

# Танцевальный калейдоскоп (с 11 лет)

## Пояснительная записка

### **Направленность – художественная.**

Данная программа вводит ребенка в мир танца, воспитывает эмоциональное, осознанное отношение к танцевальному искусству, которое на сегодняшний день остается актуальным. Данная программа направлена на физическое и эстетическое развитие детей. Танцы – делают детский организм выносливым, сильным и здоровым. Способствуют выработке хорошей осанки, делают движения пластичными и гибкими. Способствуют развитию музыкального слуха и чувства ритма. Танцы также воспитывают морально-волевые качества ребенка: терпение, настойчивость, стремление достигать поставленной цели, уверенность в своих силах. Кроме того, в детях воспитывается уважение к тренеру и другим танцорам, а также чувство товарищества, доброжелательности, ответственности и вежливости.

**Актуальность** программы состоит в том, что обучение танцу строится с учетом индивидуальных и психофизиологических особенностей каждого ребенка; танец рассматривается как способ развития основных познавательных процессов личности ребенка и его эмоционально-волевой сферы.

Общение и положительные эмоции – вот две основные функции танца. При этом вторая, как мне кажется, является основной. Танец не только отражает жизнь, ещё в большей степени он передаёт наше собственное отношение к жизни. Танец побуждает нас к действию – мы учимся танцевать, но даже тот, кто не танцует, находит в танцах что-то своё: кто-то любит слушать танцевальную музыку, а кого-то влечёт сама атмосфера танцевальной площадки. Музыка, свет, общество людей создают атмосферу, в которой танцор всегда может проявить свою индивидуальность, рассказывая о себе языком танца.

Данная программа позволяет воспитанникам, посещающим танцевальный кружок, научиться основным танцевальным движениям танцев различных народов, современным танцам. Ребята учатся передавать характер, сюжет танца. Кроме этого, они развивают свои творческие способности, учатся держаться на сцене при зрителях. Занятия танцами повышают тонус, поднимают настроение и эмоциональность, прививают прекрасное чувство к танцевальному искусству.

В начале каждого занятия включены ритмические движения. Движения, построенные по принципу «от простого к сложному», подготавливают организм к физической нагрузке, укрепляют мышцы спины, ног, шеи, рук, способствуют развитию координации и ловкости.

Социокультурная результативность программы заключается в том, что дети, занимающиеся в танцевальном кружке, принимают участие в праздничных концертах и мероприятиях учреждения. Умения и навыки, приобретаемые на таких мероприятиях, дают возможность каждому ребенку почувствовать себя более уверенными. Данные навыки положительно влияют на психологическое, физическое, эмоциональное состояние ребенка.

**Основная цель программы:**

Формирование целостной и гармоничной личности путем развития способностей у детей воспринимать, чувствовать и понимать прекрасное через танец.

**Задачи:**

**Обучающая.** Обучение детей основам танца и импровизации, изучение танцевальных движений и схем, индивидуальных и массовых танцевальных композиций.

**Развивающая.** Развитие музыкального слуха и ритма, пластики и грации в движениях, а также эстетического вкуса.

**Воспитательная.** Воспитание в детях морально-волевых качеств: терпение, настойчивость, уверенность в своих силах, уважению к партнерам по танцу, чувство товарищества, ответственности, воспитание коммуникативных качеств ребенка.

**Срок реализации программы:** 1 год

**Возраст детей:** с 11 лет

**Форма занятий:** групповая, индивидуальная;

**Режим занятий:** 1 раз в неделю по 2 часа;

**Формы обучения:**

Используются традиционные и нетрадиционные формы обучения, на первых этапах обучения активно используются игровые методики, просмотр видео материалов и литературы.

Занятия осуществляются по нескольким формам:

1. Теоретические занятия (просмотр видеоматериалов, анализ литературных источников).

2. Практические общие занятия

Общие занятия строятся по определенной структуре:

Вводная часть (подготовка детей к основной части, разминка).

Основная часть (составление и изучение технических элементов и композиций, совершенствование изученных схем).

Заключительная часть (выполнение технических элементов под музыку).

**Формы подведения итогов** реализации дополнительной общеобразовательной программы – концертная деятельность.

**Ожидаемый результат:**

Занятия по программе «В мире танца» будут способствовать:

1. раскрытию творческого потенциала ребенка:

- проявлению интереса к музыкальной культуре, движению, танцу.
- развитию воображения и фантазии.

2. развитию музыкальности:

- умению слушать и понимать музыку;
- умению двигаться под музыку в соответствии с характером музыкального произведения;

- развитию чувства ритма;
- развитию способности различать жанры и стили танцев.

### 3. Развитию двигательных навыков:

- умению точно исполнять танцевальные движения;
- действовать синхронно и выразительно в группе;
- умению ориентироваться в пространстве;
- умению запоминать и выполнять рисунок танца самостоятельно, без подсказки.

### 4. Развитию нравственно-коммуникативных качеств:

- умению вести себя в паре (пригласить, проводить, подать руку, приветствие, поклон);
- умению сочувствовать, сопереживать другим людям.

### 5. развитию психических процессов: восприятия, мышления, внимания, памяти, воли и др.

## **Критерии оценочной деятельности детей**

Главным экспертом в оценке личностного и творческого роста обучающихся, конечно, должен быть сам руководитель с помощью метода наблюдения и метода включения детей в хореографическую деятельность.

Механизмом оценки роста и восхождения является: «обратная связь» обучающегося и педагога; уровень задач, которые ставят перед собой обучающийся и коллектив: а также достижения не только творческого характера, но и личностного.

Если «обратная связь» от участника передает готовность продолжать тренироваться, учиться, участвовать и это находит выражение в труде и настойчивости, а при этом уровень притязаний личности растет соответственно достижениям, значит с личностью все в порядке, она растет и развивается.

## **Учебный план**

№ п/п	Раздел	Кол-во часов	В том числе	
			теоретические часы	практические часы
1.	Теория. Вводное занятие	2	2	
2.	Азбука музыкального движения	4	2	2
3.	Пантомима	2		2
4.	Разучивание танцевальных движений	6	2	4
5	Разучивание танцев. Танцевальные композиции:	48		
	«Лирический хоровод»	8	2	6
	«Барыня-сударыня»	8	2	6
	«Ягодка-малинка»	6	2	4
	«В ритме хип-хоп»	6	2	4
	«Волшебный вальс»	8	2	6
	«Fitness Dance»	6	2	4
	«Street Dance»	6	2	4
6	Отчетное концертное выступление	6		6
7	Итоговая аттестация	2		2

8	Итоговое занятие	2	2	
	<b>Всего</b>	<b>72</b>	<b>22</b>	<b>50</b>

## Содержание программы.

### 1. Теория. Вводное занятие – 2 часа

- Организационная работа.
- Техника безопасности.
- История танца. Просмотр видеофильма «История возникновения танцев».

### 2. Азбука музыкального движения - 4 часа.

- Выбатывать осанку, умение держать голову и корпус прямо.
- Различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз.
- Учить передавать в движении простейший ритмический рисунок.
- Воспитывать дружеские взаимоотношения в танцах, умение подчинять свои интересы интересам всего коллектива.

### 3. Пантомима - 2 часа.

- Основы мимики.
- Беспредметные действия.
- Тренировка мышц лица.
- Актерское мастерство.

### 4. Разучивание танцевальных движений- 6 часов.

- Шаг и бег в различных рисунках.
- Разучивание музыкальных движений, включающие коллективно-порядковые и ритмические упражнения, имеющие целью музыкально-ритмические движения для дальнейшего использования при разучивании танцев.

### 5. Разучивание танцев- 52 часа.

Танцевальные композиции :

«Лирический хоровод» (8 ч)

Упражнения по диагонали, на ковре. Разучивание движений: ковырялочка, моталочка, вынос ноги на носок, в сторону с поворотом стопы внутрь, дробь, молоточки, припадание, притопы. Элементы национальных танцев: движения кисти, верёвочка, квичочки, галоп, меретка и др. Отработка элементов и движений всего танца. Изучение основных построений и рисунков народных плясок с их отличительными элементами.

«Калинка» (8 ч)

Повторение элементов русской пляски: простой хороводный шаг, шаг польки, шаги с притопом, ковырялочка, моталочка. Движения под музыку разного характера. Элементы национальных танцев: движения кисти, верёвочка, квичочки, галоп, меретка и др. Отработка элементов и движений всего танца. Изучение основных построений и рисунков народных плясок с их отличительными элементами.

«Ягодка-малинка» (6 ч)

Разучивание джазовых упражнений: на растяжку, походка с разворотом, изолированные движения тазом. Изучение видов композиций эстрадного танца с

зафиксированной последовательностью и свободным построением. Азбука хореографии. Схемы танцев. Отработка элементов и движений всего танца.

«В ритме хип-хоп» (6 ч).

Движения ног в хип-хопе, основные шаги, простой разворот, слайд – брейк, испанский захват, вращение.

Постановка танца и отработка движений.. Музыка в стиле хип – хоп. Техника исполнения.

«Волшебный вальс» (8 ч)

Слушание музыки. Постановка корпуса, рук, ног, головы; соединение движения рук и головы; приглашение к танцу; окончание танца; отработка положения корпуса, головы, рук. Разучивание и отработка движений всей танцевальной композиции.

«Fitness Dance». (6 ч)

Разучивание упражнений: на растяжку, гибкость. Изучение видов композиций эстрадного танца с зафиксированной последовательностью и свободным построением. Азбука хореографии. Схемы танцев. Отработка элементов и движений всего танца. Музыкальная композиция «Juicy Wiggle – Redfoo»

«Street Dance». (6 ч)

Уличные танцы не имеют в своём составе ни одного профессионального хореографического движения. Всё, что есть – это эмоции. Эти эмоции и чувства уличный танцор выражает во взрывных движениях, неожиданно переходящих в медленные па, а затем назад. Такой контраст придаёт зрелищности, а энергичная музыка заводит ещё больше. Проще говоря, при помощи Street Dance каждый участник действия получает возможность высказаться без слов, открыть свою душу и выплеснуть негативные эмоции. Бодрый шаг, обыкновенный шаг, спокойный, пружинящий, мягкий шаг. Азбука хореографии. Схемы танцев. Отработка элементов и движений всего танца.

6. Отчетное концертное выступление. (6 ч)

Генеральная репетиция. Повторение выученных танцев, самоанализ

7. Итоговая аттестация (2 часа)

8. Итоговое занятие (2 часа)

**Календарный учебный график**

№ п/п	Дата (план)	Дата (корректировка)	Время проведения занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля
1				Вводное занятие История танца	2	инструктаж	
2				Азбука музыкального движения .	2	беседа	
3				Азбука музыкального движения .	2	практика	
4				Пантомима. Основы мимики. Актерское мастерство.	2	практика	
5				Разучивание танцевальных движений	2	практика	
6				Шаг и бег в различных рисунках.	2	практика	
7				Шаг и бег в различных рисунках.	2	практика	
8				Танцевальная композиция «Лирический хоровод»	2	практика	
9				Танцевальная композиция «Лирический хоровод»	2	практика	
10				Танцевальная композиция «Лирический хоровод»	2	практика	
11				Танцевальная композиция «Лирический хоровод»	2	практика	
12				Танцевальная композиция «Калинка»	2	теория	
13				Танцевальная композиция «Калинка»	2	практика	
14				Танцевальная композиция «Калинка»	2	практика	
15				Танцевальная композиция «Калинка»	2	практика	
16				Танцевальная композиция «Ягодка-малинка»	2	теория	
17				Танцевальная композиция «Ягодка-малинка»	2	практика	
18				Танцевальная композиция «Ягодка-малинка»	2	практика	
19				Танцевальная композиция «В ритме хип-хоп»	2	теория	
20				Танцевальная композиция «В ритме хип-хоп»	2	практика	
21				Танцевальная композиция «В ритме хип-хоп»	2	практика	
22				Танцевальная композиция «Волшебный вальс»	2	теория	
23				Танцевальная композиция «Волшебный вальс»	2	практика	
24				Танцевальная композиция «Волшебный вальс»	2	практика	
25				«Волшебный вальс»	2	практика	

26				Танцевальная композиция «Fitness Dance».	2	теория	
27				Танцевальная композиция «Fitness Dance».	2	практика	
28				Танцевальная композиция «Fitness Dance».	2	практика	
29				Танцевальная композиция «Street Dance».	2	теория	
30				Танцевальная композиция «Street Dance».	2	практика	
31				Танцевальная композиция «Street Dance».	2	практика	
32				Отчетное концертное выступление. Генеральная репетиция. Повторение выученных танцев	2	практика	
33				Отчетное концертное выступление. Генеральная репетиция. Повторение выученных танцев	2	практика	
34				Отчетное концертное выступление. Генеральная репетиция. Повторение выученных танцев	2	практика	
35				Итоговая аттестация.	2	концерт	
36				Итоговое занятие	2		
	<b>Итого</b>				<b>72</b>		

### **Условия реализации программы, методическое обеспечение**

В программе использованы приоритетные формы занятий: интегрированные, интегрированные с элементами импровизации, индивидуальные. В репетиционно-постановочные занятия включают количество разделов программы самостоятельно, интегрируя их в зависимости от сложности постановки танца или его тематики.

**Занятия проводятся в спортивном зале и коридоре 1 этажа** во внеурочное время, генеральные репетиции проводятся в спортивном зале. В распоряжении танцевального объединения: костюмы, головные уборы, магнитофон..

Список используемой литературы.

1. В.М.Стриганова и В.И. Уральской. Современный бальный танец Москва « Просвещение»1978год.
2. Библиотечка «в помощь художественной самодеятельности» №6. Бальные танцы. Москва 1985год.
3. О.В.Иванова Народные танцы Москва 2006год.
4. О.В.Савинкова, Т А.Полякова. Москва. Методическое пособие.2003год.
5. В.В.Воронкова. Программа специальных образовательных учреждений 2009год.
6. И.В. Лифиц Ритмика образовательная педагогика 1997год.
7. Р.Е.Славский. Пантомима 1962год.г.Ярославль.
8. Р.Е.Славский. Искусство пантомимы.Г.Ярославль.1962г.

9. И.Г.Рутберг. Жест-язык пантомимы.1972год.