

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Центр образования**

«Санкт-Петербургский городской Дворец творчества юных»  
Театрально-художественный отдел

СОГЛАСОВАНО

Заведующий театрально-художественным отделом



В.В.Видунова

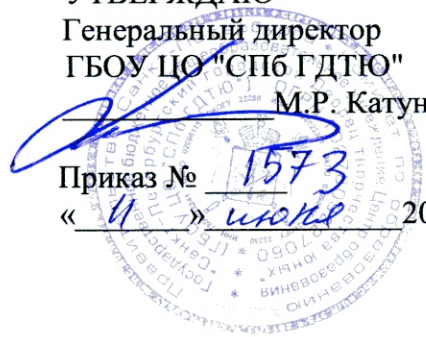
Протокол педагогического совета

№ 9 « 28 » 05 2014

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор  
ГБОУ ЦО «СПб ГДТЮ»

М.Р. Катунова



Приказ № 1573  
« 11 » июня 2014

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ)  
ПРОГРАММА  
«СОВРЕМЕННЫЙ ТАНЕЦ (РИТМОПЛАСТИКА)»**

Срок реализации программы: 1 год

Возраст обучающихся: 13-17 лет

Автор-составитель:

Айзина Юлия Валерьевна,

педагог дополнительного образования.

Рассмотрено Методическим советом

ГБОУ ЦО «СПб ГДТЮ»

Протокол № 7 от « 10 » 06 2014г.

## Пояснительная записка

Педагогический коллектив музыкально-эстрадного театра-студии «Розыгрыш» постоянно находится в творческом поиске по созданию максимально благоприятных условий для раскрытия внутреннего потенциала и развития творческих способностей детей и подростков, интересующихся жанром музыкальной эстрады. Этот фактор обуславливает создание новых дополнительных программ, отвечающих требованиям времени.

**Новизна программы.** В ответ на повышенный интерес к занятиям современным танцем детей, не имеющих возможности поступить в театр-студию по причине не соответствия возрастным рамкам или недостаточной одаренности, послужило возникновение дополнительной общеобразовательной программы «Современный танец (ритмопластика)», рассчитанной на 1 год обучения, и предполагающей развитие способностей детей любого уровня танцевальной подготовки.

**Направленность программы-художественно-эстетическая.**

**Актуальность программы. Ритмопластика** – это первый этап обучения современному танцу (направления Modern, Jazz, HIP-HOP), который для детей подросткового возраста является одним из самых увлекательных разделов искусства хореографии. В связи со сложившейся ранее системой преподавания хореографии в России дети 9-летнего возраста и старше практически не имеют возможности начать обучаться танцу. Особенности методики обучения современному танцу дают такую возможность и одаренным от природы детям и детям с небольшими пластическими возможностями. Программа ориентирована на общекультурный уровень. Особое внимание уделяется подросткам, имеющим сформировавшиеся пластические зажимы. В процессе освоения программы у подростков вырабатывается чувство уверенности в себе, чувство собственного достоинства, значимости своей личности, что очень важно в этом возрасте.

**Цель:** развитие творческого потенциала детей и подростков на основе занятий современным танцем.

Для достижения указанной цели в процессе реализации программы необходимо решать следующие **задачи:**

**Обучающие:**

- познакомить с основами хореографии и особенностями современного танц-класса;
- познакомить воспитанников с историей современного танца, творчеством знаменитых исполнителей и балетмейстеров;
- создать условия для профессионального самоопределения в будущем одаренным детям.

**Развивающие:**

- укрепление физического здоровья детей, которым по медицинским параметрам противопоказаны занятия классическим танцем (сколиоз, травмы шейного отдела позвоночника и т.д.);
- развивать у воспитанников двигательную способность, пластичность, координацию движений, научить чувствовать свое тело и владеть им;
- развивать музыкальный вкус, умение «услышать» в музыке пластический образ.

**Воспитательные:**

- сформировать у воспитанников навыки общения в социальном, и в творческом аспекте;
- воспитывать толерантные взаимоотношения.

**Продолжительность освоения программы-1 год.**

**Продолжительность занятий-72\144 часа** в зависимости от возраста и уровня физического развития кружковцев. 1- 2 раза по 2 часа в неделю.

В группы принимаются все желающие, специальный отбор не производится.

Формируются разновозрастные или разновозрастные группы.

**Возраст учащихся-13-17 лет.**

**Формы и методы обучения, подведения итогов.**

В основе методики освоения программы лежит синтез основ классического танца, танца модерн и сценического движения. Занятия ведутся с музыкальным сопровождением при участии концертмейстера или с использованием аудиозаписей. В конце каждого занятия в течение 15 минут ребята готовят самостоятельные пластические работы по заданию педагога.

В конце каждого полугодия проводится контрольное занятие, на котором подытоживается пройденный материал, и открытое занятие для родителей, где ребята представляют свои самостоятельные работы. В конце учебного года проводится конкурс авторских работ. Результаты фиксируются в диагностических картах.

#### **Ожидаемый результат.**

В результате успешного освоения материала образовательной программы обучающиеся должны:

- освоить азы хореографии, основы современного танца;
- научиться чувствовать свое тело, хорошо координировать движения;
- уметь самостоятельно анализировать характер и ритмические особенности музыкального произведения;
- уметь самостоятельно придумывать и воплощать пластические образы на заданную или импровизированную тему, приобрести первый сценический опыт;
- укрепить физическое здоровье;
- научиться ориентироваться в истории современного танца.

### **Учебно-тематический план**

Тема	Количество педагогических часов					
	теория	практика	итого	теория	практика	итого
Физика тела	2	12	<b>14</b>	4	24	<b>28</b>
Основы хореографии (джаз, модерн, hip-hop)	4	24	<b>28</b>	8	48	<b>56</b>
Основы танцевальности	0	12	<b>12</b>	0	24	<b>24</b>
Ритм и пластика	4	8	<b>12</b>	8	16	<b>40</b>
Репетиционная деятельность	0	6	<b>6</b>	0	12	<b>12</b>
Итого:	10	62	<b>72</b>	20	124	<b>144</b>

### **Содержание.**

#### **ФИЗИКА ТЕЛА:**

Теория: беседа об особенностях строения человеческого тела и его возможностях.

Практика:

- Упражнения на напряжение и расслабление мышц, ощущение тела в пространстве зала, постановка дыхания, элементарные физические упражнения на растяжку тазобедренных мышц, укрепление мышечной массы (упражнения ведутся, в основном, в партере);
- Постановка корпуса (на середине зала): выворотные и невыворотные позиции ног, положения рук, как классические (подготовительная 1, 2, 3 позиции), так и джазовые, с невытянутыми локтями и растопыренными пальцами. Постановка головы, положения спины (как закрепленное, так и расслабленное).

Обязательная беседа по технике безопасности. Инструкции № 115\* и Правила поведения учащихся.\*

#### **ОСНОВЫ ХОРЕОГРАФИИ (ДЖАЗ, МОДЕРН, HIP-HOP):**

ТЕОРИЯ: БЕСЕДА ОБ ОСОБЕННОСТЯХ СТИЛИСТИЧЕСКОГО НАПРАВЛЕНИЯ (ДЖАЗ, МОДЕРН, HIP-HOP) И ИХ РАЗЛИЧИЯ.

ПРАКТИКА:

- Освоение 1, 2 port de bras для координации движений головы и рук. Повторы и наклоны головы.

- Освоение первых движений экзерсиса: batt. tendu, batt. tendu jete, адажио и grand batt. tendu jete по невыворотным и нормальным позициям.
- Простое allegro: по позициям – soute, soute по 2 невыворотной позиции с поворотом на 1/4, 1/2 и целые.
- Основы вращения.

Все движения даются в «чистом» виде и во всех направлениях.

Обязательная беседа по технике безопасности. Инструкции № 115\* и Правила поведения учащихся.\*

### **ОСНОВЫ ТАНЦЕВАЛЬНОСТИ:**

- Танцевальные шаги с ритмическим разнообразием, с хлопками, с включением поворотов, с выходом в позировки.
- Диагональ. Усложнение прыжков (комбинационно – ритмически) для развития музыкальности: в игровой форме элементарные задания на раскрытие характера музыки в танцевальном движении.
- Ориентация в пространстве зала и простейшем рисунке.

Обязательная беседа по технике безопасности. Инструкции № 115\* и Правила поведения учащихся.\*

### **РИТМ И ПЛАСТИКА:**

ТЕОРИЯ: БЕСЕДА О Б ОСОБЕННОСТЯХ РИТМИЧЕСКОЙ ОСНОВЫ МУЗЫКАЛЬНОЙ ФРАЗЫ И СПОСОБАХ ВОПЛОЩЕНИЯ РИТМА ТЕЛОМ.

ПРАКТИКА:

- Пластическо-образные игры.
- Пластические этюды с использованием образных решений музыкального материала.
- Дальнейшее развитие музыкальности и выразительности, использование, как отдельных движений, так и комбинаций.

Обязательная беседа по технике безопасности. Инструкции № 115\* и Правила поведения учащихся.\*

### **РЕПЕТИЦИОННАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ:**

- Знакомство с репетиционным процессом.
- Репетиции учебных концертных номеров.

Обязательная беседа по технике безопасности. Инструкции № 115\* и Правила поведения учащихся.\*

## **Методическое обеспечение**

№	Раздел или тема программы	Форма занятий	Приемы и методы организации образовательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1	Физика тела	Традиционное занятие. Тренинг.	Наглядный и практический. Словесный. Фронтальный. Групповой.	Магнитофон, музыкальные диски Инструкции по ТБ № 115*, Правила поведения учащихся*	Открытые и контрольные занятия
2	Основы хореографии(джаз, модерн)	Традиционное занятие. Тренинг.	Наглядный и практический. Словесный. Фронтальный. Групповой	Магнитофон, музыкальные диски Инструкции по ТБ № 115,* Правила	Открытые и контрольные занятия

				поведения учащихся*	
3	Основы танцевальности	Традиционное занятие. Тренинг.	Наглядный и практический. Словесный. Фронтальный. Групповой.	Магнитофон, музыкальные диски Инструкции по ТБ № 115* Правила поведения учащихся*	Контрольное занятие
4	Ритм и пластика	Традиционное занятие. Тренинг.	Наглядный и практический. Словесный. Фронтальный. Групповой.	Магнитофон, музыкальные диски Инструкции по ТБ № 115*  Правила поведения учащихся*	Контрольное занятие
5	Репетиционная деятельность	Традиционное занятие. Репетиция.	Наглядный и практический. Словесный.	Магнитофон, музыкальные диски Инструкции по ТБ № 115* Правила поведения учащихся*	Контрольное занятие

\*Инструкция №115 – Охрана труда для учащихся на занятиях по хореографии.

\*Общие правила поведения для учащихся ГБОУ «СПб ГДТЮ».

## Список литературы

Для педагогов:

- «Против течения». Михаил Фокин. Москва-Ленинград «Искусство», 1962г.
- «Профили танца». В. Красовская. С-Пб, 1999г.
- «Сочинение танца». Р. Захаров. Москва, 1989.
- «В глубь хореографии». Ф. Лопухов. Москва, 2003
- «Вечный идол». Рафаил Вагабов. С-Пб, 2001.

Для учащихся и родителей:

- «101 рассказ о большом балете». Дж. Баланчин, Фр. Мэйсон. Москва, 2002г.
- «Беседы о Якобсоне, или письмо, отправленное вслед». И. Якобсон, В. Зайдельсон
- «Младшая муза». Поэль Карп. Москва, 1997.
- «Екатерина Максимова, Владимир Васильев». Елена Фатиева. Москва, «Терра» 1999г.
- «Мгновение в жизни другого» (мемуары). Морис Бежар. Москва, В/О «Союзтеатр», СТД СССР, 1989.