

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Центр образования  
«Санкт-Петербургский городской Дворец творчества юных»  
Театрально-художественный отдел

СОГЛАСОВАНО

Заведующий театрально-художественным отделом

 В.В.Видунова

Протокол педагогического совета

№ 8 «11» 04 2013

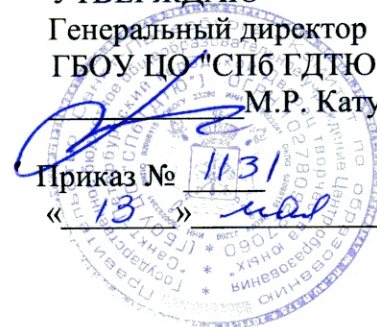
УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор  
ГБОУ ЦО «СПб ГДТЮ»

 М.Р. Катунова

Приказ № 1131

«13» мар 2013



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ)  
ПРОГРАММА  
**«ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЕ И ПЛАСТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В  
ТЕАТРЕ ЮНОШЕСКОГО ТВОРЧЕСТВА»**

Срок реализации программы: 3 года

Возраст обучающихся: 12-18 лет

Автор-составитель:

Тугушева Анна Ибрагимовна,  
педагог дополнительного образования

Рассмотрено Методическим советом  
ГБОУ ЦО «СПб ГДТЮ»  
Протокол № 7 от «30» 04 2013г.

Санкт-Петербург  
2014

## Пояснительная записка

Направленность программы-художественно-эстетическая.

### Актуальность программы.

В условиях современного мира дети вынуждены все больше времени проводить за письменным столом и все меньше уделяют внимание правильному и гармоничному физическому развитию. В связи с этим уже к середине средней школы у большинства подростков появляется сутулость, сколиоз, многие не в состоянии выдерживать длительных физических нагрузок. Данная программа поможет натренировать собственное тело, справляться с трудностями переходного периода, когда тело требует к себе повышенного внимания, а ребенок, порой, не в состоянии понять, что с ним происходит.

### Педагогическая целесообразность.

В процессе коллективных занятий дети учатся находить общий язык друг с другом, трансформируя агрессию, навязанную информативной средой в физическое действие - гармоничное развитие собственного тела.

### Цель программы:

Развитие способности к творческому самовыражению посредством овладения основами искусства танца, пластики, движения и жеста.

### Задачи.

#### Обучающие:

- познакомить с различными танцевальными направлениями
- овладеть умением пользоваться жестом и пластикой как средством сценической выразительности
- овладеть умением свободно двигаться и танцевать
- овладеть умением взаимодействовать с партнером на сценической площадке

#### Развивающие:

- достигнуть мышечной свободы подростков
- развивать координацию движений
- развивать чувство ритма
- развивать внимание, мышечную, слуховую и зрительную память
- развивать волю, настойчивость, смелость, самообладание
- развивать чувство скорости, ловкость, силу, гибкость
- прививать и развивать навыки «синхронного» и «ансамблевого» действия
- способствовать коррекции физических данных

#### Воспитательные:

- воспитывать толерантность
- развивать и совершенствовать коммуникативные качества

### Условия набора.

Занятия ведутся в группах Театра Юношеского Творчества, готовящихся к постановке спектакля и участвующих в реализации репертуара театра.

### Режим занятий.

Курс рассчитан на детей и подростков в возрасте от 12 до 18 лет. Возможно, формирование смешанной группы или деление на несколько групп близких по возрасту учащихся. Программа рассчитана на 3 года обучения. Продолжительность занятий на 1 году обучения – 36\72 часа, на 2 – 36\72\144 часа, на 3 – 36\72\144\216 часа.

Количество часов выбирается, исходя из следующих критериев:

- уровень подготовленности детей в группе
- темпы освоения программы группой
- педагогические и творческие задачи, которые ставит педагог для данной группы
- репертуарный план театра на год

Образовательный процесс по программе предполагает занятия как целой учебной группой так и по звеньям. Необходимость деления на звенья объясняется несколькими

причинами.

- Учебная группа объединяет детей разного уровня подготовленности.
- Учебная группа может состоять из звеньев с разными творческими задачами

### **Формы занятий:**

- групповые
- по звеньям
- индивидуальные
- практические (например классический экзерсис характерный экзерсис постановочные репетиции и т.д.)
- участие в спектаклях
- участие в творческих вечерах театра

### **Ожидаемые результаты.**

К концу первого года обучения учащийся:

- Овладеет понятием «ритм», «ритмичность».
- Овладеет навыками общения с партнером и коллективом.
- Будет иметь представление о классическом, джазовом и историко-бытовом танце.
- Будет стремиться корректировать и совершенствовать свои физические данные, развить скульптурность тела.

К концу второго года обучения учащийся:

- Овладеет понятием «импровизация».
- Будет иметь представление о характерном танце и танце модерн.
- Овладеет навыками координации движений во времени и пространстве.

К концу третьего года обучения учащийся:

- Овладеет навыками «синхронного» и «ансамблевого» действия.
- Получит навыки владения собственным телом, самообладания, мышечной, зрительной и слуховой памяти, сценической смелости в области танца и сценического движения.
- Расширит свои представления об истории культуры мира и закономерностях развития культурных процессов.

В итоге успешного освоения образовательной программы предполагается, что учащиеся овладеют следующими компетентностями, которые характеризуются:

#### **1 - в сфере танца и сценического движения:**

- снятием мышечных зажимов
- скоординированностью движений
- способностью поиска и использования жеста и движения как средства сценической выразительности
- свободным движением (*танца*)

#### **2 - в сфере межличностного общения:**

- толерантностью
- взаимодействием с партнером на сценической площадке

### **Итоговые формы оценки результативности:**

- контрольные занятия
- участие в репертуарных спектаклях театра
- участие в творческих вечерах театра
- диагностические карты
- наблюдение и анализ работы учащихся и темпов освоения программы
- контрольное занятие на основе самостоятельных работ учащихся
- зачеты по пройденному материалу

### **Материально-техническое оснащение программы.**

- класс 4 м<sup>2</sup> X 8 м<sup>2</sup> (1 шт.)
  - зеркальная стена (1 шт.)
  - классический станок (1 шт.)
  - музыкальный центр (1 шт.)
  - диски с музыкальным материалом (50 шт.)
  - костюмы, реквизит, декорации
  - освещение
-

### Учебно-тематический план

Тема	Количество часов																	
	1 год				2 год						3 год							
	Пр акт ика	Те ор ия	Пр акт ика	Те ор ия	Пр акт ика	Теор ия	Прак тика	Теор ия	Прак тика	Теор ия	Прак тика	Теор ия	Прак тика	Теор ия	Пр акт ика	Теор ия	Пр акт ика	Теория
1. Основы сценического движения	4	1	9	2	5	1	10	2	14	3	5	1	9	2	13	3	20	5
2. Основы классического танца (в т.ч. классический экзерсис)	10	3	23	5	5	2	11	3	22	8	4	2	10	3	22	8	36	10
3. Основы характерного танца (в т.ч. характерный экзерсис)	-	-	-	-	4	1	11	2	21	5	5	2	13	2	21	5	28	7
4. Историко-бытовой танец	5	2	10	4	4	2	10	4	18	6	4	2	10	4	20	6	24	8
5. Основы джазового танца	4	1	9	1	2	1	4	1	11	3	2	0,5	4	1	11	3	20	4
6. Основы модерна	-	-	-	-	2	1	4	1	10	5	2	0,5	4	1	10	5	20	4
7. Выездные занятия	2	-	2	-	2	-	2	-	4	-	2	-	2	-	3	-	4	-
8. Массовые мероприятия	2	-	2	-	2	-	2	-	2	-	2	-	2	-	2	-	2	-
9. Зачет	2	-	5	-	2	-	5	-	10	2	2	-	5	-	10	2	20	4
	<b>29</b>	<b>7</b>	<b>60</b>	<b>12</b>	<b>28</b>	<b>8</b>	<b>59</b>	<b>13</b>	<b>112</b>	<b>32</b>	<b>28</b>	<b>8</b>	<b>59</b>	<b>13</b>	<b>112</b>	<b>32</b>	<b>174</b>	<b>42</b>
<b>Итого:</b>	<b>36</b>		<b>72</b>		<b>36</b>		<b>72</b>		<b>144</b>		<b>36</b>		<b>72</b>		<b>144</b>		<b>216</b>	

## Содержание программы.

### 1 год обучения

- 1. Основы сценического движения.** Совершенствование имеющихся у учащихся физических навыков, устранения неверных привычек в области владения собственным телом. Упражнения, направленные на приобретения координационных навыков, развитие ловкости, выработку правильной осанки. Упражнения, направленные на воспитание мышечного чувства (ощущения степени мышечного напряжения). Упражнения, способствующие снятию мышечных зажимов. Краткие лекции по анатомии. Общие правила учащихся ГОУ СПб ГДТЮ.
- 2. Основы классического танца.** Упражнения на правильную постановку корпуса, рук, ног. Основы классического экзерсиса направленные на развитие силы и ловкости ног учащихся. Releve, battement tendu из первой, позже пятой позиции, demi plie, rond de jambe par terre en dehoire и en dedans, battement tendu jete, battement frappe, battement tendu, port de bras. Экскурсы по истории балетного искусства. Занятия по охране труда для учащихся на занятиях по хореографии отдела ТКК.
- 3. Историко-бытовой танец.** Поклоны XVI века. Бранли (простой, двойной, веселый). Павана. Алеманда. Куранта. Гильярда. Экскурсы по истории культуры XVI века. Общие правила учащихся ГОУ СПб ГДТЮ.
- 4.4. Основы джазового танца.** Упражнения на правильную постановку корпуса, рук, ног. Основы джазового экзерсиса направленные на развитие силы и ловкости ног учащихся. Упражнения, направленные на развитие ритмичности. Экскурсы по истории джаза и джазового танца..
- 5. Выездные занятия.** Правила поведения на улице и в общественных местах.
- 6. Массовые мероприятия.** Проведение праздников, вечеров подарков.
- 7. Зачет.** Открытые занятия с использованием изученного материала, репетиции и показ.

### 2 год обучения.

- 1. Основы сценического движения** Совершенствование владения своим телом в области мышечного напряжения – расслабления. Соединение танцевальных и актерских задач. Развитие способности тела «отзываться» на перемену ритма, темпа, тональности музыкального сопровождения. Краткие лекции по анатомии о влиянии физических нагрузок (в т.ч. танца) на организм. Занятия по охране труда для учащихся при проведении занятий на сцене ТЮТа.
- 2. Основы классического танца.** Полный классический экзерсис. Основные позы классического танца. Вращения на середине зала и по диагонали. Краткие лекции по анатомии о влиянии физических нагрузок (в т.ч. танца) на организм.
- 3. Основы характерного танца** Основы характерного экзерсиса, направленные на развитие артистической емкости и действенной танцевальной пластики учащегося. Характерные battement tendu, battement tendu jete, rond de jambe, flic-flac, port de bras. Лекции о развитии и стилизации народного танца. Общие правила учащихся ГОУ СПб ГДТЮ.
- 4. Историко-бытовой танец.** Реверансы и поклоны XVII века. Менуэт XVII века. Реверансы и поклоны XVIII века. Менуэт XVIII века. Алеманда. Жига. Гавот XVIII века. Контрдансы (кадриль, лансье). Полонез. Экскурсы по истории культуры XVII- XVIII веков.
- 5. Основы джазового танца.** Полный джазовый экзерсис. Введение понятия ритмического рисунка. Развитие навыков импровизации в джазовом танце. Занятия по охране труда для учащихся на занятиях по хореографии отдела ТКК.
- 6. Основы модерна .** Основы экзерсиса в жанре «модерн». Упражнения, направленные на развитие силы ног и рук. Экскурсы по истории танца модерн. Беседы об импровизации, в т.ч. об импровизации в танце. Занятия по охране труда для учащихся на занятиях по хореографии.
- 7. Выездные занятия.** Правила поведения на улице и в общественных местах.
- 8. Массовые мероприятия.** Проведение праздников, вечеров подарков.

9. **Зачет.** Постановка как танцевальных, так и пластических номеров на основе пройденного материала, репетиции и показ.

### 3 год обучения

1. **Основы сценического движения** Совершенствование полученных навыков в области сценического движения. Развитие навыка плавного и органичного перехода в танец и выхода из него. Беседы о природе и эмоциональной составляющей танца. Занятия по охране труда для учащихся при проведении занятий на сцене ТЮТа.

2. **Основы классического танца.** Совершенствование полученных знаний в области классического танца. Создание выразительного пластического и танцевального образа на основе драматургического материала. Беседы о природе и эмоциональной составляющей классического танца.

3. **Основы характерного танца.** Полный характерный экзерсис. Совершенствование навыков в области характерного танца. Совершенствование навыков импровизации. Беседы о эмоциональных и пластических различиях танцев разных народов. Общие правила учащихся ГБОУ ЦО СПб ГДТЮ.

4. **Историко-бытовой танец.** Реверансы и поклоны XIX века. Мазурка. Вальсы. Полька. Котильон. Краковяк. Русские бальные танцы XIX века (вальс-мазурка, фигурный вальс). Экскурс по истории русской и западноевропейской культуры XIX века

5. **Основы джазового танца.** Совершенствование навыков импровизации. Поддержки. Совершенствование навыка работы в паре (развитие и совершенствования навыка «чувствовать» партнера). Техника безопасности при исполнении поддержки. Занятия по охране труда для учащихся на занятиях по хореографии отдела ТКК.

6. **Основы модерна.** Совершенствование полученных навыков в жанре «модерн». Высокие поддержки. Техника безопасности при исполнении высокой поддержки.

7. **Выездные занятия.** Правила поведения на улице и в общественных местах.

8. **Массовые мероприятия.** Проведение праздников, вечеров подарков.

9. **Зачет.** Подготовка и проведение показа на основе самостоятельных работ учащихся.

В конце каждого года проводится итоговый зачет по всем темам. Приобретенные в ходе обучения умения и навыки находят свое применение в репертуарных спектаклях, где часто, по замыслу режиссера, требуется яркое танцевальное и пластическое решение того или иного образа или сцены.

### Методическое обеспечение

№ п/п	Раздел или тема программы	Формы занятий	Приемы и методы организации образовательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1.	Основы сценического движения	Традиционное занятие, семинар, практическое занятие, игра, репетиции, постановочные репетиции.	Наглядный, практический, вербальный, фронтальный, коллективный, индивидуально-фронтальный, групповой, индивидуальный,	Магнитофон, музыкальные диски, видео записи танцевальных пластических и драматических спектаклей, Магнитофон, диски с записями современной музыки	Контрольный урок на основе самостоятельных работ учащихся, участие в репертуарных спектаклях театра
2.	Основы классического танца (в т.ч. классический экзерсис)	Традиционное занятие, тренинг, дискуссия, конференция, концерт, репетиции, постановочные репетиции.	Наглядный, практический, вербальный, фронтальный, коллективный, индивидуально-фронтальный, групповой, индивидуальный, в парах.	Магнитофон, диски с записями классической музыки, фотографии известных танцовщиков и балерин в образе и в жизни, видеозаписи классических балетов, Инструкции № 115, № 129. Общие правила учащихся.	Контрольный урок на основе самостоятельных работ учащихся, участие в репертуарных спектаклях театра
3	Основы характерного танца (в т.ч. характерный экзерсис)	Традиционное занятие, концерт, лекция, практическое занятие, репетиции, постановочные репетиции.	Наглядный, практический, вербальный, фронтальный, коллективный, индивидуально-фронтальный, групповой, в парах, индивидуальный	Магнитофон, диски с записями фольклора, этнической музыки, репродукции с изображением народных костюмов, видеозаписи концертов народных танцев. Инструкции № 115, № 129. Общие правила учащихся.	Контрольный урок на основе самостоятельных работ учащихся, участие в репертуарных спектаклях театра



4	Историко-бытовой танец	Традиционное занятие, семинар, практическое занятие, игра, репетиции, постановочные репетиции.	Наглядный, практический, вербальный, фронтальный, в парах, коллективный, индивидуально-фронтальный, групповой, индивидуальный	Магнитофон, диски с записями музыки той эпохи, по которой проводится занятие, репродукции с изображением исторических костюмов, видеозаписи реконструкций исторических танцев. Инструкции № 115, № 129. Общие правила учащихся.	Контрольный урок на основе самостоятельных работ учащихся, участие в репертуарных спектаклях театра
5	Основы джазового танца	Традиционное занятие, концерт, лекция, практическое занятие, репетиции, постановочные репетиции	Наглядный, практический, вербальный, фронтальный, коллективный, в парах, индивидуально-фронтальный, групповой, индивидуальный. Походы на концерты джазового танца.	Магнитофон, диски с записями джазовой музыки, видеозаписи мастер-классов, концертов и спектаклей джазового танца. . Инструкции № 115, № 129. Общие правила учащихся.	Контрольный урок на основе самостоятельных работ учащихся, участие в репертуарных спектаклях театра
6	Основы модерна	Традиционное занятие, тренинг, дискуссия, конференция, концерт, репетиции, постановочные репетиции.	Наглядный, практический, вербальный, фронтальный, коллективный, индивидуально-фронтальный, в парах, групповой, индивидуальный. Походы на спектакли Мариинского и других балетных театров.	Магнитофон, диски с записями современной музыки, видеозаписи мастер-классов, концертов и спектаклей танца модерн, постмодерн и неоклассики. Инструкции № 115, № 129. Общие правила учащихся.	Контрольный урок на основе самостоятельных работ учащихся, участие в репертуарных спектаклях театра

7	Выездные занятия	Походы на спектакли Мариинского и других балетных театров.	Наглядный, коллективный, групповой,	Инструкции № 115, № 129. Общие правила учащихся.	Отзыв, коллективный анализ
8	Массовые мероприятия	Праздник	Практический	Инструкции № 115, № 129. Общие правила учащихся.	
9	Зачет	Концерт, спектакль	Практический	Магнитофон, диски с записями музыки, сцена, Инструкции № 115, 129. Общие правила учащихся.	Контрольный урок на основе самостоятельных работ учащихся, участие в репертуарных спектаклях театра

## **Список литературы.**

### **Для педагога:**

1. Базарова Н.П., Мей В.П. Азбука классического танца. - Л.;М.: Искусство, 1964
2. Громов Ю.И. Танец и его роль в воспитании пластической культуры актера. - Спб.: 1997
3. Ивановский Н.П. Бальный танец XVI-XIX веков. - Калининград, «Янтарный сказ», 2004
4. Лопухов А., Ширяев А., Бочаров А. Основы характерного танца. - Л.; М.: Искусство, 1939
5. Станиславский К.С. Собрание сочинений в 8-ми т. - М.: Искусство, 1961

### **Для учащихся:**

1. Коонен А.Г. Страницы жизни. - М.: Искусство, 1985
2. Кох И.Э. Основы сценического движения. - Л.: Искусство, 1970
3. Сергеев К.М. Сборник статей. - М.: Искусство, 1978
4. Станиславский К.С. Работа актера над собой. - М.: Искусство, 1961
5. Щепкина-Куперник Т.Л. Ермолова. - М.: Искусство, 1972

### **Для родителей:**

1. Гензбиттель М. На стороне ученика. – СП-б.: Светлячок, 1998
2. Я вхожу в мир искусств. Этика и воспитание: от самооценки к самосовершенствованию. Методическое пособие. – 10 (62)/2002, М.