



1132 Budapest, Visegrádi u. 17.

Mobil: +36 – 70 – 931 – 97 - 12

E-mail: info@overtones.hu

OM azonosító: 102769

Helyi tanterve

Táncművészeti ág

Moderntánc- kortárs tánc tanszak

2011/2012-es tanévtől felmenő rendszerben

felülvizsgálva: 2022.08.26.

**A Kormány 5/2020. (I. 31.) Korm. rendelete
a Nemzeti alaptanterv kiadásáról, bevezetéséről és alkalmazásáról szóló
110/2012. (VI. 4.) Korm. rendelet módosításáról**

- 2. §** A Nemzeti alaptanterv kiadásáról, bevezetéséről és alkalmazásáról szóló 110/2012. (VI. 4.) Korm. rendelet (a továbbiakban: Rendelet) 3. alcíme a következő 5/A. §-sal és 5/B. §-sal egészül ki: „5/A. §

Az oktatásért felelős miniszter kerettantervet, alapprogramot, irányelvet ad ki és tesz közzé.

- 7. §** (2) Hatályát veszti
a) az alapfokú művészetoktatás követelményei és tantervi programjának bevezetéséről és kiadásáról szóló 27/1998. (VI. 10.) MKM rendelet

Az alapfokú művészetoktatás alapprogramja

Az alapfokú művészeti iskolák **alapfokú művészetoktatás alapprogramjának** az 1. és 2. számú melléklet alapján kell, hogy elkészítsék és bevezessék pedagógiai programjukat.

- ✓ Az alapfokú művészetoktatás alapprogramja (a továbbiakban: alapprogram) részét képező követelmények és tantervi programok tartalmazzák azokat a követelményszinteket és feltételeket, amelyet minden alapfokú művészeti iskolának teljesítenie, biztosítania kell.
- ✓ 2020. február 8-án hatályát veszítette az alapfokú művészetoktatás követelményei és tantervi programjának bevezetéséről és kiadásáról szóló 27/1998. (VI. 10.) MKM rendelet (a továbbiakban: Rendelet).
- ✓ A Rendelet 1. számú melléklete változatlan formában az alapprogram 1. melléklete, amely szerint – az az alapfokú művészetoktatás követelményei és tantervi programjának bevezetéséről és kiadásáról szóló 27/1998. (VI. 10.) MKM rendelet módosításáról szóló 3/2011. (I. 26.) NEFMI rendelet hatályba lépését megelőzően – folytatott képzések felmenő rendszerben folytathatók, oly módon, hogy a tanulmányaikat már megkezdett tanulók azt legkésőbb a 2026/2027. tanévig be tudják fejezni.
- ✓ A Rendelet 2. számú melléklete változatlan formában jelen alapprogram 2. melléklete amelyet alkalmazni kell a 2011/2012. tanévben és az azt követően megkezdett képzésekre.
- ✓ Ha az alapfokú művészeti iskola nemzeti, etnikai kisebbséghez tartozók részére szervez iskolai oktatást, az alapfokú művészetoktatás követelményei és tantervi programjának alkalmazásában a „magyar”, illetve a „hazai” kifejezés alatt a „nemzetiségi”, illetve az „anyanemzeti” kifejezést kell érteni.
- ✓ A Rendelet Népművészet ágazat tantervi programja felmenő rendszerben, a 2021/2022-es tanévtől alkalmazható.
- ✓ **2022.08.23-án megjelent Az alapfokú művészetoktatás alapprogramjának 2. számú melléklet mely a 2022/2023-as tanévtől lép hatályba.**

Az alapfokú művészetoktatás követelményei és tantervi programja

A követelmény szerepe a művészetoktatás tartalmi szabályozásában

1. A közoktatásról szóló, többször módosított 1993. évi LXXIX. törvény (a továbbiakban: közoktatásról szóló törvény) 10. § (3) bekezdése kimondja, hogy a gyermeknek, tanulónak joga, hogy adottságainak, képességeinek, érdeklődésének megfelelő nevelésben és oktatásban részesüljön, képességeihez mértén tovább tanuljon, valamint tehetségének felismerése és fejlesztése érdekében alapfokú művészetoktatásban vegyen részt. Az alapfokú művészetoktatás a művészi kifejezőkészségeket alapozza meg, illetve felkészít a szakirányú továbbtanulásra. A művészetoktatás fontos szerepet tölt be a nemzeti hagyományok ápolásában, a nemzeti értékek megőrzésében, a különböző kultúrák iránti nyitottság kialakításában.

2. A közoktatásról szóló törvény 8/B. § (5) bekezdésében foglaltak alapján az alapfokú művészetoktatási intézményekben folyó nevelő és oktató munka, illetve a helyi tanterv a művelődési és közoktatási miniszter által - művészeti áganként - kiadott alapfokú művészetoktatás követelményei és tantervi programjára épül.

Az alapfokú művészetoktatás követelménye a művészeti-kulturális műveltség azon továbbépíthető alapjait tartalmazza, amelyeket ezekben az intézményekben elsajátíthat minden tanuló. A követelmény és a tantervi program szakít a központi tantervi szabályozás formájával, ehelyett alap a helyi tantervek, a tantárgyi programok kidolgozásához.

3. A követelmény a tartalmi szabályozást úgy valósítja meg, hogy az egységesítést szolgáló közös alpra az iskolák, a pedagógusok, a tanulók sokféle, differenciált tevékenysége épülhessen.

Lehetőséget ad az iskolafenntartók, a szülők, a tanulók érdekeinek, a pedagógusok szakmai törekvéseinek érvényesítésére, valamint az adott körülmények, feltételek figyelembevételére. Lehetővé teszi, hogy az iskolák és a tanulók a tananyag feldolgozásához, elmélyítéséhez és kiegészítéséhez, a követelmények teljesítéséhez, sajátos szükségleteik, igényeik kielégítéséhez megfelelő idővel rendelkezzenek. E célok érdekében a tantervi program és óraterve az egységes követelményeket úgy állapítja meg, hogy azok teljesítéséhez - átlagos feltételek mellett - a jogszabályokban meghatározott képzési idő keretében lehetőség nyíljon kiegészítő tartalmak és követelmények meghatározására is.

4. A követelmény és tantervi program lehetővé teszi különböző tankönyvek, segédletek és taneszközök alkalmazását, illetve az iskolai pedagógiai programok és a helyi tantervek kidolgozását, ezeket a tartalmi szabályozás elengedhetetlen részeként kezeli.

Irányelvek

1. Az alapfokú művészetoktatási intézmény a zeneművészet, táncművészet, képző- és iparművészet, valamint a színművészet és bábművészet területei iránt érdeklődő tanulók számára biztosítja készségeik, képességeik fejlesztését, az alkotó és önkifejező képességeik kibontakoztatását, tehetségük gondozását. Az alapfokú művészetoktatás követelménye és tantervi programja (a továbbiakban: követelmény és tantervi program) a speciális művészeti készségek és ismeretek fejlesztését képező tartalmakat és tudásszintet meghatározó alapdokumentum. A követelmény és tantervi program segítséget nyújt ahhoz, hogy az alapfokú művészetoktatás valamennyi hazai iskolájában az alapvető nevelési és oktatási tartalmak egységesen és arányosan érvényesüljenek.

2. A követelmény és tantervi program határozza meg azon kötelező és alapvető tartalmakat, amelyek adott művészeti ágon belül az alapfokú művészetoktatási intézmények közötti átjárhatóságot biztosítják. Az egységesítést szolgáló közös alapra építhetik az alapfokú művészetoktatási intézmények pedagógiai programjukat és tantervüket, melyet a helyi igények és célok figyelembevételével fogalmazhatnak meg.

3. Az alapfokú művészetoktatás olyan fejlesztőpedagógiát képvisel, amelyben a hangsúly a meghatározott követelmények teljesítésével történő képességfejlesztésen van. A tananyag a különböző művészeti területek azon alapvető tartalmait foglalja magába, amelyek elengedhetetlenül szükségesek a zene-, a tánc-, a képző- és iparművészeti, valamint a szín- és bábművészeti műveltség megalapozásához. A tananyag eszköz a tanulók értelmi, érzelmi és kifejezőképességeinek fejlesztésében. A művészetoktatás a készség- és képességfejlesztést, az ismeretgazdagítást, a személyiségformálás eszközeként kezeli, követelményeit a gyermek életkori fejlődési jellemzőihez igazítja.

4. A művészetoktatás tantervi programja az egyes művészeti területek követelményeire, a művészeti ágak sajátos nevelési és oktatástörténeti értékeire, a művészeti nevelés tapasztalataira, a művészetpedagógiai és művészetpszichológiai kutatások eredményeire, a magyar művészeti nevelés nemzetközileg is elismert gyakorlatára épül.

Az alapfokú művészeti nevelés szerepe a tanulók személyiségfejlesztésében

1. A művészeti tevékenység mint minden tevékenység magában hordozza a személyiségformálás specifikus lehetőségét. A művészeti nevelés alapja a nemzeti és egyetemes kultúra és a mindennapi élet esztétikai jelentéssel bíró tartománya. A művészeti nevelés biztosítja a tanulás személyes tapasztalati módját. A tanulók élményszerűen tapasztalhatják meg a művészeti stílusok és irányzatok sokszínűségét, valamint azokat a kifejezési formákat, amelyek a zeneművészetben, táncművészetben, képző- és iparművészetben, valamint a színművészetben és bábművészetben ötvöződnek.

2. Az alapfokú művészeti nevelés feltárja a művészet megörökítő, átörökítő szerepét, megérteti, hogy az alkotás a legértékesebb emberi alapképesség.

3. A művészeti nevelés megalapozza a tanuló esztétikai szemléletét, kommunikációs képességét, az értékes alkotások iránti igényét. A rendszeresen átélt pozitív élmények alakítják ki azokat az emberi tulajdonságokat, magatartási szokásokat, melyek a művészetek területén az eredményes szereplés összetevői.

4. A művészeti nevelés az alkotó típusú tevékenységek megismertetése által járul hozzá az akarati, az alkotó-alakító cselekvőképesség fejlesztéséhez.

5. A nemzeti, etnikai kisebbséghez tartozót segíti abban, hogy megtalálja, megőrizze és fejlessze identitását, vállalja máságát, elfogadja és másoknak is megmutassa a kisebbség értékeit, erősítse a közösséghez való kötődést.

Az alapfokú művészetoktatás követelményrendszerének értelmezése

1. E dokumentum a teljesítendő, elvárható követelmények tartalmát, mélységét az egyes szakaszok végére tervezi. A követelmények az alapfok és a továbbképző évfolyam befejezésére írják elő a tanulóktól elvárható alapvető tudást, ezzel lehetőséget kíván adni a tanulók tudásának elmélyüléséhez, az egyéni fejlődési különbségek, gyorsabb vagy lassúbb tanulási tempó figyelembevételéhez.

2. A követelmény és tantervi program a nélkülözhetetlen ismeretek megértésére, feldolgozására, rendszerezésére, kellő elsajátítására, s ezzel párhuzamosan azok alkalmazására helyezi a hangsúlyt. Mindezzel a tanulóknak az ismeretek eredményes alkalmazását lehetővé tevő jártasságait, készségeit, a tevékenységek széles körében

érvényesíthető képességeit, azok fejlődését, fejlesztését kívánja megalapozni úgy, hogy az életkori sajátosságoknak megfelelően, egymásra épülően határozza meg a követelményszinteket.

3. A követelmények meghatározásának célja az, hogy a különböző intézményekben azonosan érvényesüljenek az elvárások. A követelmények jelzik azokat a feladatokat és feltételeket, amelyeket minden alapfokú művészetoktatási intézménynek teljesítenie, biztosítania kell.

4. A követelmények az egyes tanszakokon az adott szakaszokban (alapfok, továbbképző) a tanulók elérendő tudását, készség szintjét határozzák meg.

5. A követelmény és tantervi program kötelező jellege azt jelenti, hogy a különböző helyi tantervekben olyan tananyagokat, tevékenységeket kell előtérbe állítani, amelyek megalapozzák az általános és részletes követelmények megvalósítását.

TÁNCMŰVÉSZETI ÁG

AZ ALAPFOKÚ TÁNCMŰVÉSZETI OKTATÁS CÉLRENDSZERE ÉS FUNKCIÓI

1. Az alapfokú művészetoktatás követelménye és tantervi programja lehetőséget nyújt a tanulók mozgásműveltségének és mozgáskultúrájának sokirányú fejlesztésére, fizikai állóképességének, ügyességének, cselekvő biztonságának, ritmusérzékének, hallásának, tér- és formaérzékének fejlesztésére, gazdagítására. Egészséges életmódra, magabiztosságra, határozottságra, érzelmi nyitottságra neveli. Hozzájárul, hogy a tanulók személyisége nyitottá váljon a közösségi alkotó tevékenység és a művészetek iránt. Kibontakoztatja a tanulók kreativitását, improvizációs képességét, készségét.

2. A program keretében folyó táncművészeti nevelés alkalmat ad a táncművészet különböző műfajai iránt érdeklődő és fogékony tanulók képességeinek fejlesztésére, biztosítja a különböző művészeti szakterületeken való jártasságok megszerzését és gyakorlását. Figyelembe veszi az életkorra jellemző fizikai és szellemi sajátosságokat, a tanulók érdeklődésére, tapasztalataira, folyamatos technikai fejlődésére építve gyarapítja ismereteiket, fejleszti képességeiket és alakítja készségeiket. Az alapfokú és továbbképző évfolyamokon képességeiktől és a szorgalmuktól függően fejleszthetik tánctechnikai, előadói műveltségüket és különféle szakirányú területeken szerezhetnek jártasságot.

3. A táncművészeti oktatás célja, hogy felkészítse és irányítsa a tehetséges tanulókat a táncművészeti pályára, illetve az amatőr táncéletbe való bekapcsolódásra. A múlt és a jelen hagyományainak és táncművészeti értékeinek megismertetésével és megszerettetésével lehetőséget teremt a tanulók számára életkoruknak megfelelő táncművészeti kultúra és műveltség megszerzésére.

AZ ALAPFOKÚ TÁNCMŰVÉSZETI KÉPZÉS STRUKTÚRÁJA

MODERN-KORTÁRS TÁNC TANSZAK

A képzés ideje: 12 év

Évfolyamok száma: 12 év

Óraterv

| Tantárgy | Évfolyamok | | | | | | | | | | | |
|-----------------------------|------------|----|---------|----|----|----|----|----|-------------|-----|-----|-----|
| | Előképző | | Alapfok | | | | | | Továbbképző | | | |
| | 1. | 2. | 1. | 2. | 3. | 4. | 5. | 6. | 7. | 8. | 9. | 10. |
| Modern tánc tantárgyak | | | | | | | | | | | | |
| Táncelőkészítő gimnasztika | 4 | 4 | | | | | | | | | | |
| Esztétikus testképzés | | | 4 | 4 | | | | | | | | |
| Jazz-technika | | | | | 4 | 4 | 4 | 4 | | | | |
| Graham-technika | | | | | | | | | 1-2 | 1-2 | | |
| Limón-technika | | | | | | | | | | | 1-2 | 1-2 |
| Kontakt-technika | | | | | | | | | 1-2 | 1-2 | | |
| Modern jazz-technika | | | | | | | | | | | 1-2 | 1-2 |
| Improvizáció | | | | | | | | | 1 | 1 | 1 | 1 |
| Kompozíció | | | | | | | | | | | 1 | 1 |
| Tánc történet | | | | | | | | | 1 | 1 | | |
| Összesen | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4-6 | 4-6 | 4-6 | 4-6 |
| Kortárs tánc tantárgyak | | | | | | | | | | | | |
| Kreatív gyermektánc | 2 | 2 | 2 | 2 | | | | | | | | |
| Kortárs tánc 1 | | | | | 4 | 4 | 4 | 4 | | | | |
| Kortárs tánc 2 | | | | | | | | | 1-2 | 1-2 | 1-2 | 1-2 |
| Graham- vagy Limón-technika | | | | | | | | | 1-2 | 1-2 | | |
| Kontakt technika | | | | | | | | | 1 | 1 | 1-2 | 1-2 |
| Improvizáció | | | | | | | | | | | 1 | 1 |
| Kompozíció | | | | | | | | | | | 1 | 1 |
| Tánc történet | | | | | | | | | 1 | 1 | | |
| Összesen | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4-6 | 4-6 | 4-6 | 4-6 |

A tanszak tantárgyai

A modern-kortárs tánc tanszak 12 éves képzése során a tanulók megismerkedhetnek az igen összetett és sokrétű, több irányzatot felvonultató modern-kortárs tánc világával. Az intézmények a modern tánc, illetve a kortárs tánc oktatása közül saját lehetőségeik alapján választhatnak.

Kötelező tantárgyak:

Modern tánc

- Táncelőkészítő gimnasztika
- Esztétikus testképzés
- Jazz-technika
- Graham-technika
- Limón-technika
- Kontakt-technika
- Modern jazz-technika
- Improvizáció
- Kompozíció
- Tánc történet

Kortárs tánc

- Kreatív gyermektánc
- Kortárs tánc 1.
- Kortárs tánc 2.
- Graham-technika
- Limón-technika
- Kontakt-technika
- Improvizáció
- Kompozíció
- Tánc történet

A táncművészeti oktatás kötelezően előírt tantárgyai és azok óraszámai figyelembevételével mellett a tanulók más művészeti ág (zeneművészeti, képző- és iparművészeti, szín- és bábművészeti) képzésébe is bekapcsolódhatnak, illetve azok központilag meghatározott tanítási óráin is részt vehetnek.

AZ ALAPFOKÚ TÁNCMŰVÉSZETI OKTATÁS ÁLTALÁNOS FEJELSZTÉSI KÖVETELMÉNYEI

Fejlessze

- a gyerekek és fiatalok mozgáskultúráját,
- testi-lelki állóképességét,
- kapcsolatteremtő képességét.

Neveljen

- egészséges, jó tartású, jó mozgású tanulókat,
- táncművészetet értő közönséget,
- táncot szerető fiatalokat.

Készítsen fel

– a szakirányú továbbtanulásra.

Az alapfokú táncművészeti oktatásnak nem célja a hivatásos és versenytáncos képzés, de célja a tehetséges tanulók pályára irányítása, valamint az amatőr táncéletbe való bekapcsolódásra ösztönzése.

A MŰVÉSZETI ALAPVIZSGA ÉS ZÁRÓVIZSGA ÁLTALÁNOS KÖVETELMÉNYEI

1. Az alapvizsgára és záróvizsgára bocsátás feltételei

Művészeti alapvizsgára az a tanuló bocsátható, aki az alapfokú művészetoktatási intézmény utolsó alapfokú évfolyamát sikeresen elvégezte és a vizsgára jelentkezett.

Művészeti záróvizsgára az a tanuló bocsátható, aki az alapfokú művészetoktatási intézmény utolsó továbbképző évfolyamát sikeresen elvégezte, és a vizsgára jelentkezett.

2. A művészeti alapvizsga és záróvizsga követelményei, feladatai meghatározásának módja

A művészeti alapvizsga és záróvizsga követelményeit, vizsgafeladatait – valamennyi vizsgatantárgy tekintetében – az alapfokú művészetoktatás követelményei és tantervi programja figyelembevételével kell meghatározni.

A művészeti alapvizsga és záróvizsga feladatait a követelmények alapján a vizsgát szervező intézmény állítja össze oly módon, hogy azokból mérhető és elbírálható legyen a tanuló felkészültsége és tudása.

A művészeti alapvizsga és záróvizsga feladatait a vizsgabizottság elnöke hagyja jóvá, amennyiben az nem felel meg a követelményeknek, átdolgoztathatja.

3. A művészeti alapvizsga és záróvizsga egyes részei alóli felmentés

Mentesülhet (részlegesen vagy teljes mértékben) az adott tantárgyból a művészeti alapvizsga, illetve záróvizsga letétele alól az a tanuló, aki az országos művészeti tanulmányi versenyen – egyéni versenyzőként, illetve párban – a versenyfelhívásban meghatározott helyezést, teljesítményt, szintet elérte.

Ha a tanuló már rendelkezik a táncművészeti ág valamelyik tanszakán tánc történet tantárgyból megszerzett művészeti záróvizsga-bizonyítvánnyal, akkor az adott tantárgyból a vizsga alól felmentés adható.

4. Előrehozott vizsga

Az alapfokú művészetoktatási intézmény tanulói számára előrehozott vizsga is szervezhető.

Előrehozott művészeti alapvizsga, illetve záróvizsga az egyes tantárgyra előírt iskolai tanulmányi követelmények teljesítése után, a tanulói jogviszony fennállása alatt, az iskolai tanulmányok teljes befejezése előtt, egyes vizsgatárgyból első alkalommal tett művészeti alapvizsga, illetve záróvizsga.

Táncművészeti ágon tánc történet tantárgyból előrehozott záróvizsga szervezhető.

5. A művészeti alapvizsga és záróvizsga minősítése

A tanuló teljesítményét a művészeti alapvizsgán és a záróvizsgán vizsgatantárgyanként külön-külön osztályzattal kell minősíteni.

A művészeti alapvizsga, illetve záróvizsga eredményét a vizsgatantárgyakból kapott osztályzatok számtani közepe adja. Ha az átlagszámítás eredménye öt tizedre végződik, a végső eredmény meghatározásában a gyakorlati tantárgyból kapott osztályzat a döntő.

Amennyiben az intézmény előrehozott művészeti alapvizsgát vagy záróvizsgát szervez, úgy annak eredményét a tanuló kérésére a művészeti alapvizsgán és záróvizsgán figyelembe kell venni.

Eredményes művészeti alapvizsgát, illetve záróvizsgát tett az a tanuló, aki valamennyi előírt vizsgatantárgy vizsgakövetelményeit teljesítette.

Sikertelen a művészeti alapvizsga, illetve a záróvizsga, ha a tanuló valamely vizsgarészből, illetve vizsgatantárgyból elégtelen érdemjegyet kapott. Sikertelen vizsga esetén a tanulónak csak abból a vizsgarészből, illetve vizsgatantárgyból kell javítóvizsgát tennie, amelynek vizsgakövetelményét nem teljesítette.

MODERN TÁNC TANSZAK

CÉLOK, FELADATOK, SZAKMAI KÖVETELMÉNYEK

A modern tánc tanszak célja, hogy a tánctechnikák megismerése és az előírt tananyag elsajátítása mellett fejlessze a tanuló önálló, kreatív kapcsolatteremtő képességét, a személyiségét.

Feladata

Ismertesse meg a tanulóval

- a modern táncművészet főbb irányzatait,
- az irányzatok technikai alapelemeit,
- a különböző technikák jellegzetes koordinációját és variációs lehetőségeit,
- a mozgáselemek végrehajtásának meghatározott szabályait,
- a harmonikus, esztétikus kivitelezés módjait.

Fejlessze a tanuló

- technikai adottságait,
- mozgásmemóriáját,
- koncentrálókéességét,
- muzikalitását,
- tér- és formaérzékét,
- előadói készségét,
- személyiségét,
- kapcsolatteremtő képességét.

Alakítsa ki a tanulóban

- a modern táncművészet iránti nyitottságot,
- a dinamikai és érzelmi váltások felismerésének fontosságát,
- a munkában való részvételhez szükséges megfelelő magatartásformát,
- a rendszeres munka igényét,
- az önálló gondolkodás igényét,
- az improvizáció és kompozíció tudatos használatát.

Ösztönözze a tanulót

- az igényes munkára,
- tánc és színházi események látogatására,
- érzelmi nyitottságra,
- egészséges életmódra.

Adjon teret

- a tanuló fantáziájának kibontakozására,
- a kreativitás megnyilvánulására,
- az improvizációs készség kibontására.

Irányítsa a tanulót

- szakirányú továbbtanulásra,
- az amatőr táncéletbe való bekapcsolódásra.

Követelmények az alapfok évfolyamainak elvégzése után

Esztétikus testképzés

A tanuló ismerje

- a gyakorlatok esztétikus, plasztikus végrehajtását,
- a térirányok, térlépcsők gyakorlati alkalmazását,
- a mozgás esztétikai törvényszerűségeit.

Legyen képes

- a tanult mozgásformák önálló, tudatos, plasztikus végrehajtására,
- a tudatos izomtevékenységre, izommunkára, izomérzékelésre,
- a mozgás esztétikai törvényszerűségeinek használatára.

Jazz-technika

A tanuló ismerje

- a tanult technika mozgásanyagát,
- a contraction és release tudatos használatát,
- a technika stílusát és előadásmódját.

Legyen képes

- a technika elemeit, gyakorlatait biztonsággal, stílusosan, harmonikusan bemutatni,
- a technika sajátosságainak megfelelő, önálló, csoportos etűdök, kombinációk, koreográfiák előadására.

Követelmények a továbbképző évfolyamainak elvégzése után

Graham-technika

A tanuló ismerje

- a technika mozgásanyagát,
- speciális gerinchasználatát,
- a contraction-release használatát,
- a technika dinamikai, ritmikai sajátosságait.

Legyen képes

- a technika mozgásanyagának gyakorlatsorokba foglalt bemutatására,
- a technika sajátosságainak megfelelő önálló és csoportos előadására.

Limón-technika

A tanuló ismerje

- a technika alapelemeit, gyakorlatait,
- jellegzetes koordinációját és variációs lehetőségeit,
- a mozgáselemek végrehajtásának meghatározott szabályait.

Legyen képes

- a gyakorlatelemek pontos, tiszta kivitelezésére,
- azok kombinálására,
- a technika dinamikai és érzelmi változásainak figyelembevételével egy koreográfia meggyőző előadására.

Kontakt-technika

A tanuló ismerje

- a technika tanult mozgásanyagát,
- improvizációs és kombinációs lehetőségeit.

Legyen képes

- a gördülékeny és puha izomtónus kialakítására és a föld használatára,
- a technikai elemek tánc közbeni előhívására,
- a kreativitás, az improvizáció és kompozíció tudatos használatára.

Modern jazz-technika

A tanuló ismerje

- a technika speciális gyakorlatait, mozgássorait,
- a technikára jellemző harmonikus, esztétikus kivitelezés módjait.

Legyen képes

- a technika elemeit biztonsággal, stílusosan bemutatni,
- a technika sajátosságainak megfelelő önálló és csoportos előadásra,
- a zene és tánc kapcsolatának megteremtésére.

Improvizáció, kompozíció

A tanuló ismerje

- a tanult technika gyakorlatait,
- a forma, a tér, az idő, a dinamika alkalmazásának lehetőségeit és sajátosságait.

Legyen képes

- a forma, az idő, a tér, a dinamika együttes, komplex alkalmazására,
- kreatív, kapcsolatteremtő improvizációra,
- az improvizáció és kompozíció tudatos használatára.

Tánc történet

A tanuló ismerje

- az adott évfolyam tananyagát:
 - = a táncművészet kimagasló alpműveit,
 - = nagy egyéniségeinek munkásságát,
 - = az egyetemes és nemzetközi tánc történeti folyamatokat.

Legyen képes

- elemezni a táncművészet különböző stílusait,
- a múlt és jelen értékeinek befogadására,
- a társ művészetek iránti érdeklődésre.

A MODERN TÁNC TANSZAK VIZSGAKÖVETELMÉNYEI

A MŰVÉSZETI ALAPVIZSGA KÖVETELMÉNYEI

1. A vizsga részei

A vizsga gyakorlati vizsgából áll.

A gyakorlati vizsga tantárgya és időtartama

Jazz-technika 35–40 perc

2. A vizsga tartalma

A gyakorlati vizsga tartalma:

A vizsga anyaga előre kijelölt és a szaktanár által összeállított és betanított gyakorlatokból áll, melyet a tanulók párosan vagy csoportos formában, önállóan mutatnak be.

Jazz-technika

Izolációs gyakorlatsor a gerincoszlop szakaszainak mozgásával

- fej, váll, törzs izolálása irányokba, körbe, plié beiktatásával külön gyakorlatokban,
- mindhárom testrész izolálása egy gyakorlatban,
- törzshullámok, csípővel, majd fejfel indítva különböző irányokból,
- alulról indított testhullámok – body roll,
- fejfordítások, törzsfordítások karral, plié alkalmazásával, majd törzsdöntésben,
- release – contraction használata, törzsfordításban,
- karnyújtások törzsdöntésben, contraction – release végzésével.

Fekvő és ülő helyzetben végzett gyakorlatok – Giordano tréning

- homorítás – contraction, semleges lüktetés, lábnyújtás fekvésben,
- ruganyozás előre, nyújtott ülésben, felülésben diagonál kartartással,
- törzsvív, majd lábemelést alkalmazó gyakorlatok fekvésben,
- törzsnyújtás, contraction terpeszülésben.

Rövid kombináció, amely tartalmazza a tanult mozgásanyagot.

3. A vizsga értékelése

Jazz-technika gyakorlati vizsga értékelésének általános szempontjai

- a bemutatott tananyag pontos ismerete,
- a gyakorlatok technikai biztonsága,
- a jazz-technika sajátosságainak stílusos bemutatása,
- a kontrakció és a release tudatos használata.

A MŰVÉSZETI ZÁRÓVIZSGA KÖVETELMÉNYEI

1. A vizsga részei

A vizsga gyakorlati és szóbeli vizsgarészekből áll.

1.1. A szóbeli vizsga tantárgya és időtartama:

Tánc történet 10 perc

1.2. A gyakorlati vizsga tantárgya és időtartama:

Modern tánctechnika, a helyi tantervben megjelöltek szerint választhatóan:

- Graham-technika, vagy
- Limón-technika, vagy
- Kontakt-technika, vagy
- Modern jazz-technika 35–40 perc

2. A vizsga tartalma

2.1. A szóbeli vizsga tartalma:

Tánc történet

- a köznapi és művészi mozgás,
- a tánc és a társ művészetek,
- a tánc történet főbb korszakai, a tánc társadalmi szerepének változásai,
- a tánc és a vallások, rítusok (őskor, ókor),

- a tánc és a szórakozás, a tánc és a reprezentáció (ókor, középkor, reneszánsz, barokk),
- a színpadi táncművészet kialakulása (udvari balett),
- romantikus balettek,
- klasszikus balettek,
- modern tánc,
- folklórizmus,
- jelentős hazai együttesek, táncosok, koreográfusok jellemzői,
- az egyetemes tánctörténet legjelentősebb alkotói és műveik.

2.2. A gyakorlati vizsga tartalma

A vizsga anyaga előre kijelölt és a szaktanár által összeállított és betanított gyakorlatokból áll, melyet a tanulók párosan vagy csoportos formában, önállóan mutatnak be.

A helyi tantervben megjelöltek szerint választhatóan:

Graham-technika

Talajon végzett gyakorlatok

- bounces, breathing, contraction, spirál, dölések, hajlások alkalmazásával, különböző testhelyzetekben.

Álló középgyakorlatok

- brushes, weight shift, suspension – testsúlyáthelyezések, plié, contraction – release alkalmazásával.

Diagonális – haladó gyakorlatok

- walks, triplets, ugrások helyben, páros lábbal, skip – ugrások haladva.

A tanult anyagból, a tanár által összeállított kombináció bemutatása.

Limón-technika

Talajgyakorlatok fekvő helyzetben

- a fej, kar, láb, majd a gerinc izolációs gyakorlatai, a gördülések különböző fázisainak összekötése folyamatos mozgással.

Talajgyakorlatok ülő helyzetben

- a fej, kar, láb izolációs használatának összekötése, a láb és karpozíciók használata a gerinc szakaszainak mozgásával összekötve, rugók, gördülések spirál alkalmazásával, a gravitáció használata zuhanásokkal.

Álló középgyakorlatok

- átvezetés az állógyakorlatokhoz, izolációk, kisebb zuhanások plié – relevével, lendülések, suspension és oppozíció kiemelése.

Diagonális – haladó gyakorlatok:

- folyamatos előrehaladás, kis ugrások, láblengetések, egyik lábról a másik lábra történő átugrások alkalmazásával.

Modern jazz-technika

Bázisgyakorlatok

- paralel – en dehors pozícióváltások, relevé, talon, plié, majd rotációk mellkasból, plié, battement tendu, kontrakció 4 fázisban, battement tendu jeté,

fej izoláció, port de bras, twist alkalmazásával, rond de jambe par terre, en l'air, váll izoláció, frappé, adagio, grand battement jeté.

Középgyakorlatok

- rond de jambe par terre haladva, tour gyakorlatok, chaîne, developpé, grand battement jeté.

Kis allegrok

– sauté paralel – en dehors váltva, egylábás sauté, assemblé, sissonne.

Diagonálban haladó gyakorlatok :

– földhasználattal és ugrásokkal kombinálva.

Rövid kombináció a tanult anyagból.

Kontakt-technika

Alaptechnika

– egyéni és páros gyakorlatok földön, középhelyzetekben, állásban

– gurulások variálása, talajtámaszok, gurulások ugrásból, emelések, társ levitele a földre,

– ugrások elkapással mozgássorok alkalmazásával.

Test tudatossági gyakorlatok

– partner grafika és release, súlyáthelyezések különböző pozíciókba.

Térben haladó gyakorlatok

– ugrások, gurulások, zuhanások alkalmazásával.

3. A vizsga értékelése

3.1. Tánc történet szóbeli vizsga értékelésének általános szempontjai:

– a tánc művészi és közhasználatú formáinak ismerete,

– a táncművészet főbb korszakainak ismerete,

– tájékozottság a táncművészet műfajainak jellegzetességeiről,

– a tánc és a társ művészetek kapcsolatának ismerete,

– kiemelkedő alkotók és művek ismerete.

3.2. Modern tánc technika gyakorlati vizsga értékelésének általános szempontjai:

– a tanult tananyag pontos bemutatása,

– a bemutatott gyakorlatok technikai biztonsága.

Graham-technikában:

– a Graham-technika speciális gerinchasználatának tudatossága,

– a technika dinamikai, ritmikai sajátosságainak alkalmazása.

Limón-technikában:

– harmonikus, koordinált bemutatás,

– a stílusnak megfelelő előadásmód,

– a technika dinamikai változásainak bemutatása.

Jazz-technikában:

– harmonikus, koordinált, stílusos előadásmód,

– a zene és a tánc összhangjának megteremtése.

Kontakt-technikában:

– gördülékeny, puha izomtónus,

– helyes földhasználat,

– a partnerrel való felelős együttműködés.

KORTÁRS TÁNC TANSZAK

CÉLOK, FELADATOK, SZAKMAI KÖVETELMÉNYEK

A kortárs tánc tanszak célja, a kortárs tánctechnikák megismerése és az előírt tananyag elsajátítása mellett, a személyiség fejlesztése, az önálló, kapcsolatteremtő improvizáció, kreativitás kialakítása.

Feladata

Ismertesse meg a tanulóval

- a kortárs táncművészet főbb irányzatait,
- az irányzatok technikai alapelemeit,
- a különböző technikák jellegzetes koordinációját és variációs lehetőségeit,
- a mozgáselemek végrehajtásának meghatározott szabályait.

Fejlessze a tanuló

- technikai adottságait,
- mozgásmemóriáját,
- koncentrációképességét,
- muzikalitását,
- kreativitását,
- tér- és formaérzékét,
- előadói készségét,
- személyiségét,
- kapcsolatteremtő képességét.

Alakítsa ki a tanulóban

- a kortárs táncművészetek iránti nyitottságot,
- a dinamikai és érzelmi váltások felismerésének fontosságát,
- a szükséges magatartásformát,
- a rendszeres munka igényét,
- az önálló gondolkodás igényét,
- az improvizáció és a kompozíció tudatos használatát.

Ösztönözze a tanulót

- az igényes munkára,
- a tánc- és színházi események látogatására,
- az érzelmi nyitottságra,
- az egészséges életmódra.

Adjon teret a tanuló

- fantáziájának kibontakozására,
- a kreativitás megnyilvánulására,
- az improvizációs készség kibontására.

Irányítsa a tanulót

- szakirányú továbbtanulásra,
- a továbbképző folytatására,
- az amatőr táncéletbe való bekapcsolódásra.

Követelmények az alapfok évfolyamainak elvégzése után

Kreatív gyermektánc

A tanuló ismerje

- testrészeinek irányított mozgását,
- a test térben való mozgáslehetőségeit,
- az alapvető kapcsolatteremtési formákat.

Legyen képes

- a csoportos munkában való aktív, fegyelmezett közreműködésre,
- a tér, ritmika, dinamika tudatos használatára,
- kapcsolatteremtő improvizációra.

Kortárs tánc 1.

A tanuló ismerje

- a tér, ritmika, dinamika használatát,
- a kapcsolatteremtés technikáit,
- a kortárs tánc lépésanyagát, technikáját.

Legyen képes

- a kortárs tánc mozgásanyagának gyakorlatsorokba foglalt bemutatására,
- a kombinációk használatára,
- kreativitásának, improvizációs készségének kibontakoztatására.

Követelmények a továbbképző évfolyamainak elvégzése után

Kortárs tánc 2.

A tanuló ismerje

- a tér, ritmika, dinamika magasabb fokú használatát,
- a kapcsolatteremtés és improvizáció technikáit, a kortárs tánc lépésanyagát, technikáját.

Legyen képes

- a kortárs tánc mozgásanyagának gyakorlatsorokba foglalt bemutatására,
- a kombinációk használatára,
- kreativitásának, improvizációs készségének kibontakoztatására,
- személyiségének és kapcsolatteremtésének megfelelő fejlődésére.

Graham-technika

A tanuló ismerje

- a technika tanult mozgásanyagát,
- a gerinc speciális használatát,
- a contraction-release használatát,
- a technika dinamikai, ritmikai sajátosságait.

Legyen képes

- a technika mozgásanyagának gyakorlatsorokba foglalt bemutatására,
- a technika sajátosságainak megfelelő önálló és csoportos előadására.

Limón-technika

A tanuló ismerje

- a technika alapelemeit, gyakorlatait,
- jellegzetes koordinációját és variációs lehetőségeit,
- a mozgáselemek végrehajtásának meghatározott szabályait.

Legyen képes

- a gyakorlatalemek pontos és tiszta kivitelezésére, azok kombinálására,

- a technika dinamikai és érzelmi változásainak figyelembevételével egy koreográfia meggyőző előadására.

Kontakt-technika

A tanuló ismerje

- a technika tanult mozgásanyagát,
- improvizációs és kombinációs lehetőségeit.

Legyen képes

- a gördülékeny és puha izomtónus kialakítására és föld használatára,
- a technikai elemek tánc közbeni előhívására,
- a kreativitás, az improvizáció és a kompozíció tudatos használatára.

Improvizáció, kompozíció

A tanuló ismerje

- a tanult technika gyakorlatait, témaköreit, feladatait,
- a forma, tér, idő, a dinamika alkalmazásának lehetőségeit, sajátosságait.

Legyen képes

- a forma, tér, idő, dinamika együttes, komplex alkalmazására,
- kreatív, kapcsolatteremtő improvizációra,
- az improvizáció és a kompozíció tudatos használatára.

Kompozíció

Legyen képes önálló és csoportos kompozíciók, koreográfiák készítésére.

Tánc történet

A tanuló ismerje

- az adott évfolyam anyagát:
 - = a táncművészet kimagasló alapműveit,
 - = a nagy egyéniségek munkásságát,
 - = az egyetemes és nemzetközi tánc történeti folyamatokat.

Legyen képes

- elemezni a táncművészet különböző stílusait,
- a múlt és jelen értékeinek befogadására,
- a társművészetek iránti érdeklődésre.

KORTÁRS TÁNC TANSZAK VIZSGAKÖVETELMÉNYEI

A MŰVÉSZETI ALAPVIZSGA KÖVETELMÉNYEI

1. A vizsga részei

A vizsga gyakorlati vizsgából áll.

1.1. A gyakorlati vizsga tantárgya és időtartama

Kortárs tánc 1. 35–40 perc

2. A vizsga tartalma

A gyakorlati vizsga tartalma:

A vizsga anyaga előre kijelölt és a szaktanár által összeállított és betanított gyakorlatokból áll, melyet a tanulók párosan vagy csoportos formában, önállóan mutatnak be.

Kortárs tánc 1.

Gerincmozgató fekvő gyakorlatok

- szimmetrikus mozgások, a gerinc szakaszainak izolált mozgatása a természetes S görbülettel harmonizálva és ellentétesen,
- gerincmozgató és a légzés összehangolásának gyakorlatai.

Testpozíciók bejáratása

- alapvető testpozíciók – emelkedő nehézségű sorrendben történő gyakorlatai fekvő, szimmetrikus-aszimmetrikus lépések felhasználása, térdhajlítás, térdelés, demi és grand plié, paralel állás, relevé alkalmazásával.

Törzsgyakorlatok

- vezetett, ejtett, és közepes lendületű mozgások, döntés, hajlítás, nyújtott-hajlított lábon, talpon, féltalpon.

Lábbal végzett gyakorlatok

- tendu, jeté, frappé, rond de jambe típusú mozgások használata, láb- és törzsmunka egyidejű alkalmazása.

Adagio

- balance, irányok használatával.

Ugrásgyakorlatok

- ugrások irányokban, diagonálban, jeté, assemblé, sissonne típusú ugrások alkalmazása, lábról más testrészre és más testrészről lábra, haladó – nem haladó ugrások kombinálása.

Forgásgyakorlatok

- 1/4, 1/2, 3/4, és egész fordulatok, forgások feltámasztási pontok szerint,
- forgások irányok szerint meghatározva, a tanult forgások kombinálása.

3. A vizsga értékelése

Kortárs tánc 1. gyakorlati vizsga értékelésének általános szempontjai:

- a tananyag pontos ismerete,
- a testtudat megfelelő elsajátítása,
- a gyakorlatsorok stílusos bemutatása,
- technikai biztonság.

A MŰVÉSZETI ZÁRÓVIZSGA KÖVETELMÉNYEI

1. A vizsga részei

A vizsga gyakorlati és szóbeli vizsgarészekből áll.

1.1. A szóbeli vizsga tantárgya és időtartama

Tánc történet 10 perc

1.2. A gyakorlati vizsga tantárgya és időtartama

Kortárs tánc 2. 35–40 perc

2. A vizsga tartalma

2.1. A szóbeli vizsga tartalma:

Tánc történet

- a köznapi és művészi mozgás,
- a tánc és a társművészetek,
- a tánc történet főbb korszakai, a tánc társadalmi szerepének változásai,
- a tánc és a vallások, rítusok (őskor, ókor),
- a tánc és a szórakozás, a tánc és a reprezentáció (ókor, középkor, reneszánsz, barokk),
- a színpadi táncművészet kialakulása (udvari balett),
- romantikus balettek,
- klasszikus balettek,
- modern tánc,
- folklórizmus,
- jelentős hazai együttesek repertoárjának jellemző stílusjegyei,
- az egyetemes tánc történet legjelentősebb alkotói és műveik.

2.2. A gyakorlati vizsga tartalma:

A vizsga anyaga előre kijelölt és a szaktanár által összeállított és betanított gyakorlatokból áll, melyet a tanulók párosan vagy csoportos formában, önállóan mutatnak be.

Kortárs tánc 2.

Fekvő helyzetben végzett gyakorlatok

- felgördülések, a gerinc szakaszos mozdítása, a lábak terhelés nélküli mozgása, oldalt és hason fekvő helyzetek, spirális elfordulások, izolációk.

Testpozíciókat bejáró gyakorlatok

Gerinc-szakaszokat megmozgató gyakorlatok

Lábizületeket bejáró gyakorlatok, álló helyzetben

- paralelek, en dehors, váltott dinamikával, ritmikával.

Gerinc és lábmozgásokat kombináló gyakorlatok álló helyzetben

- balance helyzetek beiktatása, fordulatok alkalmazása.

Adagio

- off balance helyzetek, fordulatokkal.

Forgások

- helyben és kilépéssel.

Ugrások

- helyben és haladással.

Diagonál gyakorlatok kombinációs formában.

3. A vizsga értékelése

3.1. Tánc történet szóbeli vizsga értékelésének általános szempontjai:

- a tánc művészi és közhasználatú formáinak ismerete,
- a táncművészet főbb korszakainak ismerete,
- tájékozottság a táncművészet műfajainak jellegzetességeiről,
- a tánc és a társművészetek kapcsolatának ismerete,
- kiemelkedő alkotók és művek ismerete.

3.2. Kortárs tánc 2. gyakorlati vizsga értékelésének általános szempontjai:

- a tananyag pontos ismerete,
- a gyakorlatok stílusos bemutatása,
- a gerinc, a lábmozgás lehetőségeinek ismerete, testtudat,
- a személyiség és kapcsolatteremtés lehetőségeinek használata.

MODERNTÁNC TANSZAK

AZ ALAPFOKÚ MODERNTÁNCOKTATÁS CÉLRENDSZERE ÉS FUNKCIÓI

A XXI. század társadalmi elvárásainak következtében állandóan alakuló, formálódó tánckultúrák megjelenési formájának központi kérdése az önálló individuummal rendelkező ember. A testi, szellemi valamint lelki folyamatokra épülő mozgás megnyilvánulási formái elősegítik az emberi kapcsolatok kialakulását, az értelmi és érzelmi képességek kibontakoztatását és az önfejlesztés lehetőségének megélését

A moderntánc oktatása megteremti a harmonikus, egészséges személyiséggel rendelkező, társas kapcsolatokban jártas embert. Nyitott és értő közönséget nevel, miközben biztosítja a hivatásos pályaeorientációt

A technikai képzés elősegíti az oktatási folyamatban résztvevők számára a saját adottságaik szerinti képességfejlesztést. Az évenként meghatározott fejlesztési feladatok és a tananyag spirális elrendeződése lehetővé teszi az összevont osztályokban történő oktatást és nagyobb szabadságot teremt a pedagógus számára az oktatási folyamat megszervezése során

A képzés struktúrája

Tantárgyak

Főtárgy:

Berczik–technika (1–2. előképző évfolyamon, 1–2. alapfokú évfolyamon)

Jazz–technika (3–6. alapfokú évfolyamon és a 7–10. továbbképző évfolyamon)

Kötelező tantárgy:

Kreatív gyermektánc (1–2. előképző évfolyamon, 1–2. alapfokú évfolyamon)

Limón–technika (5–6. alapfokú évfolyamon)

Tánc történet (9–10. továbbképző évfolyamon)

Kötelezően választható tantárgy: az összevont osztályokban:

Tánc történet

Limón–technika

Választható tantárgyak:

Kreatív gyerektánc (1–2. előképző évfolyamon, 1–2. alapfokú évfolyamon)

Berczik–technika (1–2. előképző évfolyamon, 1–2. alapfokú évfolyamon)

Jazz–technika (3–6. alapfokú évfolyamon)

Kontakt improvizáció (5–6. alapfokú évfolyamon)

Lábán–technika (7–8. továbbképző évfolyamon)

Repertoár (7–10. továbbképző évfolyamon)

Graham–technika (9–10. továbbképző évfolyamon)

Improvizáció és kompozíció (9–10. továbbképző évfolyamon)

Óraterv

| Tantárgy | Évfolyamok | | | | | | | | | | | |
|---------------------------------|------------|----|---------|----|-----|-----|-----|-----|-------------|-----|----|-----|
| | Előkészítő | | Alapfok | | | | | | Továbbképző | | | |
| | 1. | 2. | 1. | 2. | 3. | 4. | 5. | 6. | 7. | 8. | 9. | 10. |
| Főtárgy | 1 | 1 | 3 | 3 | 3–4 | 3–4 | 3–4 | 3–4 | 3–4 | 3–4 | 3 | 3 |
| Kötelező tantárgy | 1 | 1 | 1 | 1 | | | 1 | 1 | | | 1 | 1 |
| Kötelezően választható tantárgy | | | | | 1–2 | 1–2 | | | 1 | 1 | | |

| | | | | | | | | | | | | |
|----------------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| Választható tantárgy | 2 | 2 | 1-2 | 1-2 | 1-2 | 1-2 | 1-2 | 1-2 | 1-2 | 1-2 | 1-2 | 1-2 |
| Összes óra: | 2-4 | 2-4 | 4-6 | 4-6 | 4-6 | 4-6 | 4-6 | 4-6 | 4-6 | 4-6 | 4-6 | 4-6 |

A fenti táblázat Összes óra rovatában az első számok az ajánlott heti minimális óraszámra, míg a második helyen szereplő számok a szakmai program optimális teljesítéséhez szükséges időre utalnak

A képzés évfolyamainak száma: 12 évfolyam (2+6+4 évfolyam)

Az első számjegy az előképző, a második számjegy az alapfok, a harmadik számjegy a továbbképző évfolyamainak számát jelenti.

A tanszak kötelezően előírt tantárgyai és azok óraszámai figyelembevételével mellett a tanuló más tanszak valamint más művészeti ág képzésébe is bekapcsolódhat illetve azok tanítási óráin részt vehet.

A tanítási órák időtartama: 45 perc

A MODERNTÁNC ÁLTALÁNOS FEJLESZTÉSI KÖVETELMÉNYEI

Kiemelt kompetenciák a moderntánc területén

Szakmai kompetenciák

A táncos képességek, készségek, jártasságok, kialakítása és fejlesztése

A tér, idő, energia rendszereinek, törvényszerűségeinek, szabályainak az életkori sajátosságoknak megfelelő ismerete és tudatos alkalmazása

A táncstílusok és technikák általánosan jellemző vonásainak ismerete és gyakorlati alkalmazása

A mozgásmemória fejlesztése és a stílusérzék kialakítása

Az improvizációs készség kialakítása és fejlesztése

A színpad és a színpadi jelenlét általános törvényszerűségeinek megismertetése

Tudatos előadói, táncos magatartás kialakítása és fejlesztése az életkori sajátosságoknak és az előképzettségnek megfelelően

A táncművészet legfontosabb irányzatainak, korszakainak és művészeti alkotásainak megismerése és tudatos értelmezése

A művészetek és társművészetek megismerése iránti igény kialakítása

Személyes kompetenciák

Az esztétikai érzék kialakítása és fejlesztése

A zenei ízlésformálás

A tudatos és rendszeres munkára nevelés

Nyitottságra és művészi alázatra nevelés

Folyamatos ismeretbővítés valamint analízáló és szintetizáló tudás kialakítása

A vizuális memória fejlesztése és a térben való tájékozódás képességének kialakítása

A testi, lelki állóképesség fejlesztése, a személyiség kibontakoztatása

A kommunikációs csatornák felismerése és alkalmazása

Társas kompetenciák

A csoport és a csoportnorma kialakítása

A csoportos alkotásban való aktív részvétel öröme

A szabálytudat kialakítása

A közösség tagjainak elfogadása és a közösségi szemlélet kialakítása

A társak felé irányuló aktív figyelem kialakítása és fejlesztése

Az egészséges életmódra nevelés

A szocializációs normák kialakítása, a viselkedéskultúra megalapozása
A környezet megóvásának igénye
Módszerkompetenciák
A motivált ismeretbefogadás igényének kialakítása és képességének fejlesztése
A testtudat kialakítása
A hatékony ismeretbefogadásra nevelés és az önálló tanulás képességének kialakítása
Az ok–okozati összefüggések megértése
A kreatív alkotói folyamatokban való részvétel igényének kialakítása
A tehetséggondozás és pályaeorientáció
Az alkalmazott tudás kialakítása, a képzés során elsajátított ismeretek alkalmazása más táncstílusokban és élethelyzetekben

A művészeti alapvizsga és záróvizsga általános követelményei

A művészeti alapvizsgára és záróvizsgára bocsátás feltételei
Művészeti alapvizsgára az a tanuló bocsátható, aki az alapfokú művészetoktatási intézmény utolsó alapfokú évfolyamát sikeresen elvégezte és a vizsgára jelentkezett
Művészeti záróvizsgára az a tanuló bocsátható, aki az alapfokú művészetoktatási intézmény utolsó továbbképző évfolyamát sikeresen elvégezte és a vizsgára jelentkezett

A művészeti alapvizsga és záróvizsga követelményei, feladatai meghatározásának módja
A művészeti alapvizsga és záróvizsga követelményeit, vizsgafeladatait – valamennyi vizsgatantárgy tekintetében – az alapfokú művészetoktatás követelményei és tantervi programja figyelembevételével kell meghatározni
A művészeti alapvizsga és záróvizsga feladatait a követelmények alapján a vizsgát szervező intézmény állítja össze oly módon, hogy azokból mérhető és elbírálható legyen a tanuló felkészültsége és tudása
A művészeti alapvizsga és záróvizsga feladatait a vizsgabizottság elnöke hagyja jóvá

Vizsga tantárgyak
Művészeti alapvizsga
Jazz–technika
Limón–technika
Művészeti záróvizsga
Jazz–technika
Tánc történet

A művészeti alapvizsga és záróvizsga egyes részei alóli felmentés
Mentesülhet az adott tantárgyból a művészeti alapvizsga illetve záróvizsga letétele alól az a tanuló, aki az országos művészeti tanulmányi versenyen – egyéni versenyzőként illetve párban – helyezést ért el

A művészeti alapvizsga és záróvizsga minősítése
A tanuló teljesítményét a művészeti alapvizsgán és a záróvizsgán vizsga tantárgyanként külön–külön osztályzattal kell minősíteni
A művészeti alapvizsga illetve záróvizsga eredményét a vizsga tantárgyakból kapott osztályzatok számtani közepe adja (ha az átlagszámítás eredménye öt tizedre végződik, a végső eredmény meghatározásában a gyakorlati tantárgyból kapott osztályzat a döntő)

Amennyiben az intézmény előrehozott művészeti alapvizsgát vagy záróvizsgát szervez, úgy annak eredményét a tanuló kérésére a művészeti alapvizsgán és záróvizsgán figyelembe kell venni

Eredményes művészeti alapvizsgát illetve záróvizsgát tett az a tanuló, aki valamennyi előírt vizsga tantárgy vizsgakövetelményeit teljesítette

Sikertelen a művészeti alapvizsga illetve a záróvizsga, ha a tanuló valamely vizsgarészből illetve vizsga tantárgyból elégtelen érdemjegyet kapott

Sikertelen vizsga esetén a tanulónak csak abból a vizsgarészből illetve vizsga tantárgyból kell javítóvizsgát tennie, amelynek vizsgakövetelményét nem teljesítette

BERCZIK–TECHNIKA

A Berczik–technika olyan – értékes zenékre, azokkal teljes harmóniában végrehajtott és az esztétikai törvényszerűségeknek megfelelő – gimnasztikai alapú mozgásanyag és tánctехnikai mozgásformák összessége, amely magában foglalja a szükséges és egészséges természetes mozgásfajtákat. Ízlés, jellem és személyiségformáló ereje a pozitív érzelmek felkeltésével kreativitásra, alkotásra, logikus gondolkodásra nevel

Olyan izomérzékelést fejleszt ki, amely később megfelelő önkontrollt biztosít és fokozott plaszticitáshoz vezet, egyben elősegíti a formaérzék és formáltság kialakulását is. Ismereteket ad át a tér, az idő és az erő összetevőiről és a mozgással való kapcsolatukról

A zene és a mozgás összhangja, a zenei periódusokhoz és hangsúlyokhoz való alkalmazkodás külön hangsúlyt kap. A profilaxis, az alkatalakítás és a rekreáció módszere is. A képzés által olyan előkészítést kap a test, amelyre később bármely más tánctехnika is ráépíthető

Előkészítő évfolyamok

1. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- Az izomzat gimnasztikus kidolgozottságának, az ízületek és szakaszok valamint a testrészek egymástól függetlenített mozgásszabadságának, a tudatos mozgáskoordinációnak, az ízületek és szakaszok együttes, egyidejű összehangolásának, a zenei műveltségnek, a zene és a mozgás összehangoltságának fejlesztése.
- Az alkat optimalizálása.
- A formaérzék kialakítása.
- A légzőizmok működésének tudatosítása.
- A testismeret, testtudat, önismeret, helyes énkép kialakítása, az együttműködési, a kommunikációs képességek fejlesztése.
- Az erő, a változatos mozgásdinamika, ritmika alkalmazásának ösztönzése.
- A bemutató szerek használatával célunk az egyéni gondolatok, ötletek felébresztése, a kezűgyesség, a koordinációs technika fejlesztése, a síkok, kartechnikák tanulásának megkönnyítése, az egyéni fantázia kibontakoztatása, az esztétikai hatás fokozása.

Tananyag

Alapgyakorlatok

Járás és futásgyakorlatok kartartásokkal, kargyakorlatokkal körben

A természetes járás, mint a mozgásformák változatainak alapja (Lábvezetés, testsúlyáthelyezés, törzs-, kar kísérő kilengései)

A természetes testtartás, mint a testkidolgozás mozgásanyagának alapja, a helyes tartás kialakítása, tudatosítása, az eltérések korrekciója

Alapjárás, lábujjon-, sarkon-, külső talpélen, hajlított térdel-, nyújtott lábemeléssel járás, érintőjárás, futás térd/sarokemeléssel

Alaptartás, pihenőtartás állásban, ülésben

Középgyakorlatok fentről lefelé haladva, változatos kiinduló helyzetekből, kombinációkkal, variációkkal, szimmetrikus kivitelezésben

Törzsgyakorlatok nagy alátámasztással fekvésben, ülésben: a gerincoszlop nyaki-, háti-, központi- és keresztcsonti szakaszának nagyobb egységeiben történő átmozgatása, változatos dinamikai és ritmikai feladatokkal kombinálva

Törzsdöntés, törzsdőlés, rész- és teljes törzshajlítás

Ülésmódok

Kar-, kéz- és ujjgyakorlatok a legváltozatosabb ülésekben, szimmetrikusan

A lapocka és felkar, az alkar, a kézfej és az ujjak az anatómiai lehetőségek szerint végrehajtható mindenirányú foglalkoztatása: emelés, fordítás, körzés, hajlítás, nyújtás, távolítás, összezárás, takarás, a gyakorlatok segítése, az előadásmód finomítása

Az alsó végtag gyakorlatai ülésben, fekvésben

A talp, a lábfej, az ujjak, az alsó lábszár, a felső lábszár izmainak megfelelő erősítése, a természetes tartás, a helyes járás kialakítása, a deformációk megelőzése, kiküszöbölése: átgördülés, körzés, behúzás-nyújtás, távolítás, hajlítás, emelés, körzés, fordítás

Szökdelő gyakorlatok, lendületvételek

Kiegészítő gyakorlatok és feladatok

Koordinációs és táncos feladatok

Népi játékok és néptánc egyszerű lépéseinek és dallamainak felhasználásával végzett gyakorlatok

Improvizáció, szabadtánc: az egyes mozgásformák változatos testhelyzetekben való gyakorlása a tanult motívumok, gyakorlatok alapján saját, egyéni mozgásrendszere és mozgáskulesai segítségével a zene által keltett gondolatok táncban történő kifejezése

Etűd: az egyes mozgásformák változatos testhelyzetekben való gyakorlása érdekében a tanár által készített etűd elsajátítása

Bemutató szerek használata a középgyakorlatokban

Tanévenként egy fő szer választható: simlabda, fél-karika, 2 db ritmusbot (kiegészítő lehet a korong, a dob a négy évfolyamon végig)

Ismerkedés a mozgás esztétikai tényezőivel

Tér: a testrészek egyidejű egymáshoz való viszonya a térben

Mozdulatplasztika: a mozdulat iránya (a relatív fő front, konkrét irányskála), magassági foka, hajlítási szöge

A mozgásfolyamat rendezettség, a mozdulatok egymáshoz való viszonya: a moduláció, a térrajz

Idő: a mozdulatok egyidejű időbelisége, a mozdulat ritmikája: metrum, ritmus, tempó és összhangja

A mozgásfolyamat egymásutánosságának időbeli rendje. motívum, mondat, periódus

Erő: a mozdulatrészek egyidejű egymáshoz való viszonya az erőadagolás szempontjából

A feszülő skála erőváltozatai: vezetett, ellenálló, fékezett, hangsúlyozott, rögzítő

A lazító skála erőváltozatai: ernyesztés, rázás, ejtés, esés

Ezek kombinációja: lendítés, ruganyozás

A mozgásfolyamat egymásutánosságának erőbeli rendje, hangsúlyelhelyezések, erősítés-gyengítés

Követelmények

A tanuló ismerje a gyakorlatok esztétikus, plasztikus végrehajtásának elveit, a térirányok, térlépcsők alkalmazását, a mozgás esztétikai törvényszerűségeit a korosztálynak megfelelő szinten

Legyen képes az ízületek és nagyobb szakaszok egymástól elkülönített mozgatására, függetlenítésére, együttes, egyidejű összehangolására valamint az alap motorikus mozgásokra előre-, hátra-, oldalt-, átlós haladásra és fordulásra. Mozdulatokra a tér mindhárom szintjén. Határozza meg és használja a saját terét, hajtson végre mozgásokat egyenes és íves vonalon

Legyen képes a tanult mozgásformák önálló, tudatos, kreatív, precíz végrehajtására, a tudatos izommunkára, a mozgás esztétikai törvényszerűségeinek korosztályi szintnek megfelelő, tudatos használatára, alakzatok kialakítására, szabálykövető magatartásra, a feladat- és szerepvállalásra, a tanult mozgásformák és etűdök zenével összehangolt csoportos előadására, társas együttlétre, mások elfogadására, fizikai kontaktus létesítésére

2. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- Az izomzat gimnasztikus kidolgozottságának, az ízületek és szakaszok valamint a testrészek egymástól függetlenített mozgásszabadságának, a tudatos mozgáskoordinációnak, az ízületek és szakaszok együttes, egyidejű összehangolásának, a zenei műveltségnek, a zene és a mozgás összehangoltságának fejlesztése.
- Az alkat optimalizálása.
- A formaérzék kialakítása.
- A légzőizmok működésének tudatosítása.
- A testismeret, testtudat, önismeret, helyes énkép kialakítása, az együttműködési, a kommunikációs képességek fejlesztése.
- Az erő, a változatos mozgásdinamika, ritmika alkalmazásának ösztönzése.
- A bemutató szerek használatával célunk az egyéni gondolatok, ötletek felébresztése, a kéz ügyesség, a koordinációs technika fejlesztése, a síkok, kartechnikák tanulásának megkönnyítése, az egyéni fantázia kibontakoztatása, az esztétikai hatás fokozása.

Tananyag

Bemelegítő járás és futásgyakorlatok kartartásokkal, kargyakorlatokkal körben, alapjáras, lábujjon, sarkon, külső talpélen, hajlított térddel, nyújtott lábemeléssel járás, érintőjáras, passzé járás, hintajáras, futás párhuzamos és terpesztett térd emeléssel, sarokemeléssel

Középgyakorlatok fentről lefelé haladva, változatos kiinduló helyzetekből, kombinációkkal, variációkkal szimmetrikusan

Törzsgyakorlatok nagy alátámasztással fekvésben, ülésben, térdelésben

A fekvő- és ülőhelyzetekben tanult gyakorlatok végrehajtása térdelésben és rövid ideig állásban, nehezített változatban

A mozgásnak és kidolgozásnak megfelelő változatos dinamikai és ritmikai feladatokkal a gerincoszlop nyaki-, háti-, központi- és keresztcsonti szakaszának nagyobb egységeiben, a nehézségi szint, a tempó fokozásával, változó dinamikával

Kargyakorlatok a legváltozatosabb ülésekben, szimmetrikusan: lapocka és felkar, alkar, kézfej és ujjak

Az alsó végtag gyakorlatai ülésben, fekvésben, rúdnál: talp, lábfej, ujjak, alsó lábszár, felső lábszár

Szökdelő gyakorlatok, lendületek, ugrás-előkészítő gyakorlatok

Kiegészítő gyakorlatok és feladatok

Koordinációs, táncos feladatok a magyar néptánc egyszerű lépései és dallamai felhasználásával

Improvizáció–szabadtánc: a test önálló „gondolatainak”, érzéseinek a külső szemlélő által észlelhető kifejezése az addig tanult motívumok, gyakorlatok alapján saját, egyéni mozgásrendszere és mozgáskulcsai segítségével

Etüdkészítés: a tanár által készített etüd elsajátítása és diktálásra bemutatása, önálló etüdkészítés számolásra, rövidebb, egyszerűbb zenei egységekre készített „koreográfia” szólóban

Bemutató szerek használata a középgyakorlatokban

Tanévenként egy fő szer választható: műanyag labda, kiskarika, egy–két kisszalag, bot (kiegészítő lehet: korong, dob a négy évfolyamon végig)

A mozgás esztétikai tényezői: Tér, Idő, Erő

Követelmények

A tanuló ismerje a gyakorlatok esztétikus, plasztikus végrehajtásának elveit, a térirányok, térlépcsők alkalmazását, a mozgás esztétikai törvényszerűségeit

Legyen képes az ízületek és nagyobb szakaszok egymástól elkülönített mozgására, függetlenítésére valamint együttes, egyidejű összehangolására, az alap motorikus mozgásokra, előre–, hátra–, oldalt–, átlós haladásra és fordulásra. Mozdulatokra a tér mindhárom szintjén, határozza meg és használja a saját terét, hajtson végre mozgásokat egyenes és íves vonalon

Legyen képes a tanult mozgásformák önálló, tudatos, kreatív, plasztikus végrehajtására, a tudatos izommunkára, a mozgás esztétikai törvényszerűségeinek tudatos használatára, alakzatok kialakítására, szabálykövető magatartásra, a feladat– és szerepvállalásra, a tanult mozgásformák és etüdok zenével összehangolt csoportos előadására

Legyen képes együttműködésre és társas együttlétre, mások elfogadására és fizikai kontaktus létesítésére

Alapfokú évfolyamok

1. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- Az izomzat gimnasztikus kidolgozottságának, az ízületek és szakaszok valamint a testrészek egymástól függetlenített mozgásszabadságának, a tudatos mozgáskoordinációnak, az ízületek és szakaszok együttes, egyidejű összehangolásának, a zenei műveltségnek, a zene és a mozgás összehangoltságának fejlesztése.
- Az alkat optimalizálása.
- A formaérzék kialakítása.
- A légzőizmok működésének tudatosítása.
- A testismeret, testtudat, önismeret, helyes énkép kialakítása, az együttműködési, a kommunikációs képességek fejlesztése.
- Az erő, a változatos mozgásdinamika, ritmika alkalmazásának ösztönzése.
- A bemutató szerek használatával célunk az egyéni gondolatok, ötletek felébresztése, a kezűgyesség, a koordinációs technika fejlesztése, a síkok, kartechnikák tanulásának megkönnyítése, az egyéni fantázia kibontakoztatása, az esztétikai hatás fokozása.

Tananyag

Bemelegítő járás és futásgyakorlatok kartartásokkal, aszimmetrikus kargyakorlatokkal körben, hintalépés előre–hátra, hárrmaslépés, táncos alapjárással, lábujjon, sarkon, külső talpélen

járás, hajlított térdel, nyújtott lábemeléssel járás, érintőjárás, passzjárás, hintajárás, futás párhuzamos és terpesztett térdemeléssel/sarokemeléssel, galopp, alap tánclépések

Az alsó végtag gyakorlatai rúdnál

Középgyakorlatok fentről lefelé haladva, változatos kiinduló helyzetekből, kombinációkkal, variációkkal, szimmetrikusan

Törzsgyakorlatok fekvésben, ülésben, térdelésben, állásban. A térdelő-, fekvő-, ülőhelyzetekben tanult gyakorlatok végrehajtása állásban, nehezített és kombinált formákban, változatos dinamikai és ritmikai feladatokkal, kisebb gerinc- egységekben, a nehézségi szint, a tempó fokozásával, változó dinamikával

Kargyakorlatok a legváltozatosabb ülésekben, szimmetrikusan

Az alsó végtag gyakorlatai ülésben, fekvésben, térdelésben, állásban

Szökdelő gyakorlatok, lendületek, ugrás-előkészítő gyakorlatok, egyszerűbb ugrások

Kiegészítő gyakorlatok és feladatok

Koordinációs, táncos feladatok

A magyar néptánc egyszerű lépései és dallamai felhasználásával

Improvizáció-szabadtánc-etűdkészítés: számolásra szólóban, párban, rövidebb, egyszerűbb zenei egységre készített „koreográfia” szólóban, majd párban

Önálló feladatként csoportos etűd készítése „központilag adott” és szabadon választott zenére: 1–2 perces, az életkornak megfelelő zenére való saját koreográfiák

Bemutató szerek használata a középgyakorlatokban

Tanévenként egy fő szer választható, itt: műanyag labda, karika, 3 m-es szalag, bot (Kiegészítő lehet: korong, dob a négy évfolyamon végig)

A mozgás esztétikai tényezői: Tér, Idő, Erő

Követelmények

A tanuló ismerje a gyakorlatok esztétikus, plasztikus végrehajtásának elveit, a térirányok, térlépcsők alkalmazását, a mozgás esztétikai törvényszerűségeit

A tanuló legyen képes az ízületek és nagyobb szakaszok egymástól elkülönített mozgatására, függetlenítésére valamint együttes, egyidejű összehangolására, az alap motorikus mozgásokra, előre-, hátra-, oldalt-, átlós haladásra és fordulásra. Mozdulatokra a tér mindhárom szintjén, határozza meg és használja a saját terét, hajtson végre mozgásokat egyenes és íves vonalon

Legyen képes a tanult mozgásformák önálló, tudatos, kreatív, precíz végrehajtására, a tudatos izommunkára, a mozgás esztétikai törvényszerűségeinek tudatos használatára, alakzatok kialakítására, szabálykövető magatartásra, a feladat- és szerepvállalásra, a tanult mozgásformák és etűdök zenével összehangolt csoportos előadására

Legyen képes együttműködésre és társas együttlétre, mások elfogadására és fizikai kontaktus létesítésére

2. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- Az izomzat gimnasztikus kidolgozottságának, az ízületek és szakaszok, valamint a testrészek egymástól függetlenített mozgásszabadságának, a tudatos mozgáskoordinációnak, az ízületek és szakaszok együttes, egyidejű összehangolásának, a zenei műveltségnek, a zene és a mozgás összehangoltságának fejlesztése.
- Az alkat optimalizálása.
- A formaérzék kialakítása.
- A légzőizmok működésének tudatosítása.

- A testismeret, testtudat, önismeret, helyes énkép kialakítása, az együttműködési, a kommunikációs képességek fejlesztése.
- Az erő, a változatos mozgásdinamika, ritmika alkalmazásának ösztönzése.
- A bemutató szerek használatával célunk az egyéni gondolatok, ötletek felébresztése, a kezűgyesség, a koordinációs technika fejlesztése, a síkok, kartechnikák tanulásának megkönnyítése, az egyéni fantázia kibontakoztatása, az esztétikai hatás fokozása.
- Önállóság, saját etűd-összeállítás bemutatásának képessége.

Tananyag

Bemelegítő járás és futásgyakorlatok kartartásokkal, aszimmetrikus kargyakorlatokkal körben: hintalépés előre-hátra, hármaslépés, szökkenő hármaslépés, táncos alapjárással, lábujjon, sarkon, külső talpélen járás, hajlított térdel, nyújtott lábemeléssel járás, érintőjárással, passzjárással, hintajárással, futás párhuzamos és terpesztett térdemeléssel/sarokemeléssel, galopp, sasszé, alap tánclépések

Az alsó végtag és a törzs gyakorlatai rúdnál

Középgyakorlatok: fentről lefelé haladva, változatos kiinduló helyzetekből, kombinációkkal, variációkkal, aszimmetrikusan is

Törzsgyakorlatok fekvésben, ülésben, térdelésben, támaszban, állásban. A mozgásnak és kidolgozásnak megfelelő változatos dinamikai és ritmikai feladatokkal, kisebb gerinc-egységekben, kombinációkban, variációkkal, a nehézségi szint, a tempó fokozódásával, változó dinamikával.

Kargyakorlatok a legváltozatosabb ülésekben és állásban szimmetrikusan és aszimmetrikusan

Az alsó végtag gyakorlatai ülésben, fekvésben, térdelésben, állásban, elmozdulásban

Diagonál gyakorlatok 1–4 fős csoportokban

Szökdelő gyakorlatok, lendületek, ugrás-előkészítő gyakorlatok, ugrások összekötő lépésekkel

Kiegészítő gyakorlatok és feladatok

Koordinációs, táncos feladatok

A magyar néptánc egyszerű lépései és dallamai felhasználásával

Improvizáció-szabadtánc-etűdkészítés: rövidebb, egyszerűbb zenei egységekre készített „koreográfia” szólóban, majd párban, csoportos etűd készítése „központilag adott” és szabadon választott zenére, 1–2 perces, az életkornak megfelelő zenére való önálló koreográfiák

Bemutató szerek használata a középgyakorlatokban és az etűdökben

Tanévenként egy fő szer választható: műanyag labda, 1 vagy 2 karika, 3–5 m-es szalag, bot (Kiegészítő lehet: korong, dob a négy évfolyamon végig)

Követelmények

A tanuló ismerje a gyakorlatok esztétikus, plasztikus végrehajtásának elveit, a térirányok, térlépcsők alkalmazását, a mozgás esztétikai törvényszerűségeit

A tanuló legyen képes az ízületek és nagyobb szakaszok egymástól elkülönített mozgására, függetlenítésére valamint együttes, egyidejű összehangolására, az alap motorikus mozgásokra, előre-, hátra-, oldalt-, átlós haladásra és fordulásra. Mozdulatokra a tér mindhárom szintjén, határozza meg és használja a saját terét, hajtson végre mozgásokat egyenes és íves vonalon

Legyen képes a tanult mozgásformák önálló, tudatos, kreatív, plasztikus végrehajtására, a tudatos izommunkára, a mozgás esztétikai törvényszerűségeinek tudatos használatára, alakzatok kialakítására, szabálykövető magatartásra, a feladat- és szerepvállalásra, a tanult mozgásformák és etűdök zenével összehangolt csoportos előadására

Legyen képes együttműködésre és társas együttlétre, mások elfogadására és fizikai kontaktus létesítésére

A tananyag feldolgozásához szükséges kötelező (minimális) taneszköz

Kísérő ritmushangszerek

Hangzóanyag lejátszására alkalmas lejátszó/erősítő, hangfal

Videó– vagy DVD lejátszó, televízió vagy monitor

A tantárgyhoz használt, évfolyamonként választható eszközök: similabda, fél–karika, ritmusbot, műanyag labda 2–3 méretben, műanyag karika 2–3 méretben, kisszalag, 3–4 m–es szalag, kendő/fátyol, tornabot, korong, dob, ugrókötel vagy más eszközök az iskola helyi tanterve szerint

KREATÍV GYERMEKTÁNC

A képzés feladata az önkifejezés mozgásban történő realizálása, az önfeledt játék megvalósítása, a különböző játékszabályok megismerése és alkalmazása, a játék örömeinek megélése. A képzés célja, hogy a tanuló az önfeledt, ám a későbbiekben egyre tudatosabb mozgás segítségével jobban megismerkedjen testének képességeivel, a tér használatával, a dinamikai variációkkal és az idő, mint a zeneiség alkotóelemével. Megtanulja figyelni, érteni és használni saját és mások nonverbális kommunikációját. Elsajátítja az együttműködés számtalan fatáját. A képzés hozzájárul a tanuló szocializációs, kommunikációs készségének, kezdeményező-készségének, önismeretének fejlesztéséhez.

Előképző évfolyamok

1. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A tanuló mozgáskészségének fejlesztése
- A tanuló tér és formálátásának fejlesztése
- A tanuló önfegyelmének növelése
- A koncentrációkészség növelése
- A megfigyelőképesség kialakítása
- A kommunikációs képesség, játékbátorság, szabálytudat fejlesztése
- A közösségi érzés, a közösséghez tartozás tudatos kialakítása
- A verbális és nonverbális kommunikáció szinkronjának elősegítése
- A szocializációs folyamatok fejlesztése

Tananyag

Ismerkedő táncok

Ábrázoló táncok

Csoportos táncok

Ünnepi táncok

Izom puzzle/testtudati táncok

Kitalálós játékok

Ábrázoló és csoportjátékok

Anyaggal való játékok

Követelmények

A tanuló ismerje a tanév során ismerttetett táncjáték–fajtákat.

A tanuló legyen képes az együttműködésre, alkalmazkodásra, mások elfogadására, a szabályok betartására, a fizikai kontaktus kialakítására, a társas együttlétre, a pár– és csoportválasztásra, a játéktevékenységre.

2. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A kreativitás fejlesztése
- A testrészek mozgáslehetőségeinek megismertetése
- A test térben való mozgáslehetőségeink feltárása
- A tempókülönbségek felismerése, alkalmazása
- Egyszerű ritmusképletek megszólaltatása
- A helyzetfelismerő képesség fejlesztése
- A megoldási lehetőségek feltérképezése
- A döntésképesség növelése
- A mozgás kapcsolatteremtő lehetőségeinek alkalmazása
- A szociális érzékenység fejlesztése

Tananyag

Energia levezető, összehangoló játékok

Koncentrációt növelő játékok

A feladatok egyénileg, páros, kis és nagycsoportos formában

Alap mozgásformák elsajátítása, variálása, tudatosítása (kúszás, mászás, gurulás, lépés, járás, futás, ugrás)

Alapvető gyakorlattípusok használata:

Vezetés–követés: alárendeltség, fölrendeltség megtapasztalása

Másolás–tükrözés: szinkronicitás, kánonforma

Kontraszt variációk: mozgás–mozdulatalanság, kicsi–nagy mozgások, gyors–lassú mozgások tudatosítása

Akcio–reakció: párbeszédformák, folytatáson alapuló játékok

Zenei táncjátékok

Bizalmi játékok

Fogócska és más, gyors reakciókészséget fejlesztő játékok

Koncentráló és kitaláló játékok

Ábrázoló és csoportjátékok

Anyaggal való játékok

Követelmények

A tanuló ismerje az alapvető gyakorlattípusokat (vezetés–követés, másolás–tükrözés, kontrasztvariációk, akció–reakció) és a tanév során elsajátított különböző táncjátékfajtákat.

A tanuló legyen képes az alap mozgásformák szabad variálására, a tanult mozgásformák gyakorlati megvalósítására, az új kapcsolatteremtési formák felhasználására valamint a térbeli és ritmikai alapfogalmak gyakorlati alkalmazására.

Alapfokú évfolyamok

1. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- Önálló, aktív, kreatív mozgássorok létrehozásának ösztönzése
- A testtudat fejlesztése, a központ tudatosítása, izolációja, koordinációja
- Release alapok: az ellazulás technikájának megismerése, a földön való sérülésmentes mozgás illetve a földre való érkezés sérülésmentes formáinak feltérképezése

- Imaginációs alapok: a tanult lépések, mozgássorok képzeletben történő megjelenítésének kialakítása, képzettársítások összekötése a gyakorlati mozgással
- A mozgásmemória fejlesztése
- A problémák felismertetése előre és utólag
- A tér-, ritmika-, dinamika az életkornak megfelelő szintű alapelemek használata
- A kölcsönösségen alapuló szociális magatartás ösztönzése

Tananyag

Energia kiegyenlítő, összehangoló játékok

Koncentrációt növelő játékok

Alapmozgásformák: döntések, dőlések, esések, gurulások párban és egyénileg

Lendített, ejtett, vezetett, tartott mozdulatok variálása, adaptálása más szabályrendszerekhez

Térben haladás változatai, két- és háromdimenziós terek, térábrázolások megkülönböztetése

Többszereplős térbeli képletek kialakítása, melyek megalapozzák a kompozíciókészítést

Csoport improvizáció a tanultak felhasználásával

2/4-es, 3/4-es, 4/4-es metrum ismerete és mozgásban való alkalmazása

Hangok, szavak, énekhang játékos használata

A végtag ízületek szabadságfokának megismerése a fő irányokban

Az érzékszervek adta világ felfedezése

A belső kép, tükörkép és a társak jelzései alapján kialakult énkép összevetése

Követelmények:

A tanuló ismerje az alapmozgás formákat.

A tanuló legyen képes tudatosan játszani a gravitáció és a teste adta lehetőségek széles spektrumával mind egyénileg, mind kis és nagy csoportban. Legyen képes aktívan, jó helyzetfelismeréssel részt venni egy csoport improvizációban, felhasználva a ritmika és a tér új ismereteit.

2. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- Az absztrakció értése, létrehozása, más kontextusba való helyezése
- A koordinációs készség fejlesztése
- A térlátás, térfelosztás, téralkotás, térforma alkotás képességének fejlesztése
- A zenei szövegek értelmezése és az azokhoz való viszony definiálása, variálása

Tananyag

Energia összehangoló játékok

Bemelegítő, állóképesség javító, erősítő játékos gyakorlatok

Koncentráció képességet javító feladatok

A csont-, izom- és szalagrendszer feltérképezése, lehetőségeinek mozgásban való kipróbálása, a tapasztalatokból mozgásfolyamok alakítása

Térformák (kocka, mozgásgömb), egy, két és háromdimenziós irányok használata

Az alap mozgásformák kötésének variációi, egyéni mozdulatsorrá való rögzítése

Testkapcsolatok (bodyhalf, diagonális kapcsolat, fejtető–farokcsont, ülőcsont–sarokcsont, tengelyek mentén való elválasztás illetve forgatás)

Zenei ritmusok, szerkezetek analizálása, megértése, ritmikai képletek variálása, kánon, felezés, kiegészítés

Etűdök készítése egyénileg és kiscsoportban

Imagináció: képzeletbeli mozgások, tárgyakra való mozdulati reflektálás

Mozgáselemzés, stíluselemzés

Csoportimprovizáció stílusok, irányzatok szerint

Követelmények

A tanuló ismerje saját testének lehetőségeit és korlátait, tudatosan használja és koordinálja testrészeit. Otthonosan mozogjon a tér rendszerében, tudatosan formálja a teret maga körül, ismerje a zene alapvető alkotórészeit.

A tanuló legyen képes egy egyszerűbb zenemű szerkezetének felismerésére, mozgásfolyamok létrehozására és rögzítésére mind egyénileg, mind párban illetve kiscsoportban.

A tananyag feldolgozásához szükséges kötelező (minimális) taneszköz

Kísérő hangszerek

Hangzóanyag lejátszására alkalmas lejátszó/erősítő, hangfal

Videó- vagy DVD lejátszó, televízió vagy monitor

JAZZ-TECHNIKA

A jazz-technika a klasszikus balett, az afrikai és latin-amerikai táncok hagyományaira épülő színpadi táncforma. Jellemzői az izoláció és koordináció, az éles ritmikai és dinamikai kontrasztok, törekvés a könnyed, közérthető, expresszív előadásmódra

Az oktatási folyamat célja, hogy a tanulók, a táncpedagógus irányításával tudatosan koordinált, plasztikus, egészséges testet fejlesszenek. A tanulók képessé válnak a művészi munkára, melyben az izolációs technika által magas szintre fejlődik koordinációs készségük és létrejön a dinamikai különbségekre épülő tudatos, harmonikus mozgás

Az egyes évfolyamok számára összeállított tréningek a testi képességek, a fizikai erő és a koncentrációs készség fejlesztését szolgálják. A képzés során képesség szintjéről jártasság szintjére fejlesztik az izolációs technikát. Tudatosítják a testközpont használatát, a kontrakciót és release-t. A tanulók megismerik és biztonsággal alkalmazzák a jazz-technika általános és stíláris jegyeit

Alapfokú évfolyamok

3. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A helyes testtartás megismertetése és kialakítása, a központ helyének, valamint fontosságának megéreztetése.
- A jazz technika elsajátításához szükséges alapok megismertetése.
- Az en dehors és a parallel lábtartás helyzetek begyakoroltatása balett és jazz karpozíciókat alkalmazva.
- Az alapgyakorlatok megismertetése, az alaptechnikai elemek alkalmazása.
- A jazz-technikára jellemző izolációs képesség kialakítása.
- A testrészek mozgáslehetőségeinek felismertetése, megtapasztalása.
- A térben való mozgás lehetőségeinek előkészítése.
- A térhasználati képesség, készség kialakítása.
- Az alap szakkifejezések megismertetése és értő alkalmazása.

Tananyag

Bemelegítő gyakorlatsor: az ízületek átmozgatása, a gerincoszlop mozgáslehetőségeinek maximális kihasználása Először földön, majd folyamatosan építkezve álló helyzetben, kapcsolódva az előző években tanultakhoz

Erősítő és nyújtó gyakorlatok az életkori sajátosságoknak és a képességek, készségek továbbfejlesztésének megfelelő speciális erősítő és nyújtó gyakorlatok

Középgyakorlatok:

Jazz karpozíciók és karvezetések

Klasszikus balett karpozíciók I., II., III.

Lábhelyzetek és pozícióváltások I., II., VI. pozícióban

Port de bras szögletes karpozíciókkal

Demi plié I., II., VI. pozícióban

Relevé és plié relevé – parallel és en dehors pozíciókban váltakozva folyamatos átmenetekkel

Battement tendu parallel és en dehors lábfejgyakorlatba ágyazva

Passé parallel és en dehors pozíciókban

Degagé II. pozícióban parallel és en dehors pozíciókban

Hajlások, döntések pozícióváltásokkal különböző irányokban

Flat back

Developpé először földön, majd álló helyzetben

Enveloppé először földön, majd álló helyzetben

Grand battement először földön, majd álló helyzetben

Izolációs gyakorlatok: a fej és váll izolálása kettő majd négy irányba a középponton mindig áthaladva

Térbeosztás: térirányok

Összekötő lépések:

Chaissé, Keresztlépés (pas croisé)

Jazzfutás csúsztatott lábbal, karral

Ugrások:

Két lábról–két lábra

Két lábról–egy lábra

Egy lábról–egy lábra

Követelmények

A tanuló ismerje az évfolyamon tanított gyakorlatokat, kar és lábpozíciókat valamint a technika szakkifejezéseit

A tanuló legyen képes a gyakorlatok pontos kivitelezésére, a biztonságos térhasználatra, a tanult mozgásanyagból összeállított tréning sor és egy rövid kombináció bemutatására, mely tartalmazzon rövid improvizációs részt is

4. évfolyam

Fejlesztési feladatok

– Ismeretbővítés, az ismeretanyag más kombinációkban és komplexebb formában történő alkalmazása.

– A pozíciók és tempóváltások hangsúlyos alkalmazása.

– Az új tréning elsajátítása, a koncentrációs idő intervallumának bővítése.

– A testrészek sokszínű mozgáslehetőségeinek kihasználása, bővülő mozgásrepertoár létrehozása.

– A forgások előkészítése alapozó forgás előkészítő gyakorlatokkal.

– A térben való elmozdulás lehetőségének bővítése a szintek és irányok kombinációja által.

Tananyag

Bemelegítő gyakorlatsor: az ízületek átmozgatása a gerincoszlop mozgáslehetőségeinek maximális felhasználásával

Erősítés és nyújtás: az életkori sajátosságoknak és a képességek, készségek továbbfejlesztésének megfelelő speciális erősítő és nyújtó gyakorlatok

Középgyakorlatok:

Demi plié, battement tendu parallel és en dehors pozíciókban karváltásokkal

Port de bras IV. pozíció grand plié

Passé parallel és en dehors pozíciókban karváltásokkal

Rond de jambe par terre en dehors és en dedans, parallel és en dehors pozíciókban

Relevé és plié relevé – parallel és en dehors pozíciókban váltakozva karral

Twist előkészítő második pozícióból karral

Hajlások, döntések pozícióváltásokkal különböző irányokban kar használattal

Flat back. Developpé álló helyzetben

Enveloppe álló helyzetben

Rand battement álló helyzetben

Izoláció: A fej és váll izolálása, egy-egy testrésszel négy irányba, ritmizálva, a középponton áthaladva és a körívek mentén

Térbeosztás: térirányok, fönt–lent helyzetek

Összekötő lépések irányváltásokkal:

Féltalpon és féltalpról lassan legördülve

Pas de bourrée

Triplet

Forgás előkészítő gyakorlatok: helyben és térben elmozdulva

Ugrások:

Két lábról–két lábra

Két lábról–egy lábra

Egy lábról–két lábra

Egy lábról–egy lábra

Követelmények

A tanuló ismerje az évfolyamon tanított gyakorlatokat, valamint a technika szakkifejezéseit

A tanuló legyen képes a gyakorlatok pontos kivitelezésére és a stiláris jegyek képesség szintjén történő alkalmazására, az izolációs technika értő alkalmazására, a tanult mozgásanyagból összeállított tréning sor és egy rövid kombináció bemutatására, mely tartalmazzon rövid improvizációs részt is

5. évfolyam

Fejlesztési feladatok

Ismeretbővítés, az ismeretanyag más kombinációkban és komplexebb formában történő alkalmazásával, hosszabb időtartalmú tréning sorok által.

Az izolációs gyakorlatok pontos, ritmizált formában történő alkalmazása.

Az előkészített forgáselemek készség szinten történő alkalmazása gyakorlatokba építve.

A szintváltások, dinamikai váltások biztonságos alkalmazása helyben és térben elmozdulva. A testtudat kialakításának megalapozása.

Tananyag

Bemelegítő gyakorlatsor: az ízületek átmozgatása, a gerincoszlop mozgáslehetőségeinek maximális felhasználása

Erősítés és nyújtás: az életkori sajátosságoknak és a képességek, készségek továbbfejlesztésének megfelelő speciális erősítő és nyújtó gyakorlatok

Középgyakorlatok:

Battement tendu és battement tendu jeté parallel és en dehors pozíciókban, pliékkel, karváltásokkal

Port de bras gyakorlat

Rond de jambe par terre en dehors és en dedans, parallel és en dehors pozíciókban pliével és spirállal

Developpé, enveloppé

Attitude

Adagio

Grand battement

Térben elmozduló grand-battement.

Twist

Hinge

Arch

Izoláció: a fej, váll, mellkas, csípő, kar, láb izolálása – legalább kettő egy idejű alkalmazásával – alapirányokba a síkok mentén, a centrumon mindig áthaladva és ritmizálva

Összekötő lépések: kombinálva más elemekkel féltalpon, pliében és féltalpról lassan leereszkedve, legördülve

Pas de bourrée

Croisé-ból change

Triplet

Pivot

Tombé

Forgás gyakorlatok: helyben és térben elmozdulva

Ugrások: a jazz stílusra jellemző törzs és kar használattal

Két lábról – két lábra

Két lábról – egy lábra

Egy lábról – két lábra

Egy lábról – egy lábra

Egyik lábról a másik lábra

Követelmények

A tanuló ismerje az évfolyamon tanított gyakorlatokat, valamint a technika szakkifejezéseit, a stílusjegyeket, azok jellemzőit és gyakorlati alkalmazási lehetőségeit

A tanuló legyen képes az izolációs technika pontos, tudatos alkalmazására a tréning során elsajátított gyakorlatokon belül. A gyakorlatok pontos kivitelezésére és a stiláris jegyek képesség szintjén történő alkalmazására, a tudatos munkára

6. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- Az ismeretanyag elmélyítése, a mozgásrepertoár bővítése.
- A mozgásminőség javítása és a technikára jellemző stiláris jegyek tisztázása.
- A tréning kombinatív gyakorlatainak képesség szinten történő elsajátítása.
- Az izolációs technika komplex formában történő alkalmazása.
- A biztos forgástechnika kialakítása a helyben és térben való elmozdulás lehetőségeinek figyelembevételével.
- A tér és idő, magasság–mélység és a dinamikai váltások biztonságos alkalmazása a kombinációkban.

Tananyag

Bemelegítő gyakorlatsor: az ízületek átmozgatása, a gerincoszlop mozgáslehetőségeinek maximális felhasználása

Erősítés és nyújtás: az életkori sajátosságoknak és a képességek, készségek továbbfejlesztésének megfelelő speciális erősítő és nyújtó gyakorlatok

Középgyakorlatok:

Battement tendu és battement tendu jeté parallel és en dehors pozíciókban, pliékkel, karváltásokkal

Port de bras gyakorlat

Rond de jambe par terre en dehors és en dedans, parallel és en dehors pozíciókban pliével és spirállal

Developpé, enveloppé

Attitude

Adagio

Grand battement

Térben elmozduló grand–battement

Tilt

Twist

Hinge

Izolációs gyakorlatok: a fej, váll, mellkas, csípő, kar, láb izolálása – legalább kettő egy idejű alkalmazásával – alap irányokba, a síkok mentén, a köríveken is áthaladva és ritmizálva

Összekötő lépések: kombinálva más elemekkel és különböző szintek használatával egy gyakorlaton belül féltalpon, pliében

Piqué plié–féltalpról lassan leereszkedve, legördülve

Pas de bourrée

Change

Triplet

Pivot

Tombé

Forgás gyakorlatok helyben és térben elmozdulva

Ugrások: a jazz stílusra jellemző törzs, kar és dinamika használatával

Két lábról – két lábra

Két lábról – egy lábra

Egy lábról – két lábra

Egy lábról – egy lábra

Egyik lábról – másik lábra

Követelmények

A tanuló ismerje az évfolyamon tanított gyakorlatokat, valamint a technika szakkifejezéseit, a stílusjegyeket, azok jellemzőit és gyakorlati alkalmazási lehetőségeit

A tanuló legyen képes az jazz–technikára jellemző izolációs képesség elsajátítására, a stílárius jegyek képesség szintjén történő alkalmazására, a tudatos munkára

Követelmények az alapfokú évfolyamok elvégzése után

A tanuló ismerje

A tanult technika mozgásanyagát, rendszerét, szaknyelvét és főbb stílusalkotó elemeit

A tanuló legyen képes

Az elsajátított anyagot biztonsággal alkalmazni a jazz–technika stílusára és összetevőire jellemző előadásmód során. Testi adottságait és azokból adódó erősségeit–gyengéit elfogadni

és tudatosan használni. Rendelkezzen a technika végrehajtásához szükséges izomerővel, lazasággal, gyakorlati biztonsággal és stílusosan alkalmazza a technika elemeit
Legyen képes a tréningor és a tananyag mozgáselemeiből építkező önálló vagy csoportos etűd, kombináció harmonikus bemutatására és színpadi formában történő előadására

A vizsga részei

A vizsga gyakorlati vizsgából áll

A vizsga tantárgya és időtartama

Jazz–technika

35–40 perc

A vizsga tartalma

A jazz–technika vizsga anyaga előre kijelölt és a szaktanár által összeállított gyakorlatokból, gyakorlatsorokból, térben elmozduló lépés, forgás és ugráskombinációkból és néhány perces tánckombinációból áll, melyet a tanulók párosan vagy csoportos formában, önállóan mutatnak be.

Témakörök

Parallel és en–dehors pozíciók

Balett és jazz karpozíciók

Gördülések, döntések, hajlások, mellkas emelések, rotációk, kontrakció, release

A jazztánc által használt speciális mozgáselemek: twist, flat–back, tilt, hinge, tour, tombe, pas de bourre, chassé, pivot

Izoláció: minimum két testrész egyidejű, összehangolt, izolált munkája

Ötféle ugrásfajta

A jazz–technika által használt balett technikai elemek: plié, tendu, battement, battement tendu jeté, rond de jambe, developpé, enveloppé, attitude, grand battement jeté használata a jazz tánc sajátosságainak megfelelően

A jazz–technika sajátosságainak megfelelő, minimum 1,5 perces kombináció bemutatása

A vizsga értékelése

A bemutatott tananyag pontos ismerete

A gyakorlatok technikai biztonsága

A jazz–technika sajátosságainak stílusos bemutatása

Továbbképző évfolyamok

7. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- Az előző évek tananyagainak ismétlése, a technikai tudás elmélyítése, az ismeretanyag folyamatos bővítése.
- A tudatosság megélése a megértés, megérezés, a stílusbeli sajátosságok és összefüggések felismertetése által.
- A jazz–technikára jellemző stílusjegyek, dinamikai váltások, a helyes légzéstechnika megismertetése és állandó fejlesztése.
- A tanult mozgásanyag készség szinten történő elsajátítása.
- A tanuló motiválása az izolációs gyakorlatok tudatos végrehajtására és kivitelezésére.
- A koordinációs készség, a ritmusérzék, a forgástechnika, az improvizációs készség fejlesztése.

– A térben való tájékozódás képességének szinteken és irányokban történő fejlesztése.

Tananyag

Bemelegítő gyakorlatsor: az ízületek átmozgatása és a gerincoszlop mozgáslehetőségeinek maximális kihasználása

Erősítés és nyújtás: az életkori sajátosságoknak és a képességek, készségek továbbfejlesztésének megfelelő speciális erősítő és nyújtó gyakorlatok

Középgyakorlatok:

Battement tendu és battement tendu jeté parallel és en dehors pozíciókban, pliékkel, karváltásokkal és dinamikai váltásokkal kombinálva

Port de bras gyakorlat. Rond de jambe par terre en dehors és en dedans, parallel és en dehors pozíciókban pliével és spirállal. Rond de jambe en l'air en dehors és en dedans, parallel és en dehors pozíciókban pliével és spirállal

Developpé–enveloppé adagio és grand battement gyakorlatokba ágyazva

Attitude parallel és en dehors

Grand battement parallel és en dehors pozíciókban

Térben elmozduló grand battement

Térben elmozduló rond de jambe par terre és en l'air

Tilt

Twist

Hinge

Arche

Balance és offbalance helyzetek

Izolációs gyakorlatok: a fej, váll, mellkas, csípő, kar, láb izolálása – kettő, később három egyidejű alkalmazásával – ritmizálva, alap irányokba, síkok mentén és köríveken is haladva

Összekötő lépések: kombinálva más elemekkel és különböző szintek használatával egy gyakorlaton belül

Féltalpon, pliében, piqué, plié–féltalpról lassan leereszkedve, legördülve

Pas de bourrée

Pas de bourrée en tournant

Keresztlépés – pas croisé

Triplet

Pivot

Tombé

Soutenu

Forgás gyakorlatok: helyben és térben elmozdulva, a stílusra jellemző törzs, kar használattal és dinamikával, parallel és en dehors pozíciókban

Ugrások: a jazz stílusra jellemző törzs, kar és dinamika használattal

Két lábról – két lábra – sauté

Két lábról – egy lábra – sissone

Egy lábról – két lábra – assemblé

Egy lábról – egy lábra – sauté

Egyik lábról – a másik lábra – jeté

Követelmények

A tanuló ismerje az évfolyamon tanított gyakorlatokat, kar és láb pozíciókat és a technikára jellemző szakkifejezéseket

A tanuló legyen képes a gyakorlatok tudatos és minőségi kivitelezésére, az izoláció pontos végrehajtására, a forgások pontos, tudatos végrehajtására, szintváltások biztos alkalmazására és a térben való tudatos tájékozódásra a különböző jazz kombinációkban is

Legyen képes a tanult mozgásanyagból összeállított különböző, eltérő dinamikájú, két 1,5 perces kombináció bemutatására, melyek tartalmazzanak rövid, improvizációs részt is

8. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- Az előző évek tananyagának ismétlése, a technikai tudás elmélyítése, az ismeretanyag folyamatos bővítése.
- A tudatosság megélése a megértés, megérezés, a stílusbeli sajátosságok és összefüggések felismertetése által.
- A jazz–technikára jellemző stílusjegyek, dinamikai váltások, a helyes légzéstechnika megismertetése és állandó fejlesztése.
- A tanult mozgásanyag készségi szinten történő elsajátítása.
- A tanuló motiválása az izolációs gyakorlatok tudatos végrehajtására és kivitelezésére.
- A koordinációs készség, a ritmusérzék, a forgástechnika, az improvizációs készség fejlesztése.
- A térben való tájékozódás képességének szinteken és irányokban történő fejlesztése.

Tananyag

Bemelegítő gyakorlatsor, melyben az ízületek átmozgatásán és a gerincoszlop mozgáslehetőségeinek maximális kihasználásán van a hangsúly

Erősítés és nyújtás: az életkori sajátosságoknak és a képességek, készségek továbbfejlesztésének megfelelő speciális erősítő és nyújtó gyakorlatok

Középgyakorlatok:

Battement tendu és battement tendu jeté parallel és en dehors pozíciókban, pliékkel, karváltásokkal és dinamikai váltásokkal kombinálva

Port de bras gyakorlat

Rond de jambe par terre en dehors és en dedans, parallel és en dehors pozíciókban (pliével és spirállal)

Rond de jambe en l'air en dehors és en dedans, parallel és en dehors pozíciókban (pliével és spirállal)

Developpé–enveloppé adagio és grand battement gyakorlatokba ágyazva

Attitude parallel és en dehors

Grand battement parallel és en dehors pozíciókban

Térben elmozduló grand battement

Térben elmozduló rond de jambe par terre és en l'air

Tilt

Twist

Hinge

Arch

Balance és offbalance helyzetek

Izolációs gyakorlatok: a fej, váll, mellkas, csípő, kar, láb izolálása – kettő, később három egyidejű alkalmazásával – ritmizálva, alap irányokba, síkok mentén és köríveken is haladva

Összekötő lépések kombinálva más elemekkel és különböző szintek használatával egy gyakorlaton belül

Féltalpon, pliében, piqué plié–féltalpról lassan leereszkedve, legördülve

Pas de bourrée

Pas de bourrée en tournant

Keresztlépés – as croisé

Triple

Pivot

Tombé

Soutenu

Forgás gyakorlatok helyben és térben elmozdulva, a stílusra jellemző törzs, kar használatával és dinamikával, parallel és en dehors pozíciókban

Ugrások a jazz stílusra jellemző törzs, kar és dinamika használatával

Két lábról – két lábra – sauté

Két lábról – egy lábra – sissone

Egy lábról – két lábra – assemblé

Egy lábról – egy lábra – sauté

Egyik lábról – a másik lábra – jeté

Követelmények

A tanuló ismerje az évfolyamon tanított gyakorlatokat, kar és láb pozíciókat és a technikára jellemző szakkifejezéseket

A tanuló legyen képes a gyakorlatok tudatos és minőségi kivitelezésére, az izoláció pontos végrehajtására, a forgások pontos, tudatos végrehajtására, szintváltások biztos alkalmazására és a térben való tudatos tájékozódásra a különböző jazz kombinációkban is

Legyen képes a tanult mozgásanyagból összeállított különböző, eltérő dinamikájú, két 1,5 perces kombináció bemutatására, melyek tartalmazzanak rövid improvizációs részt is

9. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- Az előző évek anyagainak ismétlése, a technikai tudás folyamatos bővítése és tovább mélyítése.
- A meglévő mozgásanyag ismeret szintjén történő elsajátítása.
- A tudatos légzéstechnika, a koordinációs készség, az egyensúlyérzék és a folyamatos koncentrációs készség fejlesztése.
- A jazz-technikára jellemző izolációs-, forgás- és ugrástechnika valamint az improvizációs készség fejlesztése.
- A szimmetrikus izolált mozgásformák mellett az aszimmetrikus izolált mozgás fejlesztése.
- A tudatosság, a dinamikus mozgásminőség, az igényes, harmonikus mozgás kialakítása

Tananyag

Bemelegítő gyakorlatsor, melyben az ízületek átmozgatásán és a gerincoszlop mozgáslehetőségeinek maximális kihasználásán van a hangsúly, a törzs valamennyi mozgáslehetőségére építve

Erősítés és nyújtás: az életkori sajátosságoknak és a képességek, készségek továbbfejlesztésének megfelelő speciális erősítő és nyújtó gyakorlatok

Középgyakorlatok:

A teljes mozgásanyag felhasználásával összeállított komplex gyakorlatok, melyek tartalmazzák az előző évek teljes lépésanyagát

Parallel és en dehors pozíciókban végzett összetett gyakorlatsorok, különös tekintettel a pozícióváltásokra, a stílusra jellemző törzshasználatra és a tudatos végrehajtásra

Az ok-okozati összefüggések megértetése, a dinamikai váltások alkalmazása

Izolációs gyakorlatok: a fej, váll, mellkas, csípő, kar, láb izolálása – kettő, később három egyidejű alkalmazásával – ritmizálva, alap irányokba, síkok mentén és köríveken is haladva

Összekötő lépések kombinálva más elemekkel és különböző szintek használatával egy gyakorlaton belül

Féltalpon, pliében
Piqué plié–féltalpról lassan leereszkedve, legördülve
Pas de bourrée
Pas de bourrée en tournant
Keresztlépés – pas croisé
Triplet
Pivot
Tombé
Soutenu
Glissade
Pas couru

Forgásgyakorlatok helyben és térben elmozdulva, a stílusra jellemző törzs, kar használatával és dinamikával, parallel és en dehors pozíciókban és pózokban, folyamatos átkötésekkel és váltásokkal. Összetett forgás gyakorlatok kombinálva grand battement–nal vagy térben elmozduló rond de jambe lépéssel vagy ugrással

Ugrások a jazz stílusra jellemző törzs, kar és dinamika használatával

A klasszikus balett által használt ugrások és azok kombinációi

Két lábról – két lábra – sauté

Két lábról – egy lábra – sissone

Egy lábról – két lábra – assemblé

Egy lábról – egy lábra – sauté

Egyik lábról – a másik lábra – jeté

Követelmények

A tanuló ismerje az évfolyamon tanított gyakorlatokat, kar és láb pozíciókat és a technikára jellemző szakkifejezéseket

A tanuló legyen képes a gyakorlatok tudatos és minőségi kivitelezésére, az izolációs gyakorlatok pontos végrehajtására, a forgások pontos, tudatos végrehajtására, szintváltások biztos alkalmazására és a térben való tudatos tájékozódásra, a légzéstechnika tudatos használatára és a stílusnak megfelelő előadásmódra a különböző jazz kombinációkban is

Legyen képes a tanult mozgásanyagból összeállított különböző, eltérő dinamikájú, három 1,5 perces kombináció bemutatására, melyek tartalmazzanak rövid improvizációs részt is

10. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- Az előző évek anyagainak ismételése, a technikai tudás folyamatos bővítése és tovább mélyítése.
- A meglévő mozgásanyag jártasság szintjén történő elsajátítása.
- A tudatos légzéstechnika, a koordinációs készség, az egyensúlyérzék és a folyamatos koncentrációs készség fejlesztése.
- A jazz–technikára jellemző izolációs–, forgás– és ugrástechnika valamint az improvizációs készség fejlesztése, az aszimmetrikus izolált mozgás, a tudatosság, a dinamikus mozgásminőség, az igényes, harmonikus mozgás kialakítása.

Tananyag

Bemelegítő gyakorlatsor, az ízületek átmozgatásán és a gerincoszlop mozgáslehetőségeinek maximális kihasználásán van a hangsúly, a törzs valamennyi mozgáslehetőségére építve

Erősítés és nyújtás: az életkori sajátosságoknak és a képességek, készségek továbbfejlesztésének megfelelő speciális erősítő és nyújtó gyakorlatok

Középgyakorlatok:

A teljes mozgásanyag felhasználásával összeállított komplex gyakorlatok, melyek tartalmazzák az előző évek teljes lépésanyagát

Parallel és en dehors pozíciókban végzett összetett gyakorlatsorok, különös tekintettel a pozícióváltásokra, a stílusra jellemző törzshasználatra és a tudatos végrehajtásra

Izolációs gyakorlatok: a fej, váll, mellkas, csípő, kar, láb izolálása – kettő, később három egyidejű alkalmazásával – ritmizálva, alap irányokba, síkok mentén és köríveken is haladva

Összekötő lépések kombinálva más elemekkel és különböző szintek használatával egy gyakorlaton belül

Féltalpon, pliében

Piqué plié–féltalpról lassan leereszkedve, legördülve

Pas de bourrée

Pas de bourrée en tournant

Keresztlépés – pas croisé

Triplet

Pivot

Tombé

Soutenu

Glissade

Pas couru

Forgásgyakorlatok helyben és térben elmozdulva

A stílusra jellemző törzs, kar használattal és dinamikával, parallel és en dehors pozíciókban és pózokban, folyamatos átkötésekkel és váltásokkal Összetett forgásgyakorlatok kombinálva grand battement–nal, vagy térben elmozduló rond de jambe lépéssel vagy ugrással

Ugrások a jazz stílusra jellemző törzs, kar és dinamika használattal

A klasszikus balett által használt ugrások és azok kombinációi egyszerű akrobatikus elemekkel kombinálva

Két lábról – két lábra – sauté

Két lábról – egy lábra – sissone

Egy lábról – két lábra – assemblé

Egy lábról – egy lábra – sauté

Egyik lábról – a másik lábra – jeté

Követelmények

A tanuló ismerje az évfolyamon tanított gyakorlatokat, kar és láb pozíciókat és a technikára jellemző szakkifejezéseket

A tanuló legyen képes a gyakorlatok tudatos és minőségi kivitelezésére, az izolációs gyakorlatok pontos végrehajtására, a forgások pontos, tudatos végrehajtására, szintváltások biztos alkalmazására és a térben való tudatos tájékozódásra, a légzéstechnika tudatos használatára és a stílusnak megfelelő előadásmódra a különböző jazz kombinációkban is

Legyen képes a tanult mozgásanyagból összeállított különböző, eltérő dinamikájú, három 1,5 perces kombináció bemutatására, melyek tartalmazzanak rövid improvizációs részt is

Követelmények a továbbképző évfolyamok elvégzése után

A tanuló ismerje és alkalmazza biztonsággal

A tanult technika mozgásanyagát, szaknyelvét, kifejezési formáit, stiláris jegyeit. Ismerje a zene és a tánc összhangját segítő és kifejező ritmikai váltásokat: gyorsítások, lassítások, folyamatok, megállítások. A tanuló ismerje és folyamatosan fejlessze testi adottságait és ellensúlyozza azokból adódó hátrányait. Ismerje a technika táncosokra vonatkozó

módszertanát, lássa és alkalmazza az ok–okozati összefüggéseket, valamint ennek ismeretében legyen képes az önfejlesztésre

A tanuló legyen képes

A magas szintű igényes technikai kivitelezésre, rendelkezzen a táncművészethez szükséges munkamorállal, a technika végrehajtásához szükséges izomerővel és lazasággal. Biztonsággal tudja bemutatni az elsajátított anyagot, miközben a stiláris sajátosságait alkalmazza. Legyen képes belső motíváltságú, tudatos munkavégzésre, a harmonikus, esztétikus mozgásra. A technika sajátosságainak megfelelő önálló és csoportos etűdök, bonyolult kombinációk, koreográfiák előadására. Legyen képes felvállalni jó teljesítményét és hibáit, alkotóként beépülni a művészi alkotófolyamatba, miközben vállalja félelmeit, érzéseit, érzeteit

A művészeti záróvizsga követelményei

A vizsga részei

A vizsga gyakorlati vizsgából áll

A vizsga tantárgya és időtartama

Jazz–technika

35–40 perc

A vizsga tartalma

A vizsga anyaga a szaktanár által összeállított és meghirdetett témakörökből áll, melynek ismeretéről a tanulók egyénileg, párosan vagy csoportos formában adnak számot

Témakörök

Parallel és en–dehors pozíciók

Balett és jazz karpozíciók

Gördülések, döntések, hajlások, mellkas emelések, rotációk, kontrakció, release használata

A jazz–technika által használt speciális mozgáselemek: twist, flat back, tilt, hinge, tours, tombe, pas de bourré, chassé, pivot

A testsúlyáthelyezések különböző formái

Izoláció minimum három testrész egyidejű, összehangolt, izolált munkájával

Forgások helyben és térben elmozdulva

Térben elmozduló gyakorlat szintváltásokkal és irányváltásokkal

Ötféle ugrásfajta

A jazz–technika által használt balett technikai elemek – plié, tendu battement, battement tendu jeté, rond de jambe, developpé, enveloppé, attitude, grand battement jeté – használata a jazz–technika sajátosságainak megfelelően

A jazz–technika sajátosságainak megfelelő, minimum három 1,5 perces kombináció bemutatása, melyek tartalmazznak rövid improvizációs részt is

A vizsga értékelése

A bemutatott tananyag pontos ismerete

A gyakorlatok tudatos alkalmazása

A jazz–technika sajátosságainak bemutatása

A művészi előadásmód

A tananyag feldolgozásához szükséges kötelező (minimális) taneszköz

Kísérő hangszerek, elektronikus hanglejátszó eszközök az iskola helyi tanterve szerint

Hangzóanyag lejátszására alkalmas lejátszó/erősítő, hangfal

Videó– vagy DVD lejátszó, televízió vagy monitor
Kézi dob és dobverő

LIMÓN–TECHNIKA

A Limón–technika lendítésekre, excentrikus forgásokra, a repülést, a szabadság érzetét keltő mozgásokra épül, melyben a test folyamatos zuhanásban és emelkedésben tartózkodik. A hangsúlyt a folyamatosságra és az energia átalakulására, újrafelhasználhatóságára helyezi. A technika egyszerre igényli a fizikai erőt, a kontrollált, összeszedett (koordinált) mozgást, a gravitációnak való ellenállást és engedést, valamint a könnyedséget és a kifinomult érzékenységet

A tantárgy oktatásának célja, hogy a tanulók megismerjék a Limón–technika alapjait képező és a többi modern tánctechnikától eltérő alapmozgás elveket tapasztalás útján és az alapelveket képesek legyenek alkalmazni egyszerű ülő, álló és haladó gyakorlatokban, kombinációkban, összetett mozgássorokban és etűdökben. A Limón–technika nyelvezetének elsajátítása. A test tudatos használata és finom, érzékeny koordinációjának fejlesztése

Alapfokú évfolyamok

5. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- Az alaptartás, testtartás megismertetése és kialakítása.
- A Limón–technika elsajátításához szükséges alapok megismertetése.
- A súlyhasználat megtapasztalása és kialakítása a test izolált mozgásai közben.
- A gravitáció használatának elősegítése.
- A légzés és a mozdulat összehangoltságának ösztönzése.
- A mozgástanulási képesség, a mozgáskoordináció, a ritmikai készség és a térérzékelés fejlesztése.
- A Limón–technika nyelvezetének megismertetése.

Tananyag

Talajon fekvésben végzett gyakorlatok:

A gerinc izolált mozgásai

Légző gyakorlatok

Fej (nyaki gerinc szakasz), kar (vállízület) és láb (csípő–, térd–, bokaízületek) izolált mozgáslehetőségeinek feltárása és elsajátítása

Ülésben végzett gyakorlatok:

Folyamatos gerincgördülések előre, oldalra, véghelyzetben kitartással, elnyújtással

Gurulások, kar támasz helyzetekkel

Láb pozíciók (előkészítő, első, második pozíció) elsajátítása

Fej, kar, láb izolációs mozgáslehetőségeinek feltárása többnyire még az adott testrész súlytalanításával

A gerincoszlop szakaszainak egymást követő mozgatása folyamatos gördülések által először előre, majd oldalirányban is

Fej, kar, láb izolált zuhanások a gravitáció használatával

Gerincgördülések, vezetések különböző lábpozíciókban végrehajtva

Talajon végzett haladó gyakorlatok

A karok súlyátvevő szerepének megismerése

A végtagmozgások és a törzs lendületének felhasználása

A testközpont ereje lendületekben
Folyamatos gurulások fekvésben, ülőhelyzetekben
Ülésből fekvésbe érkezések lendületekkel
Kéz és lábtámasz helyzetek
Álló középgyakorlatok
Alaptartás helyzete
Kar, törzs és láb alap pozíciók
Kar és láb izolált mozgásai
Plié, parallel és en dehors pozíciókban függőleges nyugalomban lévő törzs munkával
Plié, parallel és en dehors pozíciókban gerincgördítéssel, karlendítéssel, majd törzs- és karlendítéssel
A gerinc szakaszainak mozgatása gördülés által, szakaszonként megállítva és visszagördítve
Törzsnújtás, zuhanások, suspension
Lábfő, boka, ízületek artikulációi
Diagonális-haladó gyakorlatok
Testsúlyáthelyezés siklásba, a testközpont folyamatos mozgása
Kis ugrások előrehaladással, egy lábról egy lábra és egy lábról két lábra érkezéssel, parallel és en dehors pozíciókban

Követelmények

A tanuló ismerje a technika alapelemeit, egyszerű gyakorlatait, a technikára jellemző kar, láb, törzs egyszerűbb koordinációját, a gravitáció mint erő felhasználását (földhasználat és könnyedség), a mozgáselemek végrehajtásának meghatározott szabályait

A tanuló legyen képes az adott gyakorlatok, rövid kombinációk pontos végrehajtására, a gyakorlatok kivitelezéséhez szükséges és megfelelő energia használatára és a tanult mozgásanyagból összeállított rövid etűd bemutatására

Alapfokú évfolyamok

6. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- Az alaptartás, testtartás tudatos használatának fejlesztése.
- Az ismeretanyag elmélyítése, a mozgásszótár és mozgásminőségek bővítése.
- A Limón–technika gyakorlatainak képesség szinten történő elsajátítása.
- A súlyhasználat megtapasztalása és kialakítása a test összetett mozgásai közben.
- A gravitáció használatának vizsgálata.
- A légzés és a mozdulat összehangoltságának ösztönzése.
- A mozgástanulási képesség, a mozgáskoordináció, a ritmikai készség és a térérzékelés fejlesztése.
- A technikára jellemző összetett mozgássorok biztonságos alkalmazása rövid etűdökben.
- A Limón–technikára jellemző előadásmód kialakításának elősegítése.

Tananyag

Talajon fekvésben végzett gyakorlatok

A gerinc izolált mozgásai

Légző gyakorlatok végtag és törzsmozgásokkal koordinálva

Fej (nyaki gerinc szakasz), kar (vállízület) és láb (csípő-, térd-, bokaízületek) izolált mozgásainak egymás után kötése

Mellkas emelés fekvőhelyzetből vállig, fejtetőig, majd ülésig

Ülésben végzett gyakorlatok

Fej (nyaki gerinc szakasz), kar (vállízület) és láb (csípő-, térd-, bokaízületek) izolált mozgásainak egymás után kötése

A különböző alap láb és karpozíciók összekötve a gerinc szakaszainak egymást követő mozgásával (rugózás, gördülés és visszaépítés) előre, oldalirányban, spirális helyzetekben

Törzszuhanások előre és oldalirányokba

Talajon végzett haladó gyakorlatok

Gurulások központ és végtagindítással, lendületekkel

Ülésből, középhelyzetekből fekvésbe érkezések lendületekkel, esésekkel

Kéz és lábtámasz helyzetekben kitartások majd zuhanások

Álló középgyakorlatok

Kar, törzs és láb alap pozícióik és rotációs gyakorlatok

Kar és láb izolált mozgásai a technika stílus jegyeinek alapján (ujjak, kézfej mozgása)

A gerinc szakaszainak mozgatása gördülés által, szakaszonként megállítva és visszagördítve

Törzsnývjtás, zuhanások és körkörös irányok különböző lábpozíciókban

Plié és relevé gyakorlatok parallel és en dehors pozíciókban

Egyszerű tendu gyakorlatok, kar- és törzslendítéssel, ejtéssel koordináltan

Láblendítések, lengetések, karmozgással összekötve

Egyszerű támadások különböző térirányokba

Támadások karejtéssel

Diagonális-haladó gyakorlatok

Siklás előre, oldalra, hátra haladással, kar- és törzsmozgásokkal koordinálva, fordulattal

Siklás tempóváltással, kis ugrásokkal

Kis ugrások előrehaladással, ritmikai változtatásokkal

Láblengetések előrehaladással

Egyik lábról a másikra történő átugrások

Etűdökkel, rövid koreográfiák

Egyszerű talajon végzett etűdök támaszhelyzetekkel, lendületekkel

Etűdök álló helyzetben, térbeli elmozdulás nélkül és haladással

Rövid koreográfia dinamikai váltásokkal, nehezebb zenei beosztásban

Követelmények

A tanuló ismerje a technika alapelemeit, egyszerű gyakorlatait, a technikára jellemző kar, láb, törzs összetett koordinációját és variációs lehetőségeit, a gravitáció, mint erő felhasználását (földhasználat és könnyedség), a tér használatát, a mozgáselemek végrehajtásának meghatározott szabályait

A tanuló legyen képes összetett gyakorlatok, hosszabb kombinációk pontos végrehajtására, a gyakorlatok kivitelezéséhez szükséges és megfelelő energia használatára, a technika dinamikai és érzelmi változásainak érzékeltetésére a kombinációkban, valamint rövid koreográfia meggyőző előadására

Követelmények az alapfokú évfolyamok elvégzése után

A tanuló ismerje

A Limón-technika alapjait képező és a többi moderntánc-technikáktól eltérő alapmozgás elveket, a technika jellemző gyakorlatait és térhasználatát

A tanuló legyen képes

Finom, koordinált mozgásra, a megfelelő súlyhasználatra és a gravitáció érzékelésére, az alapelvek megfelelő alkalmazására ülő, álló és haladó gyakorlatokban, kombinációkban,

összetett mozgássorokban és etűdökben. Legyen képes a technika dinamikai és érzelmi változásainak érzékeltetésére kombinációkban, és rövid koreográfia meggyőző előadására

A művészeti alapvizsga követelményei

A vizsga részei

A vizsga gyakorlati vizsgából áll

A vizsga tantárgyai és időtartamuk:

Limón–technika

Csoportban 30–40 perc

A vizsga tartalma:

A Limón–technika vizsga anyaga a szaktanár által összeállított, talajon, állásban és haladással végzett egyszerű majd összetett gyakorlatokból álló tréning sor, melyet a tanulók csoportos formában, önállóan mutatnak be. 2–3 perces etűd kis csoportokban történő bemutatása

A vizsga értékelése

A vizsga értékelésének szempontjai:

A bemutatott tananyag ismeretének minősége, a technika dinamikai változatosságának megjelenési szintje

A gyakorlatok technikai végrehajtásának biztonsága

A Limón–technika stílusának megfelelő előadásmód minősége

A tananyag feldolgozásához szükséges kötelező (minimális) taneszköz

Kísérő hangszerek.

Hangzóanyag lejátszására alkalmas lejátszó/erősítő, hangfal.

Videó– vagy DVD lejátszó, televízió vagy monitor.

TÁNC TÖRTÉNET

A tantárgy járuljon hozzá saját tánc kultúránk történetének megismeréséhez, a magyarságtudat erősítéséhez, a tanulók kommunikációs készségeinek fejlődéséhez, a más népek kultúrája iránti érdeklődés felkeltéséhez, a tantárgyhoz tartozó terminológiák használatához, igényes képi és hanganyag megismeréséhez, a táncművészet iránti érdeklődéshez, az arra fogékony közízlés fejlesztéséhez

Továbbképző évfolyamok

9. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- Az egyetemes tánc történet kronológiai rendjén keresztül a történelmi összefüggések felismertetése
- A tánc történet szempontjából kiemelkedő események, alkotók megismertetése és meghatározó műveik elemzése során komplex látásmód kialakítása és fejlesztése
- A stílusérzék, logikus gondolkodás valamint a táncműfajok iránti érzékenység, a nonverbális kifejezések, a képzelőerő és mozgásmemória fejlesztése
- A kulturált szórakozás igényének kialakítása, a saját tapasztalatszerzés ösztönzése
- A táncműfajok iránti nyitottság és befogadóképesség fejlesztése

Tananyag

A mozgás fogalma: életfunkciós mozgások, közhasználatú táncok, művészi mozgás, a művészi mozgás nyelve

Az őskor táncélete: ábrázoló táncok, szertartás táncok

Az ókor táncéleteinek bemutatás 2–3 kultúra (egyiptomi, indiai, japán, görög) alapján

A középkor társadalmának, táncéleteinek bemutatása

A reneszánsz kialakulása Európában, hatása a művészetek fejlődésére, a reneszánsz táncművészek, a balett gyökerei

A barokk kor általános jellemzői és az udvari balett kialakulása

Noverre és a cselekményes balett

A romantika alapelvei, a kor jelentős prímabalerinái (Marie Taglioni, Fanny Elssler) koreográfusai, (Jules Perrot, Filippo Taglioni) kiemelkedő művek

Követelmények

A tanuló ismerje az egyetemes tánc történet során a művészeti ág fejlődésében jelentős szerepet betöltött eseményeket, helyszíneket, műveket

A tanuló legyen képes néhány mondatban önállóan kifejezni magát egy adott témakörben illetve önálló gondolatok megfogalmazására egy tánc koreográfia kapcsán

10. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- Az egyetemes tánc történet kronológiai rendjén keresztül a történelmi összefüggések felismertetése.
- A tánc történet szempontjából kiemelkedő események, alkotók megismertetése és meghatározó műveik elemzése során komplex látásmód kialakítása és fejlesztése.
- A stílusérzék, logikus gondolkodás valamint a táncműfajok iránti érzékenység, a nonverbális kifejezések, a képzelőerő és mozgásmemória fejlesztése.
- A kulturált szórakozás igényének kialakítása, a saját tapasztalatszerzés ösztönzése.
- A táncműfajok iránti nyitottság és befogadóképesség fejlesztése.

Tananyag

Az orosz táncélet kialakulása és a romantika továbbélése Kelet–Európában

Marius Petipa munkássága

Jelentős orosz művészegyüttesek: Gyagilev–balett

Az amerikai modern tánc kialakulása és hatása az európai tánc kultúrára

Lábán Rudolf újításai a német expresszionizmus művészetében

A magyar mozdulatművészet kialakulása, jelentős képviselők munkássága

Jelentős táncműhelyek (Szeged, Pécs, Győr) munkássága, alkotóik, jelentősebb műveik

Követelmények

A tanuló ismerje a XX. századi magyar táncművészet jeles képviselőit, meghatározó műveiket, a színpadi táncművészet fontos fordulópontjait, a magyar táncélet legfontosabb eseményeit, az országos rendezvényeket, egyesületeket, szakmai szervezeteket, oktatási intézményeket

A tanuló legyen képes néhány mondatban önállóan kifejezni magát egy adott témakörben, gondolatainak megfogalmazására egy táncmű, koreográfia kapcsán, a tánc történet fordulópontjainak megnevezésére, a tánc műfajainak elkülönítésére, a terminológia helyes használatára

Követelmények a továbbképző évfolyamok elvégzése után

A tanuló ismerje

Az egyes stílusirányzatok táncos mozgásnyelvét, mozdulatkincsét

Az egyes korszakok, irányzatok legkiemelkedőbb alkotóit, műveit

A tanuló legyen képes

A fenti ismereteit a tánctanulás, az alkotás, a szabad tánc, a műélvezet helyzetében alkalmazni, tudását a kapcsolatteremtés, a kifejező mozgás szolgálatába állítani

Gondolatait megfelelő szókinccsel szabatosan elmondani

A művészeti záróvizsga követelményei

A vizsga részei

A vizsga írásbeli és szóbeli részekből áll

A vizsga tantárgya és időtartama:

Tánc történet

30–40 perces írásbeli

5–8 perces egyéni beszélgetés

A vizsga tartalma

A vizsga anyaga a helyi tanterv alapján a szaktanár által összeállított tánc történet témakörökből áll

Az írásbeli vizsga feladatlapja különböző tartalmú, a tanultak felidézését, alkalmazását, értelmezését valamint a problémamegoldást illetve értelmező választ igénylő feladatokat tartalmaz

A szóbeli vizsgán a tanulók egy tétel kihúzása után önállóan számolnak be tudásukról

Választható témakörök:

Az őskor táncművészete

A középkor jellemző táncformái

A reneszánsz és barokk kor táncélete

A romantika

A reformkor táncélete

A XX. század táncélete

Amatőr és hivatásos együttesek Magyarországon

A táncos szakma jelentősebb szervezetei, oktatási intézményei, országos rendezvényei

A vizsga értékelése

Írásbeli vizsga

A feladatsort vagy a tesztet az intézmény pedagógusai javítókulcs szerint javítják és pontozzák

Az osztályzatra a helyi tantervben meghatározott formák szerint a szaktanár tesz javaslatot, amelyet a vizsga elnöke hagy jóvá

Szóbeli vizsga

A tananyag tartalom elsajátításának mértéke

Az összefüggések ismerete

A szakmai kommunikáció fejlettsége

Az osztályzatra a helyi tantervben meghatározott formák szerint a szaktanár tesz javaslatot, amelyet a vizsga elnöke hagy jóvá

A tananyag feldolgozásához szükséges kötelező (minimális) taneszköz

Videólejátszó vagy DVD-lejátszó

Televízió

Magnetofon

Diavetítő

CD-lejátszó

Videokazetták (archív felvételek, a tánc összes műfaját tartalmazó videokazettán)

Diasorozat (történelmi korok szerint, archív felvételeket tartalmazó sorozat)

Kézi könyvtár (tánc történeti kötetek, kiadványok, újságok)

Hangtár – CD, magnókazetta (tánc történethez kapcsolódó zenei anyagok)

KONTAKT IMPROVIZÁCIÓ

A kontakt improvizáció spontán fizikai dialógusok sora, amelyek a mozdulatlanságtól az erőteljes, energikus mozdulatokig terjednek. A tánc a két mozgásban lévő test közötti kommunikáción alapul, valamint a táncosok mozgását irányító fizikai törvényekhez való közös viszonyulásukon, úgymint a gravitáció, a lendület, a tehetetlenség, a súrlódás. Ahhoz, hogy ezeket az élményeket átélhessük, a test megtanulja az izom többlet-feszültségeit felszabadítani és a mozgás természetes folyamának teret engedni egy bizonyos minőségű akaratlanság elhagyásával. A gyakorlatok tartalmazzák a gurulást, esést, a fejjel lefelé levést, a fizikai kapcsolat pontjának követését, a súly megtámasztását és átadását. A mozgásanyag a befelé figyelést és a mozgás folyamata iránti nyitottságot tükrözi. A mozdulatok forrása az a kreatív mozgatóerő, amit az egyensúlyi helyzetekből való kibillenés, a dezorientáltság idéz elő. Általános a duett-forma, de többen is táncolhatják egyszerre. A kontakt improvizáció eltér a többi tánc technikától, célja a spontán kialakult helyzetekre adott egyedi válasz megtalálásának támogatása

A kontakt improvizáció célja, hogy a tanuló megismerje és megtapasztalja e táncforma technikai elemeit és tanulmányozza az érintésből adódó információk fogadását és adását, megfigyelje a test reflexeinek működését. Célja az egyéni mozgásszótár, az improvizációs készség, az érintés nélkül és érintésen keresztül történő kommunikáció, a figyelem, a váratlan helyzetek megoldási képességének, a belső mozgások érzékelésének fejlesztése. A kreatív kompozíciós készség fejlesztése. A tanuló a különböző területekről jövő információk megszerzésével képes lesz testének tudatosabb használatára, az improvizációkban mozgásainak, reflexeinek és döntéseinek megfigyelésére. A technikai elemek gyakorlásával „izom emlékezet” alakul ki, amely emlékezet képessé teszi a tanulót testének leggazdaságosabb és legmegfelelőbb használatára

Alapfokú évfolyamok

5. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A figyelem fenntartásának, a tanuló testismeretének, a mozgás gömbszerű térérzékelésének, improvizációs készségének, verbális és non verbális kommunikációjának és kreativitásának fejlesztése.
- A belső történések megfigyeltetésének képességfejlesztése.

- A puha izomtónusú és a gördülékeny talajra érkezés kialakítása.
- Az érintéssel és érintés nélkül történő kommunikációs készség fejlesztése.
- A saját test megtapasztalásának ösztönzése a társ viszonylatában.
- Duett és trió improvizációkban a súly, a gravitáció, a tér, az érintés megfelelő használatának kialakítása.
- Az érzékelés, észlelés és a figyelem által irányított mozgások az adott pillanatban megfelelő kiválasztásának fejlesztése.
- Az érzékszervek differenciált használatának fejlesztésével a figyelem belső irányításának elsajátítása.
- Csoportos játékokon keresztül a kapcsolatteremtés fejlesztése, a felszabadult mozgás ösztönzése, a figyelem megosztásának elősegítése és a váratlan helyzetekre való felkészülés vizsgálata.
- Az átélt fizikális élmény verbális megfogalmazásának elősegítése, ösztönzése.

Tananyag

Egyéni mozgásfelfedező feladatok

- Mozgások különböző testrészek indításával
- A testközpont mint motor felfedezése
- A perifériáról indított mozgások: kézfej, lábfej, fejtető, farok csont
- A gerinc mozgásaink megismerése, mozgások alacsony, közép és magas szinteken
- Tér, idő, dinamikai játékok

Test tudatossági feladatok

- Az elengedés és feszítés állapotai
- A különböző izomtónusok használata
- Aktív/passzív szerepek
- Információ adása és vétele érintéssel
- Az érintés minőségei
- Nyak, váll–kar, csípő–láb grafika a test általános ellazulási állapotának megteremtésére
- Ízületek izolálása végtagmozgatással
- Végtagok súlyérzékelése aktív, passzív szerepekkel
- A légzés megfigyelése, a légző mozgás szabadsága
- Gyakorlatok képek használatával: olvadás, gyökerezés/ellebegés

A talajon végzett gyakorlatok

- Gurulások különböző testrészek indításával (medence, kézfej, lábfej, fej, spirál, banán, vállon át előre/hátra)
- Tolások, kúszások, mászások, gördülés
- Támaszok. Fekvésben végrehajtott partner munkák

A partner munka

- Súlyérzékelési feladatok talajon, aktív/passzív szerepek
- Egyszerű figyelemirányító gyakorlatok
- Vezető/követő szerep feladatok
- Impulzusadással improvizációba vezetés

A táncforma alaptechnikai elemei

- Gurulások: egyénileg, párban, súlyadással/átvétellel
- Dőlések: egyénileg – talajon, középhelyzetben, állásban; párban – talajra vitel nélkül; csoportban

- Csúszások: egyénileg – talajon, falon; párban – társon: fekvő-, közép- és álló helyzetekben
- Mászások: egyénileg (kéz és lábtámaszok); párban társon: fekvő-, közép- és álló helyzetekben
- Tolások: egyénileg talajon, középhelyzetben, párban fekvő-, közép- és álló helyzetekben, haladás közben
- Húzások: párban fekvő-, közép- és álló helyzetekben, haladás közben
- A kontakt „gördülő pontja”: Egyénileg talajon, labdával, falnál, párban állásban (csak karok és a hát használatával)
- Emelések: test központra
- Statikus helyzetekben, földre vitellel
- Ugrások, elkapások: egyénileg – a talajra érkezések gyakorlása (álló- és támaszhelyzetekben); párban – medence és válltámasszal, központra érkezések
- Ellensúlyozás: párban – álló helyzetben, szintváltással
- Fejjel lefelé történő dezorientáló gyakorlatok: egyénileg – kéztámaszok, kézállások
- Asztal pozícióból földre kerülések kéztámaszon át
- Bizalmi feladatok: csukott szemes feladatok, vezető/követő szerep feladatok
- Vezetett és szabad improvizációk
- Egyéni, páros improvizációk
- Páros gyakorlatokból felfedező improvizációk
- Fej–fej, hát–hát, tenyér–tenyér, talp–talp érintéssel
- Strukturált improvizáció

Az érzékeléses feladatok

- Csukott szemes bizalmi feladatok: vezető/követő szerepek
- Periférikus látás megfigyelése
- Tapintás, hallás, nyomásérzékelés

Csoportos játékok

- Térjátékok
- Dinamikai játékok
- Ügyességi játékok
- Figyelemvezetési játékok, labdával, tapssal

Visszajelzés és verbalitás

- Adott feladat vagy improvizáció utáni visszajelzés
- Óra végi megosztás
- Párban vagy csoportban
- A tanár vezetésével vagy anélkül

Követelmények

A tanuló ismerje a táncforma alaptechnikai elemeit, az érintés különböző minőségeit

A tanuló legyen képes saját testsúlyát érzékelni és használni, a gördülékeny és puha izomtónusra és földhasználatra, a technikai elemek improvizáció közbeni előhívására, kreatívan használni a helyzetek adta lehetőségeket

6. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A figyelemfenntartás képességének, testismeretnek, a mozgásszótárnak, a gömbszerű térérzékelésnek, a döntéshozatali képességnek, a kreativitásnak, az improvizációs készségnek, a verbális és nonverbális kommunikációnak a fejlesztése.
- Az elengedés/engedés érzet további fejlesztése, differenciálása, finomítása.
- Az izomtónus differenciált használatának fejlesztése, a figyelem hosszabb időn át való fenntartásának kialakítása.
- A gravitáció testre gyakorolt hatásának megismertetése, használatának megtapasztalása.
- A biztonságos súlyadás/átvétel kialakítása.
- Magasabb helyekről (lendületekből) a puha izomtónusú és gördülékeny talajra érkezés elsajátítása.
- Az érintéssel és érintés nélkül történő kommunikációs készség fejlesztése.
- Szóló, duett és trió improvizációkban a súly, a gravitáció, a tér, az érintés és a dezorientáció használatának további fejlesztése.
- Az érzékelés, észlelés és a figyelem által irányított mozgások kiválasztásának fejlesztése az adott pillanatnak megfelelően.
- A döntési képesség fejlesztése.
- Az érzékszervek differenciált használatának további fejlesztése, a figyelem belső irányításának tudatosítása.
- A verbális kifejezés fejlesztése véleményformálás nélkül.

Tananyag

Egyéni mozgásfelfedező feladatok

- Mozgások különböző testrészek indításával
- Belső és külső tereket felfedező táncok
- A testközpont, mint motor használata
- A perifériáról indított mozgások: kézfej, lábfej, fejtető, farok csont
- A testközpont és a periféria kapcsolata
- A gerinc mozgásaink felfedezése kéztámasz helyzetekben, átjárhatóság az alacsony, közép és magas szinteken történő mozgások között
- Tér, idő, dinamikai játékok

Test tudatossági munka

- Az előző év anyagának ismételése
- Nyak, váll–kar, csípő–láb grafika a test általános ellazulási állapotának megteremtésére
- Végtagok súlyérzékelése, passzív szerepből aktívvá válás
- Ízületek szabad mozgásai végtagmozgatással
- Gyakorlatok képek használatával: fejfonál, hálók, természeti képek
- Autentikus mozgás, a partner tanúja a csukott szemmel mozgó társ táncának

A talajon végzett gyakorlatok

- Gurulások: ismétlések különböző testrészek indításával
- Tolások, kúszások, mászások, gördülések: ismétlések és a mozgások kombinálása, improvizációba vezetése
- Támaszok, gyors és dinamikus átmenetek
- Fekvésben végrehajtott partner munkák

Partner munka

- Súlyérzékelési feladatok középhelyzetekben
- Összetett figyelemirányító gyakorlatok
- Vezető/követő szerepek váltakozása, majd egybeolvadása
- Impulzusadás, ellenállás, kiegészítés, hozzáadás, ellensúlyozás

Technikai elemek

- Gurulások: ismétlések: egyénileg, párban, súlyadással/átvétellel, érintő kíséréssel, ellenállással
- Dőlések: egyénileg – talajon, középhelyzetben, állásban, haladással; párban – talajra vitel nélkül és talajra vitellel, hármass csoportokban, minden irányba, 6 fős csoportban, emelésekbe, elkapásokba, improvizációval
- Csúszások: párban – társon: fekvő-, közép- és álló-helyzetekben, haladás közben, a társ követésével, földre vitellel, súlyadással befejezve
- Mászások: egyénileg – kéz és láb támaszok, párban – társon: fekvő-, közép- és álló-helyzetekben, haladás közben, csoportban, földre vitellel
- Tolások: egyénileg talajon, középhelyzetben; párban fekvő-, közép- és álló-helyzetekben, haladás közben
- Húzások: egyénileg talajon, középhelyzetben, párban fekvő-, közép- és álló helyzetekben, haladás közben, csoportban, eltérő dinamikai végrehajtások
- A kontakt „gördülő pontja”: egyénileg talajon, párban állásban az egész testfelület használatával, szintváltásokkal
- Emelések: testközpontra, felgurítások statikus és dinamikus helyzetekben, dőlésből hátra vételek támaszba érkezéssel
- Ugrások és elkapások: egyénileg – a talajra érkezések gyakorlása álló- és támasz helyzetekbe, gurulásban, párban – előre, oldalra, hátra ugrások – medence támasszal, központra érkezéssel, statikus és dinamikus helyzetekben
- Ellensúlyozás: párban – álló helyzetben, szintváltással, kipörgetéssel, dinamikus helyzetben forgással
- Fejjel lefelé történő dezorientáló gyakorlatok: egyénileg – kéztámaszok, kézállások, asztal pozícióból földre kerülések kéztámaszon át
- Bizalmi feladatok: csukott szemes feladatok, vezető/követő szerep feladatok

Vezetett és szabad improvizációk

- Egyéni, páros és csoportos improvizációk
- Páros és kis csoportos gyakorlatokból felfedező improvizációk
- Strukturált improvizáció
- Improvizáció képekkel
- A tanár vezetésével vagy anélkül

Érzékelési feladatok

- Csukott szemes bizalmi feladatok: vezető/követő szerepek
- A periférikus látás használata
- A látás, nézés mozgásirányító szerepe
- Tapintás, hallás, nyomásérzékelés, energia, erő, inercia

Csoportos játékok

- Térjátékok
- Dinamikai játékok
- Páros és csoportos szerepjátékok

- Figyelemvezetési játékok labdával

Visszajelzés és verbalitás

- Adott feladat vagy improvizáció után
- Óra végén
- Párban
- Csoportban
- Tanári vezetéssel vagy tanári vezetés nélkül

Követelmények

A tanuló ismerje a táncforma alaptechnikai elemeit, az érintés mélységeit és azok információtartalmát, a tér gömbszerű használatát, a döntéshozáshoz szükséges fizikális készenléti állapotot

A tanuló legyen képes saját testsúlyát érzékelni és használni, a gördülékeny és puha izomtónusra és földhasználatra, a technikai elemek improvizáció közbeni előhívására, az érintésen keresztül kommunikálni, engedni a táncot történni, kreatívan használni a helyzetek adta lehetőségeket

Követelmények az alapfokú évfolyamok elvégzése után

A tanuló ismerje a kontakt improvizáció mozgásnyelvét, alap technikai elemeit, a puha izomtónus használatát, a súly, az érintés, a környezettel és partnerekkel kialakított kontaktus törvényszerűségeit.

A tanuló legyen képes a technikai ismereteit a szabad táncban (duett, trió) előhívni és alkalmazni, döntést hozni és kreatívan megoldani a váratlan helyzeteket.

A művészeti alapvizsga követelményei

A vizsga részei

A vizsga gyakorlati vizsgából áll

A vizsga tantárgyai és időtartamuk:

Kontakt improvizáció, csoportban 40–50 perc

A vizsga tartalma:

- A szaktanár által összeállított kontakt improvizáció technikai alapgyakorlatok csoportos bemutatása tantermi körülmények között.
- Improvizációs feladatok bemutatása szóló és duett formákban.
- 3–4 perces adott szabályokon alapuló és/vagy szabad kontakt improvizáció duett bemutatása tantermi körülmények között.

A vizsga értékelése

- A Kontakt improvizáció elveinek és alaptechnikáinak gyakorlati ismerete – mértéke, mennyisége és minősége.
- A tananyag által szerzett ismeretek alkalmazásának minősége.

A tananyag feldolgozásához szükséges kötelező (minimális) taneszköz

Kísérő hangszerek

Hangzóanyag lejátszására alkalmas lejátszó/erősítő, hangfal

Videó- vagy DVD lejátszó, televízió vagy monitor

LÁBÁN-TECHNIKA

A Lábán-technika – korábbi elterjedt nevén „Európai modern” technika – Rudolf Lábán elméleti rendszerére épül. Nem stílus, hanem táncnyelv alkotó módszer. Lábán táncalkotó elveire épülő, mindig az adott pedagógus, adott tanulókra tudatosan szerkesztett gyakorlat és mozdulatsora. Célja a táncművészet tudatos táncolás útján történő továbbfejlesztése, a tér- és az erőtan adott évi követelményeinek elsajátítása, tudatos használata és verbalizálása

A helyi tanterv és a pedagógus szabadsága az oktatási forma meghatározása, mely lehet másolás alapú, melyben rögzített gyakorlatsorok rendszeres ismétlése történik, improvizáció alapú, ahol a tér és erő princípiumok határozzák meg az improvizáció gyakorlatokat és vegyes típusú, amely a fent említett két forma elegye. Amennyiben a tanulók alkalmasak rá, kompozíciós feladatokat is tartalmazhat az óra

Aktív erő-befektetésű mozgások, melyekben mind a könnyű mind az erős erőfajta megjelenik; passzív erő-befektetésű mozgások, melyekben mind a gyenge mind a nehéz erőfajta megjelenik

Továbbképző évfolyamok

7. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A tánc alkotóelemeinek Lábán által rendszerezett, megfelelő szintű megismerése és tudatosítása, kiegészítve, megerősítve a tanszak más évfolyamain megismert tánctechnikák megértését
- A testtel és az idővel, mint táncalkotó elemekkel kapcsolatos ismereteket bővítése
- Testtudat, ritmus/idő érzék
- A mozgáslehetőség bővítése, az időben – mint mértékegységben – történő gondolkodás kialakítása
- A tempó különbségek megtapasztalásának elősegítése

Tananyag

A tér alsó szintjén végzett gyakorlatok:

A központból, perifériából (lábujj, kezujj, fejtető), és midlimb-ből (könyök, térd) indított mozdulatok; bodyhalf: (testfél) – jobb-bal oldal, alsó-felső test tudatos, totális használata; diagonális kapcsolat tudatosítása; egyéb, a csoport igényeinek megfelelő testkapcsolat felhasználása

A tér középső szintjén végzett gyakorlatok:

Izolációs gyakorlatok – lábfej, lábujjak, térd, csípő, felsőtest, fej, kar, kezujjak, alsó test: sarok-ülöcsont kapcsolat variációi a gravitáció, mint nehezítő tényező bevonásával; felsőtest: fejtető, farkcsont kapcsolatának mozdulatokban való feltérképezése; felsőtest: hát-kezujjak kapcsolatának megtartása különböző kar és testhelyzetekben

Koordinációt fejlesztő gyakorlatok: bodyhalf (testfél), diagonális kapcsolatok felhasználásával

A gyakorlatok folyamatos nehezítése, a térben való haladás fokozatos bevezetése

A tér felső szintjén végzett gyakorlatok:

Testkapcsolatok, koordinációk és izolációk alkalmazása; ugrások; emelések

Az idő, mint variációs elem:

A gyakorlatok metruma 2/4, 3/4, 4/4, 5/4 illetve ettől eltérő szabályszerű illetve szabálytalan beosztású is lehet

Az improvizáció, mint módszer használata

Mint egy–egy rögzített gyakorlatsor variációja

Verbalitásfejlesztés:

A tanulók fizikai síkon megélt tapasztalatainak szavakba öntése: egyénileg, csoportos megbeszélés során, írásos formában

Követelmények

A tanuló ismerje a Lábán Rudolf által meghatározott testkapcsolatokat, mozdulatindítási lehetőségeket, a ritmikai előjegyzések gyakorlati megkülönböztetését, használatát, a különböző tempókat

A tanuló legyen képes a különböző testrészek tudatos izolációjára, totális mozgásra, az izolált testrészek tudatos koordinációjára, ritmus képletek mozgásban való pontos visszaadására, metrum–tartásra

8. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A térismeret rendszerezése, az erőhasználat, mint táncalkotó elem tudatosítása
- A testtudat, ritmus/idő érzék, tértudat fejlesztése
- A saját testen kívüli világ rendszerezése
- Önmagára, kis és nagycsoportra való figyelés; izomkontroll, optimális izomhasználat; koncentrációs készség fejlesztése

Tananyag

A 27 térirány Lábán Rudolf meghatározása szerint:

6 egy dimenzionális irány: mély, magas, jobb, bal, előre, hátra

12 két dimenzionális irány: bal magas, jobb magas, bal mély, jobb mély, elől magas, elől mély, hátul magas, hátul mély, jobb elől, bal elől, jobb hátul, bal hátul, háromdimenziós irányok jobb elől magas, jobb elől mély, bal elől magas, bal elől mély, jobb hátul magas, jobb hátul mély, bal hátul magas, bal hátul mély

A 27. irány a táncoló maga

Szagitális tengely és sík, vertikális tengely és sík valamint horizontális tengely és sík

Térben alkotott formák, egyénileg – kocka, mozgásgömb és csoportosan: terrajzok például shapeflow segítségével

Az alap szakkifejezések elméletben és gyakorlatban

Totális mozgás: az izolált mozgás ellentéte, teljes test vagy teljes testrész együttmozgását jelöli

Bodyhalf: testfél, a test vertikális középvonalától számított teljes jobb oldalát vagy teljes baloldalát jelöli

A test köldöknél elhelyezkedő horizontális vonal által elválasztott felső testet illetve alsó testet is jelölheti

Midlimb: végtag közép, a lábnál a térdet, a karnál a könyököt jelöli

Követelmények

A tanuló ismerje az erőtant és a minőségtant mind elméletben mind gyakorlatban: az egy–, a két– és háromdimenziós irányokat, a 3 alaptengelyt és síkot, a 3 alapvető szintet, a mozgásgömb fogalmát, az aktív és passzív erőhasználatot

A tanuló legyen képes megkülönböztetni a 27 irányt, mozogjon tudatosan az oktaéderben és a kockában. Az izomhasználat tudatos befolyásolása a gravitáció ellenében, összetett minőségű mozdulatok kivitelezése

A tananyag feldolgozásához szükséges kötelező (minimális) taneszköz

Kísérő hangszerek

Hangzóanyag lejátszására alkalmas lejátszó/erősítő, hangfal

Videó- vagy DVD lejátszó, televízió vagy monitor

GRAHAM–TECHNIKA

A Graham–technika az első önálló mozdulatkinccsel, táncnyelvvel, dinamikai elvekkel, didaktikai rendszerrel felvértezett moderntánc rendszer, mely a mai napig inspirációs forrás a színpadi tánc, a tánckultúra fejlesztés világában, nem utolsósorban a táncpedagógia hatékony eszköze.

A tantárgy tanításának célja a speciális és széles körben hasznosítható dinamikai alapelveket tartalmazó technika megismertetése.

Továbbképző évfolyamok

9. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A testtudat fejlesztése, ritmikai, dinamikai, előadói képességek, a mozgáskultúra tudatosságának fejlesztése, a fogalmi ismeretek, a szakterminológia bővítése.
- A tananyagból nyert ismeretek beépítése más tánctechnikák gyakorlati és elméleti ismereteibe, megtalálva a különbségeket és párhuzamokat.
- Az alapelemek, alapsorozatok és azok technikai, dinamikai és stiláris jellemzőinek, a Graham–technika speciális térhasználatának felismertetése.
- A diagonális mozgás fejlesztése

Tananyag

Alapelemek, alapsorozatok

Talajon végzett gyakorlatok:

Bounces: a törzset és a medenceízületeket fokozatosan bemelegítő, rugózó gerincmozgások

Breathing: a légzés bevonása a törzs, majd a teljes test mozgásába

Spiral: a spirális mozgások alapja, a gerincforgatás, mely előkészíti a talajról fölemelkedés és az oda–vissza ereszkedés technikáját

Contraction–release: a testközpont, mint minden mozgás kiindulópontja

Álló helyzetben végzett gyakorlatok

Brush: a lábfő, boka, térd bemelegítése

Plié: az emelkedés, ereszkedés és az ugrás előkészítése

Plié–contraction–release, a lábak combtöből való mozgatása, lendítések, emelések s azok kombinációinak formájában, a központból indítva

Térben haladó gyakorlatok

Walk – diagonális lépés–, járás–, futásgyakorlat

Triplet – hármaslépések, irányváltásokkal, ritmizálással

Skip – ugrások egyik lábról a másikra, haladva

Az év végére az alapelemek és sorozatok ritmikai, tempóbeli, térbeli variációkkal gazdagíthatók

Követelmények

A tanuló ismerje a Graham–technika, mint a klasszikus balettől eltérő, első teljes moderntánc rendszer alapelveit, a technika alapelemeit, alapsorozatait, azok helyes végrehajtásának szempontjait és a Graham–technika helyét a tánc történetben

A tanuló legyen képes az alapelemek és alapsorozatok felismerésére, azok technikai, dinamikai és stílári szempontból helyes végrehajtására

10. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A testtudat fejlesztése, a ritmikai, dinamikai, előadói képességek, a mozgáskultúra tudatosságának fejlesztése, a fogalmi ismeretek, a szakterminológia bővítése.
- A tananyagból nyert ismeretek beépítése más tánc technikák gyakorlati és elméleti ismereteibe, megtalálva a különbségeket és párhuzamokat.
- Az alapelemek, alapsorozatok és azok technikai, dinamikai és stílári jellemzőinek, a Graham–technika speciális térhasználatának felismertetése.
- A diagonális mozgás és a mozgáskombináció fejlesztése.

Tananyag

Talajon végzett gyakorlatok: bounce, breathing, spiral, contraction–release ritmikai és dinamikai nehezítésekkel

Spirál IV. pozícióban, fold – a bonyolultabb törzsfordítási gyakorlat a testközpont–indítású „contraction–release” és a spirális mozgások ötvözése, föl/leereszkedés a talajról/talajra

Álló középgyakorlatok: a gravitáció felhasználásával és leküzdésével, valamint a lendület felhasználásával és fékezésével

Brush, plié, plié–contraction–release, a lábak combtöböl való mozgatása, lendítések, emelések, s azok kombinációinak formájában

Weight shift, suspension: testsúly eltolással, elbillentéssel

Térben haladó gyakorlatok,

Walk – diagonális lépés–, járás–, futásgyakorlat

Triplet – hármaslépések, irányváltásokkal, ritmizálással

Skip – ugrások egyik lábról a másikra, haladva. A diagonális–haladó gyakorlatok bővítése: lépéskombinációk; az eddig álló helyzetben végzett gyakorlatok kimozdítása különböző terekbe, fordulatok kidolgozása a spirál elv alapján

Alapugrások különböző terekben, eltérő ritmikával, a „contraction–release”, valamint a „spirál” elemeinek alkalmazása az ugrások közben

Gyakorlatsor, füzér összeállítása koreografált formában, az elvégzett 2 év anyagának szemléltetésére, az egyéni képességek bemutatására

Követelmények

A tanuló ismerje a Graham–technika, mint a klasszikus balettől eltérő, első teljes moderntánc rendszer alapelveit, a technika alapelemeit, alapsorozatait, azok helyes végrehajtásának szempontjait és a Graham–technika helyét a tánc történetben

A tanuló legyen képes az alapelemek és alapsorozatok felismerésére, azok technikai, dinamikai és stílári szempontból helyes végrehajtására

A tananyag feldolgozásához szükséges kötelező (minimális) taneszköz

Kísérő hangszerek

Hangzóanyag lejátszására alkalmas lejátszó/erősítő, hangfal

Videó– vagy DVD lejátszó, televízió vagy monitor

REPERTOÁR

A tanulók megismerkednek, és részletesen elemzik a hazai és nemzetközi modern tánc repertoárt. Létrehozzák saját egyéni alkotásaikból álló mozgás nyelvüket. Kialakul egyfajta önálló gondolkodásmód és egyéni véleményalkotási képesség a táncművek, koreográfiák elemzése során.

A tanulók lehetőséget kapnak az egyéni és csoportos megnyilvánulásokra, önálló alkotások létrehozására és bemutatására. Felmérhetik, és tudatosan fejleszthetik tanulási képességeiket, stílusérzéküket.

Továbbképző évfolyamok

7. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A tanulót tegye képessé a modern órákon tanult ismeretek felhasználásával egyéni és csoportos koreográfiák elsajátítására és minőségi előadására.
- Alakítsa ki a csoport kooperáció, az együtt gondolkodás és az alkotás képességét.

Tananyag

A megismert táncstílusokra, mozgásanyagra építve a szaktanár által kiválasztott, betanított vagy felújított művek előadása. A tananyagban tartalmazni kell az előző évfolyamokban tanult lépésanyagokat, ismereteket

Követelmények

A tanuló ismerje a tanulás szempontjait, folyamatát, az előadott mű lépésanyagát, stílusát
A tanuló legyen képes a koreográfia elemeinek gyors és lényegi elsajátítására, a tanult tánc tudatos, művészi előadására. A tanuló rendelkezzen a társakhoz való alkalmazkodás képességével

8. évfolyam

Fejlesztési feladatok

A tanulót tegye képessé az eddig tanult ismeretek felhasználásával egyéni és csoportos koreográfiák elsajátítására és minőségi előadására. Alakítsa ki a csoport kooperációt, az együtt gondolkodás és az alkotás képességét. Motiválja a tanulót az eddig betanult koreográfiák művészi előadásának továbbfejlesztésére, elmélyítésére

Tananyag

A megismert táncstílusok mozgásanyagára építve a szaktanár illetve a tanulók által létrehozott művek előadása. A tananyagban tartalmazni kell az előző évfolyamokban tanult lépésanyagokat, ismereteket. Megismerkednek a modern repertoár jellegzetes műveivel, és a szaktanár vezetésével elemzik. Ezekből ihletet meríthetnek és az adott koreográfiához hasonló, rövid műveket készítenek. A modern repertoárból a szaktanár feladata kiválasztani a feldolgozandó műveket

Követelmények

A tanuló ismerje az eddig elsajátított koreográfiák lépésanyagát

A tanuló legyen képes a koreográfia elemeinek gyors és lényegi elsajátítására, a tanult tánc tudatos, művészi előadására. A tanuló rendelkezzen a társakhoz való alkalmazkodás képességével

9. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A tanulót tegye képessé az eddig tanult ismeretek felhasználásával egyéni és csoportos koreográfiák elsajátítására és minőségi előadására
- Alakítsa ki a tanulóban az önálló tanulás és önfejlesztés képességét
- Motiválja a tanulót az eddig betanult koreográfiák művészi előadásának továbbfejlesztésére, elmélyítésére

Tananyag

Megismerkednek a modern repertoár hazai és nemzetközi műveivel. A szaktanár irányításával előre kiválasztott és meghatározott részletek önálló betanulása. A modern repertoárból a szaktanár feladata kiválasztani a feldolgozandó műveket

Követelmények

A tanuló ismerje az adott koreográfiák pontos lépésanyagát és rendelkezzen az adott darabhoz tartozó alapismeretekkel

A tanuló legyen képes a koreográfia elemeinek gyors és lényegi elsajátítására, a tanult tánc tudatos, művészi előadására. A tanuló rendelkezzen az önálló tanulás képességével, művészi alázattal és együttműködési képességgel

10. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A tanulót tegye képessé az eddig tanult ismeretek felhasználásával egyéni és csoportos koreográfiák létrehozására és minőségi előadására
- Alakítsa ki a tanulóban az önálló tanulás, az önfejlesztés és a csoporttal való együttműködés, együttgondolkodás képességét
- Motiválja a tanulót az eddig elsajátított koreográfiák művészi előadásának továbbfejlesztésére, elmélyítésére és az önálló véleményalkotásra

Tananyag

Megismerkednek az aktuális modern repertoár hazai és nemzetközi műveivel

A modern repertoárból a szaktanár és a tanuló közös feladata kiválasztani a feldolgozandó műveket

Az eddig megismert, elsajátított és feldolgozott mozgásrepertoár felhasználásával a tanulók létrehozhatnak rövid önálló koreográfiákat, műveket

Követelmények

A tanuló ismerje az adott koreográfiák pontos lépésanyagát és rendelkezzen az adott darabhoz tartozó alapismeretekkel

A tanuló legyen képes a koreográfia elemeinek gyors és lényegi elsajátítására, az önfejlesztésre és a tanult tánc tudatos művészi előadására. A tanuló rendelkezzen az önálló gondolkodás, művészi alázat és az együttműködés képességével

A tananyag feldolgozásához szükséges kötelező (minimális) taneszköz

Kísérő hangszerek

Hangzóanyag lejátszására alkalmas lejátszó/erősítő, hangfal

Videó- vagy DVD lejátszó, televízió vagy monitor

IMPROVIZÁCIÓ ÉS KOMPOZÍCIÓ

Az improvizáció elnevezésű tantárgy Rudolf Lábán elméleti rendszerére épül. Ez a struktúra nem stílus, táncnyelv, hanem táncnyelv alkotó módszer. Lábán táncalkotó elveire épülő, mindig az adott pedagógus adott tanulóira tudatosan szerkesztett gyakorlatsora. Célja a táncművészet tudatos táncolás útján történő továbbfejlesztése

Az improvizáció, mint táncforma alkalmazása elősegíti a tanuló egyedi mozgásszótárának bővítését. A képzés célja, hogy a tanuló képes legyen a tánc alkotóelemeinek megismerésére, tudatos alkalmazására

A Lábán módszer a mozgás egyetemes szabályszerűségeire, lehetőségeire mutat rá, fejlesztve ezzel a már előző évfolyamokban megismert moderntánc-technikák megértését, tudatosabb kivitelezését

A kompozíció az improvizáció rendszere mentén integrálja a különböző művészeti ágak kompozíció elméleteiben felhalmozott tudást. A tantárgy a tanuló saját mozgásmemóriáját, struktúrafelismerő illetve alkotóképességét, kommunikációs eszközeit fejleszti, valamint megalapozza a lehetőségét annak, hogy a későbbiekben aktív alkotóvá váljon egy koreográfus mellett vagy önállóan is

Továbbképző évfolyamok

9. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- Kreativitásfejlesztés
- Az integrált gondolkodásmód: érzelmi–szellemi–fizikai önvaló összekapcsolása
- Testtudat fejlesztés: a test és az idegrendszer, izom, csont és szalagrendszer közötti kapcsolat tudatosítása
- Az érzelmek verbalizálásának elősegítése
- Az érzelmek mozdulati absztrahálásának elősegítése
- A struktúrában való gondolkodás képességének fejlesztése

Tananyag

A test, a tudat és az érzelmek kapcsolatán alapuló egyéni illetve csoportos kooperációt igénylő improvizációs feladatok

Szabályrendszeren alapuló kötött és szabad improvizációk

Szabálykövető és szabályteremtő jelenlét

Zártkörű improvizációs bemutatók az előadói helyzet megtapasztalása érdekében

Hazai és külföldi, példaértékű előadások megtekintése és elemzése

Kortárs alkotókkal való eszmecsere

Követelmények

A tanuló ismerje az anatómia alapjait mind elméletben mind gyakorlatban. A tanuló képes legyen kifinomult idegrendszerrel tanúskodó egyéni jegyeket viselő mozgás-improvizációs folyamatokat létrehozni

A tanuló legyen képes önállóan és kisebb csoportokban is – felismerhető rendszeren alapuló – rövid mozgásetűdök alkotására

10. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A kreativitás fejlesztése
- A tér, mint absztrakció felismerése
- A tér, mint eszközzel való játék fejlesztése (távolságok, irányok, formák, képzőművészeti eszközök alkalmazása)
- A tér szerkeszthetőségének felismerése (2 és 3 dimenziós művek példája alapján)
- A tér, mint színpadi eszköz feltérképezése (díszlet, színpadi szabályok, perspektíva)
- A téridő kapcsolat élményének megtapasztalása
- Az idő, mint absztrakció felismerése
- Az idő szerkeszthetőségének felismerése (zenei struktúrák, előadás struktúrák, irodalmi struktúrák)
- Az idő, mint színpadi eszköz feltérképezése (színpadi idő, film idő, real time)
- Az idő, mint eszközzel való játék fejlesztése

Tananyag

A tér és az idő témájában adott egyéni illetve csoportos kooperációt igénylő improvizációs feladatok

Szabályrendszeren alapuló kötött és szabad improvizációk

Szabálykövető és szabályteremtő jelenlét

Alkotói rendszerek ismertetése

Alkotói rendszerek másolása

Új alkotói rendszerek létrehozása

Zártkörű és nézők számára is nyitott improvizációs bemutatók az előadói helyzet megtapasztalása érdekében.

Zártkörű és nézők számára is nyitott kompozíciók bemutatása a visszajelzés (negatív és pozitív kritikák) megtapasztalása érdekében

Követelmények

A tanuló ismerje a tér és az idő kulturálisan elfogadott szabályait, a társművészetek szerkesztési modelljeit, egyéni, kiemelkedő megoldásait

A tanuló legyen képes a tér és az idő kulturálisan elfogadott szabályainak újraértelmezésére, a régi modelleket új kontextusba helyezni

A tananyag feldolgozásához szükséges kötelező (minimális) taneszköz

Kísérő hangszerek

Hangzóanyag lejátszására alkalmas lejátszó/erősítő, hangfal

Videó- vagy DVD lejátszó, televízió vagy monitor

KORTÁRSTÁNC TANSZAK

AZ ALAPFOKÚ KORTÁRSTÁNCOKTATÁS CÉLRENDSZERE ÉS FUNKCIÓI

A XXI. század társadalmi elvárásainak következtében állandóan alakuló, formálódó tánckultúrák megjelenési formájának központi kérdése az önálló individuummal rendelkező ember. A testi, szellemi valamint lelki folyamatokra épülő mozgás megnyilvánulási formái

elősegítik az emberi kapcsolatok kialakulását, az értelmi és érzelmi képességek kibontakoztatását és az önfejlesztés lehetőségének megélését

A Kortárstánc oktatása megteremti a harmonikus, egészséges személyiséggel rendelkező, társas kapcsolatokban jártas embert. A kortárs művészetek befogadására nyitott és értő közönséget nevel, miközben biztosítja a hivatásos pályaaorientációt.

A technikai képzés elősegíti az oktatási folyamatban résztvevők számára a saját adottságaik szerinti képességfejlesztést. Az évenként meghatározott fejlesztési feladatok és a tananyag spirális elrendeződése lehetővé teszi az összevont osztályokban történő oktatást és nagyobb szabadságot teremt a pedagógus számára az oktatási folyamat megszervezése során

A képzés struktúrája

Tantárgyak

Főtárgy:

Kreatív gyerektánc (1–2 előképző évfolyamon, 1–2 alapfokú évfolyamon)

Kortárstánc (3–6 alapfokú évfolyamon, 7–10 továbbképző évfolyamon)

Kötelező tantárgy:

Limón–technika (5–6 alapfokú évfolyamon)

Kontakt improvizáció (5–6 alapfokú évfolyamon)

Lábán– technika (7–8 továbbképző évfolyamon)

Tánc történet (9–10 továbbképző évfolyamon)

Repertoár (7–10 továbbképző évfolyamon)

Kötelezően választható tantárgy az összevont osztályokban:

Tánc történet

Limón–technika

Választható tantárgyak:

Kreatív gyerektánc (1–2 előképző évfolyamon, 1–2 alapfokú évfolyamon)

Kortárstánc (3–6 alapfokú évfolyamon, 7–10. továbbképző évfolyamon)

Graham–technika (9–10 továbbképző évfolyamon)

Improvizáció és kompozíció (9–10 továbbképző évfolyamon)

Óraterv

| Tantárgy | Évfolyamok | | | | | | | | | | | |
|---------------------------------|------------|-----|---------|-----|-----|-----|-----|-----|-------------|-----|-----|-----|
| | Előképző | | Alapfok | | | | | | Továbbképző | | | |
| | 1. | 2. | 1. | 2. | 3. | 4. | 5. | 6. | 7. | 8. | 9. | 10. |
| Főtárgy | 2 | 2 | 4 | 4 | 3–4 | 3–4 | 2 | 2 | 2–3 | 2–3 | 2 | 2 |
| Kötelező tantárgy | | | | | | | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 |
| Kötelezően választható tantárgy | | | | | 1–2 | 1–2 | | | 1 | 1 | | |
| Választható tantárgy | 2 | 2 | 1–2 | 1–2 | 1–2 | 1–2 | 1–2 | 1–2 | 1–2 | 1–2 | 1–2 | 1–2 |
| Összes óra | 2–4 | 2–4 | 4–6 | 4–6 | 4–6 | 4–6 | 4–6 | 4–6 | 4–6 | 4–6 | 4–6 | 4–6 |

A fenti táblázat Összes óra rovatában az első számok az ajánlott heti minimális óraszámra, míg a második helyen szereplő számok a szakmai program optimális teljesítéséhez szükséges időre utalnak

A képzés évfolyamainak száma: 12 évfolyam (2+6+4 évfolyam)

Az első számjegy az előképző, a második számjegy az alapfok, a harmadik számjegy a továbbképző évfolyamainak számát jelenti. A tanszak kötelezően előírt tantárgyai és azok óraszámai figyelembevételével mellett a tanuló más tanszak valamint más művészeti ág képzésébe is bekapcsolódhat, illetve azok tanítási óráin részt vehet

A tanítási órák időtartama: 45 perc

A KORTÁRSTÁNC ÁLTALÁNOS FEJLESZTÉSI KÖVETELMÉNYEI

Kiemelt kompetenciák a kortárstánc területén

Szakmai kompetenciák

A táncos képességek, készségek, jártasságok, kialakítása és fejlesztése

A tér, idő, energia rendszereinek, törvényszerűségeinek, szabályainak az életkori sajátosságoknak megfelelő ismerete és tudatos alkalmazása

A táncstílusok és technikák általánosan jellemző vonásainak ismerete és gyakorlati alkalmazása

A mozgásmemória fejlesztése és a stílusérzék kialakítása

Az improvizációs készség kialakítása és fejlesztése

A színpad és a színpadi jelenlét általános törvényszerűségeinek megismertetése

Tudatos előadói, táncos magatartás kialakítása és fejlesztése az életkori sajátosságoknak és az előképzettségnek megfelelően

A táncművészet legfontosabb irányzatainak, korszakainak és művészeti alkotásainak megismerése és tudatos értelmezése

Egészségmegőrzés, testi higiénia, egészséges életmód iránti igény kialakítása

A kortárművészetek és társzművészetek megismerése iránti igény kialakítása

A komplex előadó–művészeti gondolkodásmód kialakítása

Személyes kompetenciák

Az esztétikai érzék kialakítása és fejlesztése

A zenei ízlésformálás

A tudatos és rendszeres munkára nevelés

Fejlődőképesség

Nyitottságra nevelés

Elhivatottságra való igény kialakítása

Folyamatos ismeretbővítés valamint analízis és szintetizáló tudás kialakítása

A vizuális memória fejlesztése és a térben való tájékozódás képességének kialakítása

A testi, lelki állóképesség fejlesztése, a személyiség kibontakoztatása

A kommunikációs csatornák felismerése és alkalmazása

Önreflexió és önálló véleményalkotás

A kritikai gondolkodás fejlesztése

Társas kompetenciák

A csoport és a csoportnorma kialakítása

A kooperáció valamint együttműködési képesség fejlesztése

A csoportos alkotásban való aktív részvétel öröme

A szabálytudat kialakítása

A konfliktusmegoldó készség fejlesztése

Az empátikus készség fejlesztése, a társak felé való bizalom kialakítása

A társak felé irányuló aktív figyelem kialakítása és fejlesztése
Az egészséges életmódra nevelés
A szocializációs normák kialakítása, a viselkedéskultúra megalapozása
A környezet megóvásának igénye

Módszerkompetenciák

A helyzetfelismerés fejlesztése, a figyelemmegosztás képességének kialakítása
A flexibilitás, kezdeményezőkézség, kreativitás képességének fejlesztése
A motivált ismeretbefogadás igényének kialakítása és képességének fejlesztése
A testtudat kialakítása
A hatékony ismeretbefogadásra nevelés és az önálló tanulás képességének kialakítása
Az ok–okozati összefüggések megértése
A kreatív alkotói folyamatokban való részvétel igényének kialakítása
A tehetséggondozás és pályaorientáció
Az alkalmazott tudás kialakítása, a képzés során elsajátított ismeretek alkalmazása más táncstílusokban és élethelyzetekben

A művészeti alapvizsga és záróvizsga általános követelményei

A művészeti alapvizsgára és záróvizsgára bocsátás feltételei
Művészeti alapvizsgára az a tanuló bocsátható, aki az alapfokú művészetoktatási intézmény utolsó alapfokú évfolyamát sikeresen elvégezte és a vizsgára jelentkezett
Művészeti záróvizsgára az a tanuló bocsátható, aki az alapfokú művészetoktatási intézmény utolsó továbbképző évfolyamát sikeresen elvégezte és a vizsgára jelentkezett

A művészeti alapvizsga és záróvizsga követelményei, feladatai meghatározásának módja

A művészeti alapvizsga és záróvizsga követelményeit, vizsgafeladatait – valamennyi vizsga tantárgy tekintetében – az alapfokú művészetoktatás követelményei és tantervi programja figyelembevételével kell meghatározni
A művészeti alapvizsga és záróvizsga feladatait a követelmények alapján a vizsgát szervező intézmény állítja össze oly módon, hogy azokból mérhető és elbírálnakó legyen a tanuló felkészültsége és tudása
A művészeti alapvizsga és záróvizsga feladatait a vizsgabizottság elnöke hagyja jóvá

Vizsga tantárgyak

Művészeti alapvizsga

Kortárástánc

Limón–technika vagy Kontakt improvizáció

Művészeti záróvizsga

Kortárástánc

Tánc történet

A művészeti alapvizsga és záróvizsga egyes részei alóli felmentés

Mentesülhet az adott tantárgyból a művészeti alapvizsga illetve záróvizsga letétele alól az a tanuló, aki az országos művészeti tanulmányi versenyen – egyéni versenyzőként illetve párban – helyezést ért el

A művészeti alapvizsga és záróvizsga minősítése

A tanuló teljesítményét a művészeti alapvizsgán és a záróvizsgán vizsga tantárgyanként külön-külön osztályzattal kell minősíteni

A művészeti alapvizsga illetve záróvizsga eredményét a vizsga tantárgyakból kapott osztályzatok számtani közepe adja (ha az átlagszámítás eredménye öt tizedre végződik, a végső eredmény meghatározásában a gyakorlati tantárgyból kapott osztályzat a döntő)

Amennyiben az intézmény előrehozott művészeti alapvizsgát vagy záróvizsgát szervez, úgy annak eredményét a tanuló kérésére a művészeti alapvizsgán és záróvizsgán figyelembe kell venni

Eredményes művészeti alapvizsgát illetve záróvizsgát tett az a tanuló, aki valamennyi előírt vizsga tantárgy vizsgakövetelményeit teljesítette

Sikertelen a művészeti alapvizsga illetve a záróvizsga, ha a tanuló valamely vizsgarészből illetve vizsga tantárgyból elégtelen érdemjegyet kapott.

Sikertelen vizsga esetén a tanulónak csak abból a vizsgarészből, illetve vizsga tantárgyból kell javítóvizsgát tennie, amelynek vizsgakövetelményét nem teljesítette

KREATÍV GYERMEKTÁNC

A képzés feladata az önkifejezés mozgásban történő realizálása, az önfeledt játék megvalósítása, a különböző játékszabályok megismerése és alkalmazása, a játék örömeinek megélése. A képzés célja, hogy a tanuló az önfeledt, ám a későbbiekben egyre tudatosabb mozgás segítségével jobban megismerkedjen testének képességeivel, a tér használatával, a dinamikai variációkkal és az idő, mint a zeneiség alkotóelemével. Megtanulja figyelni, érteni és használni saját és mások nonverbális kommunikációját. Elsajátítja az együttműködés számtalan fatáját. A képzés hozzájárul a tanuló szocializációs, kommunikációs készségének, kezdeményező-készségének, önismeretének fejlesztéséhez

Előképző évfolyamok

1. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A tanuló mozgáskészségének fejlesztése
- A tanuló tér és formálátásának fejlesztése
- A tanuló önfegyelmének növelése
- A koncentrációkészség növelése
- A megfigyelőképesség kialakítása
- A kommunikációs képesség, játékbátorság, szabálytudat fejlesztése
- A közösségi érzés, a közösséghez tartozás tudatos kialakítása
- A verbális és nonverbális kommunikáció szinkronjának elősegítése
- A szocializációs folyamatok fejlesztése

Tananyag

Ismerkedő táncok

Ábrázoló táncok

Csoportos táncok

Ünnepi táncok

Izom puzzle/testtudati táncok

Kitalálós játékok

Ábrázoló és csoportjátékok

Anyaggal való játékok

Követelmények

A tanuló ismerje a tanév során ismertetett táncjáték-fajtákat

A tanuló legyen képes az együttműködésre, alkalmazkodásra, mások elfogadására, a szabályok betartására, a fizikai kontaktus kialakítására, a társas együttlétre, a pár- és csoportválasztásra, a játéktevékenységre

2. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A kreativitás fejlesztése
- A testrészek mozgáslehetőségeinek megismertetése
- A test térben való mozgáslehetőségeink feltárása
- A tempókülönbségek felismerése, alkalmazása
- Egyszerű ritmusképletek megszólaltatása
- A helyzetfelismerő képesség fejlesztése
- A megoldási lehetőségek feltérképezése
- A döntésképesség növelése
- A mozgás kapcsolatteremtő lehetőségeinek alkalmazása
- A szociális érzékenység fejlesztése

Tananyag

Energia levezető, összehangoló játékok

Koncentrációt növelő játékok

A feladatok egyénileg, páros, kis és nagycsoportos formában

Alap mozgásformák elsajátítása, variálása, tudatosítása (kúszás, mászás, gurulás, lépés, járás, futás, ugrás)

Alapvető gyakorlattípusok használata:

Vezetés–követés: alárendeltség, fölrendeltség megtapasztalása

Másolás–tükrözés: szinkronicitás, kánonforma

Kontraszt variációk: mozgás–mozdulatalanság, kicsi–nagy mozgások, gyors–lassú mozgások tudatosítása

Akcio–reakció: párbeszédformák, folytatáson alapuló játékok

Zenei táncjátékok

Bizalmi játékok

Fogócska és más, gyors reakciókészséget fejlesztő játékok

Koncentráló és kitaláló játékok

Ábrázoló és csoportjátékok

Anyaggal való játékok

Követelmények

A tanuló ismerje az alapvető gyakorlattípusokat (vezetés–követés, másolás–tükrözés, kontrasztvariációk, akció–reakció) és a tanév során elsajátított különböző táncjátékfajtákat

A tanuló legyen képes az alap mozgásformák szabad variálására, a tanult mozgásformák gyakorlati megvalósítására, az új kapcsolatteremtési formák felhasználására valamint a térbeli és ritmikai alapfogalmak gyakorlati alkalmazására

Alapfokú évfolyamok

1. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- Önálló, aktív, kreatív mozgássorok létrehozásának ösztönzése
- A testtudat fejlesztése, a központ tudatosítása, izolációja, koordinációja
- Release alapok: az ellazulás technikájának megismerése, a földön való sérülésmentes mozgás illetve a földre való érkezés sérülésmentes formáinak feltérképezése
- Imaginációs alapok: a tanult lépések, mozgássorok képzeletben történő megjelenítésének kialakítása, képzettársítások összekötése a gyakorlati mozgással
- A mozgásmemória fejlesztése
- A problémák felismertetése előre és utólag
- A tér-, ritmika-, dinamika: az életkornak megfelelő szintű alapelemek használata
- A kölcsönösségen alapuló szociális magatartás ösztönzése

Tananyag

Energia kiegyenlítő, összehangoló játékok

Koncentrációt növelő játékok

Alapmozgásformák: döntések, dölések, esések, gurulások párban és egyénileg

Lendített, ejtett, vezetett, tartott mozdulatok variálása, adaptálása más szabályrendszerekhez

Térben haladás változatai, két- és háromdimenziós terek, térábrázolások megkülönböztetése

Többszereplős térbeli képletek kialakítása, melyek megalapozzák a kompozíciókészítést

Csoport improvizáció a tanultak felhasználásával

2/4-, 3/4-, 4/4-es metrum ismerete és mozgásban való alkalmazása

Hangok, szavak, énekhang játékos használata

A végtag ízületek szabadságfokának megismerése a fő irányokban

Az érzékszervek adta világ felfedezése

A belső kép, tükörkép és a társak jelzései alapján kialakult énkép összevetése

Követelmények:

A tanuló ismerje az alapmozgás formákat

A tanuló legyen képes tudatosan játszani a gravitáció és a teste adta lehetőségek széles spektrumával mind egyénileg, mind kis és nagy csoportban. Legyen képes aktívan, jó helyzetfelismeréssel részt venni egy csoport improvizációban, felhasználva a ritmika és a tér új ismereteit

2. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- Az absztrakció értése, létrehozása, más kontextusba való helyezése
- A koordinációs készség fejlesztése
- A térlátás, térfelosztás, téralkotás, térforma alkotás képességének fejlesztése
- A zenei szövegek értelmezése és az azokhoz való viszony definiálása, variálása

Tananyag

Energia összehangoló játékok

Bemelegítő, állóképesség javító, erősítő játékos gyakorlatok

Koncentráció képességet javító feladatok

A csont-, izom- és szalagrendszer feltérképezése, lehetőségeinek mozgásban való kipróbálása, a tapasztalatokból mozgásfolyamok alakítása
Térformák (kocka, mozgásgömb), egy, két és háromdimenzionális irányok használata
Az alap mozgásformák kötésének variációi, egyéni mozdulatsorrá való rögzítése
Testkapcsolatok (bodyhalf, diagonális kapcsolat, fejtető–farokcsont, ülőcsont–sarokcsont, tengelyek mentén való elválasztás illetve forgatás)
Zenei ritmusok, szerkezetek analizálása, megértése, ritmikai képletek variálása, kánon, felezés, kiegészítés
Etűdök készítése egyénileg és kiscsoportban
Imagináció: képzeletbeli mozgások, tárgyakra való mozdulati reflektálás
Mozgáselemzés, stíloselemzés
Csoportimprovizáció stílusok, irányzatok szerint

Követelmények

A tanuló ismerje saját testének lehetőségeit és korlátait, tudatosan használja és koordinálja testrészeit. Otthonosan mozogjon a tér rendszerében, tudatosan formálja a teret maga körül, ismerje a zene alapvető alkotórészeit

A tanuló legyen képes egy egyszerűbb zenemű szerkezetének felismerésére, mozgásfolyamok létrehozására és rögzítésére mind egyénileg, mind párban illetve kiscsoportban

A tananyag feldolgozásához szükséges kötelező (minimális) taneszköz

Kísérő hangszerek

Hangzóanyag lejátszására alkalmas lejátszó/erősítő, hangfal

Videó- vagy DVD lejátszó, televízió vagy monitor

KORTÁRSTÁNC

A Kortárstánc elnevezés egy összetett és átfogó technikát jelöl, amely épít a 20. században kialakult különböző technika és stílus rendszerekre, úgymint Graham-, Limón- és Cunningham-technika, ezen kívül beépíti mozgásanyagába és szemléletébe a „Release” (ellazulás) technika, az improvizáció és kontakt improvizáció elveit, gondolatait, szempontrendszerét és gyakorlatait. Alapgondolata a test természetes irányvonalainak használata, a gazdaságos energiahasználat, a széles és választékos mozgásrepertoár és a test mozgáslehetőségeinek kiaknázása. Sajatossága, hogy dinamikusan változik és képviseli az adott kor táncnyelvezetének irányvonalait, kapcsolatban van a kortárs művészet egyéb területeivel és fejlődésében teret ad egyéni gondolatoknak, irányoknak

A kortárstánc képzés célja, hogy a tanulók felfedezzék a test természetes és sajátos mozgáslehetőségeit és ezeken keresztül testismeretre és testtudatra tegyenek szert. Célja, hogy tágítsa a fizikai mozgásos képességek határait, ösztönözze az önálló gondolkodást és munkavégzést, elősegítse a kreativitás fejlődését, alakítsa ki és fejlessze a tanulóban a tánc és az egészséges életmód kapcsolatán alapuló életvitelt. Célja, hogy a tanulók megéljék a társművészetekkel kapcsolatos kreatív alkotó folyamatot, megtalálják a tánckifejezés egyéni útjait

Alapfokú évfolyamok

3. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A tanuló testismeretének fejlesztése, saját mozgás szótárának megismertetése, önálló feladatok elvégzésének ösztönzése, a természetes mozgások megismertetése.
- A lábfej és a bokaízület mozgásfelfedezésének ösztönzése.
- A gerincoszlop mozgási lehetőségeinek felismertetése.
- Az együttműködésre, kooperációra való készség fejlesztése páros, kiscsoportos, csoportos együttműködés során.
- A divergens gondolkodás fejlesztése

Tananyag

Bemelegítő és ráhangoló gyakorlatok, játékok

- Az életkori sajátosságoknak és a képességek, készségek továbbfejlesztésének megfelelő speciális erősítő és nyújtó gyakorlatok
- Csoportos játékok

Mozgásfelfedező gyakorlatok

- A lábfej és bokaízület mozgásai a talajon és álló helyzetben
- A gerinc mozgásai
- Légző gyakorlatok
- A talajszinten történő mozgáslehetőségek

Figyelem vezetési gyakorlatok

- Mozgás és légzés kapcsolata
- Csoportos figyelem – járás, futás, állás váltakozása
- A tér alapvető irányjaiban végzett gyakorlatok

Egyszerű gyakorlatsorok, mozgásminták

- Talajon végzett (fekvő és ülő) törzs, láb és kargyakorlatok és azok kombinációi
- Formák és azok átmenetei
- Azonos oldali testrészekkel végzett mozgások
- Állásban végzett törzs, kar és láb gyakorlatok (hajlítás/nyújtás, zárás/nyitás)
- Testrészek vezetésére épülő gyakorlatok
- Haladásos és mozgásszint váltással egyszerű sorok
- Egyszerű szökdelések és ugrások

Kreatív, alkotó jellegű feladatok

- Egyéni formák kialakítása és azok mozgásos összekapcsolása

Improvizációs feladatok

- A zene ritmikájának, érzetének követésével szabad mozgások
- Érzékszervi mozgásos feladatok
- Egyéni formák
- Utánzás, tükrözés

Követelmények

A tanuló ismerje a természetes mozgásokat és azok végrehajtási módjait, a lábfej, a bokaízület és a gerincoszlop felépítését, a kapcsolatteremtés és együttműködés lehetőségeit, a kortárstánc adott évfolyamának mozgásos anyagát

A tanuló legyen képes az együttműködésre páros és kiscsoportos feladatokban, a tananyag pontos bemutatására, rövid kombinációk végrehajtására és az életkori sajátosságoknak megfelelő kreatív feladatok elvégzésére

4. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A tanuló testismeretének fejlesztése, saját mozgás szótárának további megismertetése, önálló feladatok elvégzésének ösztönzése, a természetes mozgások megismertetésének bővítése, a kreatív gondolkodás ösztönzése.
- A divergens gondolkodás fejlesztése
- A láb mozgásainak megismertetése, a szökdelésekhez és az ugrásokhoz szükséges alapképességek fejlesztése.
- A biztonságos talajra érkezés elősegítése.
- A gerincoszlop mozgásai lehetőségeinek vizsgálata.
- A térérzék elősegítése, a mozgások dinamikai változatosságának felismertetése.
- Az együttműködésre, kooperációra való készség fejlesztése páros, kiscsoportos, csoportos együttműködés során.
- Kreatív gyakorlatokon keresztül az önállóság ösztönzése, a figyelem fenntartásának fejlesztése és az alkotás folyamatának bevezetése

Tananyag

Bemelegítő és ráhangoló gyakorlatok, játékok

- Az életkori sajátosságoknak és a képességek, készségek továbbfejlesztésének megfelelő speciális erősítő és nyújtó gyakorlatok
- Csoportos játékok
- Figyelemfelkeltő játékok

Mozgásfelfedező gyakorlatok

- A lábfej és bokaízület mozgásai a talajon és álló helyzetben
- A gerinc mozgásai minden mozgásszinten
- Légző gyakorlatok
- A talajszinten történő mozgáslehetőségek
- Vezetéssel folyamatos mozgások
- Helyben mozgások a horizontális-, vertikális testtengelyek mentén valamint a mozgás fő irányjaiban
- Különböző erő kifejtéssel végzett mozgások
- Testtengely

Figyelem vezetési gyakorlatok

- Mozgás és légzés kapcsolata
- Csoportos figyelem – járás, futás, állás, ülés, fekvés
- Páros feladatok
- Csukott szemes feladatok
- A tér alapvető irányjaiban végzett gyakorlatok

Egyszerű gyakorlatsorok, mozgásminták

- Talajon végzett (fekvő és ülő) törzs, láb és kargyakorlatok és azok kombinációi
- Gurulás, kúszás, mászás
- Formák, pozíciók és azok átmenetei a talajon és álló helyzetben
- Azonos és ellentétes oldali testrészekkel végzett mozgások
- Állásban végzett törzs, kar és lábgyakorlatok (hajlítás/nyújtás, zárás/nyitás)
- Állásban alap lábfejpozíciók és térdízületi gyakorlatok (pliék)
- Testrészek vezetésére épülő gyakorlatok
- Haladásos és mozgásszint váltással egyszerű sorok
- Egyszerű szökdelések és ugrások helyben és haladással, különböző térirányokban
- Forgások, fordulatok állásban, ülésben

Kreatív, alkotó jellegű feladatok

- Egyéni formák, mozgások kialakítása és azok összekapcsolása
- Társ által készített formák és mozgások átalakítása (a tér és a dinamika eszközeivel)
- Meglévő elemek összekapcsolása sorokká

Improvizációs feladatok

- Zene inspirációjával, ellenpontosításával szabad mozgások
- Érzékszervi mozgásos feladatok
- Páros és csoportos improvizációk
- Utánzás, tükrözés, ellenpontosítás
- Tértjátékok

Követelmények

A tanuló ismerje a természetes mozgásokat és azok kombinálhatóságát, a láb ízületeinek alapmozgásait, a biztonságos talajra érkezés végrehajtási módját és az adott évfolyam mozgásnyelvi tananyagát. Ismerje a tér és a dinamika alapvető formáit és felhasználási lehetőségeit, a kapcsolatteremtés és együttműködés lehetőségeit

A tanuló legyen képes az együttműködésre páros és kiscsoportos feladatokban, a tananyag gyakorlatsorokba foglalt bemutatására, rövid kombinációk végrehajtására és az életkori sajátosságoknak megfelelő kreatív és improvizatív feladatok elvégzésére

5. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A tanuló testismeretének további fejlesztése, saját mozgás szótár bővítése, önálló feladatok elvégzésének ösztönzése, a természetes mozgásokból kiinduló összetett mozgások megismertetése, a kreatív gondolkodás ösztönzése.
- A divergens gondolkodás fejlesztése.
- Az önállóság, az önálló munkavégzésre való képesség fejlesztése
- A láb izomzatának fejlesztése, a szökdelésekhez és az ugrásokhoz szükséges alapképességek fejlesztése.
- A biztonságos talajra érkezés gyakoroltatása.
- A gerincoszlop mozgáslehetőségeinek vizsgálata.
- A kar mozgáslehetőségeinek felismertetése.
- A térérzék és térbeli tájékozódás fejlesztése, a mozgások dinamikai változatosságának képességfejlesztése.
- A mozgások ritmikai változatosságának megismertetése.

- Kreatív páros és kiscsoportos, csoportos gyakorlatok alkalmazásával az együttműködésre és kooperációra való készség fejlesztése.
- A figyelem fenntartásának fejlesztése és az alkotás folyamatának további megismertetése

Tananyag

Bemelegítő és ráhangoló gyakorlatok, játékok

- Az életkori sajátosságoknak és a képességek, készségek továbbfejlesztésének megfelelő speciális erősítő és nyújtó gyakorlatok
- Csoportos és párban végezhető improvizatív játékok
- Figyelemfelkeltő és testre hangoló játékok

Mozgásfelfedező és testtudatosági gyakorlatok

- A lábfej, boka és csípőízületek mozgásai a talajon és álló helyzetben
- A gerinc végpontjainak mozgásba vezetése egyéni és párban végzett gyakorlatokkal
- A kar ízületeinek mozgásfelfedezése, talajfogás kartámasszal
- Független szabad karmozgások, ízületek tánca, kép: fonalak karvezetése
- A talajszínten történő mozgáslehetőségek, tolások, húzások a talajon
- Helyben mozgások a horizontális-, vertikális – és diagonális testtengelyek mentén, valamint a mozgás fő irányjaiban
- Vezetéssel folyamatos mozgások és lendületek (kar, láb, törzs)
- Ejtések, a végtagok súlyának felhasználása
- Különböző erő kifejtéssel, dinamikai váltásokkal végzett mozgások
- A testtengely és a talaj viszonya
- A testrészek elmozdulásai egymáshoz és a főtengelyhez képest.
- Egyensúlyozás

Figyelem vezetési gyakorlatok

- A belégzés és kilégzés szabad mozgással való összekötése
- Csoportos figyelem – járás, futás, állás, ülés, fekvés
- Páros feladatok, vezető/követő szerepek érintés nélkül
- Csukott szemes feladatok párban és kiscsoportban
- Nyugalmi helyzet, ellazulás és belső képek

Egyszerű gyakorlatsorok, mozgásminták

- Talajon végzett (fekvő és ülő) törzs, láb és kargyakorlatok és azok kombinációi
- Gurulás, kúszás, mászás, átmenetek
- Formák, pozíciók és azok átmenetei a talajon és álló helyzetben
- Azonos, ellentétes oldali testrészekkel végzett gyakorlatok
- Állásban végzett törzs, kar és láb összetett gyakorlatok (hajlítás/nyújtás, zárás/nyitás)
- Gördülések, spirálok a talajon, ülésben, állásban
- Állásban lábfej pozíciók és térdízületi gyakorlatok (pliék, relevék) variációi és kombinációi végtagmozgásokkal
- Karvezetés, ejtés, lendület, karpozíciók
- Haladásos és mozgásszint váltással egyszerű sorok
- Térbe kimozduló helyváltoztató mozgások hossz-, magasság- és mélység relációban
- Egyszerű szökdelések és ugrások helyben és haladással, különböző térirányokban
- Forgások, fordulatok állásban, ülésben
- Lassú, folyamatos mozgásos gyakorlatsorok különböző térirányokban

Kreatív, alkotó jellegű feladatok

- Egyéni mozgássorok komponálása adott szerkesztési feladatokkal
- Társ által készített formák és mozgások átalakítása, formálása, kiegészítése a tér, a dinamika és ritmika eszközeivel
- Meglévő elemek összekapcsolása sorokká

Improvizációs feladatok

- Zene, hang és ritmusadások inspirálta szabad mozgások
- Csoportos figyelmi improvizációk
- Reagálások, dinamikai változtatással
- Térjátékok
- Testrészevezetési feladatok (fej, lábfej, ujjak, szemek, nagy ízületek)
- Páros impulzusadások
- Egymást megfigyelő improvizációk, írásos és verbális visszajelzés

Követelmények

A tanuló ismerje saját mozgás szótárát, az adott évfolyam mozgásnyelvi tananyagát, a biztonságos talajra érkezés végrehajtási módját, a gerinc és a karok mozgáslehetőségeit. Ismerje a tér, a ritmus és a dinamika alapvető formáit és felhasználási lehetőségeit, a kapcsolatteremtés és együttműködés lehetőségeit

A tanuló legyen képes önálló feladatok végrehajtására, az együttműködésre csoportos feladatokban, a figyelem megosztására improvizatív helyzetekben, a tananyag gyakorlatsorokba foglalt bemutatására, rövid kombinációk végrehajtására és az életkori sajátosságoknak megfelelő kreatív feladatok elvégzésére

6. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A tanuló testismeretének további fejlesztése, saját mozgás szótár bővítése, önálló feladatok elvégzésének ösztönzése, a természetes mozgásokból kiinduló összetett mozgások megismertetése, a kreatív gondolkodás ösztönzése.
- Az emlékezet fejlesztése.
- A divergens gondolkodás alkalmazása különböző helyzetekben.
- Az önállóság, az önálló munkavégzésre való képesség fejlesztése
- A láb izomzatának fejlesztése, a szökdelésekhez és az ugrásokhoz szükséges képességek további fejlesztése.
- A biztonságos talajra érkezés gyakoroltatása.
- A gerincoszlop mozgáslehetőségeinek vizsgálata, a törzs izomzatának fejlesztése.
- A kar mozgáslehetőségeinek felismertetése.
- A térérzék és térbeli tájékozódás fejlesztése, a mozgások dinamikai változatosságának képességfejlesztése.
- A mozgások ritmikai változatosságának megismertetése.
- Kreatív páros és kiscsoportos, csoportos gyakorlatok alkalmazásával az együttműködésre és kooperációra való készség fejlesztése.
- A koncentráció és a figyelem fenntartásának fejlesztése, alkotói módok megismertetése, rövid kompozíciók készítésének ösztönzése.
- A társművészetek bevonásának mozgásos feladatokhoz

Tananyag

Bemelegítő és ráhangoló gyakorlatok, játékok

- Az életkori sajátosságoknak és a képességek, készségek továbbfejlesztésének megfelelő speciális erősítő és nyújtó gyakorlatok
- Testre hangoló játékok
- Térjátékok
- Állóképességet fejlesztő játékok

Mozgásfelfedező és testtudatossági gyakorlatok

- A láb ízületeinek mozgásai partner munkán keresztül (a láb súlyának megéreztetése)
- Ellazítás és a végtag mozgatása párokban
- A gerinc végpontjainak mozgásai egyénileg
- A törzs mozgáslehetőségeinek gyakorlása (gerinc, karok, fej, testközpont kapcsolata)
- A kar ízületeinek mozgásfelfedezése, talajfogás kartámasszal
- Független szabad karmozgások, ízületek tánca, kép: fonalak karvezetése
- A talajszinten történő mozgáslehetőségek, tolások, húzások a talajon
- Vezetetéssel folyamatos mozgások és lendületek (kar, láb, törzs)
- Végtag és az egész test mozgásai ejtésekkel, lendületekkel és zuhanásokkal
- Különböző erő kifejtéssel, dinamikai váltásokkal végzett mozgások
- A test központja, mint motor használata egyéni és páros feladatokban
- A testtartás és testtengely viszonyának felfedezése
- A testrészek elmozdulásai egymáshoz és a főtengelyhez képest
- Térbe kimozduló helyváltoztató mozgások hossz-, magasság és mélység relációban
- Egyensúlyozás különböző alátámasztási felületeken
- Elmozdulások a (test fizikai adottságai alapján) a gravitáció aspektusából

Figyelem vezetési gyakorlatok

- Irányított légzés, áramlás, engedés
- Csoportos figyelemi gyakorlatok
- Páros feladatok, vezető/követő szerepek érintés nélkül
- Csukott szemes feladatok párban és kiscsoportban
- Nyugalmi helyzet, ellazulás és belső képek

Egyszerű gyakorlatsorok, mozgásminták

- Talajon végzett (fekvő és ülő) törzs, láb és kargyakorlatok és azok kombinációi
- Természetes mozgásokkal összetett gyakorlatok, gyakorlatsorok
- Formák, pozíciók, testszobrok és azok átmenetei a talajon és álló helyzetben
- A lábfej, boka és csípőízületek gyakorlatai talajon és álló helyzetben, törzs és karmozgással összekötve
- Állásban végzett törzs, kar és láb összetett gyakorlatok (hajlítás/nyújtás, zárás/nyitás, zuhanás/visszarugózás)
- Spirálok a talajon, ülésben, állásban karmozgással és különböző lábpozíciókban végrehajtva
- Állásban lábfej pozíciók és térdízületi gyakorlatok (pliék, relevék) variációi és kombinációi végtagmozgásokkal, fordulattal
- Karvezetés, ejtés, lendület, karpozíciók és ezek kombinációi
- Haladásos és mozgásszint váltással gyakorlat sorok
- Szökdelések, átugrások és ugrások helyben és haladással, különböző térirányokban, fordulattal
- Ugrások gurulásba, támasz és karhasználat gyakorlatai
- Forgások, fordulatok állásban, ülésben, fogás közbeni sík és térirányváltással
- Forgások egyensúlyi helyzetbe és/vagy talajra érkezéssel

- Lassú/gyors és folyamatos/szagatott mozgásos gyakorlatsorok különböző térirányokban, eltérő dinamikákkal, ritmusokkal
- Mozgássorokat ismétlő összetett gyakorlatok és azok variációi

Kreatív, alkotó jellegű feladatok

- Saját mozgásvariációk megadott szempontok, testrészek, mozgások használatával
- Egyszerű mozgásgyakorlatok elemzései
- Egyéni mozgássorok komponálása adott és választott szerkesztési feladatokkal
- Mozgások a különböző érzékszervi területek illetve partner bevonásával
- Vizuális alkotás felhasználása komponálásra (festmény, rajz, szobor)
- Társ által készített formák és mozgások átalakítása, formálása, kiegészítése a tér, a dinamika és ritmika eszközeivel
- Meglévő elemek összekapcsolása összetett sorokká

Improvizációs feladatok

- Zene, hang és ritmusadások inspirálta szabad mozgások
- Csoportos gondolkodást fejlesztő improvizációk
- Reagálások, dinamikai változtatással
- Térirányokkal és térsíkokkal
- Több testrész vezetésével
- Páros improvizációk érintéses feladatokkal
- Egymást megfigyelő improvizációk, írásos és verbális visszajelzés

Követelmények

A tanuló ismerje az adott évfolyam mozgásnyelvi tananyagát és saját mozgás szótárának kombinációs lehetőségeit, a láb, a gerinc és a karok mozgáslehetőségeit. Ismerje a tér, a ritmus és a dinamika alapvető formáit és felhasználási lehetőségeit, a kapcsolatteremtés és együttműködés lehetőségeit

A tanuló legyen képes önálló feladatok végrehajtására, az együttműködésre csoportos feladatokban, a figyelem megosztására improvizatív helyzetekben, a tananyag gyakorlatsorokba foglalt bemutatására, rövid kombinációk végrehajtására és az életkori sajátosságoknak megfelelő kreatív feladatok elvégzésére. Képes legyen összetett mozgássor komponálására és bemutatására

Követelmények az alapfokú évfolyamok elvégzése után

A tanuló ismerje

A test felépítését, saját mozgás szótárát és a tanult mozgásanyagot, a tér, a ritmus, a dinamika alapvető formáit, a kifejezés eszközeit, együttműködési képességeit, fizikális határait. Ismerje a társ művészetek bevonásának lehetőségeit

A tanuló legyen képes

Ismereteit a gyakorlatban alkalmazni, azokat a kapcsolatteremtésben, kommunikációban és az alkotói folyamatban hasznosítani. Testismerete alapján legyen képes egészségét megőrizni és a tánc tanulásban szerzett képességeit az élet más területein is hasznosítani

A kortárs tánc művészeti alapvizsga követelményei

A vizsga részei

A vizsga gyakorlati vizsgából áll

A vizsga tantárgya és időtartama:
Kortárstánc, csoportban 30–40 perc

A vizsga tartalma:

- Kortárstánc gyakorlatsor önálló csoportos bemutatása
- 2–3 perces, a szaktanár által összeállított, kombináció kicscsoportos bemutatása
- A szaktanár által előre kiválasztott kreatív feladat csoportos megoldása
- Rövid improvizáció bemutatása előre megadott szempontok alapján

A vizsga értékelése

- A bemutatott tananyag ismerete, a bemutatás biztonsága, minősége
- A kreatív és improvizatív feladatok megoldási minősége

Továbbképző évfolyamok

7. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A tanuló testtudatának fejlesztése, a testkapcsolatok megismertetése, a mozgás repertoár bővítése, a puha izomtónus használatának vizsgálata, a gazdaságos energiahasználat, a kreatív alkotói gondolkodás és az önálló feladatok elvégzésének ösztönzése.
- A mozgásemlékezet fejlesztése.
- A kortárstánc nyelvezetét adó technikák megismertetése
- A térérzék, a dinamika és erőkifejtés törvényszerűségeinek és az időbeliség fogalmának megismertetése.
- A koncentráció és a figyelem irányításának fejlesztése, alkotói módszerek megismertetése, kompozíciók készítésének ösztönzése.
- Az alkotóképesség, kreativitás fejlesztése eltérő diszciplínák (társművészetek) bevonásával.
- A kritikai gondolkodás fejlesztése elemzéseken keresztül

Tananyag

Bemelegítő és ráhangoló gyakorlatok

- Speciális erősítő és nyújtó gyakorlatok a légzés összehangolásával
- Testre hangolódás talajon, egyénileg, párban
- Állóképességet fejlesztő játékok

Mozgásfelfedező és testtudatossági gyakorlatok

- A térd és csípőízületek mozgásai partner munkán keresztül
- Ellazítás és végtagmozgatások párban
- A gerinc mobilizálása
- A törzs mozgáslehetőségeinek gyakorlása (gerinc, karok, fej, testközpont kapcsolata)
- A kar használata talajra érkezéskor
- Vezetéssel folyamatos mozgások és lendületek (kar, láb, törzs)
- Végtag és az egész test mozgásai ejtésekkel, lendületekkel és zuhanásokkal
- Különböző erőkifejtéssel, dinamikai váltásokkal végzett mozgások
- A test központ használata egyéni és páros feladatokban
- Testkapcsolatok felfedezése (fej – farokcsont, testfél – jobb- és baloldal, kar – láb, testközpont – periféria)
- Helyes testtartás, „alignement”

- Testrészek elmozdulásai az egymáshoz és a főtengelyhez képest
- Térbe kimozduló helyváltoztató mozgások hossz-, magasság és mélység relációban
- Egyensúlyozás „off balance” helyzetekben
- A gravitáció használata

Figyelem vezetési gyakorlatok

- A légzés és mozgás összehangoltságának megfigyelése
- Páros és kiscsoportos feladatok, vezető/követő szerepek érintés nélkül
- Nyugalmi helyzet, ellazulás és belső képek
- Időérzékelést fejlesztő feladatok

Gyakorlatsorok, mozgásminták

- Talajon végzett (fekvő és ülő) törzs, láb és kargyakorlatok és azok összetett sorai
- Ülésben a test központ mozgásai: contraction/release
- A lábfej, boka és csípő ízületek gyakorlatai talajon és álló helyzetben, törzs és karmozgással összekötve,
- Állásban végzett törzs, kar és láb összetett gyakorlatok és azok kombinációi
- Ejtések, zuhanások, visszarugózások, kitartások, lendületek
- Spirálok a talajon, ülésben, állásban karmozgással és különböző lábpozíciókban végrehajtva
- Állásban lábfej pozíciók és plié, relevé gyakorlatok és kombinációi végtagmozgásokkal, negyed, fél és egész fordulattal
- Haladásos és mozgásszint váltással gyakorlat sorok
- Szökdelések, átugrások és ugrások helyben és haladással, különböző térirányokba, fordulattal
- Ugrások gurulásba, támasz és karhasználat gyakorlatai
- Forgások egyensúlyi helyzetbe és/vagy talajra érkezéssel
- Lassú/gyors és folyamatos/szagatott mozgásos gyakorlatsorok különböző térirányokba, eltérő dinamikákkal, ritmusokkal
- Mozgássorokat ismétlő összetett gyakorlatok és azok variációi
- Kombinációk a tanult mozgássorok használatával

Kreatív, alkotó jellegű feladatok

- Önállóan készített mozgásvariációk megadott szempontok használatával
- Egyszerű mozgás gyakorlatok elemzése
- Egyéni mozgássorok komponálása adott és választott szerkesztési feladatokkal
- Mozgások a különböző érzékszervi területek illetve partner bevonásával
- Vizuális alkotás felhasználása komponálásra
- Társ által készített formák és mozgások átalakítása, formálása, kiegészítése a tér, a dinamika és ritmika eszközeivel
- Meglévő elemek összekapcsolása összetett sorokká
- Mozgások megfigyelése, a mozgások leírása

Improvizációs feladatok

- Csoportos gondolkodást fejlesztő improvizációk
- Páros és trió improvizációk érintéssel
- Több testrész vezetésével feladatok
- Egymást megfigyelő improvizációk, írásos és verbális visszajelzés
- Ritmusképlet szerinti mozgások a térben

Követelmények

A tanuló ismerje az alap testkapcsolatokat, a kortárstánc nyelvezetét adó technikák alapjait, az adott évfolyam tananyagát, saját mozgásvilágának kifejező, előadói minőségeit, a tér, idő, dinamika és erő kifejtés törvényszerűségeit valamint az időbeliség fogalmát

A tanuló legyen képes mozgásához a megfelelő energiahasználatra, differenciált izomhasználatra, az életkori sajátosságoknak megfelelő kreatív feladatok elvégzésére, önálló gondolatainak kifejezésére, improvizációban döntések meghozatalára, rövid mozgástanulmányok elvégzésére

8. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A tanuló testtudatának további fejlesztése, a testkapcsolatok fejlesztése és a sérülések megelőzését célzó mozgásos elemek, gyakorlatok ismerete, megismertetése.
- A mozgások folyamatának vizsgálata, a mozgás repertoár további bővítése, a fizikális mozgáshatárok tágítása, a puha izomtónus használatának fejlesztése, a gazdaságos energiahasználat ösztönzése.
- A kreatív alkotói gondolkodás és az önálló feladatok elvégzésének segítése.
- Az emlékezet fejlesztése.
- A kortárstánc nyelvezetét adó technikák mélyebb megismertetése
- A térérzék, a dinamika és erő kifejtés törvényszerűségeinek és az időbeliség fogalmának használata.
- A koncentráció és a figyelem irányításának fejlesztése, az összetett alkotói módszerek megismertetése, kompozíciók készítésének ösztönzése.
- Alkotóképesség, kreativitás fejlesztése eltérő diszciplínák (társzművészetek) bevonásával.
- A kritikai gondolkodás fejlesztése elemzéseken keresztül

Tananyag

Bemelegítő és ráhangoló gyakorlatok

- Testre hangolódás talajon, álló helyzetben, egyénileg, párban
- Speciális erősítő és nyújtó gyakorlatok a légzés összehangolásával
- Állóképességet fejlesztő játékok
- Egymást vezető játékos gyakorlatok

Mozgásfelfedező és testtudatosági gyakorlatok

- A térd és csípőízületek mozgásai partner munkán keresztül
- Ellazítás és végtagmozgatások párban
- A törzs mozgáslehetőségeinek gyakorlása (gerinc, karok, fej, testközpont kapcsolata)
- A kar használata talajra érkezéskor középszintről
- Lendületes kar, láb, törzsmozgások, ívek, rajzolatok
- Végtag és az egész test mozgásai ejtésekkel, lendületekkel és zuhanásokkal
- Különböző erő kifejtéssel, dinamikai váltásokkal végzett mozgások
- A test központ erejének használata egyéni és páros feladatokban
- Testkapcsolatok felfedezése (fej – farok csont, test fél – jobb – és baloldal, kar – láb, testközpont – periféria)
- Helyes testtartás, „alignement”
- Testrészek elmozdulásai az egymáshoz és a főtengelyhez képest
- Térbe kimozduló helyváltoztató mozgások hossz–, magasság és mélység relációban
- Egyensúlyozás „off balance” helyzetekben
- A gravitáció és a súly használata

Figyelem vezetési gyakorlatok

- A légző mozgás megfigyelése irányított képadással
- Páros, trió és négyes csoportokban feladatok, vezető/követő szerepek érintés nélkül
- Nyugalmi helyzet, ellazulás és belső képek
- Időérzékelést fejlesztő feladatok

Gyakorlatsorok, mozgásminták

- Talajon végzett (fekvő és ülő) törzs, láb és kargyakorlatok és azok összetett sorai
- Ülésben és állásban a test központ mozgásai: contraction/release
- A lábfej, boka és csípő ízületek gyakorlatai talajon és álló helyzetben, törzs és karmozgással összekötve,
- Állásban végzett törzs, kar és láb összetett gyakorlatok és azok kombinációi
- Ejtések, zuhanások, visszarugózások, kitartások, lendületek
- Spirálok a talajon, ülésben, állásban karmozgással és különböző lábpozíciókban végrehajtva
- Állásban lábfej pozíciók és plié, relevé gyakorlatok és kombinációi végtagmozgásokkal, negyed, fél és egész fordulattal
- Haladásos és mozgásszint váltással gyakorlat sorok
- Szökdelések, átugrások és ugrások helyben és haladással, különböző térirányokba, fordulattal
- Ugrások gurulásba, támasz és karhasználat gyakorlatai
- Forgások egyensúlyi helyzetbe és/vagy talajra érkezéssel, nyugalmi helyzetbe és folyamatokba
- Lassú/gyors és folyamatos/szagatott mozgásos gyakorlatsorok különböző térirányokba, eltérő dinamikákkal, ritmusokkal
- Mozgássorokat ismétlő összetett gyakorlatok és azok variációi
- Kombinációk a tanult mozgássorok használatával

Kreatív, alkotó jellegű feladatok

- Önállóan készített mozgásvariációk megadott szempontok használatával
- Egyszerű kombinációk elemzése
- Egyéni mozgássorok komponálása adott és választott szerkesztési feladatokkal
- Mozgások a különböző érzékszervi területek illetve partner bevonásával
- Vizuális alkotás felhasználása komponálásra
- Társ által készített formák és mozgások átalakítása, formálása, kiegészítése a tér, a dinamika és ritmika eszközeivel
- Meglévő elemek összekapcsolása összetett sorokká
- Mozgások megfigyelése, a mozgások leírása

Improvizációs feladatok

- Csoportos gondolkodást fejlesztő improvizációk
- Páros és trió improvizációk érintéssel
- Több testrész vezetésével feladatok
- Egymást megfigyelő improvizációk, írásos és verbális visszajelzés
- Ritmusképlet szerinti mozgások a térben

Követelmények

A tanuló ismerje a testkapcsolatokat, a kortárstánc nyelvezetét adó technikák alapjait, az adott évfolyam tananyagát, saját mozgásvilágának kifejező, előadói minőségeit, a tér, idő, dinamika és erő kifejtés törvényszerűségeit valamint az időbeliség fogalmát

A tanuló legyen képes mozgásához a megfelelő energiahasználatra, differenciált izomhasználatra, az életkori sajátosságoknak megfelelő kreatív feladatok elvégzésére, önálló gondolatainak kifejezésére, improvizációban döntések meghozatalára, rövid mozgástanulmányok elvégzésére

9. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A tanuló testtudatának további fejlesztése, a testkapcsolatok fejlesztése és a sérülések megelőzését célzó mozgásos elemek, gyakorlatok megismertetése, a test tartórendszerének tanulmányozása.
- Mozgássorok elemzésének megismertetése, a fizikális mozgáshatárok tágítása, a gazdaságos energiahasználat tudatosítása.
- A kreatív alkotói gondolkodás és folyamat értelmezése, önálló feladatok kivitelezésének fejlesztése.
- Az emlékezet fejlesztése.
- A kortárstánc nyelvezetét adó technikák mélyebb megismertetése.
- A problémamegoldó képesség fejlesztése
- A térérzék, a dinamika és erő kifejtés törvényszerűségeinek valamint az időbeliség fogalmának használata.
- A koncentráció és a figyelem irányításának fejlesztése, összetett alkotói módszerek megismertetése, egyéni és csoportos kompozíciók készítésének segítése.
- Az alkotóképesség, kreativitás fejlesztése eltérő diszciplínák (tárművészetek) bevonásával.
- A kritikai gondolkodás fejlesztése elemzéseken keresztül és az alkotás–befogadás folyamatának megismertetése, elemzése.
- A tánc és az egészséges életmód kapcsolatán alapuló életvitel kialakítása és fejlesztése

Tananyag

Bemelegítő és ráhangoló gyakorlatok

- Speciális erősítő és nyújtó gyakorlatok a légzés összehangolásával
- Állóképességet fejlesztő gyakorlatok
- Önálló hangolódás figyelem vezetéssel fekvő helyzetben

Mozgásfelfedező és testtudatosági gyakorlatok

- A térd és csípőízületek mozgékonyasága, páros gyakorlatok
- Ellazítás és puha izomtónussal mozgásszint váltások, képek segítségével (olvadás, fonalak tánca)
- A nyak izmainak puha tónusa, ellazítása és a fej felfele előre iránya
- A törzs energia irányvonalai, vállak, bordák, mellkas kapcsolatai
- A törzs mozgáslehetőségeinek gyakorlása (gerinc, karok, fej, testközpont kapcsolata)
- Test periféria térbeli mozgásai (kézfek, lábfejek, fejtető, farok csont)
- Végtag és az egész test mozgásai ejtésekkel, lendületekkel és zuhanásokkal
- Különböző erő kifejtéssel, dinamikai váltásokkal végzett mozgások
- A test központ erejének használata egyéni és páros feladatokban
- Helyes testtartás, „alignement”, ízületek és csontok kapcsolatai álló helyzetben

- Testrészek elmozdulásai az egymáshoz és a főtengelyhez képest
- Térbe kimozduló helyváltoztató mozgások hossz-, magasság és mélység relációban
- Egyensúlyozás váratlanul megállított helyzetekben
- A gravitáció és a súly használata

Figyelem vezetési gyakorlatok

- A légzés és mozgás összehangoltságának megfigyelése
- Páros, trió és négyes csoportokban feladatok, vezető/követő szerepek érintés nélkül és érintéssel
- Nyugalmi helyzet vizsgálata talajon és állásban
- Ellazulás és belső képek
- Időérzékelést fejlesztő feladatok

Gyakorlatsorok, mozgásminták

- Testkapcsolatok gyakorlatai (fej – farok csont, test fél – jobb– és baloldal, kar – láb, testközpont – periféria)
- Talajon végzett (fekvő és ülő) törzs, láb és kargyakorlatok és azok összetett sorai
- Gurulások kombinációi, emelkedéssel és ereszkedéssel a talajra
- Ülésben és állásban, majd haladó gyakorlatokban a test központ mozgásai: contraction/release
- A lábfej, boka és csípő ízületek gyakorlatai álló helyzetben, kötött és szabad törzs és karmozgással összekötve
- Állásban végzett törzs, kar és láb összetett gyakorlatok és azok kombinációi
- Ejtések, zuhanások, visszarugózások, kitartások, lendületek
- Spirálok szintváltással karmozgással és különböző lábpozíciókkal kombinálva
- Állásban lábfej pozíciók és plié, relevé gyakorlatok és kombinációi végtagmozgásokkal, negyed, fél és egész fordulattal
- Haladásos és mozgásszint váltással gyakorlat sorok
- Szökdelések, átugrások és ugrások helyben és haladással, különböző térirányokba, fordulattal
- Ugrások gurulásba, támasz és karhasználat gyakorlatai
- Forgások egyensúlyi helyzetbe és/vagy talajra érkezéssel
- Lassú/gyors és folyamatos/szaggyatott mozgásos gyakorlatsorok különböző térirányokba, eltérő dinamikákkal, szimmetrikus és aszimmetrikus ritmusokkal
- Mozgássorokat ismétlő összetett gyakorlatok és azok variációi
- Kombinációk a tanult mozgássorok használatával

Kreatív, alkotó jellegű feladatok

- Önállóan készített mozgásvariációk megadott szempontok használatával
- Meglévő elemek összekapcsolása összetett sorokká
- Mozdások a különböző érzékszervi területek illetve partner bevonásával
- Vizuális alkotás felhasználása komponálásra
- Társ által készített formák és mozgások átalakítása, formálása, kiegészítése a tér, a dinamika és ritmika eszközeivel
- Mozdások megfigyelése és leírása
- Mondanivaló létrehozása és táncban való megvalósítása

Improvizációs feladatok

- Csoportos gondolkodást fejlesztő improvizációk
- Páros és trió improvizációk érintéssel

- Több testrész vezetésével feladatok egyénileg, párban
- Egymást megfigyelő improvizációk, írásos és verbális visszajelzés
- Ritmusképlet szerinti mozgások a térben
- Improvizáció tárgyakkal, eszközökkel
- Vizuális alkotások inspirálta improvizációk egyedül és kiscsoportban

Elmélet, verbalitás

- Táncok értelmezése
- A táncnyelv értelmezése a különböző kulturális és történelmi periódusok tükrében
- Önálló kritikai véleményalkotás táncművek alapján

Követelmények

A tanuló ismerje a test anatómiáját, a sérülés megelőzését célzó mozgásos elemeket, gyakorlatokat, az adott évfolyam tananyagát, az előadói minőségeket, a tér, idő, dinamika és erő kifejtés törvényszerűségeit és használatát, az alkotás–befogadás folyamatát és a táncnyelv változásait a történelmi periódusok során, kifejezetten a XX. és a XXI. századra vonatkozóan. A tanuló legyen képes a kortárstánc nyelvezetét adó technikákat differenciáltan használni rövid, önálló kompozíciókban, önálló véleményformálásra, improvizációban döntések meghozatalára.

10. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A tanuló testtudatának és anatómiai ismereteinek további fejlesztése, a testkapcsolatok fejlesztése, a sérülések megelőzését célzó mozgásos elemek, gyakorlatok megismertetése, a test tartórendszerének és működési mechanizmusának tanulmányozása.
- Mozgássorok elemzésének megismertetése, a fizikális mozgáshatárok tágítása, a gazdaságos energiahasználat tudatosítása.
- A kreatív alkotói gondolkodás és folyamat értelmezése, önálló feladatok kivitelezésének fejlesztése.
- A mozgásemlékezet fejlesztése.
- A kortárstánc nyelvezetét adó technikák találkozásának vizsgálata és felhasználhatóságuk, átjárhatóságuk tanulmányozása.
- Az előadói minőségek, kifejezőeszközök megkülönböztetési szempontjainak vizsgálata.
- A problémamegoldó képesség fejlesztése.
- A térérzék, a dinamika és erő kifejtés törvényszerűségeinek valamint az időbeliség fogalmának használata.
- A koncentráció és a figyelem irányításának fejlesztése, összetett alkotói módszerek megismertetése, egyéni és csoportos kompozíciók készítésének segítése.
- Az alkotóképesség, kreativitás fejlesztése eltérő diszciplínák (tárművészetek) bevonásával.
- A kritikai gondolkodás fejlesztése elemzéseken keresztül.
- A tánc és az egészséges életmód kapcsolatán alapuló életvitel kialakítása és fejlesztése

Tananyag

Bemelegítő és ráhangoló gyakorlatok

- Speciális erősítő és nyújtó gyakorlatok a légzés összehangolásával
- Állóképességet fejlesztő gyakorlatok
- Önálló hangolódás figyelem vezetéssel fekvő és álló helyzetben
- Párban hangolódás érintéssel, hangadással

Mozgásfelfedező és testtudatossági gyakorlatok

- A térd és csípőízületek mozgékonyasága, páros gyakorlatok
- Ellazítás és puha izomtónussal mozgásszint váltások, képek segítségével (olvadás, fonalak tánca)
- A nyak izmainak ellazítása és a fej szabad mozgása
- A törzs energia irányvonalai, szférái a vállak, bordák, mellkas, medence kapcsolatai
- A törzs mozgáslehetőségeinek gyakorlása (gerinc, karok, fej, testközpont kapcsolata)
- Test periféria térbeli mozgásainak testközponttal való összekötése
- Végtag és az egész test mozgásai ejtésekkel, lendületekkel és zuhanásokkal
- A test központ erejének használata egyéni és páros feladatokban
- Helyes testtartás, „alignement”, ízületek és csontok kapcsolatai álló helyzetben
- Testrészek elmozdulásai az egymáshoz és a főtengelyhez képest
- Térbe kimozduló helyváltoztató mozgások hossz-, magasság és mélység relációban
- Egyensúlyozás váratlanul megállított helyzetekben
- A gravitáció és a súly használata

Figyelem vezetési gyakorlatok

- A légzés és mozgás kapcsolatának megfigyelése
- Páros, trió és négyes csoportokban feladatok, vezető/követő szerepek érintés nélkül és érintéssel
- Nyugalmi helyzet vizsgálata talajon, állásban, egyensúlyi helyzetekben
- Ellazulás és belső képek
- Idő- és ritmusérzékelést fejlesztő feladatok

Gyakorlatsorok, mozgásminták

- Testkapcsolatok gyakorlatai kombinációkban (fej – farok csont, test fél – jobb- és baloldal, kar – láb, testközpont – periféria)
- Talajon végzett (fekvő és ülő) törzs, láb és kargyakorlatok és azok összetett sorai
- Gurulások kombinációi, emelkedéssel és ereszkedéssel a talajra
- Ülésben és állásban, majd haladó gyakorlatokban a test központ mozgásai: contraction/release
- A lábfej, boka és csípő ízületek gyakorlatai álló helyzetben, kötött és szabad törzs és karmozgással összekötve
- Állásban végzett törzs, kar és láb összetett gyakorlatok és azok kombinációi
- Ejtések, zuhanások, visszarugózások, kintartások, lendületek szintváltásokkal
- Spirálok szintváltással karmozgással és különböző lábpozíciókkal kombinálva
- Haladásos és mozgásszint váltással egyszerű és összetett gyakorlat sorok, etűdök
- Szökdelések, átugrások és ugrások helyben és haladással, különböző térirányokba, fordulattal
- Ugrások, vetődések gurulásba, támasz és karhasználat gyakorlatai
- Forgások egyensúlyi helyzetbe és/vagy talajra érkezéssel, váratlan helyzetekben megállítva
- Lassú/gyors, folyamatos/szagatott mozgásos gyakorlatsorok különböző térirányokba, eltérő dinamikákkal, szimmetrikus és aszimmetrikus ritmusokkal
- Mozgássorokat ismétlő összetett gyakorlatok és azok variációi
- Kombinációk a tanult mozgássorok használatával

Kreatív, alkotó jellegű feladatok

- Önállóan készített mozgásvariációk megadott szempontok használatával
- Meglévő elemek összekapcsolása összetett sorokká

- Vizuális alkotás felhasználása komponálásra
- Mozgások leírás alapján történő megvalósítása
- Mondanivaló létrehozása és táncban való megvalósítása

Improvizációs feladatok

- Csoportos gondolkodást fejlesztő improvizációk
- Páros és trió improvizációk érintéssel
- Több testrész vezetésével feladatok egyénileg, párban
- Egymást megfigyelő improvizációk visszajátszása
- Jelen idejű komponálás
- Érzelem és történet kifejezése improvizációkban
- Vizuális alkotások és irodalmi művek inspirálta improvizációk egyedül és kiscsoportban

Elmélet, verbalitás

- A táncnyelv értelmezése a különböző kulturális és történelmi periódusok tükrében
- Az esztétikum változása a táncban, mint kifejezési formában a 20. századtól napjainkig
- Mozgóképművészet és tánc.
- Tánc, tudomány és technika – különböző tudományos elvek, koncepciók
- Önálló kritikai véleményalkotás táncművek alapján

Követelmények

A tanuló ismerje a test, mint élő rendszer anatómiáját, a sérülés megelőzését célzó mozgásos elemeket és gyakorlatokat, az adott évfolyam tananyagát, az előadói kifejezés eszközeit, az alkotás–befogadás folyamatát és a táncnyelv változásait a történelmi periódusok során, kifejezetten a XX. és a XXI. századra vonatkozóan

A tanuló legyen képes a kortárstánc nyelvezetét adó technikákat differenciáltan használni önálló kompozíciókban, önálló véleményformálásra, improvizációban döntések meghozatalára

Követelmények a továbbképző évfolyamok elvégzése után

A tanuló ismerje

A test anatómiáját, a kortárstánc nyelvezetét és fejlődési, kutatási irányvonalait, a tér-, idő-, dinamikai rendszert, a kifejezés eszközeit, az alkotás–befogadás folyamatát

A tanuló legyen képes

Ismereteit a gyakorlatban alkalmazni, azokat a kapcsolatteremtésben, kommunikációban és az alkotói folyamatban hasznosítani és az alkotásba eltérő diszciplínákat (táncművészeteket) bevonni. Testismerete alapján legyen képes egészségét megőrizni és a tánc tanulásban szerzett képességeit az élet más területein is hasznosítani

A művészeti záróvizsga követelményei

A vizsga részei

A vizsga gyakorlati vizsgából áll

A vizsga tantárgyai és időtartamuk:

Kortárstánc, csoportban 30–40 perc

A vizsga tartalma:

- Kortárstánc gyakorlatsor önálló csoportos bemutatása
- 3 perces, a szaktanár által összeállított kompozíció kiscsoportos bemutatása
- A szaktanár vagy a tanuló által előre kiválasztott témára készített önálló, rövid kompozíció bemutatása
- Rövid improvizáció bemutatása előre megadott szempontok alapján

A vizsga értékelése

- A bemutatott tananyag ismerete, a bemutatás biztonsága, minősége
- A kreatív és improvizatív feladatok megoldási minősége

A tananyag feldolgozásához szükséges kötelező (minimális) taneszköz

Kísérő hangszerek

Hangzóanyag lejátszására alkalmas lejátszó/erősítő, hangfal

Videó– vagy DVD lejátszó, televízió vagy monitor

LIMÓN–TECHNIKA

A Limón–technika lendítésekre, excentrikus forgásokra, a repülést, a szabadság érzetét keltő mozgásokra épül, melyben a test folyamatos zuhanásban és emelkedésben tartózkodik. A hangsúlyt a folyamatosságra és az energia átalakulására, újrafelhasználhatóságára helyezi. A technika egyszerre igényli a fizikai erőt, a kontrollált, összeszedett (koordinált) mozgást, a gravitációnak való ellenállást és engedést, valamint a könnyedséget és a kifinomult érzékenységet

A tantárgy oktatásának célja, hogy a tanulók megismerjék a Limón–technika alapjait képező és a többi modern tánctechnikától eltérő alapmozgás elveket tapasztalás útján és az alapelveket képesek legyenek alkalmazni egyszerű ülő, álló és haladó gyakorlatokban, kombinációkban, összetett mozgássorokban és etűdökben. A Limón–technika nyelvezetének elsajátítása. A test tudatos használata és finom, érzékeny koordinációjának fejlesztése

Alapfokú évfolyamok

5. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- Az alaptartás, testtartás megismertetése és kialakítása.
- A Limón–technika elsajátításához szükséges alapok megismertetése.
- A súlyhasználat megtapasztalása és kialakítása a test izolált mozgásai közben.
- A gravitáció használatának elősegítése.
- A légzés és a mozdulat összehangoltságának ösztönzése.
- A mozgástanulási képesség, a mozgáskoordináció, a ritmikai készség és a térérzékelés fejlesztése.
- A Limón–technika nyelvezetének megismertetése

Tananyag

Talajon fekvésben végzett gyakorlatok:

- A gerinc izolált mozgásai
- Légző gyakorlatok
- Fej (nyaki gerinc szakasz), kar (vállizület) és láb (csípő–, térd–, bokaizületek) izolált mozgáslehetőségeinek feltárása és elsajátítása

Ülésben végzett gyakorlatok:

- Folyamatos gerincgördülések előre, oldalra, vég helyzetben kitartással, elnyújtással
- Gurulások, kar támasz helyzetekkel
- Láb pozíciók (előkészítő, első, második pozíció) elsajátítása
- Fej, kar, láb izolációs mozgáslehetőségeinek feltárása többnyire még az adott testrész súlytalanításával
- A gerincoszlop szakaszainak egymást követő mozgatása folyamatos gördülések által először előre, majd oldalirányban is
- Fej, kar, láb izolált zuhanások a gravitáció használatával
- Gerincgördülések, vezetések különböző lábpozíciókban végrehajtva

Talajon végzett haladó gyakorlatok

- A karok súlyátvevő szerepének megismerése
- A végtagmozgások és a törzs lendületének felhasználása
- A testközpont ereje lendületekben
- Folyamatos gurulások fekvésben, ülőhelyzetekben
- Ülésből fekvésbe érkezések lendületekkel
- Kéz és lábtámasz helyzetek

Álló középgyakorlatok

- Alaptartás helyzete
- Kar, törzs és láb alap pozíciók
- Kar és láb izolált mozgásai
- Plié, parallel és en de hors pozíciókban függőleges nyugalomban lévő törzs munkával
- Plié, parallel és en de hors pozíciókban gerincgördítéssel, karlendítéssel, majd törzs- és karlendítéssel
- A gerinc szakaszainak mozgatása gördülés által, szakaszonként megállítva és visszagördítve
- Törzsnyújtás, zuhanások, suspension
- Lábfő, boka, ízületek artikulációi

Diagonális-haladó gyakorlatok

- Testsúlyáthelyezés siklásba, a testközpont folyamatos mozgása
- Kis ugrások előrehaladással, egy lábról egy lábra és egy lábról két lábra érkezéssel, parallel és en de hors pozíciókban

Követelmények

A tanuló ismerje a technika alapelemeit, egyszerű gyakorlatait, a technikára jellemző kar, láb, törzs egyszerűbb koordinációját, a gravitáció mint erő felhasználását (földhasználat és könnyedség), a mozgáselemek végrehajtásának meghatározott szabályait

A tanuló legyen képes az adott gyakorlatok, rövid kombinációk pontos végrehajtására, a gyakorlatok kivitelezéséhez szükséges és megfelelő energia használatára és a tanult mozgásanyagból összeállított rövid etűd bemutatására

6. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- Az alaptartás, testtartás tudatos használatának fejlesztése.
- Az ismeretanyag elmélyítése, a mozgásszótár és mozgásminőségek bővítése.

- A Limón–technika gyakorlatainak képesség szinten történő elsajátítása.
- A súlyhasználat megtapasztalása és kialakítása a test összetett mozgásai közben.
- A gravitáció használatának vizsgálata.
- A légzés és a mozdulat összehangoltságának ösztönzése.
- A mozgástanulási képesség, a mozgáskoordináció, a ritmikai készség és a térérzékelés fejlesztése.
- A technikára jellemző összetett mozgássorok biztonságos alkalmazása rövid etűdökben.
- A Limón–technikára jellemző előadásmód kialakításának elősegítése.

Tananyag

Talajon fekvésben végzett gyakorlatok

- A gerinc izolált mozgásai
- Légző gyakorlatok végtag és törzsmozgásokkal koordinálva
- Fej (nyaki gerinc szakasz), kar (vállízület) és láb (csípő–, térd–, bokaízületek) izolált mozgásainak egymás után kötése
- Mellkas emelés fekvőhelyzetből vállig, fejtetőig, majd ülésig

Ülésben végzett gyakorlatok

- Fej (nyaki gerinc szakasz), kar (vállízület) és láb (csípő–, térd–, bokaízületek) izolált mozgásainak egymás után kötése
- A különböző alap láb és karpozíciók összekötve a gerinc szakaszainak egymást követő mozgásával (rugózás, gördülés és visszaépítés) előre, oldalirányban, spirális helyzetekben
- Törzszuhanások előre és oldalirányokba

Talajon végzett haladó gyakorlatok

- Gurulások központ és végtagindítással, lendületekkel
- Ülésből, középhelyzetekből fekvésbe érkezések lendületekkel, esésekkel
- Kéz és lábtámasz helyzetekben kitartások majd zuhanások

Álló középgyakorlatok

- Kar, törzs és láb alap pozícióik és rotációs gyakorlatok
- Kar és láb izolált mozgásai a technika stílus jegyinek alapján (ujjak, kézfej mozgása)
- A gerinc szakaszainak mozgatása gördülés által, szakaszonként megállítva és visszagördítve
- Törzsnújtás, zuhanások és körkörös irányok különböző lábpozíciókban
- Plié és relevé gyakorlatok parallel és en dehors pozíciókban
- Egyszerű tendu gyakorlatok, kar– és törzslendítéssel, ejtéssel koordináltan
- Láblendítések, lengetések, karmozgással összekötve
- Egyszerű támadások különböző térirányokba
- Támadások karejtéssel

Diagonális–haladó gyakorlatok

- Siklás előre, oldalra, hátra haladással, kar– és törzsmozgásokkal koordinálva, fordulattal
- Siklás tempóváltással, kis ugrásokkal
- Kis ugrások előrehaladással, ritmikai változtatásokkal
- Láblengetések előrehaladással
- Egyik lábról a másikra történő átugrások

Etűdökkel, rövid koreográfiák

- Egyszerű talajon végzett etűdök támaszhelyzetekkel, lendületekkel

- Etűdök álló helyzetben, térbeli elmozdulás nélkül és haladással
- Rövid koreográfia dinamikai váltásokkal, nehezebb zenei beosztásban

Követelmények

A tanuló ismerje a technika alapelemeit, egyszerű gyakorlatait, a technikára jellemző kar, láb, törzs összetett koordinációját és variációs lehetőségeit, a gravitáció, mint erő felhasználását (földhasználat és könnyedség), a tér használatát, a mozgáselemek végrehajtásának meghatározott szabályait

A tanuló legyen képes összetett gyakorlatok, hosszabb kombinációk pontos végrehajtására, a gyakorlatok kivitelezéséhez szükséges és megfelelő energia használatára, a technika dinamikai és érzelmi változásainak érzékeltetésére a kombinációkban, valamint rövid koreográfia meggyőző előadására

Követelmények az alapfokú évfolyamok elvégzése után

A tanuló ismerje

A Limón–technika alapjait képező és a többi moderntánc–technikáktól eltérő alapmozgás elveket, a technika jellemző gyakorlatait és térhasználatát

A tanuló legyen képes

Finom, koordinált mozgásra, a megfelelő súlyhasználatra és a gravitáció érzékelésére, az alapelvek megfelelő alkalmazására ülő, álló és haladó gyakorlatokban, kombinációkban, összetett mozgássorokban és etűdökben. Legyen képes a technika dinamikai és érzelmi változásainak érzékeltetésére kombinációkban, és rövid koreográfia meggyőző előadására

A művészeti alapvizsga követelményei

A vizsga részei

A vizsga gyakorlati vizsgából áll

A vizsga tantárgyai és időtartamuk:

Limón–technika, csoportban 30–40 perc

A vizsga tartalma:

- A Limón–technika vizsga anyaga a szaktanár által összeállított, talajon, állásban és haladással végzett egyszerű majd összetett gyakorlatokból álló tréning sor, melyet a tanulók csoportos formában, önállóan mutatnak be. 2–3 perces etűd kis csoportokban történő bemutatása

A vizsga értékelése

- A vizsga értékelésének szempontjai:
- A bemutatott tananyag ismeretének minősége, a technika dinamikai változatosságának megjelenési szintje
- A gyakorlatok technikai végrehajtásának biztonsága
- A Limón–technika stílusának megfelelő előadásmód minősége

A tananyag feldolgozásához szükséges kötelező (minimális) taneszköz

Kísérő hangszerek

Hangzóanyag lejátszására alkalmas lejátszó/erősítő, hangfal

Videó– vagy DVD lejátszó, televízió vagy monitor

KONTAKT IMPROVIZÁCIÓ

A kontakt improvizáció spontán fizikai dialógusok sora, amelyek a mozdulatlanságtól az erőteljes, energikus mozdulatokig terjednek. A tánc a két mozgásban lévő test közötti kommunikáción alapul, valamint a táncosok mozgását irányító fizikai törvényekhez való közös viszonyulásukon, úgymint a gravitáció, a lendület, a tehetetlenség, a súrlódás. Ahhoz, hogy ezeket az élményeket átélhessük, a test megtanulja az izom többlet–feszültségeit felszabadítani és a mozgás természetes folyamának teret engedni egy bizonyos minőségű akaratlagosság elhagyásával. A gyakorlatok tartalmazzák a gurulást, esést, a fejjel lefelé levést, a fizikai kapcsolat pontjának követését, a súly megtámasztását és átadását. A mozgásanyag a befelé figyelést és a mozgás folyamata iránti nyitottságot tükrözi. A mozdulatok forrása az a kreatív mozgatóerő, amit az egyensúlyi helyzetekből való kibillenés, a dezorientáltság idéz elő. Általános a duett–forma, de többen is táncolhatják egyszerre. A kontakt improvizáció eltér a többi táncteknikától, célja a spontán kialakult helyzetekre adott egyedi válasz megtalálásának támogatása

A kontakt improvizáció célja, hogy a tanuló megismerje és megtapasztalja e táncforma technikai elemeit és tanulmányozza az érintésből adódó információk fogadását és adását, megfigyelje a test reflexeinek működését. Célja az egyéni mozgásszótár, az improvizációs készség, az érintés nélkül és érintésen keresztül történő kommunikáció, a figyelem, a váratlan helyzetek megoldási képességének, a belső mozgások érzékelésének fejlesztése. A kreatív kompozíciós készség fejlesztése. A tanuló a különböző területekről jövő információk megszerzésével képes lesz testének tudatosabb használatára, az improvizációkban mozgásainak, reflexeinek és döntéseinek megfigyelésére. A technikai elemek gyakorlásával „izom emlékezet” alakul ki, amely emlékezet képessé teszi a tanulót testének leggazdaságosabb és legmegfelelőbb használatára

Alapfokú évfolyamok

5. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A figyelem fenntartásának, a tanuló testismeretének, a mozgás gömbszerű térérzékelésének, improvizációs képességének, verbális és non verbális kommunikációjának és kreativitásának fejlesztése.
- A belső történések megfigyeltetésének képességfejlesztése.
- A puha izomtónusú és a gördülékeny talajra érkezés kialakítása.
- Az érintéssel és érintés nélkül történő kommunikációs készség fejlesztése.
- A saját test megtapasztalásának ösztönzése a társ viszonylatában.
- Duett és trió improvizációkban a súly, a gravitáció, a tér, az érintés megfelelő használatának kialakítása.
- Az érzékelés, észlelés és a figyelem által irányított mozgások az adott pillanatban megfelelő kiválasztásának fejlesztése.
- Az érzékszervek differenciált használatának fejlesztésével a figyelem belső irányításának elsajátítása.
- Csoportos játékokon keresztül a kapcsolatteremtés fejlesztése, a felszabadult mozgás ösztönzése, a figyelem megosztásának elősegítése és a váratlan helyzetekre való felkészülés vizsgálata.
- Az átélt fizikális élmény verbális megfogalmazásának elősegítése, ösztönzése

Tananyag

Egyéni mozgásfelfedező feladatok

- Mozgások különböző testrészek indításával
- A testközpont mint motor felfedezése
- A perifériáról indított mozgások: kézfej, lábfej, fejtető, farok csont
- A gerinc mozgásaink megismerése, mozgások alacsony, közép és magas szinteken
- Tér, idő, dinamikai játékok

Test tudatossági feladatok

- Az elengedés és feszítés állapotai
- A különböző izomtónusok használata
- Aktív/passzív szerepek
- Információ adása és vétele érintéssel
- Az érintés minőségei
- Nyak, váll–kar, csípő–láb grafika a test általános ellazulási állapotának megteremtésére
- Ízületek izolálása végtagmozgatással
- Végtagok súlyérzékelése aktív, passzív szerepekkel
- A légzés megfigyelése, a légző mozgás szabadsága
- Gyakorlatok képek használatával: olvadás, gyökerezés/ellebegés

A talajon végzett gyakorlatok

- Gurulások különböző testrészek indításával (medence, kézfej, lábfej, fej, spirál, banán, vállon át előre/hátra)
- Tolások, kúszások, mászások, gördülés
- Támaszok. Fekvésben végrehajtott partner munkák

A partner munka

- Súlyérzékelési feladatok talajon, aktív/passzív szerepek
- Egyszerű figyelemirányító gyakorlatok
- Vezető/követő szerep feladatok
- Impulzusadással improvizációba vezetés

A táncforma alaptechnikai elemei

- Gurulások: egyénileg, párban, súlyadással/átvétellel
- Dőlések: egyénileg – talajon, középhelyzetben, állásban; párban – talajra vitel nélkül; csoportban
- Csúszások: egyénileg – talajon, falon; párban – társon: fekvő-, közép- és álló helyzetekben
- Mászások: egyénileg (kéz és lábtámaszok); párban társon: fekvő-, közép- és álló helyzetekben
- Tolások: egyénileg talajon, középhelyzetben, párban fekvő-, közép- és álló helyzetekben, haladás közben
- Húzások: párban fekvő-, közép- és álló helyzetekben, haladás közben
- A kontakt „gördülő pontja”: Egyénileg talajon, labdával, falnál, párban állásban (csak karok és a hát használatával)
- Emelések: test központra
- Statikus helyzetekben, földre vitellel
- Ugrások, elkapások: egyénileg – a talajra érkezések gyakorlása (álló- és támaszhelyzetekbe); párban – medence és válltámasszal, központra érkezések

- Ellensúlyozás: párban – álló helyzetben, szintváltással
- Fejjel lefelé történő dezorientáló gyakorlatok: egyénileg – kéztámaszok, kézállások
- Asztal pozícióból földre kerülések kéztámaszon át
- Bizalmi feladatok: csukott szemes feladatok, vezető (követő szerep feladatok)
- Vezetett és szabad improvizációk
- Egyéni, páros improvizációk
- Páros gyakorlatokból felfedező improvizációk
- Fej–fej, hát–hát, tenyér–tenyér, talp–talp érintéssel
- Strukturált improvizáció

Az érzékeléses feladatok

- Csukott szemes bizalmi feladatok: vezető/követő szerepek
- Periférikus látás megfigyelése
- Tapintás, hallás, nyomásérzékelés

Csoportos játékok

- Térjátékok
- Dinamikai játékok
- Ügyességi játékok
- Figyelemvezetéses játékok, labdával, tapssal

Visszajelzés és verbalitás

- Adott feladat vagy improvizáció utáni visszajelzés
- Óra végi megosztás
- Párban vagy csoportban
- A tanár vezetésével vagy anélkül

Követelmények

A tanuló ismerje a táncforma alaptechnikai elemeit, az érintés különböző minőségeit

A tanuló legyen képes saját testsúlyát érzékelni és használni, a gördülékeny és puha izomtónusra és földhasználatra, a technikai elemek improvizáció közbeni előhívására, kreatívan használni a helyzetek adta lehetőségeket

6. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A figyelemfenntartás képességének, testismeretnek, a mozgásszótárnak, a gömbszerű térérzékelésnek, a döntéshozatali képességnek, a kreativitásnak, az improvizációs készségnek, a verbális és nonverbális kommunikációnak a fejlesztése.
- Az elengedés/engedés érzet további fejlesztése, differenciálása, finomítása.
- Az izomtónus differenciált használatának fejlesztése, a figyelem hosszabb időn át való fenntartásának kialakítása.
- A gravitáció testre gyakorolt hatásának megismerttetése, használatának megtapasztalása.
- A biztonságos súlyadás/átvétel kialakítása.
- Magasabb helyekről (lendületekből) a puha izomtónusú és gördülékeny talajra érkezés elsajátítása.
- Az érintéssel és érintés nélkül történő kommunikációs készség fejlesztése.
- Szóló, duett és trió improvizációkban a súly, a gravitáció, a tér, az érintés és a dezorientáció használatának további fejlesztése.
- Az érzékelés, észlelés és a figyelem által irányított mozgások kiválasztásának fejlesztése az adott pillanatnak megfelelően.

- A döntési képesség fejlesztése.
- Az érzékszervek differenciált használatának további fejlesztése, a figyelem belső irányításának tudatosítása.
- A verbális kifejezés fejlesztése véleményformálás nélkül

Tananyag

Egyéni mozgásfelfedező feladatok

- Mozgások különböző testrészek indításával
- Belső és külső tereket felfedező táncok
- A testközpont, mint motor használata
- A perifériáról indított mozgások: kézfej, lábfej, fejtető, farok csont
- A testközpont és a periféria kapcsolata
- A gerinc mozgásaink felfedezése kéztámasz helyzetekben, átjárhatóság az alacsony, közép és magas szinteken történő mozgások között
- Tér, idő, dinamikai játékok

Test tudatossági munka

- Az előző év anyagának ismételése
- Nyak, váll–kar, csípő–láb grafika a test általános ellazulási állapotának megteremtésére
- Végtagok súlyérzékelése, passzív szerepből aktívvá válás
- Ízületek szabad mozgásai végtagmozgatással
- Gyakorlatok képek használatával: fejfonál, hálók, természeti képek
- Autentikus mozgás, a partner tanúja a csukott szemmel mozgó társ táncának

A talajon végzett gyakorlatok

- Gurulások: ismételések különböző testrészek indításával
- Tolások, kúszások, mászások, gördülések: ismételések és a mozgások kombinálása, improvizációba vezetése
- Támaszok, gyors és dinamikus átmenetek
- Fekvésben végrehajtott partner munkák

Partner munka

- Súlyérzékelési feladatok középhelyzetekben
- Összetett figyelemirányító gyakorlatok
- Vezető/követő szerepek váltakozása, majd egybeolvadása
- Impulzusadás, ellenállás, kiegészítés, hozzáadás, ellensúlyozás

Technikai elemek

- Gurulások: ismételések: egyénileg, párban, súlyadással/átvétellel, érintő kísérettel, ellenállással
- Dőlések: egyénileg – talajon, középhelyzetben, állásban, haladással; párban – talajra vitel nélkül és talajra vitellel, hármas csoportokban, minden irányba, 6 fős csoportban, emelésekbe, elkapásokba, improvizációval
- Csúszások: párban – társon: fekvő–, közép– és álló–helyzetekben, haladás közben, a társ követésével, földre vitellel, súlyadással befejezve
- Mászások: egyénileg – kéz és láb támaszok, párban – társon: fekvő–, közép– és álló–helyzetekben, haladás közben, csoportban, földre vitellel
- Tolások: egyénileg talajon, középhelyzetben; párban fekvő–, közép– és álló helyzetekben, haladás közben

- Húzások: egyénileg talajon, középhelyzetben, párban fekvő-, közép- és álló helyzetekben, haladás közben, csoportban, eltérő dinamikai végrehajtások
- A kontakt „gördülő pontja”: egyénileg talajon, párban állásban az egész testfelület használatával, szintváltásokkal
- Emelések: testközpontra, felgurítások statikus és dinamikus helyzetekben, dőlésből hátra vételek támaszba érkezéssel
- Ugrások és elkapások: egyénileg – a talajra érkezések gyakorlása álló- és támasz helyzetekbe, gurulásban, párban – előre, oldalra, hátra ugrások – medence támasszal, központra érkezéssel, statikus és dinamikus helyzetekben
- Ellensúlyozás: párban – álló helyzetben, szintváltással, kipörgetéssel, dinamikus helyzetben forgással
- Fejjel lefelé történő dezorientáló gyakorlatok: egyénileg – kéztámaszok, kézállások, asztal pozícióból földre kerülések kéztámaszon át
- Bizalmi feladatok: csukott szemes feladatok, vezető/követő szerep feladatok

Vezetett és szabad improvizációk

- Egyéni, páros és csoportos improvizációk
- Páros és kis csoportos gyakorlatokból felfedező improvizációk
- Strukturált improvizáció
- Improvizáció képekkel
- A tanár vezetésével vagy anélkül

Érzékeléses feladatok

- Csukott szemes bizalmi feladatok: vezető/követő szerepek
- A periférikus látás használata
- A látás, nézés mozgásirányító szerepe
- Tapintás, hallás, nyomásérzékelés, energia, erő, inercia

Csoportos játékok

- Térjátékok
- Dinamikai játékok
- Páros és csoportos szerepjátékok
- Figyelemvezetéses játékok labdával

Visszajelzés és verbalitás

- Adott feladat vagy improvizáció után
- Óra végén
- Párban
- Csoportban
- Tanári vezetéssel vagy tanári vezetés nélkül

Követelmények

A tanuló ismerje a táncforma alaptechnikai elemeit, az érintés mélységeit és azok információtartalmát, a tér gömbszerű használatát, a döntéshozáshoz szükséges fizikális készenléti állapotot

A tanuló legyen képes saját testsúlyát érzékelni és használni, a gördülékeny és puha izomtónusra és földhasználatra, a technikai elemek improvizáció közbeni előhívására, az érintésen keresztül kommunikálni, engedni a táncot történni, kreatívan használni a helyzetek adta lehetőségeket

Követelmények az alapkú évfolyamok elvégzése után

A tanuló ismerje a kontakt improvizáció mozgásnyelvét, alap technikai elemeit, a puha izomtónus használatát, a súly, az érintés, a környezettel és partnerekkel kialakított kontaktus törvényszerűségeit.

A tanuló legyen képes a technikai ismereteit a szabad táncban (duett, trió) előhívni és alkalmazni, döntést hozni és kreatívan megoldani a váratlan helyzeteket.

A művészeti alapvizsga követelményei

A vizsga részei

A vizsga gyakorlati vizsgából áll

A vizsga tantárgyai és időtartamuk:

Kontakt improvizáció, csoportban 40–50 perc

A vizsga tartalma:

- A szaktanár által összeállított kontakt improvizáció technikai alapgyakorlatok csoportos bemutatása tantermi körülmények között.
- Improvizációs feladatok bemutatása szóló és duett formákban.
- 3–4 perces adott szabályokon alapuló és/vagy szabad kontakt improvizáció duett bemutatása tantermi körülmények között.

A vizsga értékelése

- A Kontakt improvizáció elveinek és alaptechnikáinak gyakorlati ismerete – mértéke, mennyisége és minősége.
- A tananyag által szerzett ismeretek alkalmazásának minősége.

A tananyag feldolgozásához szükséges kötelező (minimális) taneszköz

Kísérő hangszerek

Hangzóanyag lejátszására alkalmas lejátszó/erősítő, hangfal

Video- vagy DVD lejátszó, televízió vagy monitor

TÁNC TÖRTÉNET

A tantárgy járuljon hozzá saját tánc kultúránk történetének megismeréséhez, a magyarságtudat erősítéséhez, a tanulók kommunikációs készségeinek fejlődéséhez, a más népek kultúrája iránti érdeklődés felkeltéséhez, a tantárgyhoz tartozó terminológiák használatához, igényes képi és hanganyag megismeréséhez, a táncművészet iránti érdeklődéshez, az arra fogékony közízlés fejlesztéséhez

Továbbképző évfolyamok

9. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- Az egyetemes tánc történet kronológiai rendjén keresztül a történelmi összefüggések felismertetése
- A tánc történet szempontjából kiemelkedő események, alkotók megismertetése és meghatározó műveik elemzése során komplex látásmód kialakítása és fejlesztése

- A stílusérzék, logikus gondolkodás valamint a táncműfajok iránti érzékenység, a nonverbális kifejezések, a képzelőerő és mozgásmemória fejlesztése.
- A kulturált szórakozás igényének kialakítása, a saját tapasztalatszerzés ösztönzése.
- A táncműfajok iránti nyitottság és befogadóképesség fejlesztése

Tananyag

A mozgás fogalma: életfunkciós mozgások, közhasználatú táncok, művészi mozgás, a művészi mozgás nyelve

Az őskor tánclete: ábrázoló táncok, szertartás táncok

Az ókor táncéletének bemutatás 2–3 kultúra (egyiptomi, indiai, japán, görög) alapján

A középkor társadalmának, táncéletének bemutatása

A reneszánsz kialakulása Európában, hatása a művészetek fejlődésére, a reneszánsz táncművészek, a balett gyökerei

A barokk kor általános jellemzői és az udvari balett kialakulása

Noverre és a cselekményes balett

A romantika alapelvei, a kor jelentős prímabalerinái (Marie Taglioni, Fanny Elssler) koreográfusai, (Jules Perrot, Filippo Taglioni) kiemelkedő művek

Követelmények

A tanuló ismerje az egyetemes tánc történet során a művészeti ág fejlődésében jelentős szerepet betöltött eseményeket, helyszíneket, műveket

A tanuló legyen képes néhány mondatban önállóan kifejezni magát egy adott témakörben illetve önálló gondolatok megfogalmazására egy tánc koreográfia kapcsán

10. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- Az egyetemes tánc történet kronológiai rendjén keresztül a történelmi összefüggések felismertetése.
- A tánc történet szempontjából kiemelkedő események, alkotók megismertetése és meghatározó műveik elemzése során komplex látásmód kialakítása és fejlesztése
- A stílusérzék, logikus gondolkodás valamint a táncműfajok iránti érzékenység, a nonverbális kifejezések, a képzelőerő és mozgásmemória fejlesztése.
- A kulturált szórakozás igényének kialakítása, a saját tapasztalatszerzés ösztönzése.
- A táncműfajok iránti nyitottság és befogadóképesség fejlesztése

Tananyag

Az orosz táncélet kialakulása és a romantika továbbélése Kelet–Európában

Marius Petipa munkássága

Jelentős orosz művészegyüttesek: Gyagilev– balett

Az amerikai modern tánc kialakulása és hatása az európai tánc kultúrára

Lábán Rudolf újításai a német expresszionizmus művészetében

A magyar mozdulatművészet kialakulása, jelentős képviselők munkássága

Jelentős táncműhelyek (Szeged, Pécs, Győr) munkássága, alkotóik, jelentősebb műveik

Követelmények

A tanuló ismerje a XX. századi magyar táncművészet jeles képviselőit, meghatározó műveiket, a színpadi táncművészet fontos fordulópontjait, a magyar táncélet legfontosabb eseményeit, az országos rendezvényeket, egyesületeket, szakmai szervezeteket, oktatási intézményeket

A tanuló legyen képes néhány mondatban önállóan kifejezni magát egy adott témakörben, gondolatainak megfogalmazására egy táncmű, koreográfia kapcsán, a tánc történet fordulópontjainak megnevezésére, a tánc műfajainak elkülönítésére, a terminológia helyes használatára

Követelmények a továbbképző évfolyamok elvégzése után

A tanuló ismerje

Az egyes stílusirányzatok táncos mozgásnyelvét, mozdulatkincsét

Az egyes korszakok, irányzatok legkiemelkedőbb alkotóit, műveit

A tanuló legyen képes

A fenti ismereteit a tánc tanulás, az alkotás, a szabad tánc, a műélvezet helyzeteiben alkalmazni, tudását a kapcsolatteremtés, a kifejező mozgás szolgálatába állítani

Gondolatait megfelelő szókinccsel szabatosan elmondani.

A művészeti záróvizsga követelményei

A vizsga részei

A vizsga írásbeli és szóbeli részekből áll:

A vizsga tantárgya és időtartama:

Tánc történet

30–40 perces írásbeli

5–8 perces egyéni beszélgetés

A vizsga tartalma

- A vizsga anyaga a helyi tanterv alapján a szaktanár által összeállított tánc történet témakörökből áll
- Az írásbeli vizsga feladatlapja különböző tartalmú, a tanultak felidézését, alkalmazását, értelmezését valamint a problémamegoldást ill. értelmező választ igénylő feladatokat tartalmaz

A szóbeli vizsgán a tanulók egy tétel kihúzása után önállóan számolnak be tudásukról

Választható témakörök:

Az őskor táncművészete

A középkor jellemző táncformái

A reneszánsz és barokk kor táncélete

A romantika

A reformkor táncélete

A XX. század táncélete

Amatőr és hivatásos együttesek Magyarországon

A táncos szakma jelentősebb szervezetei, oktatási intézményei, országos rendezvényei

A vizsga értékelése

Írásbeli vizsga

- A feladatsort vagy a tesztet az intézmény pedagógusai javítókulcs szerint javítják és pontozzák

- Az osztályzatra a helyi tantervben meghatározott formák szerint a szaktanár tesz javaslatot, amelyet a vizsga elnöke hagy jóvá

Szóbeli vizsga

- A tananyagtartalom elsajátításának mértéke
- Az összefüggések ismerete
- A szakmai kommunikáció fejlettsége
- Az osztályzatra a helyi tantervben meghatározott formák szerint a szaktanár tesz javaslatot, amelyet a vizsga elnöke hagy jóvá

A tananyag feldolgozásához szükséges kötelező (minimális) taneszköz

Videólejátszó vagy DVD-lejátszó

Televízió

Magnetofon

Diavetítő

CD-lejátszó

Videokazetták (archív felvételek, a tánc összes műfaját tartalmazó videokazettán)

Diasorozat (történelmi korok szerint, archív felvételeket tartalmazó sorozat)

Kézi könyvtár (tánc történelmi kötetek, kiadványok, újságok)

Hangtár – CD, magnókazetta (tánc történelmhez kapcsolódó zenei anyagok)

LÁBÁN-TECHNIKA

A Lábán-technika – korábbi elterjedt nevén „Európai modern” technika – Rudolf Lábán elméleti rendszerére épül. Nem stílus, hanem táncnyelv alkotó módszer. Lábán táncalkotó elveire épülő, mindig az adott pedagógus, adott tanulókra tudatosan szerkesztett gyakorlat és mozdulatsora. Célja a táncművészet tudatos táncolás útján történő továbbfejlesztése, a tér- és az erőtan adott évi követelményeinek elsajátítása, tudatos használata és verbalizálása

A helyi tanterv és a pedagógus szabadsága az oktatási forma meghatározása, mely lehet másolás alapú, melyben rögzített gyakorlatsorok rendszeres ismétlése történik, improvizáció alapú, ahol a tér és erő princípiumok határozzák meg az improvizáció gyakorlatokat és vegyes típusú, amely a fent említett két forma elegye. Amennyiben a tanulók alkalmasak rá, kompozíciós feladatokat is tartalmazhat az óra.

Aktív erő-befektetésű mozgások, melyekben mind a könnyű mind az erős erőfajta megjelenik; passzív erő-befektetésű mozgások, melyekben mind a gyenge mind a nehéz erőfajta megjelenik

Továbbképző évfolyamok

7. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A tánc alkotóelemeinek Lábán által rendszerezett, megfelelő szintű megismerése és tudatosítása, kiegészítve, megerősítve a tanszak más évfolyamain megismert tánc technikák megértését.
- A testtel és az idővel, mint táncalkotó elemekkel kapcsolatos ismereteket bővítése.
- Testtudat, ritmus/idő érzék
- A mozgáslehetőség bővítése, az időben – mint mértékegységben – történő gondolkodás kialakítása
- A tempó különbségek megtapasztalásának elősegítése

Tananyag

A tér alsó szintjén végzett gyakorlatok:

- A központból, perifériából (lábujj, kézuji, fejtető), és midlimb-ből (könyök, térd) indított mozdulatok; bodyhalf: (testfél) – jobb-bal oldal, alsó-felső test tudatos, totális használata; diagonális kapcsolat tudatosítása; egyéb, a csoport igényeinek megfelelő testkapcsolat felhasználása

A tér középső szintjén végzett gyakorlatok:

- Izolációs gyakorlatok – lábfej, lábujjak, térd, csípő, felsőtest, fej, kar, kézuji, alsó test: sarok-ülőcsont kapcsolat variációi a gravitáció, mint nehezítő tényező bevonásával; felsőtest: fejtető, farkcsont kapcsolatának mozdulatokban való feltérképezése; felsőtest: hát-kézuji kapcsolatának megtartása különböző kar és testhelyzetekben
- Koordinációt fejlesztő gyakorlatok: bodyhalf (testfél), diagonális kapcsolatok felhasználásával
- A gyakorlatok folyamatos nehezítése, a térben való haladás fokozatos bevezetése.

A tér felső szintjén végzett gyakorlatok:

- Testkapcsolatok, koordinációk és izolációk alkalmazása; ugrások; emelések

Az idő, mint variációs elem:

- A gyakorlatok metruma 2/4, 3/4, 4/4, 5/4 illetve ettől eltérő szabályszerű illetve szabálytalan beosztású is lehet

Az improvizáció, mint módszer használata

- Mint egy-egy rögzített gyakorlatsor variációja

Verbalitásfejlesztés:

- A tanulók fizikai síkon megélt tapasztalatainak szavakba öntése: egyénileg, csoportos megbeszélés során, írásos formában

Követelmények

A tanuló ismerje a Lábán Rudolf által meghatározott testkapcsolatokat, mozdulatindítási lehetőségeket, a ritmikai előjegyzések gyakorlati megkülönböztetését, használatát, a különböző tempókat

A tanuló legyen képes a különböző testrészek tudatos izolációjára, totális mozgásra, az izolált testrészek tudatos koordinációjára, ritmus képletek mozgásban való pontos visszaadására, metrum-tartásra

8. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A térismeret rendszerezése, az erőhasználat, mint táncalkotó elem tudatosítása
- A testtudat, ritmus/idő érzék, tértudat fejlesztése
- A saját testen kívüli világ rendszerezése.
- Önmagára, kis és nagycsoportra való figyelés; izomkontroll, optimális izomhasználat; koncentrációs készség fejlesztése

Tananyag

A 27 térirány Lábán Rudolf meghatározása szerint:

6 egy dimenziós irány: mély, magas, jobb, bal, előre, hátra

12 két dimenziós irány: bal magas, jobb magas, bal mély, jobb mély, elől magas, elől mély, hátul magas, hátul mély, jobb elől, bal elől, jobb hátul, bal hátul, háromdimenziós irányok jobb elől magas, jobb elől mély, bal elől magas, bal elől mély, jobb hátul magas, jobb hátul mély, bal hátul magas, bal hátul mély

A 27. irány a táncoló maga

Szagitális tengely és sík, vertikális tengely és sík valamint horizontális tengely és sík

Térben alkotott formák, egyénileg – kocka, mozgásgömb és csoportosan: terrajzok például shapeflow segítségével

Az alap szakkifejezések elméletben és gyakorlatban

Totális mozgás: az izolált mozgás ellentéte, teljes test vagy teljes testrész együttmozgását jelöli

Bodyhalf: testfél, a test vertikális középvonalától számított teljes jobb oldalát vagy teljes baloldalát jelöli

A test köldöknél elhelyezkedő horizontális vonal által elválasztott felső testet illetve alsó testet is jelölheti

Midlimb: végtag közép, a lábnál a térdet, a karnál a könyököt jelöli

Követelmények

A tanuló ismerje az erőtant és a minőségiant mind elméletben mind gyakorlatban: az egy-, a két- és háromdimenziós irányokat, a 3 alaptengelyt és síkot, a 3 alapvető szintet, a mozgásgömb fogalmát, az aktív és passzív erőhasználatot

A tanuló legyen képes megkülönböztetni a 27 irányt, mozogjon tudatosan az oktaéderben és a kockában. Az izomhasználat tudatos befolyásolása a gravitáció ellenében, összetett minőségű mozdulatok kivitelezése

A tananyag feldolgozásához szükséges kötelező (minimális) taneszköz

Kísérő hangszerek

Hangzóanyag lejátszására alkalmas lejátszó/erősítő, hangfal

Videó- vagy DVD lejátszó, televízió vagy monitor

GRAHAM-TECHNIKA

A Graham-technika az első önálló mozdulatkinccsel, táncnyelvvel, dinamikai elvekkel, didaktikai rendszerrel felvértezett moderntánc rendszer, mely a mai napig inspirációs forrás a színpadi tánc, a tánckultúra fejlesztés világában, nem utolsósorban a táncpedagógia hatékony eszköze.

A tantárgy tanításának célja a speciális és széles körben hasznosítható dinamikai alapelveket tartalmazó technika megismertetése.

Továbbképző évfolyamok

9. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A testtudat fejlesztése, ritmikai, dinamikai, előadói képességek, a mozgáskultúra tudatosságának fejlesztése, a fogalmi ismeretek, a szakterminológia bővítése.
- A tananyagból nyert ismeretek beépítése más tánctechnikák gyakorlati és elméleti ismereteibe, megtalálva a különbségeket és párhuzamokat.
- Az alapelemek, alapsorozatok és azok technikai, dinamikai és stiláris jellemzőinek, a Graham-technika speciális térhasználatának felismertetése.

- A diagonális mozgás fejlesztése

Tananyag

Alapelemek, alapsorozatok

Talajon végzett gyakorlatok:

- Bounces: a törzset és a medenceizületeket fokozatosan bemelegítő, rugózó gerincmozgások
- Breathing: a légzés bevonása a törzs, majd a teljes test mozgásába
- Spiral: a spirális mozgások alapja, a gerincforgatás, mely előkészíti a talajról fölemelkedés és az oda-vissza ereszkedés technikáját
- Contraction–release: a testközpont, mint minden mozgás kiindulópontja

Álló helyzetben végzett gyakorlatok

- Brush: a lábfő, boka, térd bemelegítése
- Plié: az emelkedés, ereszkedés és az ugrás előkészítése
- Plié–contraction–release, a lábak combtöből való mozgatása, lendítések, emelések s azok kombinációinak formájában, a központból indítva

Térben haladó gyakorlatok

- Walk – diagonális lépés-, járás-, futásgyakorlat
- Triplet – hármaslépések, irányváltásokkal, ritmizálással
- Skip – ugrások egyik lábról a másikra, haladva

Az év végére az alapelemek és sorozatok ritmikai, tempóbeli, térbeli variációkkal gazdagíthatók

Követelmények

A tanuló ismerje a Graham–technika, mint a klasszikus balettől eltérő, első teljes moderntánc rendszer alapelveit, a technika alapelemeit, alapsorozatait, azok helyes végrehajtásának szempontjait és a Graham–technika helyét a tánc történetben

A tanuló legyen képes az alapelemek és alapsorozatok felismerésére, azok technikai, dinamikai és stílári szempontból helyes végrehajtására

10. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A testtudat fejlesztése, a ritmikai, dinamikai, előadói képességek, a mozgáskultúra tudatosságának fejlesztése, a fogalmi ismeretek, a szakterminológia bővítése.
- A tananyagból nyert ismeretek beépítése más tánctechnikák gyakorlati és elméleti ismereteibe, megtalálva a különbségeket és párhuzamokat.
- Az alapelemek, alapsorozatok és azok technikai, dinamikai és stílári jellemzőinek, a Graham–technika speciális térhasználatának felismertetése.
- A diagonális mozgás és a mozgáskombináció fejlesztése

Tananyag

Talajon végzett gyakorlatok: bounce, breathing, spirál, contraction–release ritmikai és dinamikai nehezítésekkel

- Spirál IV. pozícióban, fold – a bonyolultabb törzsfordítási gyakorlat a testközpont–indítású „contraction–release” és a spirális mozgások ötvözése, föl/leereszkedés a talajról/talajra
- Álló középgyakorlatok: a gravitáció felhasználásával és leküzdésével, valamint a lendület felhasználásával és fékezésével

- Brush, plié, plié–contraction–release, a lábak combtöből való mozgatása, lendítések, emelések, s azok kombinációinak formájában
- Weight shift, suspension: testsúly eltolással, elbillentéssel

Térben haladó gyakorlatok,

- Walk – diagonális lépés–, járás–, futásgyakorlat
- Triplet – hármaslépések, irányváltásokkal, ritmizálással
- Skip – ugrások egyik lábról a másikra, haladva. A diagonális–haladó gyakorlatok bővítése: lépéskombinációk; az eddig álló helyzetben végzett gyakorlatok kimozdítása különböző terekbe, fordulatok kidolgozása a spirál elv alapján
- Alapugrások különböző terekben, eltérő ritmikával, a „contraction–release”, valamint a „spirál” elemeinek alkalmazása az ugrások közben

Gyakorlatsor, füzér összeállítása koreografált formában, az elvégzett 2 év anyagának szemléltetésére, az egyéni képességek bemutatására

Követelmények

A tanuló ismerje a Graham–technika, mint a klasszikus balettől eltérő, első teljes moderntánc rendszer alapelveit, a technika alapelemeit, alapsorozatait, azok helyes végrehajtásának szempontjait és a Graham–technika helyét a tánc történetben

A tanuló legyen képes az alapelemek és alapsorozatok felismerésére, azok technikai, dinamikai és stílári szempontból helyes végrehajtására

A tananyag feldolgozásához szükséges kötelező (minimális) taneszköz

Kísérő hangszerek

Hangzóanyag lejátszására alkalmas lejátszó/erősítő, hangfal

Videó– vagy DVD lejátszó, televízió vagy monitor

IMPROVIZÁCIÓ ÉS KOMPOZÍCIÓ

Az improvizáció elnevezésű tantárgy Rudolf Lábán elméleti rendszerére épül. Ez a struktúra nem stílus, táncnyelv, hanem táncnyelv alkotó módszer. Lábán táncalkotó elveire épülő, mindig az adott pedagógus adott tanulókra tudatosan szerkesztett gyakorlatsora. Célja a táncművészet tudatos táncolás útján történő továbbfejlesztése

Az improvizáció, mint táncforma alkalmazása elősegíti a tanuló egyedi mozgásszótárának bővítését. A képzés célja, hogy a tanuló képes legyen a tánc alkotóelemeinek megismerésére, tudatos alkalmazására

A Lábán módszer a mozgás egyetemes szabályszerűségeire, lehetőségeire mutat rá, fejlesztve ezzel a már előző évfolyamokban megismert moderntánc–technikák megértését, tudatosabb kivitelezését

A kompozíció az improvizáció rendszere mentén integrálja a különböző művészeti ágak kompozíció elméleteiben felhalmozott tudást. A tantárgy a tanuló saját mozgásmemóriáját, struktúrafelismerő illetve alkotóképességét, kommunikációs eszközeit fejleszti, valamint megalapozza a lehetőségét annak, hogy a későbbiekben aktív alkotóvá váljon egy koreográfus mellett vagy önállóan is

Továbbképző évfolyamok

9. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- Kreativitásfejlesztés
- Az integrált gondolkodásmód: érzelmi–szellemi–fizikai önvaló összekapcsolása
- Testtudat fejlesztés: a test és az idegrendszer, izom, csont és szalagrendszer közötti kapcsolat tudatosítása
- Az érzelmek verbalizálásának elősegítése
- Az érzelmek mozdulati absztrahálásának elősegítése
- A struktúrában való gondolkodás képességének fejlesztése

Tananyag

A test, a tudat és az érzelmek kapcsolatán alapuló egyéni illetve csoportos kooperációt igénylő improvizációs feladatok

Szabályrendszeren alapuló kötött és szabad improvizációk

Szabálykövető és szabályteremtő jelenlét

Zártkörű improvizációs bemutatók az előadói helyzet megtapasztalása érdekében

Hazai és külföldi, példaértékű előadások megtekintése és elemzése

Kortárs alkotókkal való eszmecsere

Követelmények

A tanuló ismerje az anatómia alapjait mind elméletben mind gyakorlatban. A tanuló képes legyen kifinomult idegrendszerről tanúskodó egyéni jegyeket viselő mozgás–improvizációs folyamatokat létrehozni

A tanuló legyen képes önállóan és kisebb csoportokban is – felismerhető rendszeren alapuló – rövid mozgásetűdők alkotására

10. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A kreativitás fejlesztése
- A tér, mint absztrakció felismerése
- A tér, mint eszközzel való játék fejlesztése (távolságok, irányok, formák, képzőművészeti eszközök alkalmazása)
- A tér szerkeszthetőségének felismerése (2 és 3 dimenziós művek példája alapján)
- A tér, mint színpadi eszköz feltérképezése (díszlet, színpadi szabályok, perspektíva)
- A téridő kapcsolat élményének megtapasztalása
- Az idő, mint absztrakció felismerése
- Az idő szerkeszthetőségének felismerése (zenei struktúrák, előadás struktúrák, irodalmi struktúrák)
- Az idő, mint színpadi eszköz feltérképezése (színpadi idő, film idő, real time)
- Az idő, mint eszközzel való játék fejlesztése

Tananyag

A tér és az idő témájában adott egyéni illetve csoportos kooperációt igénylő improvizációs feladatok

Szabályrendszeren alapuló kötött és szabad improvizációk

Szabálykövető és szabályteremtő jelenlét

Alkotói rendszerek ismertetése

Alkotói rendszerek másolása

Új alkotói rendszerek létrehozása

Zártkörű és nézők számára is nyitott improvizációs bemutatók az előadói helyzet megtapasztalása érdekében.

Zártkörű és nézők számára is nyitott kompozíciók bemutatása a visszajelzés (negatív és pozitív kritikák) megtapasztalása érdekében.

Követelmények

A tanuló ismerje a tér és az idő kulturálisan elfogadott szabályait, a társművészetek szerkesztési modelljeit, egyéni, kiemelkedő megoldásait

A tanuló legyen képes a tér és az idő kulturálisan elfogadott szabályainak újraértelmezésére, a régi modelleket új kontextusba helyezni

A tananyag feldolgozásához szükséges kötelező (minimális) taneszköz

Kísérő hangszerek

Hangzóanyag lejátszására alkalmas lejátszó/erősítő, hangfal

Videó- vagy DVD lejátszó, televízió vagy monitor

REPERTOÁR

A tanulók megismerkednek, és részletesen elemzik a hazai és nemzetközi modern tánc repertoárt. Létrehozzák saját egyéni alkotásaikból álló mozgás nyelvüket. Kialakul egyfajta önálló gondolkodásmód és egyéni véleményalkotási képesség a táncművek, koreográfiák elemzése során.

A tanulók lehetőséget kapnak az egyéni és csoportos megnyilvánulásokra, önálló alkotások létrehozására és bemutatására. Felmérhetik, és tudatosan fejleszthetik tanulási képességeiket, stílusérzéküket.

Továbbképző évfolyamok

7. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A tanulót tegye képessé a modern órákon tanult ismeretek felhasználásával egyéni és csoportos koreográfiák elsajátítására és minőségi előadására.
- Alakítsa ki a csoport kooperáció, az együtt gondolkodás és az alkotás képességét

Tananyag

A megismert táncstílusokra, mozgásanyagra építve a szaktanár által kiválasztott, betanított vagy felújított művek előadása. A tananyagban tartalmazni kell az előző évfolyamokban tanult lépésanyagokat, ismereteket

Követelmények

A tanuló ismerje a tanulás szempontjait, folyamatát, az előadott mű lépésanyagát, stílusát

A tanuló legyen képes a koreográfia elemeinek gyors és lényegi elsajátítására, a tanult tánc tudatos, művészi előadására. A tanuló rendelkezzen a társakhoz való alkalmazkodás képességével

8. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A tanulót tegye képessé az eddig tanult ismeretek felhasználásával egyéni és csoportos koreográfiák elsajátítására és minőségi előadására.
- Alakítsa ki a csoport kooperációt, az együtt gondolkodás és az alkotás képességét.
- Motiválja a tanulót az eddig betanult koreográfiák művészi előadásának továbbfejlesztésére, elmélyítésére

Tananyag

A megismert táncstílusok mozgásanyagára építve a szaktanár illetve a tanulók által létrehozott művek előadása. A tananyagnak tartalmazni kell az előző évfolyamokban tanult lépésanyagokat, ismereteket. Megismerkednek a modern repertoár jellegzetes műveivel, és a szaktanár vezetésével elemzik. Ezekből ihletet meríthetnek és az adott koreográfiához hasonló, rövid műveket készítenek. A modern repertoárból a szaktanár feladata kiválasztani a feldolgozandó műveket

Követelmények

A tanuló ismerje az eddig elsajátított koreográfiák lépésanyagát

A tanuló legyen képes a koreográfia elemeinek gyors és lényegi elsajátítására, a tanult tánc tudatos, művészi előadására. A tanuló rendelkezzen a társakhoz való alkalmazkodás képességével

9. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A tanulót tegye képessé az eddig tanult ismeretek felhasználásával egyéni és csoportos koreográfiák elsajátítására és minőségi előadására
- Alakítsa ki a tanulóban az önálló tanulás és önfejlesztés képességét.
- Motiválja a tanulót az eddig betanult koreográfiák művészi előadásának továbbfejlesztésére, elmélyítésére

Tananyag

Megismerkednek a modern repertoár hazai és nemzetközi műveivel. A szaktanár irányításával előre kiválasztott és meghatározott részletek önálló betanulása. A modern repertoárból a szaktanár feladata kiválasztani a feldolgozandó műveket

Követelmények

A tanuló ismerje az adott koreográfiák pontos lépésanyagát és rendelkezzen az adott darabhoz tartozó alapismeretekkel

A tanuló legyen képes a koreográfia elemeinek gyors és lényegi elsajátítására, a tanult tánc tudatos, művészi előadására. A tanuló rendelkezzen az önálló tanulás képességével, művészi alázattal és együttműködési képességgel

10. évfolyam

Fejlesztési feladatok

- A tanulót tegye képessé az eddig tanult ismeretek felhasználásával egyéni és csoportos koreográfiák létrehozására és minőségi előadására

- Alakítsa ki a tanulóban az önálló tanulás, az önfejlesztés és a csoporttal való együttműködés, együttgondolkodás képességét
- Motiválja a tanulót az eddig elsajátított koreográfiák művészi előadásának továbbfejlesztésére, elmélyítésére és az önálló véleményalkotásra

Tananyag

Megismerkednek az aktuális modern repertoár hazai és nemzetközi műveivel

A modern repertoárból a szaktanár és a tanuló közös feladata kiválasztani a feldolgozandó műveket

Az eddig megismert, elsajátított és feldolgozott mozgásrepertoár felhasználásával a tanulók létrehozhatnak rövid önálló koreográfiákat, műveket

Követelmények

A tanuló ismerje az adott koreográfiák pontos lépésanyagát és rendelkezzen az adott darabhoz tartozó alapismeretekkel

A tanuló legyen képes a koreográfia elemeinek gyors és lényegi elsajátítására, az önfejlesztésre és a tanult tánc tudatos művészi előadására. A tanuló rendelkezzen az önálló gondolkodás, művészi alázat és az együttműködés képességével

A tananyag feldolgozásához szükséges kötelező (minimális) taneszköz

Kísérő hangszerek

Hangzóanyag lejátszására alkalmas lejátszó/erősítő, hangfal

Videó– vagy DVD lejátszó, televízió vagy monitor