

ЧОУ ДО «ЕВРОПЕЙСКАЯ ШКОЛА КОРРЕСПОНДЕНТСКОГО ОБУЧЕНИЯ»

Утверждена

приказом директора ЧОУ ДО «ЕШКО»
от 28 декабря 2021 г. № 51

Принята

решением УМС ЧОУ ДО «ЕШКО»
Протокол № 14 от 21 декабря 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА **курса** **«Искусство современного танца»***

**Набор обучающихся на курс и реализация программы для продолжающих обучение осуществляется в соответствии с приказом директора ЧОУ ДО «ЕШКО» №35 от 30.06.17 г.*

Курс разработан
Европейской школой корреспондентского обучения.

Белгород, 2022

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Цели образовательного процесса

Программа заочного курса «Искусство современного танца» является дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой, реализуемой с целью удовлетворения индивидуальных образовательных потребностей и интересов граждан в получении необходимых теоретических знаний и навыков в области танцевального искусства для:

- развития музыкально-двигательных способностей;
- расширения кругозора;
- совершенствование музыкально-эстетического вкуса, исполнительской культуры и мастерства;
- повышения уровня творческой самореализации в культурно-досуговой сфере;
- профессионального самоопределения и формирования мотивации к трудовой деятельности по профессиям, востребованным на рынке труда;
- планирования карьеры и профессионального роста;
- продуктивного и творческого использования свободного времени.

1.2. Рекомендуемый возрастной и образовательный уровень

Курс предназначен для обучения взрослых и детей школьного возраста. Предварительная подготовка не требуется. Курс позволит освоить основные правила современного бального танца «с нуля» либо восстановить начальные базовые знания.

1.3. Форма обучения на курсе: заочная.

1.4. Язык, на котором осуществляется обучение: русский.

1.5. Дистанционные образовательные технологии, используемые для организации учебного процесса:

- кейс-технология (обучающимся предоставляются комплекты учебно-методических материалов для самостоятельного изучения);
- интернет-технологии (обучающимся предоставляется возможность выполнения и получения проверенных домашних работ через Интернет для осуществления текущего контроля знаний и контактов с преподавателем, а также возможность доступа к дополнительным образовательным услугам и ресурсам ЕШКО в электронной среде).

1.6. Способ доставки учебных и методических материалов:

- корреспондентский (рассылка почтой): учебные журналы с бланками домашних работ, итоговый экзаменационный тест и т.д.;
- через Интернет (пробный урок, программа курса, домашние работы и т.д.).

1.7. Нормативный срок освоения программы курса с учетом прохождения итоговой аттестации (сдачи письменного заочного итогового экзамена):

- 18 месяцев в нормальном темпе обучения (освоение одного учебного журнала в месяц);
- 10 месяцев в ускоренном темпе обучения (освоение двух учебных журналов в месяц);
- 7 месяцев в ускоренном темпе обучения (освоение трех учебных журналов в месяц).

1.8. Общий объем учебной работы: 260 часов. Включает изучение учебных материалов курса, выполнение практических заданий и домашних работ (256 часов) + выполнение заданий письменного заочного итогового экзаменационного теста (нормативное время – 4 часа).

1.9. Рекомендуемое время изучения 1 учебного журнала-модуля, содержащего 2 урока: 16 часов в месяц / 4 часа в неделю / не менее 30 минут в день.

1.10. Учебно-методическое обеспечение в рамках программного комплекта материалов курса:

– *Пробный урок* дает представление о системе обучения на курсе, методе подачи материала, содержания курса. Включает советы и рекомендации по организации эффективной работы над учебным материалом, фрагменты уроков курса, упражнения, образец домашнего задания. Предлагается в электронной версии, размещенной на сайте ЕШКО.

– *Учебные журналы-модули* (общее количество учебных журналов – 16 / уроков – 16) содержат теоретический материал, упражнения на закрепление и развитие полученных знаний, методические рекомендации, *домашние работы на бланках-вкладышах* (общее количество домашних работ – 16).

– *Компакт-диски* к урокам курса с аудиозаписью танцевальных произведений и с видеозаписью танцев и отдельных танцевальных движений (общее количество компакт-дисков – 5: 1 CD с уроками 1-16 и 4 DVD с уроками 1-4, 5-8, 9-12 и 13-16).

– *Письмо старшего преподавателя*, включающее методические рекомендации и разъяснения, касающиеся основных этапов организации учебного процесса. Предоставляется с уроками 1-2.

– *Итоговый экзаменационный тест* построен на материале всего курса, включает теоретическую и практическую части. Предоставляется с учебными материалами последнего урока.

1.11. Дополнительное учебно-методическое обеспечение

Обучающимся предоставляется возможность доступа к вебинарам/архиву видеозаписей, Skype-консультациям и иным дополнительным образовательным услугам и ресурсам ЕШКО, предлагаемым к использованию посредством информационно-телекоммуникационной сети Интернет.

1.12. Особенности методической структуры уроков

Каждый учебный журнал-модуль содержит один урок и имеет определенную, повторяющуюся дидактическую структуру.

Уроки предусматривают изучение основ теории современного бального танца, знакомство с ритмом и характером каждого танца, практические упражнения, сопровождающиеся развернутыми методическими указаниями и рекомендациями.

Каждый урок содержит следующие разделы: **введение** (общая информация об истории представленного танца, о его стиле, характере и музыкальном сопровождении); **«язык» и техника бального танца** (основные термины, встречающиеся в уроке, замечания и указа-

ния, касающиеся стойки, контакта и ведения, характерных для представленного танца); **основные сведения** (описание танца и отдельных фигур); **упражнения** (помогают подготовить тело к исполнению описанных далее движений, шагов и фигур); **танцевальная комбинация** (вариации танца, составленные из изученных фигур, которые учащийся сможет проработать и станцевать самостоятельно или в паре).

Учебный материал изложен с использованием большого количества иллюстративного материала (графических схем основных движений, фотографий, иллюстрирующих шаги, позиции и фигуры). Уроки сопровождаются аудио и видеозаписями.

В конце каждого урока дается **список музыкальных произведений**, под которые можно исполнять изучаемые танцы; **содержание**, позволяющее при повторении быстро найти интересующую информацию; **домашнее задание**.

1.13. Планируемые результаты освоения образовательной программы

В результате изучения программного материала курса обучающийся должен:

- иметь представление о роли современного бального танца, его истории;
- знать элементы и основные правила бальных танцев (танго, ча-ча-ча, джайв, румба, пасадобль, квикстеп, фокстрот, мамбо и т.д.);
- знать базовый словарь наиболее употребительных танцевальных терминов;
- чувствовать ритм и характер каждого танца, развить грациозность и пластику движений;
- ориентироваться в особенностях различных танцевальных стилей;
- овладеть танцевальными движениями латиноамериканских, стандартных (европейских) и дискотечных танцев;
- уметь читать графические схемы основных движений представленных танцев;
- сформировать определенный объем репертуара музыкальных произведений, под которые можно исполнять изучаемые танцы;
- уметь станцевать самостоятельно или в паре все вариации данного танца, составленные из изученных в уроке фигур;
- уметь применять теоретические знания в исполнительской практике.

1.14. Форма и способ организации текущего контроля успеваемости

Качество усвоения учебного материала контролируется преподавателем поурочно путем проверки домашних работ, выполненных обучающимся. Домашние работы предоставляются на проверку по почте на печатных бланках или через Интернет. Оцениваются по пятибалльной шкале. Общее количество домашних работ, предусмотренных программой курса – 16.

1.15. Промежуточная аттестация

Проводится по результатам выполнения всех домашних работ, предусмотренных программой курса, по критерию «аттестован»/«неаттестован».

Обучающийся считается аттестованным, если минимальное значение среднего балла по результатам выполнения всех домашних работ курса, предусмотренных программой, соответствует оценке 3 (удовлетворительно).

Допуск к сдаче письменного заочного экзамена осуществляется на основании положительного результата промежуточной аттестации.

1.16. Форма итоговой аттестации

Обучение на курсе завершается обязательной итоговой аттестацией в форме письменного заочного экзамена (тестирования). Сдача итогового экзамена входит в нормативный срок освоения программы курса, выбранный обучающимся с учетом темпа обучения. Срок прохождения итоговой аттестации составляет не более 2-х месяцев.

Задания письменного заочного итогового экзамена предоставляются обучающемуся в виде итогового экзаменационного теста, охватывающего программу всего курса и включающего 2 части (теоретическую и практическую). По результатам выполнения теоретической и практической частей экзаменационного теста выставляется общая итоговая оценка.

Выпускникам, имеющим положительный результат итоговой аттестации, выдается Свидетельство ЕШКО, подтверждающее обучение на курсе, его окончание и успешную сдачу письменного заочного итогового экзамена с указанием полученной оценки и общего количества учебных часов.

2. УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Наименование темы	Количество		Объем самостоятельной работы в часах	
		уроков, CD-дисков и DVD-дисков	дом. работ	теоретическая часть	практическая часть
1	Разновидность стиля и настроения – английский вальс, самба и блюз	1 (ур.1) + 1 CD (уроки 1-16) + 1 DVD (уроки 1-4)	1	5	11
2	В объятиях безумия и страсти – танго, ча-ча-ча и джайв	1 (ур.2)	1	5	11
3	В разных темпах – от медленного фокстрота до мамбо и венского вальса	1 (ур.3)	1	5	11
4	Новые элементы английского вальса, самба, ча-ча-ча	1 (ур.4)	1	5	11
5	Их объединяет страсть – танго, румба, пасодобль	1 (ур.5) + 1 DVD (уроки 5-8)	1	5	11
6	В медленном темпе – блюз, румба, медленный фокстрот	1 (ур.6)	1	5	11
7	В быстром темпе – полька, квикстеп, рок-н-ролл	1 (ур.7)	1	5	11
8	Новые элементы в пасодобле, танго и квикстепе	1 (ур.8)	1	5	11
9	Совершенствуем навыки – фокстрот, мамбо, венский вальс на три па	1 (ур.9) + 1 DVD (уроки 9-12)	1	5	11

10	Разные, но с темпераментом – самба, ча-ча-ча, джайв	1 (ур.10)	1	5	11
11	Элегантно и с темпераментом – танго, квикстеп, венский вальс	1 (ур.11)	1	5	11
12	Новые элементы в рок-н-ролле, джайве, мамбо	1 (ур.12)	1	5	11
13	Мы уже опытные – танцуем английский вальс, самбу, румбу	1 (ур.13) + 1 DVD (уроки 13-16)	1	4	12
14	Для молодых и постарше – диско, полька, сальса	1 (ур.14)	1	4	12
15	Уже известное, но несколько измененное – диско, блюз, рок-н-ролл, ча-ча-ча	1 (ур.15)	1	4	12
16	И в завершение – новые элементы	1 (ур.16)	1	4	12
Итого:		16 + 1 CD и 4 DVD	16	72	184
Выполнение заданий письменного заочного итогового экзаменационного теста					4
					ИТОГО: 260

3. УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

3.1. График предоставления учебных материалов по выбору обучающегося:

- поэтапное (помесячное) получение учебных материалов в соответствии с выбранным темпом обучения;
- единовременное получение полного комплекта учебных материалов курса.

3.2. Продолжительность обучения на курсе с учетом темпа обучения и срока прохождения итоговой аттестации:

- 18 месяцев – при нормальном темпе обучения (*освоение одного учебного журнала в месяц - 1/1*)

Месяц обучения	Кол-во учебных журналов	№№ уроков	Кол-во CD, DVD (№№ уроков)	Объем учебной работы в часах
1 месяц	1	1	1 CD (1-16), 1 DVD (1-4)	16
2 месяц	1	2	–	16
3 месяц	1	3	–	16
4 месяц	1	4	–	16
5 месяц	1	5	1 DVD (5-8)	16
6 месяц	1	6	–	16
7 месяц	1	7	–	16
8 месяц	1	8		16
9 месяц	1	9	1 DVD (9-12)	16
10 месяц	1	10	–	16
11 месяц	1	11	–	16
12 месяц	1	12	–	16
13 месяц	1	13	1 DVD (13-16)	16
14 месяц	1	14	–	16
15 месяц	1	15	–	16
16 месяц	1	16	–	16
17 месяц 18 месяц	итоговая аттестация			4
ИТОГО:	16	16	1 CD и 4 DVD	260

- 10 месяцев – при ускоренном темпе обучения (*освоение двух учебных журналов в месяц - 2/1*)

Месяц обучения	Кол-во учебных журналов	№№ уроков	Кол-во CD, DVD (№№ уроков)	Объем учебной работы в часах
1 месяц	2	1-2	1 CD (1-16), 1 DVD (1-4)	32
2 месяц	2	3-4	–	32
3 месяц	2	5-6	1 DVD (5-8)	32
4 месяц	2	7-8	–	32
5 месяц	2	9-10	1 DVD (9-12)	32
6 месяц	2	11-12	–	32
7 месяц	2	13-14	1 DVD (13-16)	32
8 месяц	2	15-16	–	32
9 месяц 10 месяц	итоговая аттестация			4
ИТОГО:	16	16	1 CD и 4 DVD	260

- 7 месяцев – при ускоренном темпе обучения (*освоение трех учебных журналов в месяц - 3/1*)

Месяц обучения	Кол-во учебных журналов	№№ уроков	Кол-во CD, DVD (№№ уроков)	Объем учебной работы в часах
1 месяц	3	1-3	1 CD (1-16), 1 DVD (1-4)	48
2 месяц	3	4-6	1 DVD (5-8)	48
3 месяц	3	7-9	1 DVD (9-12)	48
4 месяц	3	10-12	–	48
5 месяц	3	13-15	1 DVD (13-16)	48
6 месяц	1	16	–	16
7 месяц	итоговая аттестация			4
ИТОГО:	16	16	1 CD и 4 DVD	260

4. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

4.1. Разновидность стиля и настроения – английский вальс, самба и блюз

Бальный танец и его основы. Используемые в уроках сокращения и обозначения. **Английский вальс**: основные сведения, упражнения, закрытая позиция, закрытая перемена, танцевальная комбинация. **Самба**: основные сведения, упражнения, закрытая позиция в латиноамериканских танцах, основные движения с правой и левой ноги, прогрессивное основное движение, танцевальная комбинация. **Блюз**: основные сведения, упражнения, закрытая «блюзовая» позиция, покачивание на месте с левой ноги, основное движение с левой ноги, шаги влево в променадной позиции, поворот под рукой вправо, танцевальная комбинация.

Домашняя работа.

4.2. В объятиях безумия и страсти – танго, ча-ча-ча и джайв

Танго: основные сведения, упражнения, закрытая позиция, универсальный четвертной шаг вперед/назад, четвертной шаг с поворотом вправо/влево, танцевальная комбинация.

Ча-ча-ча: основные сведения, упражнения, закрытая и открытая позиция в латиноамериканских танцах, тайм стэп, основные движения вперед/назад, нью-йорк вправо/влево, танцевальная комбинация. **Джайв**: основные сведения, упражнения, закрытая и открытая позиция, основное движение, фоллэвей рок, танцевальная комбинация.

Домашняя работа.

4.3. В разных темпах – от медленного фокстрота до мамбо и венского вальса

Слоуфокс: основные сведения, упражнения, закрытая позиция в фокстроте, универсальный четвертной шаг вперед/назад, четвертной шаг с поворотом вправо/влево, танцевальная комбинация. **Мамбо**: основные сведения, упражнения, закрытая и открытая позиции, основные движения вперед/назад, кукарача влево/вправо, поворот партнерши под рукой вправо, нью-йорк вправо/влево, танцевальная комбинация. **Венский вальс**: основные сведения, упражнения, закрытая позиция, маятник вправо/влево, шаги вперед и назад с поворотом вправо/влево, танцевальная комбинация.

Домашняя работа.

4.4. Новые элементы английского вальса, самба, ча-ча-ча

Английский вальс: основные сведения, упражнения, большой квадрат вправо/влево, повороты на четверть вправо/влево, танцевальная комбинация. **Самба**: основные сведения, упражнения, альтернативное основное движение с правой/левой ноги, основное движение с поворотом вправо/влево, прогрессивное основное движение с правой ноги, виск вправо/влево, танцевальная комбинация. **Ча-ча-ча**: основные сведения, упражнения, поворот партнерши под рукой вправо, спот повороты, рука к руке вправо/влево, танцевальная комбинация.

Домашняя работа.

4.5. Их объединяет страсть – танго, румба, пасодобль

Танго: основные сведения, упражнения, четвертной шаг вперед, закрытый променад, открытый променад, форстэп, открытый левый поворот, танцевальная комбинация. **Румба**: основные сведения, упражнения, закрытая и открытая позиция, основное движение га месте, основное движение вперед/назад, нью-йорк вправо/влево, поворот партнерши под рукой вправо, танцевальная комбинация. **Пасодобль**: основные сведения, упражнения, аппэль, на месте, основное движение вперед/назад, шассе вправо/влево, танцевальная комбинация.

Домашняя работа.

4.6. В медленном темпе – блюз, румба, медленный фокстрот

Блюз: основные сведения, упражнения, шассе влево/вправо, шаги в променадной позиции, шаги в контрпроменадной позиции, поворот партнерши под рукой влево/вправо, одновременный соло – поворот влево/вправо, танцевальная комбинация. **Слоуфокс:** основные сведения, упражнения, закрытый променад, четвертной поворот вправо/влево, танцевальная комбинация. **Румба:** основные сведения, упражнения, рука к руке вправо/влево, кука-рача вправо/влево, спот поворот, танцевальная комбинация.

Домашняя работа.

4.7. В быстром темпе – полька, квикстеп, рок-н-ролл

Полька: основные сведения, упражнения, основное движение влево/вправо, галоп влево/вправо, каблук, носок, шассе влево/вправо, основное движение с поворотом вправо, два варианта хлопков, танцевальная комбинация. **Рок-н-ролл:** основные сведения, упражнения, открытая и закрытая позиция, основное движение с поворотом влево/вправо, фоллзвей рок, американский спин поворот, танцевальная комбинация. **Квикстеп:** основные сведения, упражнения, закрытая позиция, универсальный четвертной шаг вперед/назад, рок вперед/назад, танцевальная комбинация.

Домашняя работа.

4.8. Новые элементы в пасодобле, танго и квикстепе

Пасодобль: основные сведения, упражнения, атака, плащ, променадное звено, разъединение, променад, танцевальная комбинация. **Танго:** основные сведения, упражнения, кортэ назад, рок назад, браш тэп, танцевальная комбинация. **Квикстеп:** основные сведения, упражнения, четвертной поворот вправо/влево, лок стэп вперед, танцевальная комбинация.

Домашняя работа.

4.9. Совершенствуем навыки – фокстрот, мамбо, венский вальс на три па

Фокстрот: основные сведения, упражнения, закрытая позиция, универсальный четвертной шаг вперед/назад, рок вперед/назад, четвертной поворот вправо/влево, танцевальная комбинация. **Мамбо:** основные сведения, упражнения, рука к руке вправо/влево, смена мест, танцевальная комбинация. **Венский вальс на три па:** основные сведения, упражнения, балансе вправо/влево, маятник вперед и назад с поворотом вправо/влево, танцевальная комбинация.

Домашняя работа.

4.10. Разные, но с темпераментом – самба, ча-ча-ча, джайв

Самба: основные сведения, упражнения, спот вольта партнерши вправо/влево, сольная вольта на месте, самбаход в променадной позиции, танцевальная комбинация. **Ча-ча-ча:** основные сведения, упражнения, одновременный поворот на месте, плечо к плечу, кубинский брейк, танцевальная комбинация. **Джайв:** основные сведения, упражнения, американский спин, смена мест справа налево, смена мест слева направо, хип бамп, танцевальная комбинация.

Домашняя работа.

4.11. Элегантно и с темпераментом – танго, квикстеп, венский вальс

Танго: основные сведения, упражнения, основной левый поворот, рок поворот, перевернутый рок поворот, открытый променад назад, фоллзвей фор стэп, танцевальная комбинация. **Квикстэп:** основные сведения, упражнения, правый поворот, правый поворот с поддержкой, левый шассе поворот, поступательное шассе, танцевальная комбинация. **Венский вальс:** основные сведения, упражнения, закрытая перемена, правый/левый поворот, танцевальная комбинация.

Домашняя работа.

4.12. Новые элементы в рок-н-ролле, джайве, мамбо

Рок-н-ролл: упражнения, смена мест справа налево, смена мест слева направо, шаги, танцевальная комбинация. **Джайв:** упражнения, смена рук за спиной, хлыст, шаги в променадной позиции, танцевальная комбинация. **Мамбо:** упражнения, смена мест с поворотом партнерши, поворот партнерши под рукой, стоп энд гоу, танцевальная комбинация.

Домашняя работа.

4.13. Мы уже опытные – танцуем английский вальс, самбу, румбу

Английский вальс: упражнения, правый поворот, левый поворот, закрытая перемена, танцевальная комбинация. **Самба:** упражнения, самба ход в сторону в променадной позиции, теневые бота фога, поступательная вольта вправо/влево, самба ход на месте, танцевальная комбинация. **Румба:** упражнения, веер, хоккейная клюшка, алемана, танцевальная комбинация. *Домашняя работа.*

4.14. Для молодых и постарше – диско, полька, сальса

Диско: основные сведения, упражнения, шаги накрест кока рола, корта джака, поинт и зигзаг, движение хип-хоп, трапеция, кросс и твист с поворотом вправо, танцевальная комбинация. **Полька:** упражнения, круговые шаги вправо/влево с поддержкой под руку, повороты партнерши под рукой вправо/влево, круговые шаги партнерши вокруг партнера, дозад, танцевальная комбинация. **Сальса:** основные сведения, упражнения, основное движение, поворот партнерши влево/вправо, поворот партнера влево/вправо, рука к руке, танцевальная комбинация. *Домашняя работа.*

4.15. Уже известное, но несколько измененное – диско, блюз, рок-н-ролл, ча-ча-ча

Рок-н-ролл: упражнения, сед (прыжки) на правое и левое бедро, сед (прыжок) на два бедра в положении ноги в стороны с прогибом назад, фоллзвей отталкивание, шаги цыпленка, танцевальная комбинация. **Ча-ча-ча:** упражнения, веер, хоккейная клюшка, алемана, лок степ, танцевальная комбинация. **Диско-блюз:** основные сведения, упражнения, основное движение влево/вправо, поворот партнерши под рукой влево/вправо, шаги в променадной позиции, шаги в контрпроменадной позиции, одновременный соло-поворот влево/вправо, раскачивание (баланс) на месте с поворотом вправо, танцевальная комбинация.

Домашняя работа.

4.16. И в завершение – новые элементы

Танго: упражнения, открытый променад в чек с прогибом партнерши, открытый променад в чек с заведением ноги под колено партнера, наружные свивлы вперед, свивлы назад, танцевальная комбинация. **Джайв:** упражнения, фоллзвей отталкивание или фоллзвей троуей, шаги цыпленка или чикен вокс, стоп энд гоу, испанские руки, танцевальная комбинация. **Самба:** упражнения, корта джака, правый ролл, танцевальная комбинация.

Домашняя работа.

ПРИМЕЧАНИЕ: структура каждого тематического блока включает в себя теоретический материал, практические и домашние задания.

5. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА И ЭЛЕКТРОННЫЕ УЧЕБНЫЕ ИЗДАНИЯ

5.1. Мельдаль К. Поэтика и практика хореографии. – М.: Кабинетный ученый, 2015. – 106с.

5.2. Михайлова-Смольнякова Е. Старинные бальные танцы. – СПб: Планета музыки, Лань, 2014. – 176 с. (+ DVD).