

**Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Дом детского творчества Петродворцового района Санкт-Петербурга  
"Ораниенбаум"**

198412, Санкт-Петербург, г.Ломоносов, улица Александровская, дом 38, литер А, 198412 тел/факс (812) 422-50-88

Согласована:

"\_\_" \_\_\_\_\_ 2019г.

Заместитель директора по УМР

\_\_\_\_\_ Бобырь Н.В.

**Рабочая программа**

на 2019-2020 учебный год

Группа: 1

Год обучения: 5-й

Возраст учащихся: 12 - 14 лет

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа**

**"ХОРЕОГРАФИЧЕСКИЙ АНСАМБЛЬ "ЗОЛУШКА"**

Разработчик:

Маковой Елена Ефимовна,

педагог дополнительного образования

## Особенности организации образовательного процесса 5 года обучения

Данная рабочая программа рассчитана для учащихся 13-16 лет, которые пришли в ансамбль «Золушка» в разное время и позже освоили образовательную программу. Содержание программы остается тот же. Учащиеся подросткового периода.

Подростковый период называют эпохой активной индивидуализации, этапом обостренно переживаемого стремления к самоутверждению. Желание выделиться, стремление занять высокую позицию, занять высокое положение, признания своей личностной ценности и, тем самым, получить возможность подкрепить свою самооценку и самоуважение во многом определяет поведение учащихся в этом возрасте и складывающиеся межличностные отношения в коллективе.

Неготовность, нежелание или даже не способность понять и принять всё возрастающее стремление учащихся к взрослости, самостоятельности, могут стать причиной целого ряда негативных тенденций в поведении подростков. А ведь этот возраст, как показали наблюдения, характеризуется состраданием, сочувствием, переживаниями, способностью пожертвовать своим ради других.

В этом возрасте привлекает работа над техникой движений, над определенной сложностью танцевального номера, примитив же действует расхолаживающе.

Особенно становятся заметны рост сознания и самосознания, представляющий собой существенное расширение сферы осознаваемого и углубление знаний о себе, о людях. Об окружающем мире.

Учащиеся могут длительное время удерживать внимание, быть в состоянии переключать или распределять его между несколькими действиями и поддерживать довольно высокий темп работы.

### **Задачи:**

#### ***Обучающие:***

- обучить учащихся приемам самостоятельной и коллективной работе, самоконтролю и взаимоконтролю;
- продолжать более углубленное изучение классического и народно-сценического экзерсиса у станка и работы на середине класса;
- обучить самостоятельно выполнять основные упражнения разминки;
- научить владеть элементами сценического действия как средствами выражения своих мыслей, чувств и физических ощущений;
- обучить и подготовить коллективный и индивидуальный репертуар для участия в концертных программах, конкурсах, фестивалях.

#### ***Развивающие:***

- развивать и совершенствовать технику исполнения танцев;
- развивать способности использование приобретенных знаний и опыта практической деятельности для решения задач реальной жизни;
- развитие и выявление ярких творческих индивидуальностей.

#### ***Воспитательные:***

- воспитать осознанное отношение к занятиям;
- воспитать формирование желания к продолжению образования и профессиональному самоопределению;
- воспитание взаимной требовательности, заинтересованности в совместной деятельности;
- воспитать качества активно выступающего исполнителя: дисциплинированность. Умение поддерживать друг друга, быстро перестраиваться, заменить то есть воспитать мобильные качества личности.

## Содержание программы 5 год обучения

### 1. Вводное занятие

#### *Теория*

Знакомство с программой обучения. Обсуждение плана концертных выступлений объединения на текущий год. Инструктаж по технике безопасности. Входной контроль.

### 2. Постановочная работа

#### *Теория*

Раскрытие сюжета или темы номера посредством пластики, костюмов, музыки, танцевального стиля. Смысл происходящего на сцене.

#### *Практика*

Постановка движений, танцевальных комбинаций. Постановка танцевального номера.

### 3. Репетиционная работа

#### *Теория*

Значение репетиционной работы для создания танцевального номера.

#### *Практика*

Тщательная проработка разучиваемых движений для различных танцев, как для нового номера, так и ранее поставленного танцевального номера.

### 4. Учебно – тренировочная работа

#### 4.1 Азбука музыкального движения.

##### *Теория*

Выразительные средства музыки и танца. Легато, стаккато. Вальсы: Ф.Шопена, М.Глинки, П.Чайковского, И.Штрауса, С.Прокофьева, Д.Шостаковича и т.д.

**Практика:** Просушивание музыки. Просмотр балетов и выступлений национальных ансамблей.

#### 4.2 Элементы классического танца

##### *Теория*

Культура движения рук – выразительность, техника – форс в прыжках и вращениях, закономерности переходов рук из одного положения в другое. Законы общей координации движений тела, ног, корпуса головы, рук. Законы равновесия – эстетика и техника.

##### *Практика*

Повторение всего пройденного материала и его исполнение в более быстром темпе, с более разнообразными комбинациями.

Батман фраппе на 45 в позах круазе, эффасе. Рон де жамб пар тэр на деми плие. Мр 3\4. Батман фондю на 45, дубль батман фондю 3\4. Батман сютеню – носком в пол. Размер 3\4. Темп – модерато. Релеве лян во всех направлениях.

Батман девелоппе баллоне, плавное, связанное.

Перегибы корпуса вперед, назад, по I и II позиции (держась за станок одной рукой).

Па ассамблее – Собранный прыжок (изучается лицом к станку); с открыванием в сторону (продвижение вперед, назад).

Шанжман де пье, па балансе.

На середине: пор де бра I, II, III, IV – развивает танцевальную координацию и чувства позы.

Большие позы круазе и эффасе на 45, вперед и назад. Темп – анданте.

Маленькие пируэты сюр лек у де пье из V, VI позиции.

Маленькие адажио из пройденных элементов.

#### 4.3 Элементы народно-сценического танца

##### *Теория*

Повторение всех пройденных элементов с более усложненными комбинациями в быстром темпе.

### *Практика*

Молдавский танец. Положение рук, положение ног. Положение в паре. Ходы. Бег вперёд с поочерёдным отбрасыванием согнутых ног назад, шаг с последующим прыжком. Плавные поочерёдные шаги в перекрещенном положении с продвижением в сторону. Вращения в паре. Движения по линиям и в кругу и т.д.

«Голубец» - украинское движение. Ход «Бегунец», «Тынок» и т.д.

Элементы латиноамериканских танцев. Особенности положения рук.

«Дорожка с подбивкой». Повороты. «Спираль» - поворот на месте с последующим отходом в открытое положение.

«Разножка» - движение-прыжок на двух ногах, в воздухе II позиция ног, исполнение с движением рук.

«Бег на месте» - высоко подняты ноги, согнутые в коленях и подняты назад в сочетании с движением рук.

«Движение шаг с винтом» - выбрасывается вперёд правая нога, «винт» на двух ногах, затем левая нога и «винт». Исполнение на месте и в повороте по точке.

Движения венгерского танца ( чардаш одинарный, двойной, ключ в развитии, веревочка итд.)

Испанский танец ( разновидность шага, повороты, дроби и т.д.)

#### **4.4 Элементы историко-бытового танца**

##### *Теория*

Происхождение вальса. Место вальса в балетном спектакле. Различные стили вальсов. Классические вальсы М.Глинки, П.Чайковского, И.Штрауса и т.д. Современная пластика и ритмы. Массовые современные танцы.

**Практика:** Живой, весёлый, быстрый характер польки. Па польки в паре. Вальс в паре (композиция из пройденных элементов). Современная пластика и ритмы. Движения хип-хоп. Вертушки, перекаты, прыжки, выпады.

#### **4.5 Стретчинг**

##### *Теория*

Расширение запаса целенаправленных двигательных навыков, согласование работы мышечных групп. Развитие ощущения частей тела. Преодоление слабости отдельных мышечных групп, нормализация тонуса мышц. Исполнить свободную импровизацию на классическую и современную музыку.

##### *Практика*

Улучшение подвижности в суставах: на полу, заноски, лягушка, бабочка, луч, перекаты на спине, полные перекаты – бревно и т.д. Танцевальная аэробика на основе классических балетных поз и движений. Исполнить этюд на заданную тему: «Цветок». Пластический этюд. Сочетание мягких и острых движений. Этюды: «Птица», «Баба-Яга» и т.д.

#### **5. Беседы**

##### *Теория*

Танцевальные формы на основе симфонической музыки в классическом балете. Балеты начала XX века: «Петрушка» И.Стравинского в постановке Фокина. Идея балета, персонажи, музыкальные характеристики. Эскизы костюмов, фотографии исполнителей.

Героическая тема советских балетов: «Пламя Парижа» Б. Астафьева, балетмейстер В. Вайнонен; «Спартак» А.Хачатуряна, балетмейстер Ю.Григорович. Идея спектакля, тема, сюжет.

Средства выражения.

Прослушивание фрагментов из балетов. Создание балетного спектакля.

Мастера балета, их творческие портреты.

В творческую работу включён подбор фотоматериалов, видео – фильмов, аудиозаписей, посещение спектаклей, организованный просмотр телевизионных программ о балете и творчестве мастеров балета России и зарубежных стран.

## **6. Прослушивание музыки**

*Практика:*

Прослушивание музыки для постановки танцевального репертуара.

## **7. Воспитательно – познавательные мероприятия**

*Практика*

Концертные выступления, конкурсы, фестивали. Отчетные выступления ансамбля, ДДТ, Новогодние выступления и спектакли.

## **8. Концертная деятельность**

*Практика*

Выступления на конкурсах и мероприятиях разного уровня (учреждение, район, город, международные).

## **9. Контрольные и итоговые занятия**

*Теория*

Подведение итогов работы объединения за год, итоговый контроль.

## **Планируемые результаты**

*Личностные:*

- владение знаниями о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжений средствами хореографии;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, внимательности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат.

*Метапредметные:*

- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон сотрудничества, умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений
- умение осуществлять информационную, познавательную и практическую деятельность с использованием различных средств информации и коммуникации;
- формирование понимания красоты телосложения и осанки человека в соответствии с культурными образцами и эстетическими канонами, формирование физической красоты с позиции укрепления и сохранения здоровья.

*Предметные:*

- изложение фактов истории развития хореографии, характеристика видов хореографии, влияние танцевальных занятий на организм человека;
- развитие основных физических качеств;
- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- организация и подготовка к участию в смотрах-конкурсах, фестивалях;
- подготовка собственных комплексов и показательных выступлений на базе изученных элементов композиции и функционального тренинга;
- осуществление объективной оценки выступлений своих сверстников;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения.

### Календарно-тематический план 5 года обучения

№ п/ п	Дата проведения занятия		Тема учебного занятия	Количество часов		
	По плану	По факту		Всего	Теория	Практика
1	3.09		Вводное занятие, инструктаж по технике безопасности, знакомство с учащимися.	2	2	-
			Азбука музыкального движения	1	-	1
2	4.09		Элементы классического танца	2	0.5	1.5
3	5.09		Элементы классического танца	3	0.5	2.5
4	7.09		Элементы народно-сценического танца	2	0.5	1.5
5	10.09		Стретчинг	1	0.5	1.5
			Репетиционная работа	2	-	2
6	11.09		Элементы классического танца	2	0.5	1.5
7	12.09		Элементы классического танца	3	0.5	2.5
8	14.09		Элементы народно-сценического танца	2	0.5	1.5
9	17.09		Стретчинг	1	0.5	1.5
			Репетиционная работа	2	-	2
10	18.09		Элементы классического танца	2	0.5	1.5
11	19.09		Стретчинг	1	-	1
			Репетиционная работа	2	-	2
12	21.09		Элементы народно-сценического танца	2	-	2
13	24.09		Стретчинг	1	-	1
			Постановочная работа	2	0.5	1.5
14	25.09		Элементы историко-бытового танца	2	0.5	1.5
15	26.09		Постановочная работа	3	0.5	2.5
16	28.09		Постановочная работа	2	-	2
17	01.10		Азбука музыкального движения	1	0.5	0.5
			Стретчинг	1	-	1
			Беседы	1	1	-
18	02.10		Элементы классического танца	2	0.5	1.5
19	03.10		Азбука музыкального движения	1	0.5	0.5
			Постановочная работа	2	-	2
20	05.10		Элементы классического танца	2	0.5	1.5
21	08.10		Стретчинг	2	0.5	1.5
			Прослушивание музыки	1	-	1
22	09.10		Элементы классического танца	2	-	1
23	10.10		Репетиционная работа	3	0.5	2.5
24	12.10		Элементы народно-сценического танца	2	0.5	1.5
25	15.10		Элементы классического танца	3	0.5	2.5

26	16.10		Элементы историко-бытового танца	2	0.5	1.5
27	17.10		Стретчинг	2	1	1
			Постановочная работа	1	-	1
28	19.10		Элементы народно-сценического танца	2	-	2
29	22.10		Репетиционная работа	3	0.5	2.5
30	23.10		Элементы народно-сценического танца	2	0.5	1.5
31	24.10		Репетиционная работа	1	-	1
			Постановочная работа	2	-	2
32	26.10		Элементы народно-сценического танца	2	0.5	1.5
33	29.10		Концертная деятельность	2	-	2
			Репетиционная работа	1	-	1
34	30.10		Элементы народно-сценического танца	2	-	2
35	31.10		Постановочная работа	3	-	1
36	02.11		Элементы классического танца	2	-	2
37	05.11		Азбука музыкального движения	1	-	1
			Постановочная работа	2		2
38	06.11		Элементы народно-сценического танца	2	-	2
39	07.11		Элементы классического танца	2	-	2
			Постановочная работа	1	-	1
40	09.11		Стретчинг	2	0.5	1.5
41	12.11		Постановочная работа	1	0.5	0.5
			Репетиционная работа	2	-	2
42	13.11		Элементы классического танца	2	-	2
43	14.11		Стретчинг	3	0.5	2.5
44	16.11		Элементы народно-сценического танца	2	-	2
45	19.11		Репетиционная работа	2	0.5	1.5
			Прослушивание музыки	1	-	1
46	20.11		Элементы классического танца	2	0.5	1.5
47	21.11		Прослушивание музыки	1	-	1
			Постановочная работа	2	0.5	0.5
48	23.11		Элементы народно-сценического танца	2	-	2
49	26.11		Репетиционная работа	1	-	1
			Беседы	2	2	-
50	27.11		Элементы народно-сценического танца	2	0.5	1.5
51	28.11		Репетиционная работа	1	-	1
			Концертная деятельность	2	-	2
52	30.11		Элементы историко-бытового танца	2	0.5	1.5
53	03.12		Стретчинг	2	-	2
			Репетиционная работа	1	-	1
54	04.12		Элементы классического танца	2	-	2
55	05.12		Постановочная работа	3	-	3

56	07.12		Постановочная работа	2	-	2
57	10.12		Элементы народно-сценического танца	3	1	2
58	11.12		Элементы классического танца	2	-	2
59	12.12		Стретчинг	2	-	2
			Репетиционная работа	1	-	1
60	14.12		Элементы историко-бытового танца	2	0.5	1.5
61	17.12		Постановочная работа	3	-	3
62	18.12		Элементы классического танца	2	-	2
63	19.12		Стретчинг	2	-	2
			Постановочная работа	1	-	1
64	21.12		Элементы классического танца	2	0.5	1.5
65	24.12		Элементы народно-сценического танца	3	0.5	2.5
66	25.12		Элементы классического танца	2	0.5	1.5
67	26.12		Концертная деятельность	2	-	2
			Репетиционная работа	1	-	1
68	28.12		Воспитательно-познавательные мероприятия	2	-	2
69	31.12		Репетиционная работа	3	-	3
70	09.01		Элементы классического танца	2	-	2
			Постановочная работа	1	-	1
71	11.01		Стретчинг	2	0.5	1.5
72	14.01		Элементы народно-сценического танца	2	0.5	1.5
			Постановочная работа	1	-	1
73	15.01		Элементы классического танца	2	-	2
74	16.01		Стретчинг	2	-	2
			Постановочная работа	1	-	2
75	18.01		Элементы народно-сценического танца	2	0.5	1.5
76	21.01		Стретчинг	1	-	1
			Постановочная работа	2	-	2
77	22.01		Элементы классического танца	2	-	2
78	23.01		Репетиционная работа	3	0.5	2.5
79	25.01		Элементы народно-сценического танца	2	0.5	1.5
80	28.01		Репетиционная работа	1	-	1
			Концертная деятельность	2	-	2
81	29.01		Элементы историко-бытового танца	2	-	2
82	30.01		Репетиционная работа	2	-	2
			Постановочная работа	1	-	1
83	01.02		Элементы классического танца	2	0.5	1.5
84	04.02		Элементы народно-сценического танца	3	1	2
85	05.02		Элементы классического танца	2	-	2
86	06.02		Стретчинг	3	-	3
87	08.02		Элементы народно-сценического	2	0.5	1.5



			танца			
88	11.02		Постановочная работа	3	-	3
89	12.02		Элементы классического танца	2	-	2
90	13.02		Элементы народно-сценического танца Репетиционная работа	1 2	- 0.5	1 1.5
91	15.02		Постановочная работа	2	-	2
92	18.02		Постановочная работа Репетиционная работа	2 1	- -	2 1
93	19.02		Элементы классического танца	2	-	2
94	20.02		Постановочная работа Репетиционная работа	2 1	- -	2 1
95	22.02		Репетиционная работа	2	-	2
96	25.02		Стретчинг	3	-	3
97	26.02		Репетиционная работа	2	-	2
98	27.02		Стретчинг	3	-	3
99	29.02		Постановочная работа Репетиционная работа	1 1	- -	1 1
100	03.03		Азбука музыкального движения Репетиционная работа	1 2	- -	1 2
101	04.03		Элементы классического танца	2	0.5	1.5
102	05.03		Азбука музыкального движения Репетиционная работа	1 2	- -	1 2
103	07.03		Концертная деятельность	2	-	1
104	10.03		Азбука музыкального движения Репетиционная работа	1 2	- -	1 2
105	11.03		Элементы классического танца	2	0.5	1.5
106	12.03		Стретчинг Репетиционная работа	2 1	- -	2 1
107	14.03		Элементы классического танца	2	-	2
108	17.03		Стретчинг Репетиционная работа	2 1	- -	2 1
109	18.03		Элементы народно-сценического танца	2	-	2
110	19.03		Постановочная работа	3	-	3
111	21.03		Элементы народно-сценического танца	2	-	2
112	24.03		Азбука музыкального движения Стретчинг	1 2	-	1
113	25.03		Элементы народно-сценического танца	2	-	2
114	26.03		Постановочная работа	3	-	3
115	28.03		Элементы народно-сценического танца	2	0.5	1.5
116	31.03		Постановочная работа	3	-	3
117	01.04		Элементы классического танца	2	-	2
118	02.04		Азбука музыкального движения Постановочная работа	1 2	-	1

119	04.04		Элементы классического танца	2	-	2
120	07.04		Азбука музыкального движения Постановочная работа	1 2	- -	1 2
121	08.04		Элементы народно-сценического танца	2	-	2
122	09.04		Стретчинг Репетиционная работа	2 1	- -	2 1
123	11.04		Элементы классического танца	2	0.5	1.5
124	14.04		Стретчинг Репетиционная работа	2 1	- -	2 1
125	15.04		Элементы народно-сценического танца	2	-	2
126	16.04		Постановочная работа	3	-	
127	18.04		Элементы народно-сценического танца	2	-	2
128	21.04		Стретчинг Репетиционная работа	2 1	- -	2 1
129	22.04		Элементы классического танца	2	0.5	1.5
130	23.04		Репетиционная работа Концертная деятельность	1 2	- -	1 1
131	25.04		Элементы народно-сценического танца Репетиционная работа	1 1	- -	1 1
132	28.04		Репетиционная работа Постановочная работа Прослушивание музыки	1 1 1	- - -	1 1 1
133	29.04		Элементы классического танца	2	-	2
134	30.04		Репетиционная работа Беседы	2 1	- 1	2 -
135	02.05		Постановочная работа	2	-	2
136	06.05		Репетиционная работа	2	-	2
137	07.05		Элементы классического танца	3	-	3
138	12.05		Элементы народно-сценического танца	3	-	3
139	13.05		Концертная деятельность	2	-	2
140	14.05		Репетиционная работа Концертная деятельность	1 2	- -	1 2
141	16.05		Воспитательно-познавательные мероприятия	2	-	2
142	19.05		Стретчинг Репетиционная работа	2 1	- -	2 1
143	20.05		Репетиционная работа	2	-	2
144	21.05		Контрольные и итоговые занятия	2	2	-
<b>Итого:</b>				<b>360</b>	<b>35</b>	<b>325</b>