



ВАРИАТИВНЫЙ БЛОК

Приложение к дополнительной общеобразо-
вательной общеразвивающей программе
«Театр танца “Колибри»

№ 11

Вариативный блок

Курс «Мужской танец»

В народно-сценическом танце особую роль в создании танцевального образа или передаче национальных черт танца играет рисунок, ходы, шаги, постановка рук. Нюансы исполнения зависят от характера танца. Манера исполнения в мужском и женском танце также имеют различную окраску. Юноши отличаются большей свободой и широтой, тогда как девушка двигается более грациозно. Еще одной характерной чертой народного танца являются трюки, присущие мужской пляске, которых никогда не бывает в девичьем танце.

Корифей в области мужского танца, выдающийся педагог Н. Тарасов, утверждал, что «все начинается с младших классов – в них закладывается та первооснова, то невидимое пока что зернышко мужского исполнительского стиля, которое впоследствии может дать неправильные ростки – появление излишней грациозной, женственной манеры движения». И если не уделять должного внимания учебной специфике, стилю, характеру и множеству других исполнительских тонкостей, «воспитание мальчишеской психологии для будущего танцовщика может быть незаметно упущено. Слишком изящный исполнительский стиль, копирующий грацию учениц, противоречит естественной природе мужского танца...». Поэтому целесообразно изучение материала программы в разнополых группах (девочки и мальчики отдельно).

Цель курса: обучение мальчиков основным движениям, трюкам, манере исполнения в парном и сольном танцах.

Режим занятий:

стартовый уровень – 2 раза в неделю;

базовый уровень – 3 раза в неделю;

продвинутый уровень – 3 раза в неделю.

Содержание 1 года обучения

1. Физическая подготовка.

Теория. Техника безопасности при выполнении упражнений. Спорт и здоровье.

Практика:

- поджатые прыжки на месте и по диагонали;
- приседания (подготовка к присядке);
- отжимания от пола;
- упражнения на группы мышц брюшного пресса;
- поднятие корпуса для укрепления мышц спины.

2. Постановка корпуса, рук.

Теория. Знание терминологии, основных па. Нюансы мужского характера: положение корпуса, рук и головы, амплитуда движения, внутреннее содержание жеста.

Практика:

- основные положения и позиции рук в сольном танце;
- положение рук в парном танце: воротца, под руку, скрестив перед собой;
- переводы рук из позиции в позицию;
- хлопушки: удары ладонями рук о колено, по груди, по бедру, по голенищу сапога;
- ходы и продвижения с работой рук;
- положение рук в круге;
- перегибы корпуса.

3. Танцевальные движения.

Теория. Знание терминологии основных движений. Рисунок танца, перестроения.

Практика:

- подготовка к присядке (плавное и резкое опускание вниз) по 6 и 1 позициям ног;
- присядка:
 - с вынесением ноги на каблук вперед, в сторону в пол;
 - «мячики» по 6 и 1 позициям ног, с хлопком перед собой;
 - с разножкой в стороны, вперед-назад на каблуки или на полные стопы;
 - присядки с притопом.

4. Постановка.

Теория. Композиция. Ансамбль.

Практика. Практическая отработка изученного материала. Работа над чёткостью, выразительностью, ансамблевостью исполнения. Репетиции, генеральный прогон. Работа с реквизитом, костюмами.

Содержание 2-3 годов обучения

1. Физическая подготовка.

Теория. Техника безопасности при выполнении упражнений. Вредные привычки.

- Прыжки с поджатыми перед грудью ногами, на месте и с продвижением вперед;
- отжимания от пола узкой позицией рук;
- упражнение «Планка»;

- подготовка к стойке на руках;
- упражнения на группы мышц брюшного пресса.

2. Постановка корпуса, рук.

Теория. Знание терминологии, основных па.

Практика.

- все положения и позиции рук в сольном и парном танце;
- опускание на колено;
- переводы рук из позиции в позицию + движение;
- хлопки и хлопущки:
 - удары ладонями рук о колено, по бедру, по голенищу сапога в сочетании с присядками, притопами, продвижением;
 - удары ладонями о голенище сапога спереди и сзади на месте и в продвижении вперед, назад, в сторону;
 - фиксирующие и скользящие удары руками по подошве сапога, по бедру, по полу;
 - удары по голенищу сапога одноименными руками и на крест.

3. Танцевальные движения

Теория. Технические особенности выполнения движений. Термины народного танца. Характер и эмоции. Национальные традиции народа, изучаемых постановок.

Практика. Отработка танцевальных движений.

- присядка:
 - с вынесением ноги на каблук вперед и в сторону на воздух, с продвижением вперед;
 - с «ковырялочкой»;
 - с выбросом ноги вперед и в сторону на grand plie.
- «мячик» по 5 позиции;
- «гусиный» шаг;
- «подсечка»;
- подготовка к «закладке»;
- «метелочка».
- трюки:
 - «крокодильчик»;
 - «собачка»;
 - «качалочка»;
 - колесо, рандат.

4. Постановка.

Практика. Практическая отработка изученного материала. Работа над чёткостью, выразительностью, ансамблевостью исполнения. Репетиции, генеральный прогон. Работа с реквизитом, костюмами.

Содержание 4-5 годов обучения

1. Физическая подготовка

Теория. Техника безопасности при выполнении упражнений. Профилактика курения, наркомании.

Практика.

- прыжки:
 - с согнутыми от колена назад ногами и ударами по голенищам;
 - прыжок с ударами по голенищу спереди;
 - с согнутыми ногами (одна впереди, другая сзади);
 - одна нога прямая, другая согнутая в колене спереди или сзади;
 - одна нога прямая, другая согнутая от колена с ударом по ней рукой.
- ходьба на руках по диагонали;
- стояка на руках (свечка).

2. Постановка корпуса, рук

Теория. Характеристики основных позиций.

Практика.

- переводы рук из позиции в позицию + движение;
- шаги, бег, подскоки с работой рук по разным позициям;
- выпады, упадание, припадание, подбивки, поднимание на полупальцы одной или двух ног в сочетании с движениями рук;
- подчёркнутые раскрытия и закрытия рук;
- хлопушки:
 - на подскоках, в беге с ударом по голенищу сапога перед собой, сзади;
 - удары двумя руками по голенищу одной ноги;
 - удары по голенищу вытянутой ноги;
 - одинарные, двойные удары по бедру, голени прямой ноги, открытой в сторону, и акцентом всей стопой по полу (на месте, вокруг себя, с продвижением в сторону);
 - тройные удары по голени ног по 6 и 1 позициям ног и на demi-plié.

3. Танцевальные движения

Теория. Характер движений. Составляющие трюков.

Практика.

- присядки:
 - с ударом ногой по голенищу или стопе согнутой ноги спереди и сзади;

- с ударом рукой по голенищу или стопе согнутой ноги спереди и сзади;
- «метелочка»;
- «ползунок» вперед и в сторону в пол;
- с «растяжкой» в сторону;
- с «разножкой» на полу в сторону;
- по 1 позиции на подскоках с тройными поочередными ударами руками по бедрам;
- «закладка»;
- с выносом ноги в сторону на 45 градусов.
- трюки:
 - «разножка»;
 - «бидуинский»;
 - «кольцо»;
 - «бочонок» по полу;
 - передний фляг;
 - «крокодилчик» на одной руке;
 - «мельница».

4. Постановка

Практика. Практическая отработка изученного материала. Работа над чёткостью, выразительностью, ансамблевостью исполнения. Репетиции, генеральный прогон. Работа с реквизитом, костюмами.

Содержание 6 и последующих годов обучения

1. Физическая подготовка.

Теория. Техника безопасности при выполнении упражнений. Профилактика курения, наркомании.

Практика. Совершенствуют и усложняют ранее изученные упражнения.

2. Танцевальные движения.

Теория. Повторение: характеристики основных позиций.

Практика. Закрепление материала 4 и 5 годов обучения. Накопление танцевального материала в зависимости от репертуара ансамбля. Изучение движений и комбинаций к новым постановкам.

3. Трюки.

Теория. Исполнение трюковых элементов как показатель виртуозности исполнителя. Техника исполнения.

Практика. Отработка и совершенствование изученных трюков. Индивидуально: новые элементы. Факультативно предлагаются:

- «щучка»;
- подготовка к револьтаду;

- присядка с открыванием вытянутой ноги в сторону и с поворотом на 360 градусов;
- «бидуинское» колесо на воздух;
- «пистолет» по диагонали со сменой ног;
- «коза» с прямыми ногами.

4. Постановка.

Самоанализ. Диагностика личностного развития. Контрольные и творческие задания на ранее изученный материал. Тестирование по теоретическим вопросам. Итоговый творческий отчёт.

Курс «Мастер- класс»

Для того чтобы репертуар коллектива был разнообразным, интересным, профессиональным для постановочной работы в ансамбль приглашаются педагоги-мастера, владеющие углубленными знаниями по народно-сценическому, современному, эстрадному танцам. Педагог может проводить экспресс-обучение (1-2 месяца), или долгосрочным курсом (до 10 месяцев), на любой ступени обучения.

- Курс «мастер-класс» рассчитан на работу по двум направлениям:
- с одарёнными детьми (индивидуально и малыми группами);
- групповые занятия, с изучением технически сложного материала.

Задача курса:

- знакомство с различными видами, формами и техниками в хореографии;
- расширение и углубление знаний и умений в различных техниках хореографии;
- освоение нового технического и лексического материала.

На занятиях курса особое внимание уделяется точности и правильности исполнения, передаче манеры, характера, образа. В качестве наглядных пособий используются видеозаписи профессиональных хореографических коллективов.

Содержание курса «Мастер- класс»

1. Лексика.

Теория. Знакомство с видами, формами и техниками в хореографии.

Техника движений, жестов, положения рук, ног, корпуса. Точность и правильность исполнения.

Практика. Изучение и отработка движений, жестов, определенных положений рук, ног, корпуса.

2. Манера исполнения

Теория. Жанры хореографии. Манера и характер исполнения, используемые в постановке танцевального номера в зависимости от его жанровой направленности. Особенности национальной манеры исполнения.

Практика. Творческие задания на развитие танцевальности, артистизма и стилистики исполнения, совершенствование техники. Этюды.

Курс «Актерское мастерство»

Курс по актерскому мастерству вводится на 2-3-ом году обучения. Изучаются приемы и упражнения, позволяющие развить исполнительское мастерство. В этот период обучения у детей уже заложен фундамент хореографической подготовки, они участвуют в концертной деятельности. Для того чтобы воспитанники научились наиболее ярко и эмоционально передавать хореографические образы (так как репертуар коллектива основывается на сюжетном, характерном танце), необходимо развить актерские способности. Также очень важно развить эмоциональность, волевые качества, которые выражаются в способности погрузиться до конца в образ, в предложенные обстоятельства, поверить в то, что делаешь. При этом развиваются следующие качества: внутренняя потребность в совершенствовании, способность к сопереживанию, отзывчивости, умение посмотреть на мир глазами другого человека.

Курс актерского мастерства основан на технологии игрового обучения. В игре можно моделировать жизнь, игра является средством адаптации к настоящему. В игре можно использовать различные ролевые «маски», побывать в различных жизненных ситуациях. На занятиях курса особое внимание уделяется сценическому вниманию, сценическому воображению и фантазии, мышечной свободе, развитию эмоциональной памяти, логике действия и взаимодействию (т.е. умению слышать, видеть, понимать партнера и точно передавать ему свои внутренние видения, свои мысли, чувства), а также актерской смелости, чувству правды и веры (т.е. умение до конца погрузиться в те или иные обстоятельства, поверить в них и совершить определенные действия).

Содержание курса «Актерское мастерство»

Тема 1. Тренинг актёрской психотехники

Теория. Рабочее самочувствие. Сценическое внимание. Сценическая вера. Темпо-ритм.

Практика.

Ключевые упражнения по темам:

- одновременность и коллективность действия: «Переход со стульями», «Хлопки», «Японская машинка», «Виды памяти», «Переходы», «Мысленное

действие» и др.;

- сценическое внимание. Внимание на объекте. Внимание на партнёре. Переключение внимания. Мышечное внимание. Ключевые упражнения и игры: «Память физических действий», «Повтори движение», «Наблюдения», «Дружеские шаржи». «Зеркало», «Круги внимания», «Фотография»;
- сценическая вера. Предлагаемые обстоятельства. Место действия. «Картины», «Превращения», «Воображаемый предмет», «Индивидуальные видения», «Если бы я был...», «Хотение – задача - действие»;
- актёрская смелость. Внешняя характерность. Импровизация. «Животные», «Детские игры», «Цирк», «Игрушки», «Странные позы» «Пластические загадки», «Театр-экспромт»;
- темпо-ритм. Шкала темпо-ритмов. Темпо-ритм в предлагаемых обстоятельствах. Смена темпо-ритмов. «Фантастическая машина».

Тема 2. Сценическое общение

Теория. Ориентировка в пространстве. Объект общения (партнёр, предмет, мысль). Средства общения (жест, мимика, взгляд, слово) Логика действия. Оценка факта. Мобилизация. Пристройка, виды пристроек. Вес тела. Воздействие. Целенаправленность, точность воздействия. Настойчивость. Актёрская задача.

Практика. Ключевые упражнения: «Путаница», «Свои руки», «Берег реки», «Сиамские близнецы», «Согласованные действия», «Окно», «Трамвай», «Оправдание мизансцен», «Бессловесное общение», «Дискуссия», «Приспособления», «Групповое жонглирование».

Тема 3. Этюдная работа

Теория. Одиночные этюды на выполнение простого задания. Событие – основа этюда. Композиция этюда. Непрерывность действия. Конфликт.

Практика. Этюды на перемену отношения к партнёру. Перемена отношения к месту действия. Оправдание молчания. Этюды на смену темпо-ритма. Мизансценирование. Взаимодействие. Отработка сюжетных эпизодов поставленных танцев.

Курс «Сценический грим»

Макияж позволяет подчеркнуть природные краски и достоинства внешности, легко замаскировать мелкие недостатки кожи, подкорректировать черты лица, украсить его. Но помочь перевоплотиться в совершенно новый сценический образ, создать «внешность» нового характера помогают именно грим и визаж. Визаж – наиболее высокая ступень искусства применения декоративной косметики, проявления творческого мышления и развитого художественного вкуса.

Содержание курса «Сценический грим»

1. Гигиена

Теория. Мода и здоровье. Грим и визаж – особый уход за кожей лица. Фитотерапия в дерматологии и косметике. Гигиена одежды, обуви, предметов быта. Значение отдыха для поддержания хорошего вида лица и тела. Значение физкультуры и спорта в поддержании имиджа и образа.

Практика. Подбор фиторецептов с учетом индивидуальных особенностей кожи. Антицеллюлитные препараты – последние разработки косметологии.

2. Техника гримирования.

Теория. Грим. Цель и задачи гримирования. История возникновения грима. Применение грима в театральном искусстве. Роль образного грима. Театральная косметика, ее назначение и атрибуты: гримировальные краски, гримировальная паста, тональные карандаши, карандаш для век с оттенками, тени для век, крем пудра, жирные румяна. Грим и прическа. Каноны народного грима. Особенности грима китайского, японского, греческого, римского театров. Сравнение с декоративной косметикой для макияжа.

Практика. Первоначальные приемы применения грима. Общие принципы изменения формы лица. Схема грима. Несколько способов наложения тона. Элементарное правило по распределению румян. Упражнения на выработку навыков наложения грима. Гримирование отдельных частей лица: бровей, глаз, губ, носа, подбородка, овала лица, шеи, ушей, рук. Создание индивидуального характера. Примеры характерного грима. Примеры национального грима.

3. Визаж

Теория. Искусство украшения и оформления лица и тела. Визаж – образный макияж. Косметика и область ее применения: показ мод, «живые» картины художников, рекламные проспекты. Декоративная косметика и визаж: аквагрим и работа с аэрографом. Какой цвет Вам к лицу? Направление визажа: пирсинг, татуировки, художественная роспись по телу.

Практика. Подбор цветовой гаммы с учетом образа и костюма.