

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

УТВЕРЖДЕН  
приказом ДТДиМ  
от 07 июня 2024 г. № 330-ОД

Рабочая программа  
по дополнительной общеразвивающей программе  
**«Танцевальная студия»**

Возраст обучающихся: 12-13 лет  
Шестой год обучения

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 шестого года обучения**

На шестом году обучения продолжается развитие личностных качеств учащегося: формируются 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 профессиональных проб. Учебный материал по программе, включая репертуар, ориентирован на воспитания патриотизма и любви к Родине, Отечеству, гордости за российскую символику и изучение ее истории.

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 шестого года обучения - 10 человек.**

**Сроки реализации программы шестого года обучения - 216 часов.**

### **Режим занятий**

216 часов: 3 раза в неделю по 2 часа.

### **Условия набора и формирования групп шестого года обучения**

Программу шестого года обучения осваивают учащиеся, перешедшие на шестой год обучения. Также на обучение могут быть зачислены учащиеся, перешедшие из других объединений, реализующих подобные программы после предварительного просмотра. Все учащиеся должны иметь медицинский допуск к занятиям.

### **Задачи шестого года обучения**

#### **Обучающие:**

- Формирование целостного представления о танцевальном искусстве как составной части духовной культуры общества;
- формирование начальных 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, элементов народного (русского, итальянского) и современного танца;
- формирование знания танцевальной терминологии шестого года обучения;
- закрепление и совершенствование навыка выполнения гимнастических упражнений и упражнений со скакалкой;
- формирование дополнительных навыков импровизационной работы и ассоциативного-образного мышления;

- формирование навыка исполнения классического и народно-характерного экзерсиса шестого года обучения;
- формирование дополнительного навыка поиска информации с использованием Интернет-ресурсов: творчество балетмейстера Б. Эйфмана;
- 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 шестого года обучения**

#### **Тема 1. Мир танца**

##### **Теория 1 час**

Организация деятельности, инструктаж по технике безопасности и правилам поведения, планы и перспективы на предстоящий учебный год.

##### **Практика 1 час**

Выполнение разминочных и тренировочных упражнений.

Повторение танцевальных комбинаций пятого года обучения.

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

#### **Тема 2. Классический танец**

##### **Теория 2 часа**

Обзор творчества Б. Эйфмана.

Танцевальная терминология шестого года обучения.

Последовательность и техника исполнения классического экзерсиса шестого года обучения у станка и на середине зала.

Техника исполнения прыжков с окончанием в маленькие позы.

### **Практика 44 часа**

#### **Экзерсис у станка**

Demi-plie и grand-plie; Battement tendu jete; Battement tendu jete; Port de bras с растяжкой; Round de jambe par terre; Battement foudu: cplie-releve; Round de jambe en l'air en dehors и en dedans; Temps-releve на 45°-движение в один такт en dehors и en dedans; Tombe-coupe.

Полуповорот к палке и от палки, в V позиции на полупальцах;

полуповороты en dehors и en dedans с подменой ноги на полупальцах;

подготовительное упражнение для tours из V позиции en dehors и en dedans;

Tour en dehors и en dedans.

Battement frappe во всех направлениях и на полупальцах; double frappe;

Battement developpe во всех направлениях; developpe passé (проходящее);

Grand battement jete.

#### **Экзерсис на середине зала**

Demi-plies во всех позициях, en face; в 5 позиции en face и epaulement;

Grand plies в позициях en face; в позициях en face et epaulement;

I-e, II-e, III-e, V-e port de bras;

Plie – soutenu во всех направлениях.

Battements foudu носком в пол во всех направлениях, со второго полугодия на 45°;

Battements soutenu носком в пол во всех направлениях;

Pas de bourree без перемены ног из стороны в сторону;

Pas de bourree dessus-dessous; Tour en dedans.

#### **Прыжки (Allegro)**

Pas jete с окончанием в маленькую позу croise;

Grand change ment de pieds;

Grand echange по IV и V позициям: с окончанием на одну ногу; с переменной ног;

Double assemble;

Assemble на 45° с продвижением во все направления;

Pas de basque вперед и назад;

Sissonne fermee;

Заноски: echange battu; entrechat-quatre.

#### **Упражнения на пальцах**

Pas releve по VI, I, II, IV, V позициям;

Pas echange во II позиции;

Assemble soutenu;

Pas de bourree с переменной ног;

Pas de bourree suivi;

Pas couru по V позиции;

Echange с releve на пальцах по II позиции;

Sur-sous.

Самостоятельный просмотр, анализ и обсуждение материалов по теме: [www.belcanto.ru](http://www.belcanto.ru), [www.encyclopaedia.biga.ru](http://www.encyclopaedia.biga.ru), <https://ru.wikipedia.org>, [www.yandex.ru.video](http://www.yandex.ru/video), [yandex.ru/video](http://yandex.ru/video).

### **Тема 3. Народно-характерный танец**

#### **Теория 2 часа**

Последовательность и техника исполнения народно-характерного экзерсиса шестого года обучения у станка и на середине зала.

Женский перепляс в русском танце.

Техника и характер исполнения сценического итальянского танца «Тарантеллы».

Особенности итальянского народного костюма.

#### **Практика 40 часов**

#### **Экзерсис у станка**

Demi и Grand plie по выворотным и невыворотным позициям;

Battement tendu: с поворотом бедра; с подъемом на полупальцы опорной ноги;

Rond de jamb с поворотом опорной стопы, то же с кругом по воздуху;

Battement foundu.

Подготовка к веревочке с прыжком. Упражнение для бедра в один темп;

Веревоочка.

Grand battement developpe: плавное, отрывистое

Grand battement jete:

- с tombe на работающую ногу по V выворотной позиции вперед, в сторону и назад;
- с одним ударом стопой опорной ноги;
- с двумя ударами стопой и полупальцами опорной ноги.

Подготовка к «штопору» и «штопор»;

одинарное и двойное заключение.

Этюды русского танца

- Форма перепляса.
- Движения девушки: проходки, «дробушки», вращения, «моталочка», «ковырялочка».

Итальянский сценический танец «Тарантелла».

Положения ног, характерные для танца:

положения рук в танце;

движения рук с тамбурином:

- удары пальцами и тыльной стороной ладони;
- мелкие непрерывные движения кистью «трель».

Скольжение на носок вперед в открытом положении с одновременным проскальзыванием на другой ноге назад в полуприседании (на месте, с продвижением назад).

Шаг с ударом носком по полу с полуповоротом корпуса с продвижением назад, с последующим ударом носком по полу и одновременным подскоком на опорной ноге на месте и с продвижением назад.

Бег тарантеллы на месте и с продвижением вперед;

шаг с подскоком и одновременным броском и сгибанием ноги в колене;

перескоки с ноги на ногу;

подскоки в полуприседании на полупальцах по III невыворотной позиции на месте и в повороте;

соскок двумя ногами во II невыворотную позицию с подниманием ноги, согнутой в колене перед собой накрест другой.

Самостоятельный просмотр, анализ и обсуждение материалов по теме: [www.costumer.narod.ru](http://www.costumer.narod.ru), [www.encyclopaedia.big.ru](http://www.encyclopaedia.big.ru), <https://ru.wikipedia.org>, [www.yandex.ru.video](http://www.yandex.ru.video), <https://www.youtube.com>.

#### Тема 4. Современный танец

##### **Теория 2 часа**

Физическая готовность и правильное дыхание при исполнении танцевальных композиций в манере «техно», джаз-модерн.

Принципы выполнения движений шестого года обучения: шаги действия рук; действия ног и корпуса.

Принцип исполнения танца в усложненных рисунках: соединение двух рисунков в один (2 диагонали, 2 круга, 2 квадрата).

##### **Практика 44 часа**

Исполнение танца в усложненных рисунках: соединение двух рисунков в один (2 диагонали, 2 круга, 2 квадрата), смещение рисунков танца в пространстве зала.

Выполнение движений: шаги с прыжками в продвижении (в любом направлении) с вращательно-круговыми действиями рук;

подъёмы из разных положений на полупальцы с бросками рук вверх;

вращательные движения коленями в сочетании с плечами и руками; техно шаг в прыжке и в повороте;

пружина в коленях, стопах, подъем на полупальцы с чередующимися движениями рук вверх и сторону;

кик шаг кросс с поступательно-возвратным рук и вращательные движения в наклоне, волна вперед;

контракция, круговые вращения, действия таза, сдвиг, раскачивания, шейк - тряски;

подскок кик с круговыми движениями; кой; бросковые движения ногой на 90° с шагом вперед;

осевое вращение на двух ногах с прижатыми руками;

летающие прыжки в продвижении с фиксированным положением рук.

Танцевальные комбинации в стилях: джаз-модерн, техно, хип-хоп: «Дело в шляпе», «Огонь и вода», «Я свободен».

Самостоятельный просмотр, анализ и обсуждение материалов по теме: [www.horeograf.com](http://www.horeograf.com), [www.encyclopaedia.big.ru](http://www.encyclopaedia.big.ru), <https://ru.wikipedia.org>, [yandex.ru/video](http://yandex.ru/video), <https://www.youtube.com>.

## Тема 5. «Хобби или призвание. Часы профориентации»

### Теория 1 час

Понятия «профессиональные пробы», «профориентация», «профессиональная самореализация», «профессиональный успех».

Понятия «рынок труда», «рейтинг 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 посредством сети Интернет.

## 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 52 часа

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).

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

Разучивание поз танца в положении стоя на месте.

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.

Самостоятельный просмотр, анализ и обсуждение материалов по теме: [www.youtube.com](http://www.youtube.com), [www.yandex.ru.video](http://www.yandex.ru.video).

Примерный репертуар:

1. «На вечеринке»;
2. «Гармония цвета»;
3. «Без тебя»;
4. «Шпион, выйди вон»;
5. «Тайна пустыни»;

Тема 7. Творческая мастерская

### **Теория 2 часа**

Особенности профессий танцора и хореографа. Пути профессионального освоения танцевальных профессий: Ленинградский областной колледж культуры и искусства.

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

### **Практика 16 часов**

Самостоятельное сочинение этюдов под классическую музыку.

Самостоятельное сочинение этюдов под современную музыку.

Формирование навыков актерского мастерства.

Исполнение танцевальной импровизации на выбранную тему.

Самостоятельный просмотр, анализ и обсуждение материалов по теме:

<http://www.lokkii.ru/> официальный сайт Ленинградского областного колледжа культуры и искусства;

[spb.gik.ru](http://spb.gik.ru) официальный сайт Санкт-Петербургского государственного института культуры.

Тема 8. Контрольное занятие

### **Практика 4 часа**

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

## **Планируемые результаты шестого года обучения**

### **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:**

- Знания о возможностях профессиональной самореализации в области танцевального искусства;
- умение исполнять в коллективе четыре-пять танцевальных композиций на основе элементов классического, народного (русского, итальянского) и современного танца;
- знание танцевальной терминологии шестого года обучения;
- умение выполнять гимнастические упражнения в ускоренном темпе;
- осознанное применение танцевальной лексики для создания разнохарактерных образов;
- умение самостоятельно сочинять и исполнять танцевальные этюды;
- умение исполнять классический и народно-характерный экзерсис шестого года обучения;
- развитие навыка поиска информации с использованием Интернет-ресурсов: творчество балетмейстера Б. Эйфмана, вопросы выбора профессии, планирования карьеры;
- владение устойчивым позитивным опытом профессиональных проб в танцевально-хореографическом направлении.