняття № 12 (ДФН -1.5 год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Фізичні вправи для вдосконалення тіла

Мета вивчення: Вдосконалення тіла

Література: основна 34 ;допоміжна 19,23.

Завдання: Закачування пресу. Верхній.нижній.косі мишці. Закачування стоп біля палки та в партері.Закачування спини.Грудного відділу та попереку.

Самостійне заняття № 13 (ДФН -1.5 год.,ЗФН-5.2 год.)

Тема: Концертні виступи

Мета вивчення: Виступи на різних сценах міста та за кордоном(фестивалі.конкурси).

Література: основна 64;допоміжна 20,22.

Завдання: Освоїти танцювальний репертуар.

4 курс 8 семестр

Самостійне заняття № 1 (ДФН -1.6 год.,ЗФН-5.6 год.)

Тема: Стрейч-вправи

Мета вивчення: Розвивати фізичні можливості засобами стрейтч-вправ.

Література: основна 49,33,60;допоміжна 19,23.

Завдання:Комплекс вправ для виховання гнучкості в різних відділах тіла.

Самостійне заняття № 2 (ДФН -1.6 год.,ЗФН-5.6 год.)

Тема: Тренувальні вправи на розвиток витривалості, сили, гнучкості

Мета вивчення: Працювати над методикою виконання основних тренувальних рухів, вдосконалювати техніку

Література: основна 2,39,44;допоміжна 59,63.

Завдання:Основні рухи та комплекси вправ на розвиток фізичних можливостей.

Самостійне заняття № 3 (ДФН -1.6 год.,ЗФН-5.6 год.)

Тема: Танцювальні комбінації в стилі сучасного популярного танцю

Мета вивчення: Опанувати зв'язуючи-допоміжні рухи та танцювальні кроки.

Література: основна 9,33,34;допоміжна 19,23.

Завдання:Робота над манерою а технікою виконання.

Самостійне заняття № 4 (ДФН -1.6 год.,ЗФН-5.6 год.)

Тема: Вправи на розвиток сили та витривалості

Мета вивчення: Вдосконалювати стійкість при виконанні рухів класичного танцю на всій стопі та на півпальцях (апломб), на місці та з просуванням.

Література: основна 9,33,34;допоміжна 19,23.

Завдання: Тренувальні вправи на розвиток апломбу(лей аут.тілт).стоячи на одній нозі з закритими очима.

Самостійне заняття № 5 (ДФН -1.6 год.,ЗФН-5.6 год.)

Тема: Танцювальні комбінації на координацію

Мета вивчення: Працювати над розвитком координації рук, ніг, корпусу та голови в комбінаціях екзерсисів та стрибках.

Література: основна 2,13,34;допоміжна 15,17.

Завдання: Працювати над розвитком координації рук, ніг, корпусу та голови в комбінаціях екзерсисів та стрибках.

Самостійне заняття № 6 (ДФН -1.6 год.,ЗФН-5.6 год.)

Тема: Вправи на розвиток сили та витривалості

Мета вивчення: Здобувати силу та витривалість шляхом багаторазового повторення рухів методично досконало.

Література: основна 24;допоміжна 19,23.

Завдання: Здобувати силу та витривалість шляхом багаторазового повторення рухів методично досконало.

Самостійне заняття № 7 (ДФН -1.6 год.,ЗФН-5.6 год.)

Тема: Партерна гімнастика

Мета вивчення: Основні рухи та комплекси вправ на розвиток фізичних можливостей.

Література: основна 59,63,64;допоміжна 49,33.

Завдання: Виконання основних тренувальних рухів лежачи на підлозі.

Самостійне заняття №8 (ДФН -1.6 год.,ЗФН-5.6 год.)

Тема: Техніка виконання танцювального репертуару.

Мета вивчення: Набувати легкості та свободи, танцювальності та виразності під час усвідомленого виконання рухів.

Література: основна 9,16,34 ;,допоміжна 49,3.

Завдання: Робота над манерою виконання перед дзеркалом.

Самостійне заняття № 9 (ДФН -1.6 год.,ЗФН-5.6 год.)

Тема: Самостійна робота над хореографічними рухами

Мета вивчення: Набувати легкості та свободи, танцювальності та виразності під час усвідомленого виконання рухів.

Література: основна 12,23,44;допоміжна 19,23.

Завдання: Набувати легкості та свободи, танцювальності та виразності під час усвідомленого виконання рухів.

Самостійне заняття № 10 (ДФН -1.6 год.,ЗФН-5.6 год.)

Тема: Техніка складних рухів

Мета вивчення: Вдосконалювати основні технічно складні рухи (стрибки та обертання) та їх варіанти.

Література: основна 6,20,34;допоміжна 1-8.

Завдання: Вдосконалювати основні технічно складні рухи (стрибки та обертання) та їх варіанти.

Самостійне заняття № 11 (ДФН -1.6 год.,ЗФН-5.6 год.)

Тема: Імпровізація виконавця

Мета вивчення: Створювати окремі комбінації, екзерсиси та цілі уроки для різних етапів навчання, згідно обраним цілям та завданням.

Література: основна 50,52;допоміжна 39,23.

Завдання: Виконавець може додавати свої рухи.технічні вправи.ідеї на занятті.

Самостійне заняття № 12 (ДФН -1.6 год.,ЗФН-5.6 год.)

Тема: Фізичні вправи для вдосконалення тіла

Мета вивчення: Вдосконалення тіла

Література: основна 34;допоміжна 19,23.

Завдання: Закачування пресу. Верхній.нижній.косі мишці. Закачування стоп біля палки та в партері.Закачування спини.Грудного відділу та попереку.

Самостійне заняття № 13 (ДФН -1.6 год.,ЗФН-5.6 год.)

Тема: Концертні виступи

Мета вивчення: Виступи на різних сценах міста та за кордоном(фестивалі.конкурси).

Література: основна 64;допоміжна 20,22.

Завдання: Освоїти танцювальний репертуар.

Самостійне заняття № 14 (ДФН -1.6 год.,ЗФН-5.6 год.)

Тема: Робота балетмейстера-репетитора,концертні виступи.

Мета вивчення: Виступи на різних сценах міста та за кордоном(фестивалі.конкурси),асистенсько–балетмейстерська практика.

Література: основна 64;допоміжна 20,22.

Завдання: Освоїти танцювальний репертуар.

VIII. ПИТАННЯ ДО ПІДСУМКОВОЇ ФОРМИ КОНТРОЛЮ

1. Характеристика дисципліни —Хореографічний ансамбль з сучасного танцю| Основні різновиди естрадного танцю.
2. Загальна характеристика сучасного хореографічного мистецтва.
3. Тренувальні вправи на розвиток сили та витривалості в системі навчання сучасному танцю.
4. Основні терміни та поняття сучасного популярного танцю.
5. Основні ознаки естрадного танцю й властиві йому засоби виразності. Побудова уроку сучасний популярний танець.
6. Класифікація сучасної хореографії сьогодення за напрямками, стилями, видами. Загальна характеристика базового комплексу тренувальних вправ.
7. Методи навчання комплексу тренувальних вправ. Напрями сучасної хореографії
8. Загальна характеристика специфічного комплексу тренувальних вправ Стилів сучасної хореографії
9. Мета комплексу тренувальних вправ.
10. Історія розвитку та сучасний стан фанкових стилів сучасної хореографії. Добір музичного матеріалу до занять з хореографічного ансамблю.
11. Групи рухів на які ділиться комплекс тренувальних вправ Рухи ізольованих частин тіла (центрів) та техніка їх виконання. Методика виконання arch, curve, low back.
12. Методика виконання рухів, запозичених з джаз танцю (поза колапса, ізоляція, мульти-плікація).
13. Роль традиції африканського континенту в мистецтві.
14. Методика виконання технічних принципів джаз танцю (координація, поліритмія). Основні положення ніг у афро-джаз танці.
15. Основні положення рук, ніг та тулуба у афро-джаз танці.
16. Вивчення рухів плечима: підйоми, твіст, шейк. Рухи грудної клітини: вперед-назад, з боку в бік, хрест, кругові оберти.

17. Різновиди технік підйомів та падінь. Постмодерн в хореографії.
18. Аналіз спектаклю, хореографічної мініатюри, балету (на вибір) у постановці Бориса Ейфмана.
19. Використання контактної імпровізації в танці у стилі contemporary.
20. Аналіз спектаклю, хореографічної мініатюри, балету (на вибір) у постановці Іржи Кіліана.
21. Стрейчінг як засіб розвитку фізичних можливостей танцівника.

IX. СИСТЕМА ОЦІНЮВАННЯ

Контрольні заняття з оцінюванням рівня виконавської майстерності, володіння методикою виконання рухів, перевірка виконання завдань по створенню окремих комбінацій та уроків.

Підсумковий контроль	– 15 балів.
Перевірка танцювальної техніки	– 15 балів.
Контрольний показ	– 10 балів.
Виконавська майстерність	– 15 балів.
Організаційна робота	– 5 балів.

Розділ1	Розділ 2	Розділ 3	Розділ 4	Практичний показ	Сума
20	25	20	25	10	100
T1-3	T4-6	T7-9	T10-11		

Розділ5	Розділ6	Розділ7	Розділ8	Практичний показ	Сума
20	20	20	20	10	100
T12-13	T14-16	T17-19	T20-21		

Розділ9	Розділ10	Розділ 11	Розділ 12	Практичний показ	Сума
20	25	20	25	10	100
T22-23	T24-26	T27-31	T32-33		

Розділ13	Розділ14	Розділ 15	Розділ 16	Практичний показ	Сума
20	20	20	20	10	100
T34-35	T36-37	T38-41	T42-43		

Розділ17	Розділ18	Розділ 19	Розділ 20	Практичний показ	Сума
10	20	30	20	10	100
T44-45	T46-47	T48-52	T53-52		

Розділ21	Розділ22	Розділ 23	Розділ 24	Практичний показ	Сума
20	20	30	20	10	100
T55-56	T57-58	T59-62	T63-64		

Розділ25	Розділ26	Розділ 27	Розділ 28	Практичний показ	Сума
20	10	30	20	10	100
T65-66	T67-68	T69-72	T73-74		

Розділ29	Розділ30	Розділ 31	Розділ 32	Практичний показ	Сума
20	25	20	25	10	100
T75-76	T77-78	T79-83	T84-85		

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
74-81	C		
64-73	D		
60-63	E	задовільно	
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

- Пакет навчально-методичного забезпечення: робоча програма; силабус,; інструктивно-методичні матеріали до практичних занять та самостійної роботи здобувачів вищої освіти.
- Відеоматеріали.

Х. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

Основна література

- Сучасний танець та методика його викладання [Електронний ресурс] : конспект лекцій з дисципліни, розділ "Contemporary dance" для студентів спец. 024 "Хореогр.", спеціалізація "Сучас. Хореогр." / Уклад. Даниленко Ю. В. Харків : ХДАК, 2018.
- Колногузенко Б.М. и др. Сучасний танець та методика його викладання (конспект лекцій) Харків : Слово, 2015
- Контактна імпровізація : програма та навч.-метод. матеріали / Уклад. Шабаліна О. М.

Харків : ХДАК, 2015.

Шабаліна О.М. Пластичність. Мова. Тіло Харків : ХДАК, 2018

Шариков Д. І. Класифікація сучасної хореографії: напрями, стилі, види Київ :
Вадим Карпенко, 2008.

Допоміжна Інформаційні ресурси

- Бібліотека Харківської державної академії культури
- Харківська міська спеціалізована музично-театральна бібліотека імені К. С. Станіславського
- Харківська державна наукова бібліотека імені В. Г. Короленка

ОСНОВНІ ТЕРМІНИ ТА ПОНЯТТЯ

APLOMB (апломб, фр. – рівновага, самовпевненість) – стійкість, вміння рухатись впевнено, не втрачаючи рівноваги.

ARCH [арч] – арка, прогин тулубу назад.

BALL CHANGE[бол чендж] – зміна позиції, переступання на рахунок «і раз» (в основному, в IV джазову позицію); різка підбивка при зміні ніг на цілій ступні.

BALLON (балон, фр., букв. – повітряна кулька, м'яч) – складова частина елевації, а саме, здатність танцівника затримувати певну позу у повітрі як найдовше під час стрибку.

ВИВОРОТНІСТЬ – можливість розгортання ніг назовні від стегна до кінцівок пальців.

ВИТРИВАЛІСТЬ – здатність організму людини переборювати наступаюче стомлення, протистояти втомі під час виконання довготривалої роботи.

BODY ROLL [боді ролл] – група нахилів торсу, пов'язана з поперемінним переміщенням центру тулуба в боковій або фронтальній площині (синонім "хвиля").

BOUNCE [баунс] – трамплінне коливання уверх-униз, загалом відбувається або за рахунок згинання і розгинання колін, або пульсуючими нахилами торсу.

BRIDGE [брідж] – міст.

BRUSH [браш] – ковзання або мазок усією ступнею по підлозі перед відкриттям ноги на повітря чи при закритті у позицію.

COCSIS SPEEN [коксіс спін] – оберт сидячи на куприку.

COFFEE GRIN [кофі грін](«кавниця») – «пістолет»; стрибок або оберт у позі «пістолет»(одна нога зігнута в коліні, інша пряма).

CONTRACTION [контракшн] – стиснення, зменшення об'єму тулубу і закруглення хребту, починається у центрі тазу, поступово захоплюючи весь хребет, виконується на видиху.

CORKSCREW TURN [корскру оберти] - "штопорні" оберти, при яких виконавець підвищує або знижує рівень обертання.

CROSS LOUNGE [крос лонж] – схрещене положення, тулуб спірально закручується до ноги.

CURVE [кьорф] – згин верхньої частини хребту(до "сонячного сплетіння") уперед або убік.

DEEP LOUNGE [діп лонж] – широкий випад на носі вперед.

DOLPHIN [долфін] – хвиля вперед у напрямку до однієї ноги, яка закінчується колом стегна і згинанням колін.

DROP [дроп] – падіння розслабленого торсу вперед або вбік.

DRUG (WALK) [драг(уолк)] – проїзд у бік, ковзний крок, нога «тягнеться» по підлозі за рахунок зміщення стегна вбік.

FAN KICK [фен кік] – rond (коло) по повітрю ногою, яка зігнута в коліні.

FLASH (або **HATCH KICK**) [флеш(хетч кік)] – pas de poisson [па де пуасон]; стрибок групи з однієї ноги на іншу, під час якого ноги по черзі викидаються назад в положенні attitude на 45°, а корпус відхиляється назад.

FLAT BACK [флет бек] – нахил торсу вперед, убік (на 90°), із прямою спиною, без згинання тулубу.

FLAT STEP[флет степ] – крок, при якому вся ступня одночасно ставиться на підлогу, крок убік чи вперед цілою ступнею, залишаючи стегно позаду.

FLEX [флекс] - зігнута ступня, кисть або коліно.

FLICK[флік] – кидок ноги вперед або убік від коліна.

FROG-POSITION [фрог-позішн] – позиція сидячи, при якій зігнуті в колінах ноги торкаються одна одну ступнями, коліна повинні бути максимально розкриті убік.

ГНУЧКІСТЬ – це здатність людини виконувати рухи з великою амплітудою.

HINGE [хінч] – положення танцівника, при якому прямий, без згинань торс відхиляється назад на максимальну відстань, коліна зігнуті, ступні на півпальцях.

XIII-XOP - молодіжна культура, яка включає в себе 4 основні елементи: діджеїнг, графіті, емсіінг (реп), брейкінг.

HIP LIFT [хіп ліфт] – підйом стегна вгору.

HIP FALL [хіп фол] – падіння стегна, падіння на ногу за рахунок зміщення стегна.

HOP [хоп] – крок-підскік, "робоча" нога звично в положенні "біля коліна".

ІМПРОВІЗАЦІЯ у сучасній хореографії є творчим актом митця у момент виконання, без попередньої підготовки, танцювальна фантазія на тему.

JAZZ HAND [джаз хенд] – положення кисті, при якому пальці напружені та розведені убік.

JAZZ SPLIT [джаз спліт] – півшпагат; переміщення півшпагатом.

ДЖАЗ-ТАНЕЦЬ – напрямок сучасної хореографії, який історично сформувався та еволюціонував у США, його художньою особливістю є свобода рухів усього тіла танцівника та його окремих частин як по горизонталі, так і по вертикалі сценічного простору. Невід'ємною рисою також є імпровізація, емоційність, чуттєвість.

JELLY ROLL [джеллі ролл] – рух пелвісом, який складається з дрібного скорочення м'язів із одночасним невеликим заворотом пелвісу вправо-вліво (синонім - шейк пелвісу).

JERK KNIFE [джерк найф] – «берізка» без допомоги рук.

JERK-POSITION [джерк-позішн] – позиція рук, при якій лікті згинаються та трохи відводяться назад, за грудну клітину, плечі розташовуються паралельно підлозі.

JUMP [джамп] – стрибок на двох ногах.

JUMP OVER THE LEG [джамп ове зе лег] – ревальтат(стрибок через ногу).

JUMP BARKER [джамп баркер] – «коза».

КОМБІНАЦІЯ – це сполучення двох або декількох рухів згідно правилам та методиці сучасного танцю.

КОНТЕМПОРАРІ (від англ. contemporary та фр. contemporain) – вид сучасної хореографії неокласичного спрямування європейського походження.

На сьогодні контемпорарі (контемпорен) є сукупністю синтезованих авторських технік неокласичного спрямування (танцювальні лабораторії, студії, авторські та академічні театри Франції, Люксембурга, Великої Британії, Німеччини, Нідерландів, Данії), які містять фундамент класичного танцю (системи), неокласичні балетні прийоми, а також техніки модерн джазу, імпровізації.

КООРДИНАЦІЯ – здатність танцівника узгоджувати роботу рук, ніг, голови та корпусу під час виконання рухів від простих до складних.

KICK [кік] – кидок ноги вперед або убік на 45° або 90°, grand battement рівною ногою.

LAY OUT [лей аут] – положення, при якому нога, відкрита на 90° убік або назад, і торс складають одну лінію, паралельну відносно підлозі. Lay out – flat back з відкритою ногою вбік, також може бути назад, рідше нога вперед; напрям позиції lay out визначається по положенню корпусу.

LEAP [лиип] – стрибок з однієї ноги на іншу з просуванням вперед або вбік.

LOCOMOTOR [локомотор] – круговий рух зігнутих у ліктях рук уздовж тулуба.

LOUNGE [лонж] – широка IV позиція в plie, задня нога знаходиться на півпальці (preparation до оберту), кут сгинання в коліні обох ніг повинен бути 90°.

МАНЕРА ВИКОНАННЯ – образ або спосіб виконання у танці.

MESS AROUND [мес ераунд] – по II паралельній позиції: різке зміщення стегна вбік на plie, далі повне коло стегном і зміна позиції, при цьому рівень plie зберігається, торс робить коло у протилежному напрямку.

МОДЕРН-ДЖАЗ-ТАНЕЦЬ (від фр. modern та англ. jazz) – вид і танцювальна система сучасної хореографії американо-європейського походження. На сьогодні модерн-джаз як танцювальна система поєднує в собі певні сучасні техніки танцю: техніку М.Грехем – стиснення та розширення (contraction&release), техніку Д.Хамфрі та Х.Лімона

– підйоми та падіння (suspend –recovery), техніку М.Каннінгема - спіралі та штопорні оберти (spiral, corkscrew turn), техніку К.Данхем, Дж.Коула, Г.Джордано, М.Метокса, Р.Одумса, Б.Феліксадала – використання пози „колапсу», ізоляція та поліцентрія, поліритмія, мультиплікація, координація, імпульс і управління.

ПЕЛВІС – стегно, тазостегновий суглоб.

ПЕРФОМАНС (від англ. performance – виступ, гра, виконання) – вид і сукупність різних постмодерністичних авторських виконань у сучасній хореографії американо-європейського походження, основою яких є експеримент. Перфоманс користується певними техніками сучасного танцю: contraction & release, контактна імпровізація, боді арт, пантоміма, рок- і поп-стилі, відео, кіно, новітні технології (світло, музику, піротехніку). Представники: Піна Бауш, Триша Браун, Стів Пекстон, М. Огризков, Н. Каспарова.

PIROUETTE [пірует] – обертання виконавця на підлозі на одній нозі en dehors або en dedans, інша нога в положенні sur le cou-de-pied, або passé.

PLUNSHÉ [планше] – положення, при якому корпус із ногою в положенні lay out складають одну пряму лінію (за технікою Л. Хортон).

POINT [поінт] – витягнуте положення ступні.

ПОЗИЦІЇ – певні, строго визначені місця для рук або ніг, з яких починається та в яких закінчується рух.

ПОЗИЦІЇ РУК:

I – руки зігнуті в ліктях, на рівні груднини;

- II** – аналогічна класичній, але руки в ліктях рівні, кисті можуть бути в будь-якому положенні;
- III** – висока – одна рука вбік, у II позиції, друга – вгорі, продовжує лінію корпусу, **середня** – одна рука в II позиції, друга – попереду, перед корпусом, паралельно підлозі, **низька** – одна рука в II позиції, друга – внизу, вздовж корпусу;
- IV** – одна рука вгорі, друга – вздовж корпусу, руки складають ровну лінію, паралельну корпусу;
- V** – класична III позиція, але паралельна, лікті рівні, кисті – продовження руки, напрямом кисті – по завданню викладача;
- VI** – одна рука в II позиції, друга – в I;
- VII** – одна рука в II позиції, друга – в VIII;
- VIII** – I позиція, але руки вздовж корпусу, ліктями вниз, долоні спрямовані до корпусу;
- V (ві)-позиція** – класична III позиція *allonge*;
- Arch** - V-позиція з закругленими ліктями (арка над головою).
- Єгипетська** – V-позиція, але лікті та кисті в положенні *flex*, також може бути положення рук внизу, дзеркально верхньому відносно плечей.
- Finger snap** – щиглик пальцями.
- Jazz finger** – розкриті пальці (*jazz hand*).
- L-позиція** – одна рука вбік, у II позиції, друга – вгорі, у V (ві)-позиції (у діагоналі).
- PRANCE** [прансе] – «конячий» крок, м'який крок по I паралельній позиції, при якому коліна поперемінно згинаються, а ступні натягуються.
- PRESS-POSITION** [пресс-позішн] - позиція рук, при якій зігнуті в ліктях руки долонями торкаються стегон спереду або збоку.
- QUIVER** [куівер] – трясучка всім тілом.
- RELEASE** [реліз] - розширення об'єму тіла, яке відбувається на вдосі.
- RENVERSE** [ранверсе] - різке перегинання корпусу в більшості з пози *atitute croise*, яке супроводжується *pas de bouree en tournant*.
- RIPPLE** [ріпл] – хвиля від стегон до голови в положенні *lounge* без зміни рівня.
- ROLL DOWN** [ролл даун] - спіральний нахил вниз-уперед, починаючи від голови.
- ROLL UP** [ролл ап] - зворотний рух, пов'язаний з поступовим розкручуванням і випрямленням торсу у вихідну позицію.
- РОЗІГРІВ** - комплекс фізичних вправ для підготовки м'язів та суглобів для подальшого навантаження.
- РОЗІГРІВ БАЗОВИЙ** – вид розігріву, роль якого постає в тому, щоб привести весь руховий апарат у робочий стан, розігріти всі групи м'язів однаково, загальнорозвиваючий розігрів.
- РОЗІГРІВ СПЕЦИФІЧНИЙ** – вид розігріву, задача якого розігріти певну (окрему) групу м'язів, яка буде використовуватись у подальшій роботі над номером або завданням.
- СВІНГ** – розгойдування будь-якою частиною тіла (рукою, ногою, головою, торсом) в певному джазовому ритмі.
- SHAKE** [шейк] – трясучка стегнами.
- SHIMMI** [шиммі] - спіральний, скручений рух пелвісом вправо і вліво, «вісімка» стегнами.
- SHORTY GEORGE**[шоті Джордж] – хромий Джордж, накульгуючий крок.
- SIDE STRETCH** [сайд стретч] - бокове розтягнення торсу, нахил тулубу вправо або вліво
- . **SLIDE** [слайд] – ковзання по підлозі всією ступнею.
 - SNAKE** [снейк] – хвиля убік.
 - SQUARE** [сквэа] - чотири кроки по квадрату: вперед-убік-назад-убік.

STAG LEAP [стег ліп] – положення сидячи на підлозі, при якому коліна зігнуті, «олень у стрибку», півшагат із зігнутих колінами задньої ноги.

СТАНОК (ПАЛКА) – прилад, що служить опорою танцівнику під час виконання комбінацій екзерсису з метою вивчення нових чи опанування складних рухів або з метою розігріву.

STEP [степ] або **JAZZ STEP**[джаз степ] – джазовий характерний крок, виконується на *demi-plie* по паралельній позиції.

STEP BALL CHANGE [степ болл чендж] - сполучний крок, який складається із кроку вбік або вперед і двох переступань на півпальцях (синонім *step pas de bouree*), "степ" – крок, "ченч" - переміна, "болл" - "подушечка" ступні, на яку спадає переступання без переносу віса тіла.

СТИЛЬ - це структурна єдність образної системи, зовнішньо виявлених прийомів художньої виразності, що застосовується у мистецтві.

SUNDARI [зундарі] – рух головою, який полягає у зміщенні шийних хребців вправо-вліво і вперед-назад.

СИНХРОННІСТЬ – одночасність, узгодженість рухів двох або більше танцівників.

SUZI Q [С'юзі кю] – афро-крок убік, одна нога *flat step*, інша – переходить на п'ятку, з одночасним колом пелвісом.

ТАНЕЦЬ МОДЕРН – напрямок сучасної хореографії, який утворився наприкінці XIX-початку XX ст. в Америці і Німеччині, і визначав сценічну хореографію, що відхиляла традиційні балетні норми на користь творчій свободі хореографа. Основними принципами є відмова від канонів, втілення нових тем оригінальними танцювально-пластичними засобами, індивідуальне суб'єктивне ставлення до художньої творчості, використання техніки *contraction & release*. Представники: М. Грехем в Америці, Далькроз і Дельсарт у Франції, Р. Лабан у Німеччині.

ТАНЦЮВАЛЬНА МАЙСТЕРНІСТЬ – танцювальна техніка, музикальність та внутрішнє наповнення.

ТАНЦЮВАЛЬНА ТЕХНІКА – сукупність прийомів, підходів до руху, методичних законів певних педагогів.

ТАНЦЮВАЛЬНІ КОМБІНАЦІЇ призначені для опанування манери та техніки виконання великої танцювальної фрази.

TENT [тент] – «намет» - положення корпусу, при якому торс нахилиється вперед, спина пряма, опора на руки, коліна витягнуті, ноги у II паралельній позиції, п'ятки не відриваються від підлоги.

ТЕХНІЧНО СКЛАДНІ РУХИ виявляються ефектними виразними засобами танцю на сцені та призначені для демонстрації технічної майстерності. Вони поділяються на групу стрибків і групу турів та зворотів.

THRUST [фраст] - різкий ривок грудною клітиною або пелвісом уперед, убік або назад.

TILT [тілт] - кут, поза, при якій торс відхиляється убік або вперед відвертикального положення, "робоча" нога може бути відкрита в протилежному напрямку на 90° і вище. *Tilt* – відкривання ноги з положення *passé* убік або назад, при цьому корпус може відхилитись у протилежному напрямку (положення і рух); тільки *с developpe*.

TOUCH [тач] - приставний крок або крок на півпалець без переносу ваги корпусу.

TOUR (тур, фр. – зворот, поворот) – обертання тіла навколо вертикальної осі на 360° і більше на підлозі чи у повітрі. Виконується *en dehors* та *en dedans*, може починатися з II, IV, V позицій, а закінчуватись в різноманітних позах. Розрізняють маленькі – працююча нога в положенні *sur le cou-de-pied* та великі – на *pas de* або у великих позах *attitude, arabesque, a la seconde*.

TOUR CHAINE (тур шене, фр. – ланцюжок) – зворот з просуванням вперед, що складається з двох однакових півзворотів: на одній нозі *en dedans* та іншій *en dehors*, які зв'язані між собою. Виконується по діагоналі або по колу, в сучасному танці може здійснюватись як на півпальцях, так і на повній ступні, а також у *demi-plie*.

ТРЕНАЖ - система тренувальних вправ для набуття будь-яких професійних навичок.

ТРЕНУВАЛЬНІ РУХИ готують тіло (м'язи, суглоби, зв'язки, сухожилля) до виконання складних технічних елементів, розвивають фізичні дані (виворотність, крок, гнучкість), усувають деякі природні вади (сутулість, косолапість). За допомогою цих рухів здобуваються необхідні вміння та навички: стійкість, координація, апломб та ін.

TRIPLET [тріплет] – 3 кроки на 2 рахунки – 2 кроки на півпальцях, третій - широкий вріє.

T-позиція – flat back убік із відкритою на 90° ногою, які складають одну лінію.

TWIST [твіст] – зміна напрямку корпусу на рахунок «і раз», не змінюючи при цьому рівня; скручування тулубу, що починається з плечей і до поперекового відділу, стегна у роботі участі не приймають.

WORM [уорм] – фронтальна хвиля.

НАВЧАЛЬНЕ ВИДАННЯ

ХОРЕОГРАФІЧНИЙ АНСАМБЛЬ З СУЧАСНОГО ТАНЦЮ

Програма та навчально-методичні матеріали дисципліни

Укладачі

Янина-Ледовська Євгенія Вікторівна, доцент
Самойлова Еліна Сергіївна, викладач

Друкується в авторській редакції

Комп'ютерний набір Самойлова Е. С.

Підписано до друку 25.01.22 р.
Формат 60x84/16, Гарнітура «Times». Папір офсетний. Друк цифровий.
Ум. друк. арк. 1,6 Тираж 50 прим. Зам. № 0302
Надруковано в копіювальному центрі ФОП Іванової М. А,
свідотцтво В01 № 057818 м. Харків, віл. Римарська, 3/5
т. (057) 764-93-64, 755-79-12