

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Дворец творчества детей и молодежи Колпинского района Санкт-Петербурга

УТВЕРЖДЕНА
приказом ДТДиМ
от 30 мая 2023 г. № 307-ОД

Рабочая программа
по дополнительной общеразвивающей программе
«Танцевальная студия»
Возраст обучающихся: 13-16 лет
Концертный состав

Разработчики:
Порофиева Екатерина Олеговна,
педагог дополнительного образования,
Тарасова Мария Андреевна
педагог дополнительного образования,
Тарарина Анжелика Владимировна,
педагог дополнительного образования,
Кустарёва Марина Геннадьевна,
методист отдела художественного воспитания

Особенности организации образовательного процесса обучения Концертного состава

На данном этапе обучения совершенствуется развитие личностных качеств учащегося: формируются устойчивые ценностно–смысловые установки, чувства значимости собственной творческой деятельности, совершенствуется способность творческого самовыражения средствами танцевальной пластики. Также продолжается совершенствование хореографических физических данных учащегося: гибкости, выворотности, растяжки; осваивается дополнительная техника выполнения усложненных танцевальных комбинаций, формируется устойчивый опыт самостоятельных профессиональных проб.

Теоретические и практические занятия по программе могут проводиться аудиторно и внеаудиторно. Внеаудиторные занятия проводятся преимущественно с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, обеспечивающих его доступность, вариативность, индивидуальный подход к каждому ребенку в соответствии с личностными особенностями восприятия учебного материала.

Наполняемость учебных групп Концертного состава - 10 человек.

Сроки реализации программы Концертного состава - 216 часов.

Режим занятий

216 часов: 3 раза в неделю по 2 часа.

Условия набора и формирования групп Концертного состава

Программу Концертного состава осваивают высокомотивированные одаренные учащиеся, прошедшие шестой год обучения по Программе, желающие усовершенствовать танцевальные компетенции, приобрести опыт профессиональных проб и устойчивой сценической практики с целью дальнейшего успешного самоопределения в области танцевального искусства.

На обучение также могут быть зачислены учащиеся, перешедшие из других объединений, реализующих подобные программы после предварительного просмотра. Все учащиеся должны иметь медицинский допуск к занятиям.

Задачи Концертного состава

Обучающие:

- Формирование целостного представления о танцевальном искусстве как составной части духовной культуры общества;
- формирование знаний о возможностях профессиональной самореализации в области танцевального искусства;
- формирование знаний о возможных маршрутах продолжения образования в области танца в средне-специальных и высших образовательных учреждениях;
- формирование навыка самостоятельного сочинения танцевальных этюдов;
- формирование навыка исполнения четырех-пяти разножанровых танцевальных композиций, на основе классической хореографии, современного танца;
- формирование знания танцевальной терминологии;
- формирование навыка выполнения комплекса стретчинговых упражнений;
- закрепление и совершенствование навыка выполнения акробатических упражнений;

- формирование дополнительных навыков импровизационной работы соло и в дуэте;
- формирование профессионального самосознания, умения соотносить профессиональные предпочтения со своими возможностями и потребностями рынка труда;
- формирование навыка использования Интернет-ресурсов по вопросам выбора профессии, планирования карьеры;
- формирование устойчивого позитивного опыта профессиональных проб в танцевально-хореографической области;
- формирование знаний о профессиональных учебных заведениях региона для получения профессии танцевального направления.

Развивающие:

- Совершенствование творческой самостоятельности и выразительности учащихся посредством создания танцевальных образов и импровизаций;
- совершенствование танцевальных навыков: выворотности, гибкости, растяжки, подъема, раскрепощенности, эмоциональности, фантазии, воображения, психологической устойчивости, способности сценического перевоплощения, физической выносливости;
- совершенствование умения самостоятельно анализировать учебную деятельность и ее результаты;
- совершенствование умения давать эстетическую оценку исполненному танцу или танцевальной комбинации.

Воспитательные:

- Воспитание художественного вкуса и волевых качеств в процессе разучивания партий танцевальных композиций;
- воспитание культуры здорового образа жизни, устойчивой мотивации к занятиям танцевальной деятельностью;
- формирование положительной самооценки путем успешного достижения поставленной цели;
- воспитание активной творческой позиции в деятельности хореографического коллектива;
- воспитание чувства значимости собственной творческой деятельности для окружающих путем приобретения опыта социально-культурных практик;
- воспитание трудолюбия, целеустремленности в достижении индивидуального и коллективного результата, уважительного отношения к результатам собственного труда и труда окружающих;
- воспитание патриотизма, основ гражданской идентичности.

Содержание Концертного состава

Тема 1. Мир танца

Теория 1 час

Организация деятельности, планы и перспективы на предстоящий учебный год. Танец как эффективное средство приобщения к здоровому образу жизни.

Практика 1 час

Выполнение разминочных и тренировочных упражнений.

Повторение танцевальных комбинаций шестого года обучения.

Просмотр и анализ видеоматериалов выступлений учащихся хореографической студии «Позитифф».

Тема 2. Стретчинг

Теория 1 час

Строение опорно-двигательного аппарата; основные части тела; основные мышцы и их названия. Техника безопасности и правильное дыхание при выполнении упражнений.

Практика 25 часов

Наклоны сидя в стороны,

«стульчик» с опорой на стену;
 динамические наклоны в положение «складочка»;
 статические наклоны к ногам;
 махи в сторону и задержка в максимальной точке;
 круговая табата;
 поочередный подъём ног из положения лежа;
 подъем двух ног, с паузой в максимальной точке;
 «плуг» с руками вдоль туловища;
 угол с руками за головой;
 «пила»;
 «замок»;
 поза бокового угла;
 поза развернутого треугольника;
 подъем бедер на максимальную высоту из положения лежа;
 подъем противоположных рук и ног по очереди;
 Выполнение шпагатов:
 провисной шпагат с углом между ног больше 180-ти градусов с одной или двумя опорами;
 вертикальный шпагат;
 вертикальный шпагат, стоя на одной ноге;
 шпагат, лежа на спине на полу;
 полушпагат;
 продольный шпагат;
 поперечный шпагат.
 растяжка спины путем «скручивания» в противоположные стороны;
 «Качели»;
 силовая нагрузка;
 баланс.

Тема 3. Акробатические упражнения

Теория 2 час

Основы выполнения и техника безопасности акробатических элементов.

Практика 24 часа

Равновесие с захватом ноги фронтальное и сзади;

стойки на лопатках и голове;
 кувырок прыжком;
 кувырок вперед через стойку на руках;
 стойка-перекат назад и вперед;
 переворот через мост;
 подбивной прыжок;
 перекидной прыжок в паре;
 прыжок в шпагат;
 переворот на одной руке;
 «колесо» без опоры на руки;
 «рондад»;
 «фляк» назад;
 переворот назад в паре;
 стойка на плечах в паре;
 кувырок вдвоем держась за голени;
 баланс в паре;
 подъем со спины разгибом (лягскач);
 переворот вперед с опорой на руки и на голову (копфшпрунг);
 вальсет;

переворот вперед с опорой на прямые руки (фордершпрунг);
 курбет;
 арабское колесо с прыжка и с разбегу;
 арабское колесо на месте.

Тема 4. Классический танец

Теория 2 часа

Техника выполнения упражнений классического танца.

Практика 36 часов

Экзерсис у станка:

Demi plie и grand plie с рукой en dehors, en dedans;
 Battements tendu с demi plié;
 Battements tendu jete в сочетании с pour le pied, pique;
 Rond de jambe en l'air en dehors, en dedans;
 Battements soutenu на 45° во всех направлениях;
 Battements frappe с окончанием в demi plie носком в пол и поворотом в малые позы; Battements
 developpe в сочетании с plie releve;
 Petit battements с акцентом sur le cou de pied;
 Grand battement jete с passé par terre;
 Pas de bourree simple en tournant;
 Preparation и pirouette en dehors, en dedans из V позиции;
 Flic-flac en tournant en dehors et en dedans на 360°
 Поворот fouette с открытой ногой носком в пол на 45°, на 90°:
 - на полупальцах с plie releve;
 - с полупальцев с окончанием в demi plie;
 Battement soutenu во всех направлениях на 90° en face:
 - в позах классического танца.
 Grand rond de jambe на 90° en dehors et en dedans на demi plie.
 Battements fondu на 90° во всех направлениях en face.

Экзерсис на середине зала:

Battements fondu с plie-releve на всей стопе:
 - с demi rond en dehors, en dedans.
 Battement double frappe с окончанием в demi plie;
 Battements developpe в больших позах в сочетании с arabesque;
 Tours chaines;
 Battements tendu en tournant en dehors et en dedans на 1/2 круга;
 Battements tendu;
 Battement fondu:
 - на 45° во всех направлениях;
 - в сочетании с double battement.
 V форма port de bras;
 Pirouettes en dehors с degagee (по диагонали);
 Pirouettes en dedans (tour pique);
 Tours с temps leve sur le cou de pied.

Allegro:

Pas echappe;
 Double assemble;
 Pas assemble с продвижением;
 Sisson ferme вперед в I arabesque;
 Pas assemble с продвижением приемом шаг-суре;

Sisson simple en tournant на 1/2 поворота;
 Grand pas des chat;
 Grand pas jete с продвижением по диагонали в сочетании с pas glissade.

Тема 5. Современный танец

Теория 2 часа

Закрепление: знаний терминологии современной хореографии; знания строения физического аппарата, задействованного в танце; правил профилактики травматизма;

Практика 44 часа

Экзерсис на середине:

Техника изоляции;
 разминочный комплекс отдельных центров тела;
 усложнение body roll;
 grand kick с шагами;
 brush с корпусом;
 drop комбинированный с saute;
 swings двух центров;
 twist и спираль;
 flat back и jack knife ;
 deep body bend;
 side stretch;
 adagio с использованием tilt и lay out;
 corkscrew turn (вращение с изменением уровня);
 принцип " импульсные цепочки ";
 принцип «мультипликации»;
 Кросс:
 flat step;
 шаги в рок-манере;
 шаги в мюзикл-комеди-джаз манере;
 канканирующие шаги;
 grand battements во всех направлениях на 90;
 Прыжки:
 «разрывной» с уходом в par terre;
 grand glissade с уходом в par terre;
 slide en l'air;
 jump: во время взлета arch торса;
 hop: рабочая нога открывается в сторону на 45;
 leap с трамплинным зависанием в воздухе.
 Вращения:
 Трехшаговый поворот вправо и влево;
 Corkscrew – на demi-plie;
 Скрещивание ноги спереди или сзади;
 Tour chaine – меняя уровень:(на полупальцах, на всей стопе, на demi-plie);
 Штопор –полупальцы, переход в demi-plie, окончание в колени или на полу.
 Партнеринг:
 Импровизация в паре.
 Основные движения стиля Локинг:
 «Лео-уок» («львиная походка»);
 «Лок» («замок»);
 «Скут-бот», или «ску-боп»;
 «Стоп-эн-гоу» («остановись и иди»);

«Рист-ролл» («поворот запястья»), или «твирл» («вращение»);

«Ни-дроп» («падение на колени»);

«Рок-стэди» («твердая скала»);

Основные движения стиля Haus:

скейтинг;

стомпинг;

шаффлинг;

Jacking(TheJack, джекинг)

Footwork (работа, техника ног, футворк)

Тема 6. Постановочная деятельность

Теория 2 часа

Понятие художественного образа и его составляющих в произведениях хореографии.

Понятия: «жанрово-тематическая направленность», «уровень художественности», «оригинальность сценических решений и форм».

Практика 60 часов

Прослушивание и самостоятельный разбор музыкального материала изучаемого номера (размер, части, фразы, характер).

Особенности стиля, манеры и характера разучиваемых танцев.

Просмотр элементов танца (движений, поз, переходов) в исполнении педагога.

Поэтапное проучивание комбинаций по элементам в замедленном темпе (голова, корпус, руки, ноги, промежуточные позы).

Разучивание поз танца в положении стоя на месте.

Отработка комбинаций по элементам в ускоренном темпе (голова, корпус, руки, ноги, промежуточные позы).

Упражнения на перестроения из рисунков танцев – свободные перемещения; соблюдение интервалов и ровности.

Последовательное соединение выученных движений в единую композицию.

Техническая и эмоциональная отработка элементов, движений, поз, переходов, рисунков комбинаций программных танцев.

Работа над техническим совершенствованием движений; развитие навыков мимики, жеста, чистоты исполнения.

Воспитание чувства ансамбля, оттачивание рисунков танца, точности и слаженности действий, культуры общения в танце и на репетициях.

Примерный репертуар:

1. «Ритмы окон»;
2. «Сквозь призму стёкол»;
3. «Женской дружбе посвящается..»;
4. «История одной куклы»;
5. «Слушая море»;
6. «Племя Мозамбик».

Тема 7. Творческая мастерская

Теория 1 час

Принципы самостоятельного сочинения хореографических этюдов на основе движений классического и современного танца.

Практика 7 часов

Самостоятельное сочинение танцевальных комбинаций в разных современных направлениях:

- jazz
- modern

- contemporary
- бродвей
- hip-hop
- locking
- house
- jazz funk

Исполнение танцевальной импровизации в определенной форме:

- соло
- дуэт

Самостоятельное сочинение танцевальных этюдов в любом направлении по выбору на всю группу.

Тема 8. «Хобби или призвание. Часы профориентации»

Теория 1 час

Особенности профессий танцора и хореографа. Пути профессионального освоения танцевальных профессий; средне-специальные и высшие образовательные учреждения региона танцевальной направленности.

Практика 3 часа

Деятельность наставника с младшими учащимися танцевальной студии под педагогическим наблюдением: самостоятельное сочинение блока разминочных упражнений, самостоятельная репетиционно-постановочная работа.

Самостоятельное изучение рынка труда и рейтинга профессий с использованием интернет-ресурсов: <https://spb.postupi.online/professii/> каталог профессий, получаемых в Санкт-Петербурге; <http://www.proftime.edu.ru> сайт для старшеклассников и специалистов по профориентационной работе «Время выбрать профессию»; <http://www.postupim.ru> Поступим.ру – место общения школьников, выпускников и абитуриентов.

Ленинградский областной колледж культуры и искусства <https://lokkii.ru/> СПбГИК | Санкт-Петербургский институт культуры <https://spbgik.ru/>,

https://vk.com/spbgik_ru;

РГПУ им. А.И. Герцена <https://www.herzen.spb.ru/>, <https://vk.com/uniherzen>.

Тема 9. Контрольное занятие

Практика 4 часа

Выполнение обучающимся заданий на выявление уровня освоения программного содержания данного периода обучения (см. «Оценочные средства»).

Сценическая практика.

Планируемые результаты Концертного состава

Личностные:

- устойчивый интерес к занятиям танцевально-хореографическим творчеством;
- устойчивая способность творческого самовыражения средствами танцевального искусства: выразительность, раскрепощенность, эмоциональность, фантазия, воображение, психологическая устойчивость, способность сценического перевоплощения, физическая выносливость;
- устойчивое владение эмоциональной культурой: способность распознавать собственные эмоции, владеть ими, выражать свои эмоции в общении с другими людьми;
- устойчивое умение использовать в работе волевые ресурсы;
- устойчивое владение навыками самоконтроля, саморегуляции с целью достижения поставленной индивидуальной и коллективной цели;

- трудолюбие, целеустремленность в достижении индивидуального и коллективного результата, уважительное отношение к результатам собственного труда и труда окружающих;
- устойчивое ценностно–смысловые установки, осознание российской идентичности в процессе приобщения к танцевальным культурам народов мира.

Метапредметные:

Коммуникативные

- умение слушать и слышать друг друга в различных видах совместной танцевально-творческой деятельности;
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации в различных видах танцевальной деятельности;
- умение самостоятельно организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками; работать индивидуально и в группе; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.

Регулятивные

- овладение способами самостоятельного определения цели предстоящей танцевальной деятельности, планирования последовательности действий;
- умение самостоятельно планировать, анализировать и координировать учебную деятельность в процессе разучивания коллективных танцевальных номеров посредством активизации внимания, памяти, образного мышления;
- знание способов эмоциональной регуляции деятельности, проявляющейся как в общении, так и в познавательной деятельности, влияющей на успешность адаптации в среде или на способы ее творческого изменения;
- умение самостоятельно выделять необходимую информацию из различных источников, включая электронные средства обучения;

Познавательные

- устойчивый познавательный интерес к предметам сферы танцевального творчества;
- умение объяснять процессы, связи и отношения, выявляемые в ходе танцевальной деятельности;
- умение самостоятельно оценивать достигнутые результаты и адекватно их формулировать в устной форме;
- умение эмоционального оценивания танцевальных произведений;
- устойчивые компетенции в области использования информационно-коммуникационных технологий.

Предметные:

- Владение знаниями о возможностях профессиональной самореализации в области танцевального искусства;
- владение знаниями о возможных маршрутах продолжения образования в области танца в средне-специальных и высших образовательных учреждениях;
- владение устойчивым навыком самостоятельного сочинения танцевальных этюдов;
- формирование навыка исполнения четырех-пяти разножанровых танцевальных композиций, на основе классической хореографии, современного танца;
- владение танцевальной терминологией Концертного состава;
- владение навыком выполнения комплекса стретчинговых упражнений;
- владение устойчивым навыком выполнения акробатических упражнений;
- владение устойчивым навыком импровизационной работы соло и в дуэте;
- умение соотносить профессиональные предпочтения со своими возможностями и потребностями рынка труда;
- владение навыком использования Интернет-ресурсов по вопросам выбора профессии, планирования карьеры;
- владение устойчивым позитивным опытом профессиональных проб в танцевально-хореографической области;

- знание профессиональных учебных заведений региона для получения профессии танцевального направления.