

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Алексеевская средняя общеобразовательная школа»
Благовещенский район
Алтайский край

Студия современного танца «Краски лета»

**Программа
для детей 7-12 лет
(на базе ДОЛ «Алые паруса»)
(краткосрочная - 18 часов)**

Автор: воспитатель
Борисова Ольга Викторовна

2023г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	стр. 3
2. Условия реализации программы	стр. 8
3. Нормативно-методические документы по организации деятельности студии современного танца «Краски лета» в летний оздоровительный период в ДОЛ «Алые паруса»	стр.9
4. Методическое обеспечение программы	стр.10
5. Предполагаемый результат	стр.13
6. Содержание программы	стр.14
7. Результат освоения программы	стр.19
8. Литература	стр.20

Пояснительная записка

Что такое танец? Танец – это ритмичные, выразительные телодвижения, обычно выстраиваемые в определённую композицию и исполняемые с музыкальным сопровождением. Мир красоты движения, звуков, световых красок, костюмов, то есть мир волшебного искусства все это современный танец.... Мир танца особенно интересен и привлекателен детям в любом возрасте. Танцевальные движения, под веселую или медленную музыку, обладают скрытыми резервами для воспитания и развития школьников. Соединяя движения, музыку и игру, формируются у ребенка такие качества как координация, пластичность, осанка, а так же одновременно влияют на эмоциональную сферу, музыкальность и артистичность, что делает движения в танце красивыми и естественными. Занимаясь в студии современно танца в летний оздоровительный период, учащиеся развивают мышечную память, зрительную, слуховую, и одновременно осваивают уроки благородства. Школьники узнают, какие бывают танцы: балльные, народные, классические, современные и т.д. Благодаря занятиям учащиеся становятся коммуникабельными, трудолюбивыми, умеют добиваться поставленной цели, а так же формируют эмоциональную культуру общения. Современные танцы развивают ассоциативное мышление и побуждают к творчеству.

Новизной данной программы является интеграция таких направлений, как музыка, ритмика, пластика, хореография, различные сценические движения, релаксация, которые даются учащимся в различной форме и адаптированы для их возраста. Активное использование разнообразной деятельности для организации творческого процесса – значительная часть практических занятий, что является отличительной способностью от других образовательных программ современного танца. Педагогическая

целесообразность программы заключается в поиске новых импровизационных и игровых форм.

Данная программа дополнительных оздоровительно-образовательных услуг рассчитана на детей от 7 до 12 лет и реализуется в рамках летней оздоровительной компании на базе ДОЛ «Алые паруса».

Цель программы

Формировать у учащихся творческие способности через развитие музыкально-ритмических и танцевальных движений.

Задачи программы

Оздоровительная:

— укреплять здоровье школьников в период летней оздоровительной компании, посредством движений.

Образовательная:

— дать возможность учащимся через образы выражать собственное восприятие музыки;

— расширять музыкальный кругозор, пополнять словарный запас;

— уметь отмечать в движении простейший ритмический рисунок;

— уметь менять движения и музыкальные фразы.

Развивающая:

— развивать координацию, гибкость, пластичность, выразительность и точность движений;

— уметь ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой;

— укреплять опорно-двигательный аппарат;

— приобщать к совместному движению с педагогом.

Воспитательная:

- воспитывать у учащихся интерес к занятиям современным танцам путем создания положительного эмоционального настроения;
- воспитывать психологическое раскрепощение ребенка;
- воспитывать умения работать в паре, коллективе;
- понимать и исполнять ритмические движения.

Программа рассчитана на 18 асов, для двух возрастных групп: первая группа 7-9 лет, вторая группа 10-12 лет. Занятия проводятся каждый день, по расписанию 4 раза в неделю по 30 минут: для детей 7-9 лет обучение проходит 30 минут (1 учебный час), 10-12 лет – 40 минут (1 час).

Форма обучения – групповые и индивидуальные занятия. Отбор детей проводится в соответствии с желанием и индивидуальными особенностями учащихся, и не зависит от гендерной расположенности.

Учебный материал включает в себя:

- Музыкально-ритмические занятия.
- Элементы народного танца.
- Элементы эстрадного танца.

Занятия направлены на общее развитие школьников, на приобретение устойчивого интереса к занятиям танцами в дальнейшем, но не может дать детям профессиональной хореографической подготовки. Поэтому учебный материал включают в себя лишь элементы видов танцев, объединенных в отдельные танцевально тренировочные комплексы, игры и танцевальные композиции. Все разделы программы объединяет танцевально-игровой метод проведения занятий. Также программа направлена на оздоровление детского

организма посредством движения. Дети становятся спокойнее, добрее, у них появляется уверенность в своих силах. Танцевальные упражнения требуют особую сосредоточенность, это развивает у детей внимание и усидчивость, организованность, воображение, волевые качества детей. Улучшается кровообращение, нормализуется работа внутренних органов, организм очищается от шлаков, снимается усталость, укрепляются слабые мышцы, развивается гибкость, улучшается осанка.

В течение летней оздоровительной компании педагог разучивает с детьми материал, который в дальнейшем применяется на мероприятиях, планируемых в детском лагере «Алые паруса». Первое занятие отводится на знакомство с педагогом, с музыкой и музыкальными композициями, построением танца. Второе и последующие занятия - разучивание движений, повторению пройденного материала с некоторыми усложнениями, дополнениями, окончательному закреплению пройденного материала. Такой метод позволяет детям более последовательно и осмысленно вживаться в изучаемый материал.

Программа включает в себя упражнения на развитие ориентирования в пространстве, ритмическую разминку на развитие групп мышц и подвижность суставов, вспомогательные и координирующие упражнения, упражнения с предметами, музыкально – подвижные игры, упражнения на импровизацию, релаксацию.

Занятие состоит из трех частей:

- 1) Вводная часть - в нее входит поклон, маршировка, разминка.(3-5 минут).
- 2) Основная часть – эта часть делится на тренировочную (изучение нового материала, повторение, закрепление пройденного),

танцевальную (разучивание танцевальных движений, комбинаций, композиций).

3) Заключительная часть – музыкальные игры, вспомогательные и корригирующие упражнения, релаксация, поклон (5 – 10 минут).

Изучение программы начинается с несложных движений и заданий с первого занятия, затем расширяется, совершенствуется и обогащается в последующих.

На первых занятиях особое внимание уделяется постановке корпуса, рук, ног, головы. В течение остальных занятий дети занимаются ритмикой, доступными народными танцами и изучают элементы эстрадного танца. Весь материал подобран исходя из возрастных особенностей детей.

Условия реализации программы.

Для успешной реализации программы должны способствовать различные виды групповой и индивидуальной работы: практические занятия, концерты, творческие отчеты, участие в конкурсах. Кроме того, необходимы следующие средства обучения:

1. Светлый и просторный зал (танцевальная открытая площадка).
2. Музыкальная аппаратура.
3. Тренировочная одежда и обувь.
4. Сценические костюмы.
5. Реквизит для танцев.

**Нормативно-методические документы по организации деятельности
студии современного танца «Краски лета»**

в летний оздоровительный период в ДОЛ «Алые паруса»

- 1) Закон Р.Ф. «Об образовании» от 10.06.09. №3266 (с изменением и дополнениями).
- 2) Федеральный государственный образовательный стандарт (ФГОС).
- 3) "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей" от 4 июля 2014 года N 41 (утв. Постановлением главного государственного санитарного врача РФ) СанПиН 2.4.4.3172-14.
- 4) Положение о детском оздоровительном лагере «Алые паруса», утвержденное директором МБОУ «Алексеевская СОШ

Методическое обеспечение программы.

С первых минут занятий очень важно заинтересовать детей, вызвать у них желание заниматься. Для этого следует тщательно продумать методические приемы, которые помогут решить поставленные задачи.

Прежде, чем заставить ребенка танцевать, нужно научить его красиво и осознанно двигаться под музыку, научить связывать музыку с движением. Для этого в занятия нужно включать простые, интересные упражнения, не вызывающие особых затруднений для их восприятия и исполнения. Движения показывает педагог. Надо следить, что бы дети не повторяли сразу за педагогом, а внимательно следили за его исполнением. Обучение движению начинается с его названия, показа, объяснения техники. Это необходимо для создания зрительного образа и последующего осмысления движений. Все новые движения необходимо изучать в «чистом» виде. Если движение трудное и достичь его правильного исполнения сразу нельзя, то изучают сначала элементы, подготовительные упражнения. Систематическое повторение одного упражнения значительное число раз позволит добиться лучшей техники исполнения. Но нужно помнить, что нельзя долго задерживать внимание учащихся на одном упражнении, занятие не должно быть моторным. Нужно разнообразить задания, что бы они всегда оставались занимательными для учащихся. Для обучения танцам детей необходимо использовать игру. «Дети должны жить в мире красоты, игры, сказки, музыки, фантазии, творчества», – писал Сухомлинский. Речь идет не о применении игры как средства разрядки и отдыха, а о необходимости пронизать занятие игровым началом, сделать игру его органическим компонентом. Игра должна быть средством достижения намеченной педагогической цели, требовать для своего осуществления волевых усилий, упорного труда. Тогда игра будет способом обучения школьников умению

трудиться, и при этом даже рутинная, скучная для них работа покажется интересной.

Кроме танцевальных элементов на занятиях студии учащиеся знакомятся с различными упражнениями связанные с отчетом ритма, что дает школьнику возможность безошибочно начать движение на указанную долю музыкального такта и развивает чувство музыкального ритма. Одним из самых слабых мест в исполнительской практике является невыразительность лица, поэтому с первого занятия нужно обращать внимание детей на активность мышц лица. И поэтому для развития у учащихся выразительности, артистичности, фантазии следует включать в занятия музыкальные этюды и игры. Целесообразно включать в занятие импровизацию. В качестве музыкального оформления лучше выбирать доступные для восприятия учащихся произведения. Они должны быть разнообразными и качественными. Музыка подбирается к каждой части занятия, определяется ее структура, темп, ритмический рисунок, характер. На протяжении всех занятий, особенно на их начальном этапах, очень важно следить за формированием правильной осанки детей.

Успешное решение поставленных задач на занятиях танцами в летней оздоровительной смене возможно только при использовании педагогических принципов:

- принцип доступности и индивидуальности (учет возрастных особенностей, возможностей ребенка, индивидуальный подход к каждому участнику студии)
- принцип постепенного повышения требований (выполнение ребенком все более трудных, новых заданий, постепенное увеличение объема и интенсивности нагрузок)
- принцип систематичности (непрерывность, регулярность занятий.)

- игровой принцип (занятие строится на игре)
- принцип сознательности, активности (сознательное, заинтересованное отношение ребенка к своим действиям)
- принцип повторяемости материала (повторение вырабатываемых двигательных навыков)
- принцип наглядности (практический показ движений)

Ведущими методами обучения детей танцам являются:

- наглядная демонстрация формируемых навыков (практический показ);
- объяснение методики исполнения движения; Таким образом, основные методы, применяемые при обучении:
- качественный показ;
- словесное (образное) объяснение;
- повторение.

Итогом занятий является танец, танцевальная композиция (постановка) или танцевально шоу. Танец, поставленный на основе выученных движений, помогает развить танцевальность. Преодолевая технические трудности, дети приобретают свободу сценического поведения, проявляют свою индивидуальность. У детей повышается самооценка, появляется раскрепощенность при выступлении на «большой» сцене.

Предполагаемый результат.

К концу третьего занятия дети должны знать правила правильной постановки корпуса, основные положения рук, позиции ног. Должны уметь пройти правильно в такт музыки, сохраняя красивую осанку, иметь навык легкого шага с носка на пятку, чувствовать характер музыки и передавать его танцевальными движениями, правильно исполнять программные танцы. Уже на пятом занятии дети должны закрепить знания и навыки, полученные в первые дни обучения и перейти к изучению более сложных элементов. Учащиеся должны уметь исполнять движения в характере музыки, сохраняя осанку, уметь правильно открыть и закрыть руку на талию, правильно исполнять этюды и танцевальные композиции.

Участники за период летней оздоровительной компании должны приобрести не только танцевальные знания и навыки, но и научиться трудиться в художественном коллективе, добиваясь высоких результатов. Качество приобретенных знаний проверяется в течение всего летнего сезона, результат отслеживается в участии в мероприятиях лагеря.

Содержание программы.

Раздел	Тема занятий	Программное содержание	Задачи	Методы и приемы
Вводное занятие	«Ключ на старт»	<p>Знакомство со школьниками. Что такое танец.</p> <p>Танец «Первые шаги» (шаг с носка, хлопки, притопы, прыжки на двух ногах)</p> <p>Игра «Великолепная команда»</p> <p>Танец «Страна веселых и находчивых»</p> <p>Релаксация</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Формировать интерес к занятиям. - Формировать общую культуру личности ребенка; - Формировать правильную осанку и положение головы, положение рук на талии, позиции ног. - Обучить детей танцевальному шагу с носка. - Формировать интерес к занятиям. - Развитие воображения, фантазии. 	<ul style="list-style-type: none"> - беседа - объяснение. - показ - импровизация.
Музыкально-ритмические движения	«Здравствуй сказка»	<p>Маршировка</p> <p>Разминка «Сказочные герои»</p> <p>Танцевальная композиция «Лилипуты»</p> <p>Музыкальная игра «Волшебство в лесу»</p> <p>Танец композиция «Мир глазами детей»</p> <p>Танец «Бумажная фантазия»</p> <p>Релаксация</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Формировать правильное исполнение танцевального шага. - Развивать первоначальные навыки координации движений. - Научить передавать заданный образ. - Обучить детей танцевальным движениям. - познакомить детей с темпами музыки (медленный, умеренный, быстрый) - повысить гибкость суставов, улучшить эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц. 	<ul style="list-style-type: none"> - пояснение, повтор за педагогом. - объяснение, показ, повтор за педагогом, самостоятельное исполнение.
	«День России»	Маршировка	- Формировать	- показ,

		Музыкальная игра «Экспресс Дружба» Танцевальная композиция «Россия - Родина моя» Танец «Вперед Россия» (песня О.Газманова) Танцевальная композиция «Шел солдат по городу...» Релаксация	умение ориентироваться в пространстве. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Учить правильной осанке при исполнении движений.	объяснение, повтор за педагогом, самостоятельное исполнение. - объяснение.
	«Мир детства»	Маршировка Разминка «Я рисую радугу» Упражнение «Здравствуй, друг» Упражнение «Потягушеньки». Танцевальная композиция «Вальс цветов» Игра «Музыкальные ворота» Релаксация	- Формировать правильное исполнение танцевальных шагов. - Формировать умение ориентироваться в пространстве. - Разогреть мышцы. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Обучить детей танцевальным движениям. - Развить чувство ритма. - Обучить детей танцевальным движениям. - Учить правильной осанке при исполнении движений.	- показ, объяснение, повтор за педагогом, самостоятельное исполнение. - объяснение.
	«Планета Земля»	Маршировка Разминка «Испытай себя» Музыкальная игра «Лесные фантазии» Игра «Путешествие по лесу»	- Разогреть мышцы. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Научить передавать заданный образ. - Развить чувство	- показ, объяснение, повтор за педагогом, самостоятельное исполнение. - объяснение.

		<p>Танцевальная композиция «Красная книга»</p> <p>Танец «Четыре стихии»</p> <p>Релаксация</p>	<p>ритма.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Обучить детей танцевальным движениям. - Учить правильной осанке при исполнении движений. - Развивать координацию движений. 	
	«День девочек»	<p>Маршировка</p> <p>Разминка «Мы пришли на бал»</p> <p>Музыкальная игра «Кладовая игрушек»</p> <p>Танцевальная композиция «Девичий вечер»</p> <p>Танец «Мы с подруженькой гуляли...»</p> <p>Танец «Летний закат»</p> <p>Релаксация</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Развивать координацию движений. - Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Развить чувство ритма. - Развить музыкальный слух, умение начинать движение с нужного такта. - Развить музыкальный слух, выделять начало музыкальной фразы. 	<ul style="list-style-type: none"> - пояснение, повтор за педагогом. - объяснение, показ.
	«День мальчиков»	<p>Маршировка</p> <p>Разминка «Летний призыв»</p> <p>Музыкальная игра «А ну-ка, мальчики!»</p> <p>Танцевальная композиция «Ты круче всех!»</p> <p>Танец «Силачи»</p> <p>Танец «Богатырская сила»</p> <p>Релаксация</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Развивать координацию движений. - Обучить детей танцевальным движениям. - Формировать пластику, культуру движения, их выразительность. - Развить чувство ритма. - Развить музыкальный слух, умение начинать движение с нужного такта. 	<ul style="list-style-type: none"> - пояснение, повтор за педагогом. - объяснение, показ.

			- Развить музыкальный слух, выделять начало музыкальной фразы.	
Элементы русского танца	«День памяти и скорби»	<p>Маршировка</p> <p>Разминка «Ах, вы, сени»</p> <p>Кружения. «Ковырялочка», «ковырялочка» с притопом.</p> <p>Танцевальная композиция «Тот самый первый день...»</p> <p>Танец «День Победы»</p> <p>Музыкальная игра «Зарница»</p> <p>Релаксация</p>	<p>- познакомить детей с особенностями русского танца.</p> <p>- Обучить детей танцевальным движениям.</p> <p>- Учить правильной осанке при исполнении движений.</p> <p>- Обучить детей танцевальным движениям.</p> <p>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</p> <p>- научить передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз.</p> <p>- научить строить и передвигаться по рисункам танца.</p> <p>- развить фантазию и воображение.</p> <p>- Развить координацию.</p>	<p>- инструкция.</p> <p>- Пояснение, повтор за педагогом.</p> <p>- объяснение, показ.</p>
Элементы эстрадного танца	«Мы дети будущего»	<p>Маршировка</p> <p>Танец «Делайте зарядку»</p> <p>Танцевальная композиция «Вожатые будущего».</p> <p>Музыкальная игра «Сундучок»</p> <p>Танцевальная композиция «Пираты Карибского моря»</p> <p>Танцевальная композиция «Мой лучший день»</p>	<p>- Развить музыкальный слух, выделять начало музыкальной фразы.</p> <p>- Развить внимание, быстроту реакции.</p> <p>- Развивать воображение, фантазию.</p> <p>- Развить артистизм.</p> <p>- Формировать правильную осанку.</p> <p>- повысить гибкость суставов, улучшить</p>	<p>- инструкция.</p> <p>- показ.</p>

		<p>Танец «Бумажная мозаика»</p> <p>Танец «Вот оно какое наше лето»</p> <p>Танцевальная композиция «День молодежи»</p> <p>Танцевальная композиция «Однажды в сказке»</p> <p>Танцевальная композиция «Мы и спорт»</p> <p>Игра «Будь внимателен»</p> <p>Музыкальная игра « А, ну-ка, покажи»</p> <p>Релаксация</p>	<p>эластичность мышц и связок, нарастить силу мышц.</p> <p>- укрепить здоровье детей.</p> <p>- Формировать правильное исполнение танцевальных шагов.</p> <p>- Формировать умение ориентироваться в пространстве.</p> <p>- Научить перестраиваться из одного рисунка в другой.</p> <p>- Развить координацию движений.</p> <p>- Формировать пластику, культуру движения, их выразительность.</p>	
--	--	---	--	--

Результаты освоения программы.

Методом диагностики является наблюдение за учащимися в процессе движения под музыку на занятиях, на отчетных выступлениях, на открытии и закрытии летней оздоровительной смены. По итогам работы в студии в летней оздоровительной компании, мы видим следующие результаты:

- Укрепление здоровья школьников посредством танцевальных движений, упражнений. Правильное использование движений благотворным образом влияют на нервную и эндокринную систему, положительно влияют на системы организма, улучшают работу внутренних органов, тонизируют и растягивают мышцы; способствуют развитию гибкости, выносливости, силы растущего организма; способствует оптимизации мышления, внимания и пробуждается творческий потенциал; помогает стать уравновешенным и спокойным, научиться концентрироваться;
- Чувство музыкального ритма способность воспринимать и передавать разные ритмические рисунки, основными средствами выразительности изменять движения в соответствии с музыкальными фразами. Темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений музыке.
- Эмоциональная отзывчивость выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в позе, жестах разнообразную гамму чувств, исходя из музыки и содержания композиции.
- Танцевальное творчество способность правильно и «музыкально» исполнять танцевальные движения, комбинации, умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные оригинальные «па».

Используемая литература

1. Барышникова Т. “Азбука хореографии”, М., 1999 г.
2. Васильева Е. Танец. Москва Искусство 1968
3. Каргина З.А. Практическое пособие для педагога дополнительного образования Москва Школьная пресса 2008
4. Константиновский В. Учить прекрасному. Москва Молодая гвардия 1973
5. Методические указания в помощь начинающему педагогу бального танца. Автор Р.С.Блок, ЗНУИ, 1972
6. Методическое пособие руководителю кружка бальных танцев. Москва 1988
7. Ткаченко Т. Работа с танцевальным коллективом. Москва Искусство 1958
8. Белов В.И. Йога для всех М. «КСП» 1997.
9. Латохина Л.И. Хатха-йога для детей М., Просвещение. 1993.
10. Латохина Л.И. Творим здоровье души и тела. СПб,1997.
11. В.Осипова. Поза ребенка «Хатха-Йога в детском саду». Ж. Обруч №3-1997.
12. Рашосорока Хатха – йога Научно-издательский центр «Альфа» Санкт-Петербург 1991.
13. Ресурсы интернета.