

Муниципальное казенное учреждение Управление образования  
Администрации Первомайского района  
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования  
«Центр дополнительного образования для детей»  
Первомайского района Томской области

Принята  
На заседании методического совета  
От 30.08. 2024г.  
Протокол № 1

Утверждаю  
Директор МБОУ ДО « ЦДОД»  
Н.А. Кротова  
№ 69-О от 02.09.2024г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА

«Сценическая пластика»

**Направленность:** художественная

**Возраст учащихся:** 7-17 лет

**Срок реализации:** 1 год

**Авторы-составители:**

Первова Зоя Михайловна, Первова Ольга Анатольевна,  
педагог дополнительного образования

П. Улу-Юл, 2024

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Каждый человек может всё, но не все об этом знают. Спектр возможностей поистине безграничен. Каждый может найти, что ему симпатично: магию перевоплощения, внутреннюю свободу, уверенность в себе, лёгкость и очарование общения; понимание, что в этом мире всё зависит от тебя, от того, как ты ощущаешь себя в нём. Каждый человек сможет почувствовать свою индивидуальность и неповторимость, таинственность других людей и мира вокруг. Ничего невозможного нет.

И задача педагога помочь ребёнку в период становления его личности, когда он стоит на распутье определить свои способности и желания.

Во все времена человек выражал в движении кульминацию своего эмоционального состояния. Ритуальные торжества и обряды, пластическая сторона которых имела определённый регламент, трудовые процессы и их имитация сыграли большую роль в зарождении искусства танца.

Танец – вид искусства, материалом которого являются движения и позы человеческого тела, поэтически осмысленные, организованные во времени и пространстве, составляющие некую единую художественную систему. Танец тесно связан с музыкой, вместе с нею образуя музыкально – хореографический образ.

Занятия в «Студии сценической пластики» познакомят ребёнка не только с культурой танца, его эстетическими и этническими направлениями, но при создании сценического образа помогут прикоснуться к великому искусству театра, миру музыки и богатейшему наследию бытового, исторического, театрального костюма. Юный человек научится владеть своим воображением, телом и точно выражать свои чувства.

Вид программы: авторская программа, соответствует требованиям Закона РФ «Об образовании», типовому положению об учреждениях дополнительного образования детей и согласована с программой общеобразовательной школы «Одарённые дети».

Новизна программы: «Студия сценической пластики» работает в непосредственном плодотворном сотрудничестве с мастерской «Театр костюма», что вносит весомые коррективы в творческий процесс, создавая неповторимый синтез сценической пластики и сценического костюма. Этот синтез позволяет стилизовать сценический танец, корни которого уходят в фольклорное искусство, имеющий множество разновидностей: классический, «модерн», джаз- танец и т. д. Результат сотрудничества – это яркое театрально – хореографическое шоу.

Программа актуальна для школ, занимающихся эстетическим воспитанием детей, сохранением традиционной культуры и развития художественно - прикладного творчества обучающихся.

### Педагогическая целесообразность

Программа способствует решению задач духовно-нравственного развития личности и включает комплекс дисциплин: основы классического танца, сценический танец (бальный, эстрадный, стилизованный народный и т. д.), культуру сценического образа: имидж-класс, школу моделей, , ритмику, т.е. осуществляет комплексный подход к становлению личности ребенка посредством музыки, движения, ритма, образа.

## Истоки и потенциал творческой деятельности



Программа «Студии сценической пластики» рассчитана на занятия с детьми разного возраста:

I группа - дети 9-10 лет (11 человек)

II группа – дети 11-13 лет (10 человек)

III группа – дети 14 -17 лет (12 человек)

В процессе занятий сочетается групповая и индивидуальная работа. Образовательный процесс строится в соответствии с возрастными, психологическими возможностями и способностями детей, что предполагает возможную и необходимую коррекцию времени и режима занятий.

**1.1 Цель программы:** помочь почувствовать и приоткрыть творческие желания и возможности ребёнка, дать толчок дальнейшему развитию воображения, внимания, выразительности. Научить управлять своими эмоциями и настроением не только по своему желанию, но и по задаче педагога.

**1.2 Цель может быть достигнута при решении ряда задач:**

1. Развития творческих способностей, адекватное выражение внутреннего состояния физическими действиями.
2. Создание педагогических условий, способствующих реализации программы.
3. Соблюдение принципа культуросообразности образовательного процесса.
4. Организация досуга, решение проблемы свободного времени.

5. Обучение: устранение скованности, физическое раскрепощение, развитие выразительности тела. Оценивать свою деятельность. Строить отношения с товарищами в процессе занятий.

Программа рассчитана на разновозрастную группу (юношей и девушек) с 1 по 11 классы.

### **Направления:**

1. Основы классического танца (основные нормативы классического танца).
2. Сценический танец (стилизация разновидностей танца).
3. Ритмика (развитие координации и физических способностей).
4. Школа моделей (дефиле, особенности группового показа одежды, демонстрация сценического костюма).
5. Имидж – класс (зрелищные прически, сценический макияж).

### Методы работы

Для развития навыков творческой работы, прочного усвоения детьми материала, фиксации наблюдений и исследований, используются следующие методы работы:

- словесные
- наглядные
- практические
- инструктажа
- демонстрации
- повтора

### Формы работы

Для раскрытия творческого и интеллектуального потенциала детей программа включает следующие формы работы:

#### *Теоретический цикл:*

- Беседы
- Лекции
- Демонстрации
- Видео
- Интернет-ресурсы

#### *Практический цикл:*

- Практические занятия
- Концерты
- Конкурсы

### Прогнозируемые результаты и критерии их замера.

В результате прохождения программного материала обучающиеся имеют представление о:

- истории мировой и народной культуры;
- основах классического танца;
- основах народного танца и его стилизации;
- основах бального и историко - бытового танца;
- о комплексе упражнений по развитию координации и физических способностей;
- дефиле;
- культуре сценического образа;
- культуре труда и здоровьесбережений.

По окончании изучения содержания дисциплины учащиеся должны *знать*:

- основы классического танца;
- основы бального танца;
- основы народного танца;
- разновидности танца;
- технологию создания хореографического номера;
- виды упражнений по растяжке мышц и укреплению опорно - двигательного аппарата;
- культуру подиума-правила дефиле, особенности группового показа одежды и демонстрации сценического костюма;
- культуру сценического образа-правила и приемы создания имиджа (зрелищные прически, как вид прикладного искусства, сценический макияж);

*должен уметь*:

- выполнять поставленные педагогом задачи;
- самостоятельно приобретать и применять на практике знания по основам классического и сценического танца;
- наблюдать и объяснять условия композиции творческого номера, ориентироваться в соответствии хореографического и музыкального материала;
- представлять костюм на сцене;
- управлять эмоциональным фоном на сцене;

В результате занятий у детей будут развиты такие качества, как умение строить отношения с товарищами в процессе коллективной работы, оценивать свою деятельность.

#### Формы подведения итогов.

Программой предусмотрены следующие формы контроля:

- выполнение практических занятий по освоению элементов классического и сценического танца;
- создание хореографических номеров;
- участие в концертах и конкурсах;
- участие в групповых представлениях Театра костюма.

В процессе занятий сочетается групповая и индивидуальная работа. В течении учебного года обучающиеся студии принимают участие в мероприятиях муниципалитета (День знаний, День лесника, День Победы и т. д.). В конце учебного года проводится отчетный концерт для жителей поселения, включающий творческие номера и театрализованные представления коллекций Театра костюмов.

Образовательный процесс строится в соответствии с возрастными, психологическими возможностями и особенностями детей.

### **Учебно-методическое обеспечение**

- Методическая литература
- Видео и Интернет материалы
- Коллекции наглядных пособий
- Инструкционно - технологические карты
- Авторский эскиз

### **Материально-техническое обеспечение**

- хореографический зал для занятий пластикой и танцем, площадью 118 кв. метров
- концертный зал с техническим оснащением, системой усиления звука, радиоаппаратурой;
- декорации к театрализованным показам;
- компьютер, проектор.
- магнитофон для проведения репетиций и занятий;
- специально систематизированная фонотека инструментальной музыки (для занятий дефиле, сценической пластикой, основами музыкальности и пением);
- видеокамера, фотоаппарат.

### Учебно – тематический план:

|       | Тема                         | Общее количество часов | Теоретическ. занятия (час) | Постановочн. занятия(час) |
|-------|------------------------------|------------------------|----------------------------|---------------------------|
| 1     | Классический танец           | 126                    | 16                         | 110                       |
| 2     | Сценический танец            | 243                    | 23                         | 220                       |
| 3     | Ритмика                      | 63                     | 13                         | 50                        |
| 4     | Культура подиума             | 54                     | 10                         | 44                        |
| 5     | Культура сценического образа | 116                    | 16                         | 100                       |
| 6     | Изучение видеоматериала      | 10                     | 10                         |                           |
| Итого |                              | <b>612</b>             | <b>88</b>                  | <b>524</b>                |

### Содержание программы

| № | Программный материал       | Теоретические занятия  | Практические занятия  |
|---|----------------------------|--|---|
| 1 | Основы классического танца | <p>1.1 Постановка корпуса, ног, рук, головы.</p> <p>1.2 Терминология основных элементов классического танца: де ми плие, гранд плие; батман тандю; жете; ронд де жамб партер; фондю; фрапе; анлер; птибатман; девлёпе; гранд батман.</p> | <p>Отработка лицом к палке в I позиции, затем одной рукой во II, V, III позиции. Музыкальное сопровождение.</p> <p>Проучивание элементов по тактам лицом к «станку» в I позиции, затем боком к палке во II, V позиции, Музыкальное сопровождение.</p> |
|   |                            | 2.1 Знакомство с разновидностями сценического танца: народный, бальный, «модерн», джаз-танец, диско-   | Постановка танца: проучивание и отработка шагов, элементов, комбинаций и схемы  |

|   |                              |  |  |
|---|------------------------------|--|--|
| 2 | Сценический танец            | <p>танец и т.д..</p> <p>2.2 Лексика и партитура танца, их характерные черты, обусловленные эстетическими или этническими признаками.</p> <p>2.3 Знакомство с особенностями сценического костюма, соответствующего определённому танцу.</p> | танца.   |
| 3 | Ритмика                      | 3.1 Знакомство с комплексом упражнений, способствующим растяжке и гибкости мышц от линии шеи до стопы. Развитие чувства ритма.   | Проучивание основной группы элементов, создание вариативных композиций с музыкальным сопровождением.   |
| 4 | Культура подиума             | <p>4.1 Дефиле.</p> <p>4.2 Правила групповой демонстрации.</p>  | <p>Постановка корпуса, рук, ног. Изучение основных позиций, переходов, поворотов в движении.</p> <p>Синхронная работа демонстраторов, линейное, диагональное движение и перестроение, формы группового построения.</p> |
| 5 | Культура сценического образа | 5.1 Подача сценического костюма. Анализ заданной темы.   | <p>Индивидуальный и групповой показ коллекции с использованием выразительных средств: хореографии, актёрского мастерства, дефиле.</p> <p>Зрелищные причёски,</p>   |



|  |  |                  |  |
|--|--|------------------|--|
|  |  | 5.2 Имидж- класс | сценический макияж, обогащающий сценический образ. |
|--|--|------------------|--|

## Тематический план

### Основы классического танца.

| Темы          |  | Количество часов  |                 |            |
|---------------|--|-------------------|-----------------|------------|
|               |  | Теоретич. занятия | Постанов. часть | Итого      |
| 1.            | Вводное занятие  | 1                 |                 | 1          |
| 2.            | Постановка корпуса. Позиции рук, ног, головы. Препарасьон. | 1                 | 3               | 4          |
| 3.            | Де ми плие   | 1                 | 6               | 7          |
| 4.            | Батман тандю   | 1                 | 6               | 7          |
| 5.            | Батман тандю жетэ. Пике.                                   | 1                 | 6               | 7          |
| 6.            | Рон де жамб  | 1                 | 6               | 7          |
| 7.            | Сюр ле ку де пье.  | 1                 | 6               | 7          |
| 8.            | Батман фрапе.  | 1                 | 6               | 7          |
| 9.            | Батман фондю.  | 1                 | 6               | 7          |
| 10.           | Релевелянт.  | 1                 | 6               | 7          |
| 11.           | Гранд батман.  | 1                 | 6               | 7          |
| 12.           | Пор де бра.  | 1                 | 6               | 7          |
| 13.           | Девлёпе.   | 1                 | 6               | 7          |
| 14.           | Вариации.  | 3                 | 41              | 44         |
| <b>Итого:</b> |  | <b>16</b>         | <b>110</b>      | <b>126</b> |

- Вводное занятие:** содержание работы и план занятий (исторический экскурс, область применения). Правила безопасности при работе в хореографическом зале, на балетном станке. Организационные вопросы.
- Постановка корпуса.** Работа лицом к станку. Боком к станку в I, V позиции. Позиции рук. Подготовительная, I, II, III позиции. Переходы из позиций. Позиции ног. I, II, III, IV, V, VI. Работа лицом к станку. Боком к станку. Препарасьон – подготовительное положение. Понятие опорная и работающая нога.
- Упражнения по классическому танцу.** *Де ми плие.* Терминология. Проучивание лицом к станку. Боком к станку, препарасьон, ноги в I позиции.
- Батман тандю.* Терминология. Проучивание лицом к станку. Боком к станку, препарасьон, ноги в I позиции (по кресту).
- Батман тандю жетэ.* Пике. Терминология. Проучивание лицом к станку. Боком к станку, препарасьон, ноги в I позиции (по кресту).
- Рон де жамб.* Терминология. Проучивание лицом к станку. Боком к станку, препарасьон, ноги в I позиции.
- Сюр ле ку де пье.* Терминология. Проучивание лицом к станку. Боком к станку, препарасьон, ноги в I позиции (по кресту).
- Батман фрапе.* Терминология. Проучивание лицом к станку. Боком к станку, препарасьон, ноги в I позиции (по кресту).

9. *Батман фондю*. Терминология. Проучивание лицом к станку. Боком к станку, препарасьон, ноги в V позиции (по кресту).
10. *Релевелянт*. Терминология. Проучивание лицом к станку. Боком к станку, препарасьон, ноги в V позиции.
11. *Гранд батман*. Терминология. Проучивание боком к станку, препарасьон, ноги в V позиции (по кресту).
12. *Пор де бра*. Терминология. Проучивание лицом к станку. Боком к станку, препарасьон, ноги в I позиции, V позиции. Руки II, III, позиции.
13. *Девлёпе*. Терминология. Проучивание боком к станку, препарасьон, ноги в V позиции (по кресту).
14. *Вариации*. Выполнение упражнений по классическому танцу в различных комбинациях.

## Тематический план

### Сценический танец.

| Темы          |   | Количество часов  |                 |            |
|---------------|---|-------------------|-----------------|------------|
|               |   | Теоретич. занятия | Постанов. часть | Итого      |
| 1.            | Вводное занятие   | 1                 |                 | 1          |
| 2.            | Аргентинское танго                                      | 7                 | 80              | 87         |
| 3.            | Бальные танцы (европейская программа), историко-бытовой | 6                 | 54              | 60         |
| 4.            | Стилизация народного танца                              | 7                 | 64              | 71         |
| 5.            | Диско- танец  | 2                 | 22              | 24         |
| <b>Итого:</b> |   | <b>23</b>         | <b>220</b>      | <b>243</b> |

1. **Вводное занятие:** содержание работы и план занятий (знакомство с разновидностями сценического танца). Правила безопасности при работе в хореографическом зале. Организационные вопросы.
2. **Аргентинское танго.** Знакомство с танцем. Основа - классический танец с импровизацией. Постановка корпуса партнёра, партнёрши в паре. Основные шаги. Базовые классические элементы и элементы сценического танго. Музыка диктует лексику танца.
3. **Бальные танцы.** Европейская программа: вальс, танго, фокстрот, квикстеп, медленный вальс.

*Венский вальс.* Знакомство с танцем (время и место возникновения, лексика и партитура танца, особенности сценического костюма). Постановка корпуса партнёра, партнёрши в паре. Основные шаги. Правый-левый поворот. Флекер. Контр чек. Балансе (боковое, встречное, диагональное, с вращением), дорожки.

*Танго.* Знакомство с танцем (время и место возникновения, лексика и партитура танца, особенности сценического костюма). Постановка корпуса партнёра, партнёрши в паре. Основные шаги партнёра, партнёрши в паре. Звено. Закрытый променад. Открытый променад. Закрытый левый поворот. Открытый левый поворот. Фор стэп. Файв стэп. Правый рок-поворот.

*Квикстеп.* Знакомство с танцем (время и место возникновения, лексика и партитура танца, особенности сценического костюма). Постановка корпуса партнёра, партнёрши в паре. Основные шаги партнёра, партнёрши в паре. Четвертные повороты, правый поворот, прогрессивное шоссе, локк - степ, правый спин – поворот.

*Медленный вальс.* Знакомство с танцем (время и место возникновения, лексика и партитура танца, особенности сценического костюма). Постановка корпуса партнёра, партнёрши в паре. Основные шаги партнёра, партнёрши в паре. Закрытая перемена, проходящая перемена, правый и левый поворот, правый спин – поворот, внешняя перемена, виск, синкопированное шассе, плетение из променадной позиции.

Историко- бытовые танцы

4. **Стилизация народного танца:** *русский, северный, цыганский, ирландский, кантри, восточный, испанский и т.д..*

Знакомство с танцем: (лексика и партитура танца, особенности сценического костюма). Постановка корпуса. Основные шаги, элементы, движения, связки, характерные для определённого танца.

6. **Диско-танец, Хастл.** Знакомство с танцем (время и место возникновения, лексика и партитура танца, особенности сценического костюма). Постановка корпуса партнёра, партнёрши в паре. Основные шаги партнёра, партнёрши в паре. Смена мест, поворот партнёрши под рукой. Вкручивание партнёра. Вертушка. Смена мест с набросом руки и вращением партнёрши на месте. Вращение в паре. Комбинации связок.

## Тематический план

### Ритмика

| Темы          |                 | Количество часов  |                 |           |
|---------------|-----------------|-------------------|-----------------|-----------|
|               |                 | Теоретич. занятия | Постанов. часть | Итого     |
| 1.            | Вводное занятие | 1                 |                 | 1         |
| 2.            | Фитнес          | 6                 | 25              | 31        |
| 3.            | Партер          | 6                 | 25              | 31        |
| <b>Итого:</b> |                 | <b>13</b>         | <b>50</b>       | <b>63</b> |

- 1. Вводное занятие:** содержание работы и план занятий. Правила безопасности при работе в хореографическом зале. Организационные вопросы.
- 2. Фитнес:** разминка (элементы аэробики, классики, джаза). Комплекс упражнений на все группы мышц.
- 3. Партер:** разминка. Комплекс упражнений на растяжку и гибкость на полу и у станка.

## Тематический план

### Культура подиума

| Темы          |                                | Количество часов  |                 |           |
|---------------|--------------------------------|-------------------|-----------------|-----------|
|               |                                | Теоретич. занятия | Постанов. часть | Итого     |
| 1.            | Вводное занятие                | 1                 |                 | 1         |
| 2.            | Дефиле                         | 4                 | 20              | 24        |
| 3.            | Правила групповой демонстрации | 5                 | 24              | 29        |
| <b>Итого:</b> |                                | <b>10</b>         | <b>44</b>       | <b>54</b> |

**1. Вводное занятие:** содержание работы и план занятий. Правила безопасности при работе в хореографическом зале. Организационные вопросы.

**2. Дефиле:** правила движения по подиуму. Постановка корпуса, рук, ног. Изучение основных позиций. Статика, динамика движения, переходы, повороты.

**3. Правила групповой демонстрации:** синхронная работа демонстраторов. Линейное, диагональное движение и перестроение. Формы группового построения (ломанная линия, шахматный порядок и т.д.).

## Тематический план

### Культура сценического образа

| Темы          |                             | Количество часов  |                 |            |
|---------------|-----------------------------|-------------------|-----------------|------------|
|               |                             | Теоретич. занятия | Постанов. часть | Итого      |
| 1.            | Вводное занятие             | 1                 |                 | 1          |
| 2.            | Подача сценического костюма | 10                | 80              | 90         |
| 3.            | Имидж-класс                 | 5                 | 20              | 25         |
| <b>Итого:</b> |                             | <b>16</b>         | <b>100</b>      | <b>116</b> |

**1. Вводное занятие:** содержание работы и план занятий. Правила безопасности при работе в хореографическом зале. Организационные вопросы.

**2. подача сценического костюма.**

2.1 Индивидуальная работа. Анализ заданной темы (модель «Театра костюма»). Дефиле + хореография + актёрское мастерство.

2.2 Групповая работа. Постановка показа коллекции. Порядок индивидуального дефиле, расстановка по точкам, групповая демонстрация, финальный проход.

**3. Имидж-класс.** Создание зрелищных причёсок (пастижерные изделия, парики, декоративные дополнения и украшения), макияжа (сценический грим, визаж), завершающих демонстрируемый образ.

Выход на областной, региональный, международный уровень обусловлен представлением коллекций образцового коллектива «Театр костюма».

## **Список литературы:**

1. Ваганова А. Основы классического танца.- Л., 1980.
2. Ткаченко Т. Народный танец- М., 1967.
3. Тарасов М. Классический танец- М., 1981.
4. Смирнов И. Искусство балетмейстера- М., 1986.
5. Беликова М. Бальные танцы- М., 1984.
6. Бекина С. Музыка и движение- М., 1983.
7. Вайцеховский С. Физкультура и здоровье- М., 1985.
8. Иллюстрированный энциклопедический словарь- М., 1997.
9. Медведева Р. Эстетика – Г., 1989.
10. Каминская Н, История костюма – М., 1986.
11. Мерцалова М. Поэзия народного костюма- М., 1988.
12. Жаклин Морли. Штрихи времени- М., 1994.
13. Захаржевская Р. Костюм для сцены.- М., 1983.
14. Козлова Т. Сценические образы.- М., 1985.
15. Интернет- ресурсы.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 284904154893307766464458434654888258361777585635

Владелец Кротова Наталья Анатольевна

Действителен с 03.09.2024 по 03.09.2025