

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ НЕТИПОВОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОРОДСКОЙ ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ЮНЫХ»

ПРИНЯТА

Малым педагогическим советом
театрально-художественного отдела
(протокол от «20» 03 2025 г. № 6)



УТВЕРЖДЕНА

(приказ № 148) - Од от «3» 04 2025
Генеральный директор
М.Р. Катунова

Дополнительная общеразвивающая программа
«Основы пластики и хореографии»
(Первая ступень)

Срок освоения: 4 года
Возраст обучающихся: 9-13 лет
Уровень освоения: углубленный

Разработчики:

Зюзина Юлия Анатольевна,
Алексеев Максим Викторович,
Айзина Юлия Валерьевна,
Старкова Оксана Александровна,
педагоги дополнительного образования.

ОДОБРЕНА

Методическим советом
ГБОУ «СПБ ГДЦО»
(протокол от 3.04.2025 г. № 7)

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Основы пластики и хореографии» (Первая ступень) (далее-программа) входит в состав комплексной общеразвивающей программы музыкально-эстрадного театра-студии «Розыгрыш» (Первая ступень) (далее-комплексная программа).

Направленность программы – **художественная**. Обучение предполагает занятия искусством пластики и хореографии. Ведущей является художественно-творческая деятельность.

Адресат программы

На обучение принимаются мальчики и девочки 9-13 лет, имеющие интерес к занятиям хореографией в театральной студии. Обязательным условием является предоставление справки от врача об отсутствии противопоказаний.

Актуальность.

Предлагаемая программа отвечает потребностям и запросам современных детей и их родителей.

В процессе занятий обучающийся получает навыки владения своим телом, изучает основы хореографии; знакомится с историей и теорией современного и классического танца; получает возможность для самовыражения в актерской пластике; учится преодолевать физические и технико-исполнительские трудности, чем совершенствует своё мастерство и свой характер; познает способы сосуществования в коллективе.

В социальном аспекте обучающиеся учатся через партнерство воспринимать других людей, дружно существовать в коллективе, выстраивать взаимоотношения. Этому же способствует и широко применяемое наставничество старших учащихся над младшими, которые становятся помощниками только начинающих осваивать хореографическое мастерство.

Осваивая технику движения, ребята двигаются от удовлетворения интереса к этому виду деятельности, потребности в движении к удовлетворению творческих потребностей в самовыражении, к решению сложных технических танцевальных задач.

Особенностью программы «Основы пластики и хореографии» (Первая ступень) является принцип синтеза актерского мастерства, хореографии и вокала. Так как основу репертуара студии «Розыгрыш» составляют мюзиклы и музыкальные спектакли, основной задачей коллектива является подготовка артиста, владеющего навыками синтетического жанра.

Уровень освоения программы - углубленный.

Объем и срок освоения программы – 4 года, 504/576 часов.

1 год обучения: 72 часа.

2 год обучения: 144 часа.

3 год обучения: 144/180 часов.

4 год обучения: 144/180 часов.

Продолжительность 1 академического часа занятия -45 минут.

Оптимальное количество часов занятий по годам обучения выбирается в зависимости от возраста учащихся, уровня их подготовленности, репертуарного плана на год.

Цель программы: формирование и развитие пластических, танцевальных способностей и творческого потенциала детей средствами классической и современной хореографии.

Обучающие задачи:

- обучить технике классического и современного танца

- обучить танцевальной культуре поведения на сцене
- познакомить с историей танца, различными танцевальными культурами
- обучить умению ориентироваться в сценическом пространстве

Развивающие задачи:

- раскрыть и развить физические и творческие способности
- развить чувство технической и эмоциональной уверенности в танце
- развить эмоциональную отзывчивость на музыку, способность к импровизации
- повысить уровень культурного развития личности

Воспитательные задачи:

- воспитывать ответственность за собственный и коллективный результат
- привить интерес к танцевальному творчеству
- воспитать чувство ответственности за индивидуальное и коллективное творчество
 - способствовать установлению и укреплению дружеских взаимоотношений в коллективе
 - воспитывать трудолюбие и дисциплину

Планируемые результаты освоения программы

По завершению обучения каждый учащийся овладеет результатами, которые характеризуются:

Личностные результаты:

- развитием физических и творческих способностей
- владением технической и эмоциональной уверенностью в танце
- развитой эмоциональной отзывчивостью на музыку
- повышением уровня культурного развития личности

Метапредметные результаты:

- сформированной ответственностью за собственный и коллективный результат
- формированием интереса к танцевальному творчеству
- установлением и укреплением дружеских взаимоотношений в коллективе
- проявлением трудолюбия и самодисциплины, ответственности за индивидуальное и коллективное творчество

Предметные результаты:

- владением техникой и умениями классического и современного танца (умением создавать комбинации различной сложности, мелкой техникой, умением справляться с быстрыми темпами, умением творчески реализовать поставленную задачу, способностью свободно импровизировать)
 - владением танцевальной культурой поведения на сцене
 - знанием истории танца, различных танцевальных культур
 - умением ориентироваться в сценическом пространстве

Организационно-педагогические условия реализации программы

Программа реализуется на русском языке.

Форма обучения: очная.

Особенности реализации программы

Программа может реализовываться с применением внеаудиторной работы, электронного обучения и дистанционных образовательных технологий с использованием следующих платформ и электронных ресурсов: группа ВКонтакте, <https://onlinetestpad.com> и других ресурсов, регламентированных локальными актами Учреждения.

Занятия могут проводиться в очном и дистанционном форматах.

Каждое занятие на 1-2 годах обучения включает в себя разминку-разогрев, партерный экзерсис, растяжку, координационно-танцевальные этюды, простые прыжки, основы вращения.

Каждая группа на 3-4 годах обучения имеет в течение недели одно занятие, включающее классический экзерсис; одно занятие, включающее модерн-экзерсис и занятие по развитию танцевальности, пластике или репетиционную работу.

Условия набора

Набор проводится в соответствии с правилами вступительных (приемных) испытаний, указанными в пояснительной записке к комплексной программе.

Его цель – выявление детей, наиболее способных к занятиям музыкально-эстрадным творчеством и выявление психологических и профессиональных противопоказаний.

Набор в коллектив проводится с учетом следующих требований по хореографии:

- физические данные (пропорциональное сложение, эластичность мышц);
- музыкальность;
- чувство ритма, умение слушать музыку, “живость” ног;
- пластическая выразительность.

Программа рассчитана и на ребят, пришедших позже (добор в группы), без какой-либо специальной подготовки, которые раньше не выбрали себе занятия по душе, а к этому возрасту обрели желание танцевать. Главным определяющим фактором является желание ребенка, от него зависит и степень освоения материала. Поскольку внутренний мир подростков в этом “критическом” возрасте насыщен целым рядом психологических проблем, то ребятам предоставляется уникальная возможность их преодоления через пластику, актерские этюды, движенческие игры, сценические танцы. Ребятам, которые раньше уже занимались танцами или имеют природные способности, предоставляется возможность получить новые знания, освоить новый сложный материал по современному танцу, изучить сценический репертуар и войти в концертные программы коллектива.

Условия формирования групп

Формируются разновозрастные группы.

Группа может делиться на подгруппы:

- мальчиков и девочек, в зависимости от педагогической задачи
- в зависимости от специфики концертного номера или спектакля формируются разновозрастные подгруппы
- кроме того, подгруппы формируются и по количеству участников, необходимых для конкретного номера

Количество обучающихся в группе

В соответствии с технологическим регламентом, наполняемость групп 1 года обучения- не менее 15 человек, 2 года обучения- не менее 12 человек, 3 и последующих лет обучения- не менее 10 человек.

Формы организации занятий

Занятия проводятся по группам или всем составом объединения. Используются как аудиторные, так и внеаудиторные, в том числе самостоятельные занятия.

Формы проведения занятий:

- учебное занятие

- открытое и контрольное занятия (для родителей и специалистов)
- выход на сцену (участие в концертах, программах, спектаклях)
- посещение спектаклей, концертов, мастер-классов
- летние и зимние творческие сборы в ЗЦ ДЮТ "Зеркальный"
- творческая мастерская
- театральный джем
- посещение и обсуждение спектаклей
- занятие-игра
- самостоятельная работа
- репетиция
- тренинг

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

- фронтальная: работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, рассказ, объяснение, обсуждение спектакля, показ, демонстрация и т.п.);
- групповая: организация работы (совместные действия, общение, взаимопомощь) в малых группах, дуэтах, трио, ансамблях при подготовке спектаклей;
- коллективная: организация проблемно-поискового или творческого взаимодействия между всеми учащимися одновременно (репетиция, постановочная работа, спектакль);
- индивидуальная: коррекция пробелов в знаниях, самостоятельная отработка отдельных навыков, работа с одаренными и талантливыми учащимися;
- самостоятельная: организуется для изучения и повторения учащимися, материалов по темам программы.

Материально-техническое оснащение:

- музыкальный центр
- фонограммы
- зеркала
- танцевальные станки.

**Учебный план
1 год обучения**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество педагогических часов			Формы контроля/аттестации
		теория	практика	всего	
1.	Вводное занятие	1		1	Наблюдение, опрос
2.	Основы хореографии	4	15	19	Контрольные вопросы по терминологии и правилам исполнения движений Показ позиций рук и ног Выполнение комбинаций
3.	Физические особенности тела и движения	4	14	18	Выполнение упражнений партерной гимнастики
4.	Основы танцевальности	4	14	18	Выполнение танцевальных комбинаций в простых рисунках танца
5.	Синтез вокальных и танцевальных навыков	1	4	5	Импровизация на заданное настроение Образно-пластические и ритмические игры
6.	Постановочно - репетиционная работа.		5	5	Показ вокально-танцевальной или танцевально-театральной композиции Выступление на сцене
7.	Театральный «джем»		4	4	Участие в творческой мастерской Самостоятельное авторское детское творчество
8.	Итоговое занятие		2	2	Выполнение заданных комбинаций
	Итого:	14	58	72	

**Учебный план
2 год обучения**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество педагогических часов			Формы контроля/аттестации
		теория	практика	всего	
1.	Вводное занятие	1		1	Наблюдение, опрос
2.	Основы хореографии	6	30	36	Контрольные вопросы по терминологии и правилам исполнения движений Показ позиций рук и ног Выполнение комбинаций

3.	Физические особенности тела и движения	6	30	36	Выполнение упражнений для различных групп мышц Выполнение стойки на руках, мостика
4.	Основы танцевальности	4	26	30	Выполнение танцевальных шагов по заданным рисункам Исполнение танцевальных комбинаций Образно-пластические игры
5.	Синтез вокальных и танцевальных навыков	2	8	10	Исполнение танцевальных этюдов в различных танцевальных стилях
6.	Репетиционная работа и концертная деятельность	2	14	16	Исполнение нового номера Выступление на сцене
7.	Театральный «джем»		11	11	Участие в творческой мастерской Самостоятельное авторское детское творчество
8.	Итоговое занятие		4	4	Выполнение заданных упражнений и комбинаций
	Итого:	21	123	144	

Третий год обучения (144 часа)

№ п/п	Название раздела, темы	Количество педагогических часов			Формы контроля/аттестации
		теория	практика	всего	
1.	Вводное занятие	1		1	Наблюдение Опрос
2.	Основы модерн-джаз танца	6	66	72	Выполнение простых прыжков на месте и с продвижением Самостоятельное сочинение и исполнение комбинации и этюда
3.	Танцевальные комбинации	2	20	22	Исполнение танцевальных комбинаций в различных темпоритмах Творческий показ
4.	Синтез вокальных и танцевальных навыков		12	12	Исполнение песни с танцевальными элементами Выступление на сцене
5.	Репетиционная работа и концертная		20	20	Исполнение 1 концертного номера Выступление на сцене

	деятельность				
6.	Театральный «джем»		13	13	Авторское детское творчество Творческий показ Подготовка номера с учащимся-наставником
7.	Итоговое занятие		4	4	Выполнение заданных комбинаций
	Итого:	9	135	144	

**Учебный план
3 год обучения (180 часов)**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество педагогических часов			Формы контроля/аттестации
		теория	практика	всего	
1.	Вводное занятие	1		1	Наблюдение Опрос
2.	Основы классической хореографии	6	30	36	Контрольные вопросы по терминологии и правилам исполнения движений Выполнение упражнений классического экзерсиса
3.	Основы модерн-джаз танца	6	66	72	Выполнение простых прыжков на месте и с продвижением Самостоятельное сочинение и исполнение комбинации и этюда
4.	Танцевальные комбинации	2	20	22	Исполнение танцевальных комбинаций в различных темпо-ритмах Творческий показ
5.	Синтез вокальных и танцевальных навыков		12	12	Исполнение песни с танцевальными элементами Выступление на сцене
6.	Репетиционная работа и концертная деятельность		20	20	Исполнение 2 концертных номеров Выступление на сцене
7.	Театральный «джем»		13	13	Авторское детское творчество Творческий показ Подготовка номера с учащимся-наставником
8.	Итоговое занятие		4	4	Выполнение заданных комбинаций
	Итого:	15	165	180	

**Учебный план
4 год обучения (144 часа)**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество педагогических часов			Формы контроля/аттестации
		теория	практика	всего	
1.	Вводное занятие	1		1	Наблюдение Опрос
2.	Основы модерн-джаз танца	6	76	82	Выполнение упражнений с различными вариантами положения рук, поворотами и вращениями головы Выполнение комбинационных шагов
3.	Синтез вокальных и танцевальных навыков	2	10	12	Исполнение номера на соединение танцевальной комбинации с вокальной партией Сочинение творческого зачина
4.	Репетиционная работа и концертная деятельность	4	28	32	Исполнение 1 концертного номера Участие в музыкальном спектакле Подготовка номера с учащимся-наставником
5.	Театральный «джем»		13	13	Авторское детское творчество Участие в творческих мастерских Подготовка номера с учащимся-наставником
6.	Итоговое занятие		4	4	Показ и выполнение заданных комбинаций
	Итого:	13	131	144	

**Учебный план
4 год обучения (180 часов)**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество педагогических часов			Формы контроля/аттестации
		теория	практика	всего	
1.	Вводное занятие	1		1	Наблюдение Опрос
2.	Основы классической хореографии	6	30	36	Выполнение упражнений классического экзерсиса на середине и у станка
3.	Основы модерн-	6	76	82	Выполнение упражнений с различными

	джаз танца				вариантами положения рук, поворотами и вращениями головы Выполнение комбинационных шагов
4.	Синтез вокальных и танцевальных навыков	2	10	12	Исполнение номера на соединение танцевальной комбинации с вокальной партией Сочинение творческого зачина
5.	Репетиционная работа и концертная деятельность	4	28	32	Исполнение 2 концертных номеров Участие в музыкальном спектакле Подготовка номера с учащимся-наставником
6.	Театральный «джем»		13	13	Авторское детское творчество Участие в творческих мастерских Подготовка номера с учащимся-наставником
7.	Итоговое занятие		4	4	Показ и выполнение заданных комбинаций
	Итого:	19	161	180	