

Государственное бюджетное учреждение
дополнительного образования
Дворец детского творчества Петроградского района

ПРИНЯТО

Педагогическим советом
ДДТ Петроградского района
Решение от 27.08.2026
Протокол № 1

УТВЕРЖДЕНО

Приказом № 159-ДОП от 27.08.2026



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«Основы сценической пластики»

Возраст учащихся – 6 -18 лет

Срок реализации – 3 года

Разработчик:
Балабушко Анна Александровна,
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Основы сценической пластики» разработана в соответствии с основными направлениями государственной политики и современными нормативными документами федерального и регионального уровня в сфере образования, Уставом и локальными актами образовательной организации.

Направленность программы: художественная

Выбор художественной направленности связан с удовлетворением индивидуальных потребностей учащихся. Программа создает условия для личностного развития, социализации и адаптации детей к современной жизни. Художественные приемы современного танца позволяют эмоционально раскрепостить обучающихся, снять подростковую зажатость, устранить психологический дискомфорт.

Адресат программы: Программа адресована мальчикам и девочкам 6-18 лет, увлеченным пластическим искусством. В группы принимаются все желающие без предварительной подготовки.

Актуальность

Для современных детей характерно увлечение миром электронных технологий, что влечет за собой малоподвижность, неконтактность, неумение общаться с ровесниками. Дети и подростки подчас не умеют общаться, выстраивать партнерские отношения, не способны брать ответственность за общий результат дела. Именно поэтому художественное творчество как возможность приобретения ключевых компетенций особенно востребовано в современном обществе.

Пластическое искусство позволяет решать комплексные задачи эстетического, музыкально-ритмического, физического, а также психического развития. Программа способствует развитию физических данных, координации, слуховой, зрительной, моторной(мышечной) памяти, музыкальности, артистичности, хороших манер.

Занятия по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Основы сценической пластики» помогают учащимся лучше воспринимать окружающую действительность, свободно и активно использовать свои знания и умения не только в учебном процессе, но и в повседневной жизни. Программа способствует развитию коммуникативных компетенций, трудолюбия, учит умению добиваться своей цели, работать в команде, формирует эмоциональную культуру общения.

Одним из главных воспитательных средств является выступление перед зрителем, – в этот момент обучающийся переживает успех, что приносит ему моральное удовлетворение и радость. Концерты, участие в конкурсах и фестивалях создают условия для реализации творческого потенциала, воспитывают чувство ответственности, дружбы, партнерства, сопереживания.

Отличительные особенности

Программа «Основы сценической пластики» универсальна, рассчитана на обучающихся, связанных с театральными проектами, музыкальным театром, сценическим: эстрадным, академическим и джазовым вокалом. Программа привлекает детей, желающих повысить свое мастерство и овладеть пластической выразительностью. Владение основами сценической пластики обогащает исполнителя, помогает ему в создании полноценного сценического образа.

Отличительной особенностью данной программы является предоставление учащимся свободы самовыражения, понимания своих возможностей и своего потенциала, ощущения себя в сценическом пространстве. Все эти задачи решаются путем создания хореографических миниатюр, которые являются частью сценического или театрального действия. Каждая такая

миниатюра имеет законченную пластическо-вокальную-драматическую форму, что дает возможность создать из этой миниатюры отдельный номер, – как бы произведение за рамками спектакля.

Создание хореографических миниатюр, характерное для данной программы, является педагогическим средством при обучении детей искусству хореографии, а также сценографии, заставляет работать воображение исполнителя, развивает его творческие способности как будущего хореографа, актера и режиссера-постановщика. При работе над пластической миниатюрой обучающиеся познают на практике содержание понятий «образ», «характер», «действие», «перевоплощение».

Уровень освоения – **базовый**.

Объем и срок реализации программы 648 часов, 3 года обучения.

первый год обучения – 216 часов

второй год обучения – 216 часов

третий год обучения – 216 часов.

Цель и задачи программы:

Цель: раскрытие и развитие природных задатков и творческого потенциала обучающихся посредством обучения сценической пластике.

Задачи

Обучающие:

- познакомить с теоретическими основами сценической пластики;
- способствовать развитию физических данных: координации, музыкальности, слуховой и зрительной-моторной памяти;
- формировать представление о понятиях: выворотность, гибкость, устойчивость, растяжка, позиции ног и рук, постановка корпуса, экзерсис классического танца;
- познакомить со специальной терминологией;
- формировать у обучающихся умение использовать в импровизации разнообразные движения, точно передавая драматический образ;
- формировать музыкально-ритмические навыки;
- формировать навык артистизма.

Развивающие:

- развивать коммуникативные качества, умение договариваться о распределении ролей;
- развивать умение воспринимать информацию, слушать и слышать педагога и друг друга;
- формировать навыки выступления перед аудиторией.

Воспитательные:

- воспитывать интерес к занятиям в объединении;
- воспитывать познавательную активность, желание узнавать новое;
- воспитывать такие личностные качества как терпение и выдержка.

Воспитательный компонент ДОП реализуется через учебное занятие, которое является частью всего образовательного процесса в учреждении. Составители программы рассматривают занятие как лабораторию, где происходит развитие личности ребенка, его социализация, где ребенок и педагог выступают равноправными субъектами образовательного процесса.

Воспитательный потенциал занятия предполагает создание условий для развития познавательной активности учащихся, их творческой самореализации. С этой целью на занятиях в рамках данной программы предполагается:

- демонстрация детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности;
- применение интерактивных форм работы, которые дают учащимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога, командной работы и взаимодействия с другими детьми;
- включение в занятие игровых технологий, которые помогают поддерживать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в объединении, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время занятия;
- включение в образовательный процесс технологий самодиагностики, рефлексии, позволяющих ребенку освоить навык выражения личностного отношения к различным явлениям и событиям.

Данной программой предусмотрена организация и проведение мероприятий в рамках реализации Плана воспитательной работы с учащимися, проходящими обучение по данной программе, и участие в мероприятиях учреждения.

Планируемые результаты.

Личностные:

- воспитают в себе интерес к занятиям в объединении;
- воспитают познавательную активность, желание узнавать новое;
- воспитают такие личностные качества как терпение и выдержка.

Метапредметные:

- разовьют коммуникативные качества, умение договариваться о распределении ролей;
- разовьют умение воспринимать информацию, слушать и слышать педагога и друг друга;
- сформируют навыки выступления перед аудиторией.

Предметные:

- познакомятся с теоретическими основами сценической пластики;
- разовьют физические данные: координации, музыкальности, слуховой и зрительной-моторной памяти;
- сформируют представление о понятиях: выворотность, гибкость, устойчивость, растяжка, позиции ног и рук, постановка корпуса, экзерсис классического танца;
- познакомятся со специальной терминологией;
- сформируют умение точно передавая образ;
- сформируют музыкально-ритмические навыки;
- сформируют и разовьют навык артистизма.

Организационно-педагогические условия реализации программы.

Язык реализации программы

Образовательная деятельность по ДОП «Свободный полёт» осуществляется на русском языке.

Форма обучения

Обучение по ДОП «Основы сценической пластики» осуществляется в очной форме.

Особенности реализации программы

Ряд тем ДОП «Основы сценической пластики» возможно реализовать с помощью элементов электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

В каникулярное время учащиеся занимаются в обычном режиме, но появляется возможность проводить коллективные посещения театров, музеев, других культурных объектов города. В каникулы также проводятся совместные мероприятия с родителями, творческие поездки, участие в различных конкурсах и фестивалях.

Особенности организации образовательного процесса

На начальном этапе организации образовательного процесса учитываются следующие факторы: физические возможности обучающегося, способность творчески мыслить, коммуникативные навыки, готовность к освоению материала. Необходимые теоретические знания и профессиональные навыки учащийся приобретает по мере возрастания сложности поставленной задачи.

При освоении программы основополагающими принципами являются личностно-ориентированный подход, принцип креативности; принцип сотрудничества детей и педагога; при построении занятия учитывается степень психофизического развития обучающихся, общий уровень хореографической подготовки группы в целом. Задача должна быть по силам учащимся, иначе у детей быстро снижается интерес к занятиям. Физическая нагрузка учитывается и рационально дозируется, чтобы избежать перенапряжения. При проведении занятий учитываются возрастные особенности учащихся, в целях избегания монотонности чередуются различные по характеру движения, периодически включаются развивающие игры, творческие задания, импровизация.

Условия набора в коллектив

В группу принимаются все желающие мальчики и девочки в возрасте 6-18 лет, проявляющие интерес к современному танцу по заявлению родителей (законных представителей).

Условия формирования групп

Принцип формирования групп разновозрастной. Возможен дополнительный набор учащихся в группу второго и последующих годов обучения по результатам собеседования.

Количество обучающихся в группе:

- Списочный состав групп формируется по норме наполняемости:
- Наполняемость групп первого года обучения — не менее 15 человек.
- Наполняемость групп второго года обучения — не менее 12 человек.
- Наполняемость групп 3 и 4 года обучения — не менее 10 человек.

Формы организации занятий

Программой предусмотрены аудиторские занятия, которые проводятся по группам.

Формы проведения занятий

Основная форма организации деятельности обучающихся по программе – учебное занятие. Используются также такие формы проведения занятий как мастер-класс, концерт, показ.

Формы организации деятельности учащихся на занятии

В рамках ДОП «Основы сценической пластики» используются следующие формы организации деятельности обучающихся:

- *фронтальная*: работа педагога со всеми учащимися (беседа, показ, объяснение);
- *групповая* (организация работы в малых группах): для успешного освоения программы на период изучения базовых движений;
- *индивидуальная* (разъяснение, отработка отдельного движения).

Материально – техническое оснащение

Для занятий по ДОП «Основы сценической пластики» необходимо:

- специальные, хорошо проветриваемые помещения с гладким полом;
- хореографический станок: для детей 65-70 см;
- наличие зеркал;
- наличие света;
- наличие музыкальных инструментов: пианино;
- магнитофон, видеоаппаратура.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

1 год обучения

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие	2	2	-	Беседа Педагогическое наблюдение Устный опрос Практическое задание
2.	Музыкально-ритмическая пластика	26	8	18	Педагогическое наблюдение Практическое задание
3.	Основы классического танца	48	18	30	Педагогическое наблюдение Практическое задание
4.	Импровизация	20	8	12	Педагогическое наблюдение Практическое задание
5.	Танцевальные комбинации	36	14	22	Педагогическое наблюдение Контрольное задание
6.	Акробатические элементы	28	10	8	Педагогическое наблюдение Практическое задание
7.	Постановочные концертные номера	54	18	36	Практическое задание
8.	Итоговое занятие	2		2	Творческий показ
	Итого	216	78	138	

**Учебный план
2 год обучения**

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов			Форма контроля
		Всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие	2	2	-	Беседа Устный опрос
2.	Музыкально-ритмическая пластика	20	6	14	Педагогическое наблюдение Практическое задание
3.	Основы классического танца	34	12	22	Педагогическое наблюдение Практическое задание
4.	Эстрадный танец	36	12	24	Педагогическое наблюдение Практическое задание
5.	Импровизация	20	8	12	Устный опрос Практическое задание
6.	Танцевальные комбинации	26	8	18	Педагогическое наблюдение Практическое задание
7.	Акробатические элементы	18	6	12	Педагогическое наблюдение Устный опрос Практическое задание
8.	Постановочные концертные номера	58	18	40	Педагогическое наблюдение Практическое задание
9.	Контрольный и итоговые занятия	2		2	Творческий показ.
	Итого	216	72	144	

**Учебный план
3 год обучения**

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов			Форма контроля\аттестации
		всего	теория	практик а	
1.	Вводное занятие	2	2	-	Беседа Устный опрос
2.	Музыкально-ритмическая пластика	20	6	14	Педагогическое наблюдение Практическое задание
3.	Основы классического танца	34	12	22	Педагогическое наблюдение Практическое задание
4.	Эстрадный танец	36	12	24	Педагогическое наблюдение Практическое задание
5.	Импровизация	20	8	12	Педагогическое наблюдение Практическое задание
6.	Танцевальные комбинации	26	8	18	Педагогическое наблюдение Контрольное задание
7.	Акробатические элементы	18	6	12	Практическое задание
8.	Постановочные концертные номера	60	20	40	Педагогическое наблюдение Практическое задание
9.	Контрольный и итоговые занятия	2		2	Творческий показ
	Итого	216	72	144	

Государственное бюджетное учреждение
дополнительного образования
Дворец детского творчества Петроградского района Санкт–Петербурга

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
к дополнительной общеразвивающей программе
«Основы сценической пластики»

1 год обучения

Разработчик:
Балабушко Анна Александровна,
педагог дополнительного образования

Задачи:**Обучающие:**

- познакомить с теоретическими основами сценической пластики;
- способствовать развитию физических данных: координации, музыкальности, слуховой-зрительной-моторной памяти, артистичности;
- сформировать представление о понятиях: выворотность, гибкость, устойчивость, растяжка, позиции ног и рук, постановка корпуса, экзерсис классического танца;
- познакомить с музыкальной грамотой;
- познакомить с хореографической терминологией.

Развивающие:

- развивать коммуникативные качества, умение договариваться о распределении ролей;
- развивать умение воспринимать информацию, слушать и слышать педагога и друг друга;
- формировать навыки выступления перед аудиторией.

Воспитательные:

- воспитывать интерес к занятиям в объединении;
- воспитывать познавательную активность, желание узнавать новое;
- воспитывать такие личностные качества как терпение и выдержка.

Планируемые результаты.***Личностные:***

- воспитают в себе интерес к занятиям в объединении;
- воспитают познавательную активность, желание узнавать новое;
- воспитают такие личностные качества как терпение и выдержка.

Метапредметные:

- разовьют коммуникативные качества, умение договариваться о распределении ролей;
- разовьют умение воспринимать информацию, слушать и слышать педагога и друг друга;
- сформируют навыки выступления перед аудиторией.

Предметные:

- познакомятся с теоретическими основами сценической пластики;
- разовьют физические данные: координации, музыкальности, слуховой и зрительной-моторной памяти;
- сформируют представление о понятиях: выворотность, гибкость, устойчивость, растяжка, позиции ног и рук, постановка корпуса, экзерсис классического танца;
- познакомятся со специальной терминологией;
- сформируют умение точно передавая образ;
- сформируют музыкально-ритмические навыки;
- сформируют и разовьют навык артистизма.

Содержание программы 1 года обучения**1. Вводное занятие**

Теория: Инструктаж по технике безопасности. Обзор программы: цели и задачи обучения, основные темы занятий. Организационные моменты: расписание занятий: день, время, номер кабинета; нормы гигиены, внешний вид: требования к репетиционной одежде, танцевальной обуви, причёске. Правила поведения в репетиционном зале, за кулисами, на сцене.

Значение сценической пластики в искусстве вокала. Особенности применения сценической пластики в вокальном ансамбле. Взаимосвязь музыки и движений.

Практика: Знакомство с учащимися в игровой форме. Игры на общение. Ритмические движения под музыку: марш, бег, прыжки. Устный опрос.

2. Музыкально-ритмическая пластика:

Теория: Ритмичность. Ритм, как организующее начало в музыке. Пластика и выразительность движений в тесной взаимосвязи с музыкой. Важность координации слуховых и мышечных ощущений. Ходьба, бег, подскоки, галоп. Размеры 2/4, 3/4. Средства музыкальной выразительности. Динамические оттенки. Характер музыки. Темп.

Практика: Навыки основных движений. Музыкально-ритмические упражнения. Слушание музыки. Упражнения на формирование музыкальной памяти. Упражнения на определение музыкального размера. Упражнения на координацию. Выполнение ходьбы, бега, галопа в разных музыкальных размерах. Упражнения на движение в разном темпе.

3. Основы классического танца:

Теория: Классическая хореография. Значение основ классического танца для актерского мастерства. Классический танец как основа сценической пластики. Осанка. Баланс. Позиции рук, ног, корпуса. Базовые движения классического танца у палки, на середине, методика исполнения.

Практика: Упражнения у палки и на середине: preparation, demi-plie, grand plie, battement tendu, releve. Port de bras. Основы классического экзерсиса. Rond de jambe par terre в раскладке en dehors, en dedans. Экзерсис у станка, экзерсис на середине зала, Allegro

4.Импровизация:

Теория: Импровизация как форма сценической деятельности. Значение развития воображения в искусстве сценической пластики. Уровни физической импровизации. Пластическая импровизация. Воплощение в пластику вымышленного образа.

Практика: Упражнения на пластическую импровизацию. Импровизация на заданную тему: «зеркало», «воплощение стихий»; пластическое воплощение различных эмоциональных состояний: грусть, радость, отчаяние, скорбь, любовь, счастье. Тренинг на знакомство, на доверие, на сплоченность группы. Упражнения для развития пластики и подвижности разных частей тела: кистей, корпуса, головы, ног, рук. Пластические этюды на заданный ритм. Игра «Двигайся-замри».

5.Танцевальные комбинации:

Теория: Сложный счет в танце. Синкопа. Затакт. Темпы: быстрый, медленный. Сложные рисунки танца. Изменение направлений движения. Музыкальные ритмы: адажио, аллегро. Полька. Марш. Вальс. Идея в танцевальной композиции. Образ в танцевальной композиции. Способы создания образа. Выразительность. Индивидуальность в танце.

Практика: Прослушивание музыкального материала. Определение на слух музыкального размера. Нахождение затакта, синкоп. Отработка паузы (быстрый, медленный темп), элементы импровизации под музыку. Выполнение развернутых комбинаций с перемещением в пространстве, с использованием различных способов вращения и прыжков. Тренинги на построение танцевальных фигур. Проучивание и отработка движений для номера индивидуально и по группам. Соединение движений в единую композицию при помощи игры «Конструктор движений». Работа над выразительностью исполнения через импровизацию по теме хореографической постановки.

6. Акробатические элементы

Теория: Значение акробатики и гимнастики в современной театральной постановке. Авторская методика Бориса Князева. Значение и место партерной гимнастики в курсе сценической пластики. Правила безопасности при выполнении гимнастических и акробатических элементов.

Практика: Партерная гимнастика. Гимнастика по методике Бориса Князева. Выполнение акробатических упражнений и элементов: «Ласточка», «Колесо» на одной и двух руках, стойка на руках у стены, «мостик», «перекат».

7. Постановочные концертные номера:

Теория: Знакомство с образом постановки, история создания. Смысловые и эмоциональные пластические акценты. Драматургия номера. Жанр и стиль. Ключевые элементы пластического решения. Работа с пространством. Логика движений. Пластика и эмоции. Взаимодействие с реквизитом. Работа с физическими действиями. Импровизация. Важность проработки образа, фиксации ключевых движений. Непрерывность движения

Практика: Тренинг на расстановку пластических смысловых акцентов. Работа над драматургией номера: завязка, развитие действия, кульминация, развязка. Размещение на сценической площадке. Работа с реквизитом. Проработка образа, ключевых движений. Тренинг на непрерывность движения. Упражнения на импровизацию.

8.Итоговое занятие

Творческий показ. Обсуждение. Анализ качества исполнения.

Государственное бюджетное учреждение
дополнительного образования
Дворец детского творчества Петроградского района Санкт–Петербурга

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
к дополнительной общеразвивающей программе
«Основы сценической пластики»

2 год обучения

Разработчик:
Балабушко Анна Александровна,
педагог дополнительного образования

Задачи

Обучающие:

- познакомить с теоретическими основами сценической пластики;
- способствовать развитию физических данных: координации, музыкальности, слуховой-зрительной-моторной памяти, артистичности;
- сформировать представление о понятиях: выворотность, гибкость, устойчивость, растяжка, позиции ног и рук, постановка корпуса, экзерсис классического танца;
- познакомить с музыкальной грамотой;
- познакомить с хореографической терминологией.

Развивающие:

- развивать коммуникативные качества, умение договариваться о распределении ролей;
- развивать умение воспринимать информацию, слушать и слышать педагога и друг друга;
- формировать навыки выступления перед аудиторией.

Воспитательные:

- воспитывать интерес к занятиям в объединении;
- воспитывать познавательную активность, желание узнавать новое;
- воспитывать такие личностные качества как терпение и выдержка.

Планируемые результаты.

Личностные:

- воспитают в себе интерес к занятиям в объединении;
- воспитают познавательную активность, желание узнавать новое;
- воспитают такие личностные качества как терпение и выдержка.

Метапредметные:

- разовьют коммуникативные качества, умение договариваться о распределении ролей;
- разовьют умение воспринимать информацию, слушать и слышать педагога и друг друга;
- сформируют навыки выступления перед аудиторией.

Предметные:

- познакомятся с теоретическими основами сценической пластики;
- разовьют физические данные: координации, музыкальности, слуховой и зрительной-моторной памяти;
- сформируют представление о понятиях: выворотность, гибкость, устойчивость, растяжка, позиции ног и рук, постановка корпуса, экзерсис классического танца;
- познакомятся со специальной терминологией;
- сформируют умение точно передавая образ;
- сформируют музыкально-ритмические навыки;
- сформируют и разовьют навык артистизма.

Содержание программы 2 года обучения.

1. Вводное занятие

Теория: Инструктаж по технике безопасности. Обзор программы: цели и задачи обучения, основные темы занятий. Организационные моменты: расписание занятий: день, время, номер кабинета; нормы гигиены, внешний вид: требования к репетиционной одежде, танцевальной обуви, причёске. Правила поведения в репетиционном зале, за кулисами, на сцене. Особенности применения сценической пластики в вокальном ансамбле. Взаимосвязь музыки и движений.

Практика: Устный опрос. Игры на общение. Упражнение на раскрепощение.

2. Музыкально-ритмическая пластика:

Теория: Ритм, как организующее начало в музыке. Пластика и выразительность движений в тесной взаимосвязи с музыкой. Важность координации слуховых и мышечных ощущений. Ходьба, бег, подскоки, галоп. Средства музыкальной выразительности. Динамические оттенки. Характер музыки. Темп.

Практика: Музыкально-ритмические упражнения. Слушание музыки. Упражнения на определение музыкального размера. Упражнения на формирование музыкальной памяти. Упражнения на координацию. Ходьба, бег, галоп в разных музыкальных рисунках. Упражнения на движение в разном темпе, в разном характере.

3. Основы классического танца:

Теория: Классический танец - основа сценической пластики. Осанка. Баланс. Базовые движения классического танца на середине: preparation, demi-plie, grand plie, battement tendu, releve. Port de bras.

Практика: Упражнения на середине: preparation, demi-plie, grand plie, battement tendu, releve. Port de bras. Rond de jambe par terre в раскладке en dehors, en dedans. Экзерсис на середине зала, Allegro.

4. Эстрадный танец:

Теория: Техники эстрадного танца. Техники, направленные на развитие ритмических и координационных возможностей. Ритмическая структура эстрадного танца. Позиции рук, ног в эстрадном танце. Понятия: Кросс. Изоляции. Диагональ. Шаги, прыжки, вращения. Работа отдельных частей тела. Мышечные зажимы и способы расслабления.

Практика: Слушание музыкальных композиций. Продвижение по залу. Изучение комбинаций с продвижением по залу. Определение учебной диагонали. Практическое задание по техникам исполнения шагов, прыжков и вращений. Исполнение шагов и прыжков по диагонали. Выполнение простейших комбинаций на усложнение ритмической структуры и координации в пространстве. Упражнения для развития отдельных частей тела. Освобождение от мышечных зажимов, упражнения на расслабление. Исполнение изученных элементов с усложнением (ритм, соединение в комбинации).

5. Импровизация:

Теория: Импровизация и художественная фантазия. Значение пластического воплощения вымышленного образа. Значение жеста, мимики. Воплощение художественного образа с помощью воображения и построения различных бытовых и жизненных коллизий.

Практика: Упражнения на пластическую импровизацию. Импровизация на заданную жизненную ситуацию; пластические этюды на заданный ритм, пластическое воплощение различных эмоциональных состояний: грусть, радость, отчаяние, скорбь, любовь, счастье. Упражнения на пластику разных частей тела: кистей, корпуса, головы, ног, рук.

6. Танцевальные комбинации:

Теория: ритмически сложные и синкопированные движения. Пластическая логика как основное условие соединения двигательного, танцевального и музыкального материала в вокальной постановке; органическое единство пластических и танцевальных комбинаций.

Практика: соединение движений в пластические и танцевальные композиции; разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах. Стилизация пластической композиции в соответствии с идеей вокального номера.

7. Акробатические элементы

Теория: Значение акробатики и гимнастики в современной театральной постановке. Авторская методика Бориса Князева. Значение и место партерной гимнастики в курсе сценической пластики. Правила безопасности при выполнении гимнастических и акробатических элементов.

Практика:

Партерная гимнастика. Гимнастика по методике Бориса Князева. Выполнение акробатических упражнений и элементов: «перевороты» вперёд и назад, «вертолет», «ласточка», «свечка», «колесо» на одной и двух руках, стойка на руках у стены, «мостик», «перекат».

8. Постановочные концертные номера:

Теория: Знакомство с образом постановки, история создания. Смысловые и эмоциональные пластические акценты. Драматургия номера. Жанр и стиль. Ключевые элементы пластического решения. Работа с пространством. Логика движений. Пластика и эмоции. Взаимодействие с реквизитом. Работа с физическими действиями. Импровизация. Важность проработки образа, фиксации ключевых движений. Непрерывность движения

Практика: Тренинг на расстановку пластических смысловых акцентов. Работа над драматургией номера: завязка, развитие действия, кульминация, развязка. Размещение на сценической площадке. Работа с реквизитом. Проработка образа, ключевых движений. Тренинг на непрерывность движения. Упражнения на импровизацию.

9. Итоговое занятие

Творческий показ. Обсуждение. Анализ качества исполнения.

Государственное бюджетное учреждение
дополнительного образования
Дворец детского творчества Петроградского района Санкт–Петербурга

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
к дополнительной общеразвивающей программе
«Основы сценической пластики»

3 год обучения

Разработчик:
Балабушко Анна Александровна,
педагог дополнительного образования

Задачи

Обучающие:

- познакомить с теоретическими основами сценической пластики;
- способствовать развитию физических данных: координации, музыкальности, слуховой-зрительной-моторной памяти, артистичности;
- сформировать представление о понятиях: выворотность, гибкость, устойчивость, растяжка, позиции ног и рук, постановка корпуса, экзерсис классического танца;
- познакомить с музыкальной грамотой;
- познакомить с хореографической терминологией.

Развивающие:

- развивать коммуникативные качества, умение договариваться о распределении ролей;
- развивать умение воспринимать информацию, слушать и слышать педагога и друг друга;
- формировать навыки выступления перед аудиторией.

Воспитательные:

- воспитывать интерес к занятиям в объединении;
- воспитывать познавательную активность, желание узнавать новое;
- воспитывать такие личностные качества как терпение и выдержка.

Планируемые результаты.

Личностные:

- воспитают в себе интерес к занятиям в объединении;
- воспитают познавательную активность, желание узнавать новое;
- воспитают такие личностные качества как терпение и выдержка.

Метапредметные:

- разовьют коммуникативные качества, умение договариваться о распределении ролей;
- разовьют умение воспринимать информацию, слушать и слышать педагога и друг друга;
- сформируют навыки выступления перед аудиторией.

Предметные:

- познакомятся с теоретическими основами сценической пластики;
- разовьют физические данные: координации, музыкальности, слуховой и зрительной-моторной памяти;
- сформируют представление о понятиях: выворотность, гибкость, устойчивость, растяжка, позиции ног и рук, постановка корпуса, экзерсис классического танца;
- познакомятся со специальной терминологией;
- сформируют умение точно передавая образ;
- сформируют музыкально-ритмические навыки;
- сформируют и разовьют навык артистизма.

Содержание программы 3 года обучения.

1. Вводное занятие

Теория: Инструктаж по технике безопасности. Обзор программы: цели и задачи обучения, основные темы занятий. Организационные моменты: расписание занятий: день, время, номер кабинета; нормы гигиены, внешний вид: требования к репетиционной одежде, танцевальной обуви, причёске. Правила поведения в репетиционном зале, за кулисами, на сцене. Особенности применения сценической пластики в вокальном ансамбле. Взаимосвязь музыки и движений.

Практика: Игры на общение. Упражнения на координацию.

2. Музыкально-ритмическая пластика:

Теория: ритмически сложные и синкопированные движения. Пластическая логика как основное условие соединения двигательного, танцевального и музыкального материала в вокальном номере; органическое единство пластического и вокального содержания.

Практика: соединение вокала и движения в единые вокально-пластические композиции; разводка рисунков, переходов, образов. Стилизация пластической композиции в соответствии с идеей вокального номера.

3. Основы классического танца:

Теория: Техника исполнения усложненных движений классического танца.

Практика: Разучивание движения и отработка техники исполнения: «Demi plié по 4 позиции», «Grand plié по 4 позиции», «Battement tendu, battement tendu jete вперед, в сторону и назад из 5 позиции», «Battement tendu pour le pied по 2 позиции».

4. Эстрадный танец:

Теория: Усложнение координации движений корпуса, рук и ног в эстрадном танце. Соединение амплитуды и инерции в быстром ритме. Контракция, ротация, кроссы, Body roll - Roll up, Roll down, техника «Swing», «Волна».

Практика: Движения, исполняемые с продвижением по залу: шаги, прыжки, вращения. Выполнение усложненных комбинаций за счет более быстрого ритма. Танцевальные комбинации на применение полученных знаний по эстрадному танцу. Упражнения на применение техник эстрадного танца с использованием различных частей тела. Упражнения арч, боди, ролл, контракшн. Упражнения на расслабление корпуса. Спиральные и скручивающие движения. Танцевальные комбинации на закрепление амплитуды и инерции в быстром ритме

5. Импровизация:

Теория: Импровизация в применении к конкретному вокальному материалу. Значение пластического воплощения сценического образа. Воплощение конкретного художественного образа с помощью пластики. Партнерское взаимодействие. Контактная импровизация.

Практика: Упражнения на пластическую импровизацию. Импровизация на заданный образ; пластические этюды на заданный ритм, пластическое воплощение различных эмоциональных состояний. Упражнения на взаимодействие в паре, тренинги контактной импровизации.

6. Танцевальные комбинации:

Теория: Соединения двигательного, танцевального и музыкального материала в вокальной постановке; органическое единство пластических и танцевальных комбинаций.

Практика: соединение движений в пластические и вокальные композиции; разводка танцевальных комбинаций в рисунках, переходах, образах. Стилизация пластической композиции в соответствии с идеей вокального номера.

7. Акробатические элементы

Теория: Авторская методика Бориса Князева. Правила безопасности при выполнении гимнастических и акробатических элементов.

Практика: Партерная гимнастика. Гимнастика по методике Бориса Князева. Выполнение акробатических упражнений и элементов: «перевороты» вперед и назад, «вертолет», «ласточка», «свечка», «колесо» на одной и двух руках, стойка на руках у стены, «мостик», «перекат».

8. Постановочные концертные номера:

Теория: Знакомство с образом постановки, история создания. Смысловые и эмоциональные пластические акценты. Драматургия номера. Жанр и стиль. Ключевые элементы пластического решения. Работа с пространством. Логика движений. Пластика и эмоции. Взаимодействие с реквизитом. Работа с физическими действиями. Импровизация. Важность проработки образа, фиксации ключевых движений. Непрерывность движения

Практика: Тренинг на расстановку пластических смысловых акцентов. Работа над драматургией номера: завязка, развитие действия, кульминация, развязка. Размещение на сценической площадке. Работа с реквизитом. Проработка образа, ключевых движений. Тренинг на непрерывность движения. Упражнения на импровизацию.

9.Итоговое занятие

Творческий показ. Обсуждение. Анализ качества исполнения.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Для успешного освоения учащимися содержания ДОП «Основы сценической пластики» используются различные формы занятий, методы и приемы обучения, учитывающие возрастные особенности обучающихся.

I. Методы, в основе которых лежит способ организации занятий

- Словесный (устное изложение принципов, правил, сведений).
- Наглядный (практический показ, просмотр видео, наблюдения за действиями педагога).
- Практический (выполнение танцевальных упражнений, тренинг).

II. Методы, в основе которых лежит уровень деятельности обучающихся

- Объяснительно-иллюстрационный (обучающиеся воспринимают и усваивают готовую информацию).
- Репродуктивный (обучающиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности).
- Частично-поисковый – участие в коллективном поиске, разработке пластических композиций (танцевальная лаборатория), решение поставленной задачи вместе с педагогом).
- Исследовательский (самостоятельное создание двигательных образов).

III. Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности учащихся

- Фронтальный (одновременно со всеми учащимися).
- Индивидуальный (индивидуальное решение проблемы).
- Групповой (организация работы по малым группам от 2 до 5 человек).

Изложенные методы осуществляются на практике с помощью приемов:

- устного изложения,
- беседы,
- игры,
- практического показа,
- показа выполнения упражнений,
- анализа качества их исполнения (рефлексия).

В ходе освоения ДОП «Основы сценической пластики» активно используются следующие педагогические технологии:

Игровые технологии

Пластическая импровизация сама по себе есть осознанная контролируемая игра, игровая пластическая постановка воспринимается учащимися как своеобразный игровой процесс.

Технология коллективной деятельности

Главный принцип ДОП «Основы сценической пластики» – организация совместных

равнонаправленных действий через взаимопонимание и коллективное сотрудничество при постановке танцевальных композиций.

Метод проблемного обучения

Метод предполагает постановку задач, требующих креативного подхода, а также проявления критического мышления со стороны учащихся. Например, учащимся предлагается продумать различные варианты образа, придумать сам образ, выразить его в пластике и представить на творческое обсуждение. (Пластическая лаборатория). Критическое мышление позволяет обучающимся выявить наиболее эффективные пути достижения поставленной задачи, передать знания друг другу, увидеть влияние этих знаний для решения проблемы.

Здоровьесберегающие технологии

Организация занятий по ДОП «Основы сценической пластики» происходит с учетом освоения обучающимися основ анатомии, физиологии и биомеханики, профилактики физического и психического переутомления, обязательно предусматриваются динамические паузы, регулярная смена видов деятельности, чередование интенсивности в обучении и релаксации, что создает полноценные условия для сохранения здоровья детей. Регулярные занятия основами современного танца положительно влияют на здоровье обучающихся. Программой предусмотрена учебная деятельность, в ходе которой происходит формирование осмысленного отношения к своему телу, установка на ведение здорового образа жизни. Знания и навыки, полученные обучающимися воплощаются в авторские творческие продукты – пособия, включающие в себя комплексы физических упражнений по укреплению опорно-двигательного аппарата.

Дидактические средства к ДОП «Основы сценической пластики»

Дидактические средства

Иллюстративные материалы:

1. Таблицы, карточки для разбора позиций.
2. Фото и видеоматериалы о ведущих коллективах и исполнителях современной хореографии.

Демонстрационные материалы:

1. Карты-схемы сценических линий.
2. Схемы для исполнения формэйшн.

Раздаточные материалы:

1. Карточки с обозначением основных терминов.
2. Карточки по порядку тренинговых упражнений.

Учебно-методические пособия

1. Рабочая тетрадь по анатомии и биомеханике в танце

Справочные и методические материалы:

1. Словарь терминов (Приложение 5)
2. Список изучаемых движений (Приложение 6)
3. Базовые комплексы упражнений для здоровой спины и для опорно-двигательного аппарата (Приложение 7)

Электронные образовательные ресурсы:

1. Компьютерная презентация по теме «Анатомия движения».

2. Компьютерная презентация «Здоровая спина».
3. Компьютерная презентация «Анатомия и биомеханика тазобедренных суставов, коленей и стопы».

Демонстрационные материалы:

1. Таблица «Точки зала»
2. Таблица «План сцены»
3. Альбом «Балетные костюмы»
4. Альбом «Позиции ног и рук в классическом танце»
5. Альбом «Основные движения классического танца в рисунках»
6. Брошюра - подсказка «Рисунки танца»

Тематические папки:

1. Тематическая папка «История классического танца»
2. Тематическая папка «Балетные костюмы»
3. Тематическая папка «Профессиональные хореографические коллективы»
4. Тематическая папка «Звезды мирового балета»
5. Папка «акробатические элементы»
6. Подборка наглядных пособий работы биомеханики человеческого тела при выполнении хореографических движений

Видеоматериалы:

1. «Мир Балета», фильм;
2. Рудольф Нуриев «Валентино», «Дон Ки Хот», «Ромео и Джульетта»;
3. Ансамбль танца Игоря Моисеева;
4. Современная хореография: «Я танцор»
5. «Вечер Роял Балета»
6. Mats Ek «Appartment»
7. Jiri Kylian «Симфония псалмов», «Темные искушения», «Car Men»;
8. Пина Бауш «Плач Королевы»;
9. «Trocadero»;
10. Maurice Béjart «Шёлковый путь»;
11. О. Глушков «История одной пары»
12. Видеозаписи выступлений

Подборка психолого-педагогических игр на знакомство, которые можно использовать на вводных занятиях:

- «Здравствуйте!»;
- «Летал воробей, собирал всех друзей».
- «Снежный ком»
- «Одеяло»

Список литературы для педагога

1. Выготский Л. С. Вопросы детской психологии. – Москва: издательство Юрайт, 2023. - 160 с.
2. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец. Методика преподавания. – Москва : издательство «ГИТИС», 2000. - 440 с.
3. Котельникова Е.Г. Биомеханика хореографических упражнений: учебное пособие. – Москва: издательство Импресарио, 2020. – 104 с.

Список литературы для обучающихся и родителей

1. Барышникова Т. Азбука хореографии / Т. Барышникова - Москва: издательство Айрис Рольф - 1999. – 272 с.
2. Бекина, С.И. Музыка и движения / Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е. Н, - Москва: Просвещения, 1984. –288 с.
3. Майкапар С.М. Музыкальный слух, его значение, природа и особенности и метод правильного развития / С.М. Майкапар. [Б.м.: б.и.], 2018. – 256 с.

Интернет-источники

1. Фишки-нет / информационный сайт. – [Б.м.] – URL: <https://fishki.net/1587811-16-russkih-narodnyh-tancev.html>
2. Nsportal.ru /Образовательная социальная сеть. – [Б.м.] – URL: <https://nsportal.ru/shkola/raznoe/library/2020/03/02/russkiy-narodnyy-tanets-sredstvo-duhovno-nravstvennogo-i>
3. Сайт для хореографов и танцоров / информационный сайт. – [Б.м.] – URL: www.horeograf.com
4. Методические и дидактические разработки по хореографии / информационный сайт. – [Б.м.] – URL: – <http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html>
5. Национальная Академия Современной хореографии / информационный сайт. – [Б.м.] – URL: –16. <http://sov-dance.ru/>

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Важным элементом данной программы является отслеживание результатов. Способы и методы определения результативности образовательного и воспитательного процесса разнообразны и направлены на определение степени развития творческих способностей каждого ребенка, формирования его личностных качеств.

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: входной, текущий, промежуточный и итоговый контроль.

Формы контроля: педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий педагога, анализ педагогом и обучающимися качества выполнения работ и приобретенных навыков общения, опрос, творческий показ, зачет, конкурс, фестиваль, концерт, анализ участия коллектива и каждого обучающегося в мероприятиях, беседы в форме «вопрос-ответ»; поочередное поручение детям контроля за определенным этапом занятия (разминка, дыхательная гимнастика, игра); основной формой подведение итогов обучения является участие в отчетных концертах, конкурсах и фестивалях, выставках.

Входной контроль - оценка стартового уровня образовательных возможностей обучающихся при поступлении в объединение или осваивающих программу 2-го и последующих лет обучения, ранее не занимающихся по данной дополнительной общеразвивающей программе. Проводится в сентябре с целью выявления первоначального уровня знаний и умений, возможностей детей.

Текущий контроль - оценка уровня и качества освоения тем/разделов программы и личностных качеств обучающихся; осуществляется на занятиях в течение всего учебного года.

Промежуточный контроль - оценка уровня и качества освоения учащимися дополнительной общеразвивающей программы по итогам учебного года (при сроке реализации программы – более одного года).

Итоговый контроль - оценка уровня и качества освоения учащимися дополнительной общеразвивающей программы по завершению обучения.

Формы предъявления результатов:

Конкурсы, концерты, фестивали;

Праздники;

Открытые занятия, открытые концерты, класс-концерты, постановки детских музыкальных спектаклей, мюзиклов, детских опер.

Формы выявления результатов:

Педагогический контроль

Конкурсы

Открытые и итоговые занятия

Возможные формы фиксации результатов:

Карта учета творческих достижений учащихся

«Аттестат достижений» учащегося

«Информационная карта освоения дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы учащимися»

Дипломы, грамоты, медали

Фотоматериалы, видеозаписи.

«Информационная карта освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы учащимися»

Дополнительная общеобразовательная программа:

Педагог дополнительного образования:

Группа и год обучения:

Дата заполнения:

№ п/п	ФИО учащихся	Возраст	Показатели									Общий суммарны й балл	Уровень освоения
			Личностные результаты			Метапредметные результаты			Предметные результаты				
			Л1	Л2	Л3	М1	М2	М3	П1	П2	П3		
1													
2													
3													
4													
5													
6													
7													
8													
9													
10													

Оценки по каждому показателю: от 0 до 5 баллов

- низкий уровень: от 0 до 20

- средний уровень: от 20 до 30

- высокий уровень от 35 до 45

**ДИАГНОСТИКА УРОВНЯ ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ УЧАЩИХСЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ОСНОВЫ СЦЕНИЧЕСКОЙ ПЛАСТИКИ»**

ЛИЧНОСТНЫЕ

	Показатели	Критерии оценивания	Степень выраженности	Баллы	Формы выявления результативности
Л1	Интерес к занятиям в детском объединении (ориентационное качество)	Осознанное участие ребенка в освоении дополнительной общеобразовательной программы	- <i>низкий уровень</i> (интерес к занятиям продиктован ребенку извне); - <i>средний уровень</i> (интерес лишь периодически поддерживается самим ребенком); - <i>высокий уровень</i> (интерес постоянно поддерживается ребенком самостоятельно)	0-1 2-3 4-5	Беседа
Л2	Познавательная активность	Проявление желания узнать новую информацию	- <i>Низкий уровень</i> (не проявляет желания узнать новую информацию) - <i>Средний уровень</i> (с интересом слушает, но не задает вопросы) - <i>Высокий уровень</i> (с интересом слушает и задает вопросы для расширения кругозора)	0-1 2-3 4-5	Наблюдение Опрос
Л3	Терпение (выдержка)	Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течении определенного времени, преодолевать трудности	- <i>Низкий уровень</i> (терпения хватает меньше чем на ½ занятия) - <i>Средний уровень</i> (терпения хватает больше чем на ½ занятия); - <i>Высокий уровень</i> (терпения хватает на все занятие)	0-1 2-3 4-5	Наблюдение

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ

	Показатели	Критерии оценивания	Степень выраженности	Баллы	Формы выявления результативности
М1	Умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Способность бесконфликтно и эффективно взаимодействовать в решении совместной коллективной задачи	- низкий уровень испытывает затруднения при взаимодействии с членами коллектива при решении творческой задачи; - средний уровень понимает свою функцию и роль в совместной деятельности, но выполняет её, прибегая к помощи педагога); - высокий уровень бесконфликтно и продуктивно действует в соответствии со своей функцией и ролью	0-1 2-3 4-5	
М2	Умение слушать и слышать педагога и друг друга	Адекватность восприятия информации	- низкий уровень испытывает затруднения при восприятии информации, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога); - средний уровень воспринимает информацию, но иногда требуется корректировка восприятия педагогом); - высокий уровень самостоятельно и адекватно воспринимает информацию)	0-1 2-3 4-5	
М3	Умение выступать перед аудиторией	Свобода подачи выученного материала на аудиторию	- низкий уровень испытывает затруднения при выступлении на аудиторию; - средний уровень при выступлении на сцене иногда прибегает к помощи педагога; - высокий уровень свободно выступает перед аудиторией, не испытывает зажимов и трудностей	0-1 2-3 4-5	Творческий показ

ПРЕДМЕТНЫЕ

	Показатели	Критерии оценивания	Степень выраженности	Баллы	Формы выявления результативности
П1	Теоретические знания и практические навыки, предусмотренные программой (по основным разделам учебного плана программы)	Соответствие теоретических знаний и практических навыков программным требованиям	- низкий уровень (овладел менее чем ½ предусмотренных знаний, умений и навыков); Владеет знаниями и навыками частично, с небольшими погрешностями; - средний уровень (объем усвоенных знаний и навыков составляет более ½); владеет знаниями и навыками, но не обладает необходимым уровнем исполнительского мастерства, - высокий уровень (овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период.	0-1 2-3 4-5	
П2	Музыкально-ритмические навыки	Способность быстро согласовывать активность мышц тела с двигательными движениями	- Низкий уровень (двигается, но часто не попадает в такт музыки); - Средний уровень (периодически попадает в такт музыки); - Высокий уровень (двигается, слышит, считает, точно попадает в такт музыки)	0-1 2-3 4-5	Педагогическое наблюдение Контрольное задание

ПЗ	Артистизм	Способность передавать эмоции с помощью движений и мимики	Низкий уровень (не умеет передавать эмоции с помощью движений и мимики); Средний уровень (пытается передавать эмоции с помощью движений и мимики); Высокий уровень (всегда умеет передать эмоции с помощью движений и мимики)	0-1 2-3 4-5	Педагогическое наблюдение
----	-----------	---	---	----------------------------------	---------------------------