

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «Всероссийский государственный университет  
кинематографии имени С. А. Герасимова» (ВГИК)**

УТВЕРЖДАЮ

Директор Иркутского филиала ВГИК

\_\_\_\_\_ А.В. Черных

---

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

---

**СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ**

---

Название дисциплины

**Специальность**

Актерское искусство

---

**Специализация**

Артист драматического театра и кино

---

**Форма обучения**

очная

(очная, заочная)

---

Иркутск 2024

## СОДЕРЖАНИЕ

### 1.ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

- 1.1 – Цели и задачи освоения дисциплины.
- 1.2 – Место дисциплины в ОПОП
- 1.3 – Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины.

### 2.СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

- 2.1. - Структура и организационно-методические данные дисциплины.
- 2.2. – Содержание разделов дисциплины.
- 2.2.1 – Тематический план дисциплины.
- 2.2.2. – Содержание дисциплины.
- 2.2.3. – Занятия с применением инновационных форм.

### 3. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ.

- 3.1. – Обязательная литература.
- 3.2. – Дополнительная литература

### 4. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЪЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ, ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ.

### 5.МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Приложение 1. Фонд оценочных средств по дисциплине.

# **1. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ.**

## **1.1. Цели и задачи освоения дисциплины.**

Раскрыть творческий потенциал и развить природные способности у обучающихся средствами хореографии в процессе обучения.

- научить владеть основными элементами различных танцевальных жанров;
- научить самостоятельно использовать полученные знания и навыки в работе над спектаклями;
- владеть основами импровизации;
- привить обучающимся умение слышать и слушать музыку и передавать ее содержание через пластику движений;
- совершенствовать выразительность исполнения, развивать силу, выносливость, координацию движений.

## **1.2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО.**

Дисциплина «Современный танец» является факультативом для студентов специальности «52.05.01 Актерское искусство». В соответствии с Учебным планом ФГОС ВО по названной специальности данная дисциплина преподается студентам 3 курса (5 и 6 семестры), на изучение дисциплины отводится 4 зачетных единицы (144 академических часа). Одна зачетная единица эквивалентна 36 академическим часам (при продолжительности академического часа 45 мин.) или 27 астрономическим часам.

Дисциплина «Современный танец» изучается во взаимодействии с такими дисциплинами профессионального цикла как «Актерское мастерство», «Танец», «Основы сценического движения», что позволяет решить задачу профессиональной подготовки актера в комплексе.

### 1.3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции
<p>ПКО-5 – способностью существовать в танце, владеет различными танцевальными жанрами</p>	<p>ПКО-5.1. знает основные виды и жанры танцевального искусства                      ПКО-5.2. знает методику исполнения различных танцевальных жанров                      ПКО-5.3. умеет использовать выразительные средства танцевального искусства при создании образа                      ПКО-5.4. умеет под руководством режиссера и хореографа работать над созданием пластической партитуры роли, осваивать разработанный хореографом танцевальный материал                      ПКО-5.5. умеет быть в танце органичным, музыкальным и ритмичным                      ПКО-5.6. владеет техниками различных танцевальных жанров                      ПКО-5.7. владеет методикой самостоятельной работы над танцевально-пластическим рисунком роли</p>

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Структура и организационно-методические данные дисциплины.

Объем дисциплины и виды учебной работы по действующему плану			
Общая трудоемкость дисциплины	4 зач.ед	144 час.	
Вид учебной работы	Количество часов		
	Всего по уч.плану	В.т.ч. по семестрам	
		5	6
<b>Практический блок</b>			

<b><i>Работа с преподавателем (контактные часы)</i></b>	<b>132</b>	68	64
Практические занятия	<b>132</b>	68	64
<b><i>Самостоятельная работа</i></b>	<b>6</b>	4	2
<b>Форма контроля</b>	<b>6</b>		3 (6)
<b>Всего часов</b>	<b>144</b>	72	72

## 2.2. Содержание разделов дисциплин.

### 2.2.1. Тематический план дисциплины.

№	Темы	Количество часов					
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем				СРС
			лек.	практ.	лаб.	инд.	
<b>3 курс, 5 семестр</b>							
1	Знакомство с дисциплиной.	6	-	6	-	-	-
2	Изоляция.	14	-	14	-	-	-
3	Stretch в партере.	12	-	12	-	-	-
4	Построение урока.	14	-	12	-	-	-
5	Основы афро джаза.	13	-	12	-	-	1
6	Основы джаз танца.	13	-	12	-	-	1
<b>Итого за 5 семестр:</b>		72	-	68	-	-	2
<b>3 курс, 6 семестр</b>							
7	Построение урока.	16	-	16	-	-	-
8	Основы контактной импровизации.	16	-	16	-	-	-
9	Основы свинговых танцев – линди хоп, буги-вуги.	16	-	16	-	-	-
10	Основы аргентинского танго.	18	-	16	-	-	2
<b>Зачет</b>		6					
<b>Итого за 6 семестр:</b>		72		64			2
<b>Общая трудоемкость:</b>		144	-	132	-	-	6

## 2.2.2. Содержание дисциплины.

### Тема 1. Знакомство с дисциплиной (ПКО-5).

Понятие – современный танец. История развития современного танца. Танцевальные направления и техники в современной хореографии. Понятие энергия, единая плоскость, дыхание, центр, параллельные позиции ног. Постепенное знакомство с построением урока и терминологией.

### Тема 2. Изоляция (ПКО-5).

Работа разными частями тела от головы до ног. Выполнение изоляции начинается от простого к сложному. Сначала студенты учатся создавать движение каждой частью тела независимо от другой, с использованием ровного и синкопированного ритма. Далее задача усложняется – добавляется одновременная работа двух затем трех частей тела и т.д., и после добавляется передвижение в пространстве и смена уровней.

Движения изолированных центров:

#### Голова

Наклон вперед и назад, наклоны - вправо и влево, повороты вправо и влево, sundari вперед-назад и из стороны в сторону.

#### Плечи

Подъем одного или двух плеч вверх, движение плеч вперед-назад, twist плеч, шейк плеч.

#### Грудная клетка

Движение из стороны в сторону, движение вперед-назад, круговые движения вверх-вниз, из стороны в сторону, подъем и опускание.

#### Пелвис (тазобедренная часть)

Движение вперед-назад, движение из стороны в сторону, спиральное скручивание бедер в диагонали – shimmi, восьмёрка, hip lift - подъем бедра вверх, трясучка - jelly roll.

## Руки

Изучение позиции рук. Руки имеют максимальную возможность движения, множество различных положений. Каждая часть руки - кисть, предплечье, пальцы - может двигаться изолированно или в сочетании одна с другой. Руки могут двигаться вытянутые, без изгибов. Две руки могут исполнить множество сочетаний в различных плоскостях (вперед, вверх, сзади).

Упражнения на координацию. Поочередная смена позиций рук с отставанием на один счет и т.п. в усложнение добавляются шаги или работа разных частей тела.

## Ноги;

Изучение позиций ног.

Колени -согнуть выпрямить в направлениях прямо и по диагоналям: круговые движения, два колена «внутри, наружу».

Стопы - перекаты с пятки на полупальцы на месте с продвижением из стороны в сторону, «гармошка», переходы из позиций в позицию и т.п.

На основе основных движений составляются комбинации, которые исполняются с различными акцентами в тех или иных точках и в различных ритмических рисунках, усложняются с добавлением смены уровней и перемещением в пространстве.

## **Тема 3. S t r e t c h в партере (ПКО-5).**

Выполняется на середине зала в партере. Упражнения «stretch» построена на мягком естественном натяжении мышц и служит для выработки их эластичности и гибкости тела. Упражнения охватывают самые различные группы мышц. При растяжении важно не делать резких движений, все исполняется мягко, на свободном ощущении тела, ровном дыхании. Упражнения на растяжение чередуются с резкими и быстрыми движениями для укрепления мышечного корсета.

## Тема 4. Построение урока (ШКО-5).

Упражнения, развивающие постановку и технику движения рук, ног, корпуса, апломп, координацию движений правильное распределение дыхания, чувство ритма.

### I. Середина.

#### 1. Упражнения для позвоночника.

Наклоны торса в разные стороны, скручивания - flat back, deep body bend, side stretch, roll up and down, hinge. Эта группа наклонов впоследствии комбинируется с demi и grand plie, подъемом на полупальцы, с различными позициям рук (curve, arch). Составляется в единую учебную комбинацию.

#### 2. Battement tendu и battement tendu jete.

Исполняются по параллельным позициям с изменением динамики и ритмического рисунка движения, чередуя положение вытянутой и сокращенной стопы. Впоследствии добавляется координация с руками или движениями других изолированных центров.

#### 3. Rond de jambe par terre.

Исполняется из параллельной позиции с переходом в открытые позиции с изменением динамики и ритмического рисунка движения. Комбинируется с passe parter, положением ноги (закрытом, параллельным и открытым) на passe, наклонами корпуса, вращениями и т.п.

#### 4. Положение Passe.

Исполняется из I параллельной и I свободной позиции ног. Комбинируется с движениями и позами джазового танца.

#### 5. Партер.

В современном танце достаточно широко использует движения на полу (в партере). Выполняются упражнения стрейтч характера, в разных положениях и позициях ног. Упражнения на contraction и release, спирали, наклоны торса. Переходы из одного положения или позиции в другое со сменой темпа и ритма - дополнительный тренаж на координацию.

#### 6. Grand battement.

Исполняется из параллельной позиции с переходом в открытые позиции с изменением динамики и ритмического рисунка движения.

Комбинируется с вращениями, с основными движениями и позами джазового танца.

## II. Изучение танцевального стиля.

Основная цель этого раздела – погружение в эпоху стиля, воспитание манеры, грамотное освоение лексического материала. Проучиваются –

1. положения рук, ног, корпуса
2. основные движения,
3. позы, манера.

## III. Диагонали – передвижение в пространстве.

Этот раздел урока развивает танцевальность и позволяет приобрести манеру и стиль изучаемого танцевального материала. Проучиваются -

1. основные шаги
2. прыжки,
3. вращения.

## IV. Комбинация или импровизация.

Завершающий раздел урока. Главная цель – достичь в исполнении комбинации или импровизации - танцевальности, выразительности, грамотного исполнения, чувство партнерства, индивидуальности.

В последствии разучивается несколько комбинаций, которые соединяются в единый, хореографически выстроенный номер или разучиваются танцевальные произведения известных балетмейстеров.

## **Тема 5. Основы афро джаза (ПКО-5).**

Основная задача изучение и выработка соответствующей пластической и характерной выразительности. Достичь естественной раскрепощенности в исполнении движений, эмоций.

Изучение основного положения корпуса, ног, рук, кистей, стоп.

Понятие трёх центров их взаимосвязь и взаимодействие во время движения – moonshine (голова), sunshine (грудной отдел), starshine (пелвес).  
Волны - Snake (змея), dolphine (дельфин), worm (червяк), ripples.

Изучение основных движений. Изучение танцевальных комбинаций.  
Постановка номера.

### **Тема 6. Основы джаз танца (ПКО-5).**

Изучение и овладение манерой, чувством позы, формой и характером движений.

Изучение основных положений рук, ног, тела

Изучение основных движений Ball change, Step ball change, Kick ball change, Par de burre, Slide, Cathch step, Pivot step.

Изучение танцевальных комбинаций. Разучивание танцевального материала из репертуара Боба Фосса.

### **Тема 7. Построение урока (ПКО-5).**

Остается таким же как и в первом полугодии. Уделяются большее внимание упражнениям на развитие мышц спины, ягодиц, силы ног. Наклоны корпуса, battement tendu и battement tendu, rond de jambe par terre. Вращения на месте и в продвижение. Учебные упражнения составляются в танцевальном характере с добавлением основных движений проучиваемых стилей.

### **Тема 8. Основы контактной импровизации (ПКО-5).**

Студенты знакомятся с основами контактной импровизации. Понятием ведение-следование. Изучение своего тела в пространстве, в контакте с полом, затем с партнером. Внутренне осознание себя – умение «слышать» не только свое тело, но и тело партнера. Создавать процесс импровизации, возникающий «здесь, сегодня, сейчас» - основная цель этой темы

## **Тема 9. Основы свинговых танцев - линди хоп, буги-вуги (ШКО-5).**

Понятие баунса. Трипл степ.

Основной шаг 8-и битный и 6-и битный, чарльстон.

Ознакомление и изучение простых движений линди хопа.

Понятие ведения, баланса и контрбаланса в паре.

Изучение положений в парах.

Изучение парных фигур. Вращения.

Изучение простых акробатических поддержек.

Постановка танцевального номера.

## **Тема 10. Основы аргентинского танго (ШКО-5).**

Ощущение баланса. Шаги. Повороты.

Понятие диссоциация – отдельная работа верхней части тела от нижней.

Линейный шаг. Внешний шаг.

Хиро – шаг в сторону, вперед, в сторону, назад.

Кунита – прерванный шаг.

Очо (восьмерка) – женский шаг с продвижением вперед, назад, на месте.

Болео – выброс расслабленной ноги от бедра вперед, назад в сторону.

Сакада – шаг внутрь ноги партнёра.

Сендвич – остановка движения партнером партнерши, за счет «блокады» стоп.

Положение в парах – закрытая, открытая, близкая позиции.

Понятие ведения.

Изучение парных фигур. Вращения. Поддержки.

Постановка танцевального номера.

### **2.2.3. Занятия с применением инновационных форм.**

Данный курс является практическим и предполагает поэтапное освоение элементов современного танца.

Самостоятельная работа способствует развитию творческой инициативы, наблюдательности, фантазии и тренировке памяти у студента.

Студентам разрешается и рекомендуется для самостоятельных работ воспользоваться DVD известных фильмов, мюзиклов, использовать увиденные па, сочетания движений, стиля. Указанный метод поможет расширению пластической палитры, стилей.

Проверять результаты самостоятельной работы следует у каждого студента отдельно, но при участии всего курса (группы).

### **3.УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Основная литература**

1. Грачева Л.В. «Психотехника актера»: учебное пособие, СПб Планета музыки, 2015г. (Учебники для вузов. Специальная литература)

#### **3.2. Дополнительная литература**

1. Г.Морозова «Пластическое воспитание актера», М., «Терра-спорт», 1998
2. Голубовский Б. «Пластика в искусстве актера», М., Искусство, 1986
3. Гранер В. «Ритм в искусстве актера», М., Искусство, 1966
4. Диниц Е.В. «Джазовые танцы», М., Искусство, 2002
5. Долькроз Жак Э. «Ритм» М., Классика, 2001
6. Никитин В.Ю. «Модерн – джаз танец. История. Методика. Практика», М., ГИТИС, 2000
7. Филиппова А.В. «Краткий словарь танцев», М., Наука, 2006

**ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ,  
ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО  
ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ, ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ  
ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ  
СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ.**

*Электронные библиотеки:*

ЭБС «Юрайт» договор №: 4888/185-21-У от 19.11.2021г. <https://biblio-online.ru/>

ЭБС «Лань» договор №: Э596/01-10.21 193-21-У от 25.11.2021г.

<https://e.lanbook.com/>

ЭБС «Айсбук» контракт №: 25-03/21К/186-21-У от 19.11.2021г.

<https://ibooks.ru/home.php?routine=bookshelf>

Электронная библиотека ВГИК <http://vgik.info/library>, <http://biblio.vgik.info>

#### 4. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Реализация программы учебной дисциплины требует наличия оборудованного учебного кабинета для проведения занятий всех видов, предусмотренных образовательной программой.

Наименование оборудованного учебного кабинета, объекта для проведения практических занятий с перечнем основного оборудования	Адрес (местоположение) учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий, объектов физической культуры и спорта (с указанием площади и номера помещения в соответствии с документами бюро технической инвентаризации)
1	2
<p><b>АКТОВЫЙ ЗАЛ</b>  Кресло театральное – 234 шт.  Стул – 4 шт.  Киноэкран – 1  Проектор VIEWSONIC LS700HD – 1  Мобильная рабочая станция Dell Precision 7730 – 1  Активная система с цифровым процессором 2 усилит., 2 микро FENDER PASSPORTPD500 – 1  Акустическая система двухполосная FW-3215 – 2  Акустическая система пассивная RS18S – 2  Видеокамера Panasonic МД 9000 – 1  Генератор тумана 1500Вт Robe Fog1500 FT – 1  Громкоговоритель окружения SL-12V – 1 ELECTRO VOLCE – 6.  Двухполосная активная система JBS – 1  Заэкраный громкоговоритель Evro Sound – 3  Звуковой процессор (CP650XO DOLBBY) – 1  Звуковая плата M-Audio Fast Trask PRO – 1  Измерительный микрофон PROAUDIO PMC-2 – 1  Прибор полного вращения MSD 250/2W/2 Robe Colorspot 250AT – 1  Прибор полного вращения с лампой Robe Colorwash 250AT – 1  Процессор контроллер модуль система распределения обработки и управления громкоговорителями и акустическими системами (DriveRack 260) – 2  Пульт Микшерный Samson L1200 – 1  Радиосистема двухантенная "вокальная" SHURE PGX24/58 – 2  Световой прибор сканер с лампой MSD 250/2 – 2  Световой прибор сканер с лампой BA 250/2 – 4  Стробоскоп MLIGHT STROBO 1500 DMX 1500W – 1  Пианино Ода – 1  Проектор Beng MW526 DLP 3200Lm WXGA 100000:1 – 1  Пульт световой Chauvet Stage Desinger 50 – 1</p>	<p>664040, Российская Федерация, Иркутская область, г. Иркутск, ул. Розы Люксембург, д. 170, Литера А, 2-й этаж, помещение № 17 площадью 82,1 кв.м,  помещение № 18 площадью 261,5 кв.м в соответствии с документами бюро технической инвентаризации</p>