

Управление образования муниципального образования город Алексин  
муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр развития творчества детей и юношества»

ПРИНЯТО

педагогическим советом

протокол № 1  
от «дт» дс 20дд г.

УТВЕРЖДАЮ



Директор МБУ ДО «ЦРТДиЮ»

Н.Н.Харитонов

приказ от дт.08 20дд г. № 56-д

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

**«Танцуй и пой»**

Возраст обучающихся: 7 - 18 лет  
Срок реализации: 1 год

Автор - составитель:  
Добринина Марина Викторовна,  
педагог дополнительного образования

Алексин  
2020

Хорошее движение – это не красивость,  
пластичность и изящество вообще,  
а действие логическое, последовательное,  
целенаправленное по смыслу,  
точное и экономное по качеству исполнения»  
К.С.Станиславсий

### **Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцуй и пой» (далее – Программа) разработана в соответствии с: Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Концепцией развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р), Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 г. № 196 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, уставом МБУ ДО «ЦРТДиЮ» и другими нормативными документами, регламентирующими деятельность организации дополнительного образования.

Программа ориентирована на развитие общей и эстетической культуры обучающихся, их художественных способностей и склонностей в сценическом искусстве.

Программа "Танцуй и пой" является сопутствующей к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе "Браво!", художественной направленности.

#### **Направленность - художественная.**

**Актуальность.** Сегодня музыкальная эстрада занимает одно из ведущих мест в «массовой культуре». Большая популярность жанра среди детей и подростков оказывает влияние на широкое распространение эстрадных вокальных коллективов в нашей стране. Вместе с тем, нарастающая конкуренция, а также повышение общего уровня культуры музыкальной эстрады оказывают большое влияние на повышение требований не только к качеству исполнения вокальной партитуры, но и к сценической зрелищности, заполняемости номера, непосредственному обращению к зрителю. Именно поэтому занятия по сценическому движению прочно утвердились как средство специализированной подготовки будущих артистов музыкальной эстрады, помогая не только сделать концертные номера более яркими и зрелищными, но и оказывая большое влияние на эстетическое воспитание детей и подростков.

Пластической культуре артиста посвящено множество книг и учебных пособий. Однако, все фундаментальные труды, такие как «Основы сценического движения» И. Коха, «Биомеханика» Вс. Мейерхольда посвящены воспитанию внешней техники драматического артиста театра и кино, в то время как содержание и состояние пластики артистов музыкальной эстрады находится за рамками глубокого осмысления профессиональным сообществом. Именно это определило актуальность написания данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по работе над сценическим движением для вокалистов.

Недостаточность основательного подхода к работе над сценической пластикой эстрадных певцов, информационная перенасыщенность сценического поведения артиста антихудожественными примерами влечет за собой риск ухудшения пластической культуры музыкальной эстрады в целом. Поэтому, наряду с формированием у обучающихся «правильного» поведения на сцене, важно научить их ориентироваться в потоке музыкальной информации, отличать антихудожественные элементы как символ моды от элементов пластической культуры, сделать им «раннюю прививку» хорошего вкуса.

Занятия по сценическому движению способствуют также развитию у обучающихся самостоятельного творческого мышления, объемного восприятия окружающего мира; овладению основными элементами актерского мастерства, сценической речи. Освоение азов актерской техники служит почвой для органического существования исполнителя в

предлагаемых обстоятельствах, сохранения его индивидуальных особенностей, создания сценического образа.

Главная задача вокалиста – при оптимальных энергетических затратах достичь максимальной выразительности. Благодаря систематическим занятиям, одновременно с вокальным и двигательным образованием обучающиеся совершенствуют мышление, внимание и аналитические способности, развивают умение управлять не только своим телом, но и эмоциями, учатся выражать чувства и взаимодействовать с другими людьми, эмоционально развиваться и расти. Занятия по сценическому движению помогают обучающимся стать коммуникабельными, харизматичными и, в дальнейшем, успешными в жизни людьми.

**Отличительной особенностью данной программы является синтез движения и музыки, формирующий у обучающихся сферу чувств, координацию, музыкальность и артистичность; развивает слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память; учит благородным манерам; воспитывает художественный вкус.**

**Адресат.** Программа адресована обучающимся в возрасте **с 7 до 18 лет.**

Педагог постоянно занимается эстетическим воспитанием детей, с тем, чтобы они были всесторонне подготовлены к художественному восприятию и созиданию действительности. В основе этого воспитания лежит формирование любви к своей национальной культуре, народному творчеству, интересу и пониманию красоты окружающего мира, общения. Все эти задачи воспитания неотделимы от возрастных и индивидуальных особенностей детей. Возрастными особенностями принято называть анатомо-физиологические и психологические особенности характера того или иного возрастного периода.

В тесной связи с возрастными особенностями находятся индивидуальные – устойчивые свойства личности, характера, интересов, умственной деятельности, присущие тому или иному ребенку и отличающие его от других.

В **7-10 - летнем возрасте** все еще слабо развита детская моторика, высокая утомляемость, эмоциональная возбудимость, развитие образной памяти (через красочный рассказ, яркие сравнения) – таковы особенности психического развития детей 7-10 лет.

Дети этого возраста уже школьники, они могут сравнительно долго удерживать внимание, но, тем не менее, они нуждаются в частой смене движений. Длительное сохранение статического положения для них утомительно.

Запас двигательных навыков детей еще не велик. Движения детей еще плохо организованы и координированы для сложных упражнений. Относительная слабость мускулатуры и гибкость костей могут привести к плохой осанке и искривлению позвоночника. Двигательный аппарат ребенка недостаточно окреп, что вызывает необходимость внимания к дозировке упражнений.

Внимание детей еще не устойчиво. Они легко отвлекаются, легче воспринимают конкретный материал, живой образ для них ближе, нежели отвлеченные понятия. Игра в процессе занятия представляется естественной. Их эмоции яркие и проявляются открыто и непосредственно. В этом возрасте дети жизнерадостны и доверчивы.

С этого возраста дети начинают видеть свои и чужие недостатки, начинают сравнивать себя с другими.

**10-14 лет** – в этот период происходят быстрые количественные изменения и качественные перестройки в организме. Ребенок быстро растет (5-6, а то и 10 см в год). С интенсивным ростом скелета и мышц происходит перестройка моторного аппарата, которая может выражаться в нарушениях координации движений (говорят: стал таким неуклюжим).

Этот возрастной период характеризуется бурным ростом ребенка и физиологической перестройкой всего организма. У подростка возникает чувство тревоги, повышенная возбудимость, резкая смена настроения, быстрая утомляемость. Они обидчивы. Педагогу нужно быть осторожным и деликатным в своих высказываниях, не подчеркивать значение результата и не сомневаться в возможностях ребенка. В этом возрасте нередко проявляется раздражительность, обидчивость, вспыльчивость, резкость (дети порой сами не понимают, что с ними происходит). Появляется острая потребность в самоутверждении, стремлении к самостоятельности- оно исходит из желания быть и считаться взрослым.

**14-18 лет** - это период завершения физического созревания, когда организм достигает биологической зрелости, поэтому стремление выделиться, обратить на себя внимание, интерес к противоположному полу становится особенно значительными. Отсюда озабоченность своей внешностью, стремление к броским нарядам.

Юность особенно чувствительна к внутренним психологическим проблемам. Этот возраст ценит в себе и других убеждения, кругозор, умственные способности, волю, стремятся к росту, развитию, творчеству, критическому мышлению. Подростки уделяют повышенный интерес к человеческой личности и межличностному общению, которое становится особенно значительным и избирательным.

Физически подростки готовы к большой нагрузке. Они сами уже осознают уровень своей танцевальной подготовки и начинают стремиться к лучшему, тем более, если есть на кого равняться. Им начинает доставлять удовольствие физическая нагрузка, многократное повторение упражнения. Они начинают “слышать” свое тело, ощущать работу определенных мышц.

Для успешной работы педагог должен разбираться в особенностях каждого возраста. Умело, согласно возрастным особенностям распределять физическую нагрузку.

**Уровень освоения программы** – базовый.

**Срок реализации программы** – 1 год.

### **Цель и задачи программы**

#### **Цель программы**

Формирование пластической культуры через обучение основам сценического движения.

#### **Задачи программы**

*Обучающие:*

- освоить язык жестов и движений как основные средства пластического искусства;
- сформировать, воздействуя на двигательный аппарат обучающегося, его эмоциональную сферу, координацию, музыкальность и артистичность, развить слуховую, зрительную, моторную (или мышечную) память при помощи движения и музыки;
- сформировать первоначальные навыки сценической культуры, необходимые для работы над пластическим воплощением образа;
- выработать способность легко осваивать любые новые сценические навыки и умения;
- научить активно использовать свои знания и умения не только на занятиях сценическим движением, но и в самостоятельной работе над сценическим образом.

*Развивающие:*

- развивать пластические и танцевальные навыки;
- развивать артистизм достаточный для выступления на сцене, выразительность исполнения, основанный на осознанном анализе исполняемого произведения;
- расширять кругозор в области пластического воплощения различных сценических образов, развить художественный вкус;
- развить музыкальное восприятие и образное мышление;
- развивать стремление к творческому самовыражению.

*Воспитательные:*

- воспитывать самодисциплину, трудолюбие, уверенность в своих силах;
- воспитывать стремление к постоянному самосовершенствованию, достижению жизненных целей путем развития своих способностей;
- воспитывать чувство товарищества, личной ответственности, взаимопонимания и поддержки;
- способствовать формированию активной жизненной позиции, российской гражданской идентичности.

### **Особенности организации образовательного процесса**

Принимаются обучающиеся, занимающиеся в вокальном объединении «Браво!». Зачисление на обучение по программе осуществляется по желанию детей, по заявлению их родителей (законных представителей).

Занятия по программе имеют общую тематическую направленность, что позволяет проводить их одновременно со всеми обучающимися в едином коллективе, разновозрастном по составу, усложнять задания в соответствии с их возрастными особенностями, степенью освоения ими программного материала.

**Форма обучения** - очная.

Место проведения занятий - хореографический зал.

Занятия проводятся в **групповой** форме.

**Объём учебных часов по программе:** 72 часа.

**Формы организации деятельности обучающихся на занятии** – занятия по сценическому движению проводятся в группе (подгруппе).

**Режим работы:** 2 раза в неделю - по 1 часу или 1 раз в неделю - 2 часа.

Продолжительность учебного занятия 45 минут, перемена - 5-10 минут.

Продолжительность образовательного процесса - 36 учебных недель.

Начало занятий групп с 11 сентября текущего года, завершение образовательного процесса - 31 мая следующего года.

### **Планируемые результаты**

*Личностные:*

- формирование самодисциплины, трудолюбия, способности к преодолению трудностей; воли и ответственности, добросовестности, усердия, уверенности в своих силах;
- развитие мотивированной потребности к реализации саморазвития и самосовершенствования в сценической деятельности и жизни в целом;
- приобретение позитивного опыта работы в коллективе, развитие чувства товарищества, личной ответственности, взаимопонимания и поддержки;
- развитие патриотических чувств, формирование осознанной российской гражданской идентичности на основе уважения и признания певческих и пластических традиций, духовного наследия.

*Метапредметные:*

- формирование умения самостоятельного поиска необходимой информации по направлению сценической пластики артиста, а также навыков анализа и систематизации информации в области пластического искусства вокалиста;
- развитие пластических и танцевальных навыков;
- формирование стремления к творческому самовыражению;
- развитие вокально-двигательной координации, артистизма, а также выразительности исполнения различных произведений;
- расширение кругозора, развитие художественно-эстетического вкуса, ценностного отношения к мировому культурному вокальному наследию, критического отношения к современному вокальному искусству.

*Предметные:*

- приобретение навыка работы с языком жестов и движением, как основными средствами пластического искусства;
- формирование эмоциональной сферы, координации, музыкальности и артистичности, развитие слуховой, зрительной, моторной (или мышечной) памяти при помощи движения и музыки;
- формирование первоначальных навыков сценической культуры, необходимых для работы над пластическим воплощением образа;
- выработка способности легко осваивать любые новые сценические навыки и умения;
- формирование потребности активно использовать свои знания и умения не только на занятиях сценическим движением, но и в самостоятельной работе над сценическим образом.

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Тема занятия	Теория	Практика	Всего	Форма контроля
1	Вводное занятие. Обзор программы. Инструктаж по ТБ с обучающимися.	2	0	2	Беседа
2	Основы сценического движения. Простые двигательные навыки (походка, осанка, положение тела)	2	32	34	Контрольное занятие
3	Координация движений, равновесие.	2	4	6	Контрольное занятие
4	Пластика рук.	2	20	22	Контрольное занятие
5	Концертная деятельность.	0	6	6	Концертные и конкурсные выступления
6	Итоговое занятие.	0	2	2	Отчетный концерт
<b>Итого:</b>		<b>8</b>	<b>64</b>	<b>72</b>	

### Содержание программы

#### 1. Раздел 1. Вводное занятие (2 часа).

*Теория (2 часа).* Знакомство с программой. Режим занятий. Инструктаж по технике безопасности.

#### 2. Раздел 2. Основы сценического движения. Простые двигательные навыки (походка, осанка, положение тела) (34 часа).

*Теория (2 часа).* Теоретические аспекты предмета, понятия "пластика", "движение", "действие", "сценический штамп".

*Практика (32 часа).* Выполнение технических этюдов. Тренинг на движения, походка вперед и назад, в стороны и по диагонали. Тренинг на раскрепощение, мышечный тонус и осанку.

#### 3. Раздел 3. Координация движений и равновесие (6 часов).

*Теория (2 часа).* Координация, ловкость, равновесие. Их взаимосвязь.

*Практика (4 часа).* Тренинги и упражнения на равновесие, ловкость, координацию (воображаемое бревно, канат, "зовем-прогоняем", веер).

#### 4. Раздел 4. Пластика рук (22 часа).

*Теория (2 часа).* Пластика рук. Ознакомление с принципами работы над актерским жестом (осмысленность, целостность и целесообразность).

*Практика (20 часов).* Проводится в форме упражнений и этюдов. Использование мячей и других вспомогательных предметов. Основы жонглирования. Моторные упражнения (поднимание и опускание, "волна", "рыбка", "змея", "когти", "птица").

#### 5. Раздел 5. Концертная деятельность (6 часов).

*Практика (6 часов).* Участие обучающихся в процессе репетиционной деятельности, где они оттачивают свои навыки по сценическому движению для применения их в концертных и конкурсных выступлениях

#### 6. Раздел 6. Итоговое занятие (2 часа).

*Практика (2 часа).* Отчетный концерт.

### КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

#### «Танцуй и пой»

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1	11.09	31.05	36	72	1 раз в неделю 2 часа; 2 раза в неделю по 1 часу

## МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

**Материально-техническое обеспечение программы:** хореографический зал, оборудованный зеркалами; душевая комната и санузел, оснащенный горячей и холодной водой; раздевалки; освещение естественное (окна) и искусственное (лампы дневного света); аппаратура для озвучивания учебных занятий; коврики; инвентарь.

**Кадровое обеспечение программы:** программу реализует педагог дополнительного образования, соответствующий необходимым квалификационным требованиям.

## ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ

По программе предусмотрено проведение текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.

Цель текущего контроля – установление фактического уровня теоретических знаний и практических умений по темам (разделам) программы.

Форму текущего контроля успеваемости определяет педагог с учетом контингента обучающихся, уровня обученности обучающихся, содержания учебного материала, используемых образовательных технологий и предусматривает следующие формы: беседа, контрольное занятие, выступления на конкурсах и концертах.

Промежуточная аттестация проводится один раз в конце учебного года.

Формы промежуточной аттестации: отчетный концерт.

Мониторинг включает определение высокого, среднего, низкого уровня обученности (проверка теоретических знаний и практических умений и навыков) и личностного развития. Педагог, используя критерии и показатели, степень выраженности оцениваемого качества, определяет уровни обучения и развития каждого обучающегося. Низкий уровень – 1 балл, средний уровень – 2 балла, высокий уровень – 3 балла. В итоге баллы в соответствии с уровнями переводятся в проценты.

Результаты промежуточной аттестации заносятся в диагностическую карту результатов обучения и развития обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе. Критерии и показатели результативности обучения и развития обучающихся для промежуточной аттестации определяются приложением к диагностической карте результатов обучения и развития обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе.

По итогам промежуточной аттестации за учебный год обучающиеся считаются выбывшими в связи с окончанием обучения по программе.

## МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

При организации учебно-воспитательного процесса используются различные педагогические технологии, формы и методы обучения, в соответствии с возрастными особенностями обучающихся:

*объяснительно-иллюстративные* (демонстрация видеозаписей, иллюстрации);

*репродуктивные* (работа по образцам);

*дифференцированный подход*;

*здоровьесберегающие технологии* позволяют сохранить здоровье детей;

технология коллективной творческой деятельности;

*творческие* (творческие задания) и др.

При реализации программы используются различные методы:

*словесные:* объяснение, рассказ, беседа, работа с книгой, инструктаж;

*наглядные:* демонстрация (иллюстраций, фотоматериала), показ педагогом образца выполнения задания;

*практические:* наблюдение, практическое задание, самостоятельная работа, упражнение.

Работа на занятиях проводится в основном фронтально, но часто требуется индивидуальный подход к обучающимся. Для воспитания творческой активности детей все этапы сопровождаются поиском и сбором материалов, открыток, фотографий. Большое воспитательное значение имеет оформление помещения, где ведутся занятия.

*Дидактический материал, техническое оснащение занятий:*

методические пособия для педагога: методическая литература по программе, справочные материалы, тематические подборки; методические подборки для обучающихся: задания репродуктивного и творческого характера; аппаратура для озвучивания учебных занятий.

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам детских хореографических коллективов, балетных школ и студий. «РЕСПЕКС». «ЛЮКСИ», Санкт-Петербург, 1996 г.
2. Карпов Н. Уроки сценического движения, Москва, 2010 г.
3. Ковалева Т., Чемрукова В. Танцевальный микс, Минск, 2010 г.
4. Пуртова Т. В., Беликова А. Н., Кветная О. В. Учите детей танцевать. – «Владос», Москва, 2004г.
5. Савчук О. Школа танцев для детей от 3х до 14 лет. – «Ленинградское издательство», 2009 г.
6. Смирнов И. В. Искусство балетмейстера, Москва, «Просвещение», 1986 г.
7. Федорова Г. П. Танцы для мальчиков. Методическое пособие. «Музыкальная палитра», Санкт-Петербург, 2011 г.
8. Федорова Г. П. Поиграем, потанцуем. Игровые упражнения и пляски для детей младшего и среднего дошкольного возраста. «Детство-Пресс», Санкт-Петербург, 2002г.