

ОСВІТНЯ ПРОГРАМА

Денс-студії

(Сучасна нетрадиційна хореографія)

Авторська програма

Керівник клубу _____

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Танці - найкрасивіший вид фізичної активності, який не має вікових рамок. Танці - як тренінгу не поступаються плаванню і бігу, а за впливом на фігуру - шейпінгу.

Танці - заповнюють дефіцит ритмічних рухів, відновлюють душевне і фізичне здоров'я, ліквідують стреси.

Танці - це щастя, це насолода!

Кожен обирає для себе форму дозвілля відповідно до своїх смаків, уподобань, віком, самопочуттям і навіть настроєм. Для одних немає нічого приємнішого, ніж присвятити час книзі, інші поспішають на футбольний матч. Але є така категорія, для яких, слово - танець, є джерелом нетерплячого, хвилюючого, багатогодинного очікування.

Танець - це унікальне за своєю суттю явище, в якому злилося воедино і ритм, і рух, і самовираження, самовдосконалення, і енергія, і запал. Це прекрасна можливість стати здоровим, життєрадісним, граціозним і впевненим у собі незалежно від віку, танцювального досвіду і здібностей.

Танцювальна, музично-ритмічна діяльність дітей - яскравий, емоційний шлях передачі музично - естетичних переживань. Набувається досвід музичного сприйняття, вміння самостійно визначити на слух характер музики і передати його в русі, чути вступ, відзначати в русі зміну динаміки, темпу, відчувати чергування музичних фраз.

У танці, як і в спорті, на додаток до таланту і натхнення потрібна техніка.

Заняття дітей танцями дисциплінують, допомагають краще погодженням думки і дій, виховують обдаровану, трудову, фізично міцну, творчу особистість.

На заняттях діти вчаться координації рухів, розвивають гнучкість і пластику, вивчають основи позицій і положення рук і ніг під час танцю.

Танець - не тільки джерело руху під музику, а й форма спілкування.

Причому і партерів по танцю, і всіх присутніх в залі, що знаходяться в дану хвилину в ролі глядачів.

Танець - відкриє для дітей багатий світ добра, світла, краси, навчить творчої перетворювальної діяльності.

Мета програми:

Розвиток творчих здібностей дітей через включення їх в танцювальну діяльність, й так само формування здібностей і якостей особистостей, засобами музики і танцювальних ритмічних рухів.

Загальні завдання:

Освітні:

- поглибити знання дітей в області танцю;
- вчити виразно і невимушено рухатися відповідно до музичних образів, різноманітним характером музики, динамікою (посилення, ослаблення звуку), прискорювати і сповільнювати рух; відзначати акценти, нескладний ритмічний малюнок, змінювати рух відповідно до музичних фразами, самостійно починати рух після вступу;
- навчити свідомо розпоряджатися своїм тілом, розуміти кожен рух танцю в його найпростіших елементах і складної координації

Виховні:

- створити дружнє середовище, прищепити учням культуру спілкування між собою в парі, в танці, з оточуючими;
- виховати доброзичливість, чуйність і уважне ставлення один до одного;
- виховати акуратність і самостійність;
- сприяти підвищенню самооцінки у невпевнених у собі підлітків (ключова

роль в танці, вербальне заохочення і т. п.) і розкриттю потенціалу особистості засобами танцювальної діяльності.

Розвиваючі:

- розвивати творчі здібності дітей на основі особистісно-орієнтованого підходу;
- розвинути у дітей здатність до самостійної та колективної роботи;
- розвивати комунікативні здібності підлітків через танцювальні ігри;
- розвивати музичний слух, пам'ять, ритм;
- розвивати уяву і фантазію в танці;
- розвинути набуті вміння за допомогою виступу на заходах табору.

Оздоровчі:

- виправити недоліки постави;
- зменшити плоскостопість;
- зміцнити м'язовий корсет;
- розвинути витривалість, координацію рухів,
- зміцнити функціональний стан серцево-судинної, нервової системи.

Програма танцювального гуртка адаптована до роботи в таборі. За організацією навчального процесу - короткострокова.

Принципи навчання:

- гуманізації освіти;
- особистісно-орієнтованого підходу;
- доступності;
- систематичності і послідовності;

- відповідність змісту віковим і фізичним особливостям дітей.

Методи навчання:

- словесні методи;
- ігрові;
- демонстрація;
- спостереження і наслідування;
- навчально-практичні.

Методи виховання:

- гра;
- особистий приклад;
- заохочення.

Форми заняття:

- практичні - гра, бесіда, свято;
- індивідуальні та групові;
- інтегровані з елементами імпровізації;
- репетиційно-постановочна робота

Форми навчання:

- індивідуальні;
- групові;
- груповий обмін результатами танцювальної діяльності.

Очікувані результати:

Діти повинні знати:	Діти повинні вміти:
<ul style="list-style-type: none"> • первинні відомості про мистецтво хореографії. • види і жанри хореографії; • історію створення танців народів світу; • основні танцювальні рухи різних народів; • прийоми складання тематичних композицій; • значення і роль костюма танцюриста; • назви класичних рухів і класичну базу (позиції ніг, рук); • нові напрямки, танцювальні стилі; види хореографії та музики; • класичні терміни; • кращі образи хореографічного, музичного мистецтва. 	<ul style="list-style-type: none"> • правильно виконувати танцювальні композиції; • працювати з глядачем і тримати впевнено себе на сцені; • з'єднувати окремі рухи в хореографічної композиції; • самостійно вигадувати рухи, фігури під час ігор. • контролювати і координувати своє тіло; • співпереживати, здійснювати взаємовиручку і взаємопідтримку; • розрізняти різні жанри музичних творів (танець, вальс, полька, марш); • в рухах передати характер музики; • організувати робоче місце відповідно до використовуюваного матеріалу і підтримувати порядок під час роботи; • дотримуватися правил безпечної роботи під час заняття в клубі.

Приблизний навчально-тематичний план

№ з/п.	Тема	Кількість годин
		Усього
1	<p>Вступне заняття. Організоване заняття. Пояснення цілей і завдань Денс-студії. Розпорядок роботи, правила техніки безпеки та поведінки. Історія хореографічного мистецтва. Хореографічна азбука. Позиції рук і ніг. Ігри. Розучування розминки.</p>	2
2	<p>Розучування розминки. Класичний тренаж. Ритміка. Генеральна репетиція танців з «домашнім» репертуаром для виступу у програмі загальноштабінного заходу згідно план-сітки. Розучування нових рухів. Танцювальний лікнеп. Танцювальний стиль - Аргентинське танго. Знайомство з танцювальними елементами цього стилю. Виступ учасників студії з «домашнім» репертуаром на</p>	2

	заході, згідно план-сітки зміни.	
3	<p>Розминка. Вправи на «квадраті». Танцювальні гри. Розучування рухів танцю «_____», відпрацювання рухів, з'єднання рухів в танцювальну комбінацію і постановка танцювального номера на змагання між загонами або загальнотабірних захід згідно план-сітки. Танцювальний лікнеп. Танцювальний стиль: Сучасні танці. Знайомство з танцювальними елементами цього стилю.</p>	2
4	<p>Розминка. Вправа класичного дренажу. Розучування рухів танцю «_____», відпрацювання рухів, з'єднання рухів в танцювальну комбінацію і постановка танцювального номера на змагання між загонами або загальнотабірних захід згідно план-сітки. Генеральна репетиція танців для виступу у програмі загальнотабірного заходу згідно план-сітки. Танцювальний лікнеп. Танцювальний стиль: Бачата. Знайомство з танцювальними елементами цього стилю.</p>	2
5	<p>Розминка. Ритмічний тренаж: музичні просторові вправи: марширування в темпі і ритмі, фігурна марширування. Розучування рухів танцю «_____», відпрацювання рухів, з'єднання рухів в танцювальну комбінацію і постановка танцювального номера на змагання між загонами або загальнотабірних захід згідно план-сітки. Танцювальний лікнеп. Танцювальний стиль: Танці для дітей. Знайомство з танцювальними елементами цього стилю.</p>	2
6	<p>Розминка. Постановка корпусу, рук, ніг, голови, розвиток природних даних, усунення фізичних вад, освоєння понять витягнутості і виворотності, музикальності. Розучування рухів танцю «_____», відпрацювання рухів, з'єднання рухів в танцювальну комбінацію і постановка танцювального номера на змагання між загонами або загальнотабірних захід згідно план-сітки. Танцювальний лікнеп. Танцювальний стиль: Клубна латина. Знайомство з танцювальними елементами цього стилю.</p>	2
7	<p>Розминка. Розминка. Постановка рук і ніг у танці. Рух в образі: «Дівчинка і м'ячик»</p>	2

	<p>Розучування рухів танцю « _____ », відпрацювання рухів, з'єднання рухів в танцювальну комбінацію і постановка танцювального номера на змагання між загонами або загальнотабірних захід згідно план-сітки.</p> <p>Генеральна репетиція танців для виступу у програмі загальнотабірного заходу згідно план-сітки.</p> <p>Танцювальний лікнеп. Танцювальний стиль: Pj-dance (go-go). Знайомство з танцювальними елементами цього стилю.</p>	
8	<p>Розминка. Портретна гімнастика: вправи для стопи, витягнутість шкарпеток.</p> <p>Розучування рухів танцю « _____ », відпрацювання рухів, з'єднання рухів в танцювальну комбінацію і постановка танцювального номера на змагання між загонами або загальнотабірних захід згідно план-сітки.</p> <p>Танцювальний лікнеп. Танцювальний стиль: Контемпорарі. Знайомство з танцювальними елементами цього стилю.</p>	2
9	<p>Розминка. Постановка голови, усунення фізичних вад, освоєння понять витягнутості і виворотності.</p> <p>Розучування рухів танцю « _____ », відпрацювання рухів, з'єднання рухів в танцювальну комбінацію і постановка танцювального номера на змагання між загонами або загальнотабірних захід згідно план-сітки.</p> <p>Танцювальний лікнеп. Танцювальний стиль: Джаз-модерн. Знайомство з танцювальними елементами цього стилю.</p>	2
10	<p>Розминка. Постановка корпусу, рук, ніг, голови, розвиток природних даних. Бічний галоп, крок з витягнутими шкарпетками.</p> <p>Розучування рухів танцю « _____ », відпрацювання рухів, з'єднання рухів в танцювальну комбінацію і постановка танцювального номера на змагання між загонами або загальнотабірних захід згідно план-сітки.</p> <p>Генеральна репетиція танців для виступу у програмі загальнотабірного заходу згідно план-сітки.</p> <p>Танцювальний лікнеп. Танцювальний стиль: Брейк-данс. Знайомство з танцювальними елементами цього стилю.</p>	2
11	<p>Розминка. Розучування чоловічої та жіночої партії «Уклін».</p> <p>Розучування рухів танцю « _____ »,</p>	2

	<p>відпрацювання рухів, з'єднання рухів в танцювальну комбінацію і постановка танцювального номера на змагання між загонами або загальнотабірних захід згідно план-сітки.</p> <p>Танцювальний лікнеп. Танцювальний стиль: Тектонік. Знайомство з танцювальними елементами цього стилю.</p>	
12	<p>Розминка. Танцювальний рух «Пружинка з поворотом», «Підскоки в повороті». Ігри з дітьми.</p> <p>Розучування рухів танцю «_____», відпрацювання рухів, з'єднання рухів в танцювальну комбінацію і постановка танцювального номера на змагання між загонами або загальнотабірних захід згідно план-сітки.</p> <p>Танцювальний лікнеп. Танцювальний стиль: Хіп-Хоп. Знайомство з танцювальними елементами цього стилю.</p>	2
13	<p>Розминка. Ритмічний тренаж: ходьба парами, змійкою, зірочкою. Постановка корпусу.</p> <p>Розучування рухів танцю «_____», відпрацювання рухів, з'єднання рухів в танцювальну комбінацію і постановка танцювального номера на змагання між загонами або загальнотабірних захід згідно план-сітки.</p> <p>Танцювальний лікнеп. Танцювальний стиль: Свінг (бугі-вугі). Знайомство з танцювальними елементами цього стилю.</p>	2
14	<p>Розминка. Класичний тренаж.</p> <p>Розучування рухів танцю «_____», відпрацювання рухів, з'єднання рухів в танцювальну комбінацію і постановка танцювального номера на змагання між загонами або загальнотабірних захід згідно план-сітки. Генеральна репетиція танців для виступу у програмі загальнотабірного заходу згідно план-сітки.</p> <p>Танцювальний лікнеп. Танцювальний стиль: Сальса. Знайомство з танцювальними елементами цього стилю.</p>	2
15	<p>Розминка. Гімнастика. Танцювальні рухи «Великий і маленький квадрат», «Кроки з підняттям коліна і рук».</p> <p>Розучування рухів танцю «_____», відпрацювання рухів, з'єднання рухів в танцювальну комбінацію і постановка танцювального номера на змагання між загонами або загальнотабірних захід згідно план-сітки.</p> <p>Танцювальний лікнеп. Танцювальний стиль: Хаус-денс. Знайомство з танцювальними елементами цього стилю.</p>	2
16	<p>Розминка. Вправи гімнастики на розтяжку м'язів ніг.</p>	2

	Розучування рухів танцю « _____ », відпрацювання рухів, з'єднання рухів в танцювальну комбінацію і постановка танцювального номера на змагання між загонами або загальнотабірних захід згідно план-сітки. Генеральна репетиція танців для виступу у програмі загальнотабірного заходу згідно план-сітки. Танцювальний лікнеп. Танцювальний стиль: Джаз фанк. Знайомство з танцювальними елементами цього стилю.	
17	Участь у святі закриття зміни ДОО	2
18	Участь в загальнотабірних святах і фестивалях.	2
19	Організація виставок досягнень денс-студії. Підсумкове заняття в студії, заохочення грамотами дипломами активних учасників денс-студії. Робота з персональними файлами	2

Для реалізації програми необхідні наступні матеріали, інструменти та обладнання:

- танцювальний зал, мала естрада;
- костюми,
- ноутбук або комп'ютер;
- музичний центр або магнітофон «Бумбокс»;
- відеозаписи зразків танцювальних стилів;
- аудіокасети і музичні диски.

ІНФОРМАЦІЙНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Иванова О.В. Народные танцы. – М.: 2006 г.
2. Науково-методичний центр середньої освіти. Програми для творчих об'єднань позашкільних і загальноосвітніх навчальних закладів Художньо-естетичний напрям Хореографія Театр. [Електронний ресурс] – Режим доступу: http://dvorec.edu.kh.ua/Files/downloads/Programi_hud-est_napriam_Horeogr_Teatr_2005.pdf

3. Вольнский А. Л. Книга ликований. Азбука классического танца / А. Л. Вольнский. – С.Пб. : Издательство «Лань»; «Издательство ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2008. – 352 с.
4. Зайцев Є. В. Основи народно-сценічного танцю : Навчальний посібник для вищих навчальних закладів культури і мистецтв I-IV рівнів акредитації / Є. В. Зайцев, Ю. В. Колесниченко. - Вінниця : Нова книга, 2007. - 416 с. : фото, рис.
5. Зихлинская Л. Р. Десять уроков классического танца: [для педагогов ст. кл. хореогр. училищ] — К. : Сталь, 2008. — 113с.
6. Тараканова А. П. Танцюйте з нами. Навчально-методичний посібник для викладачів хореографії 1-4 класів загальноосвітніх і керівників хореографічних гуртків початкового рівня позашкільних навчальних закладів – Вінниця: НОВА КНИГА, 2010. – 160 с., нот, іл.
7. Цветкова Л. Ю. Методика викладання класичного танцю. Підручн. - 2-е вид. - К. : Альтерпрес, 2007. - 324 с. : іл.
8. Цветкова. Л.Ю. Методика викладання класичного танцю:Підручник.- К.:Альтерпрес,2005.
9. Методичні видання УДЦ «Молода Гвардія» [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://www.moloda-gvardiya.com.ua/uk/prohramy/metodychni-vydannia>
10. Методична скринька Координаційного методично-інформаційного центру ПОДОЦ «Маяк» [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://mayak.poltava.ua>