

Аннотация
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«Танцевальная палитра»

Направленность: художественная

Уровень: базовый

Срок реализации: 3 года

Возраст учащихся: 10 -15 лет

Автор-составитель: Плотникова А.В., педагог дополнительного образования.

Цель программы: формирование творчески развитой личности через освоение основ современной хореографии, развитие пластической выразительности, координации и чувства ритма.

Задачи программы: Образовательные:

- обучить принципам правильной осанки и механике осознанного движения;
- обучить базовым техникам работы с телом и методам снятия мышечных зажимов;
- обучить основам ритмики и связи между физическим действием и музыкальным сопровождением.

Развивающие:

- развить креативность и навыки творческого самовыражения;
- развить координацию и синхронность движений;
- развить концентрацию внимания и дисциплину самоконтроля.

Воспитательные:

- воспитать волевые качества и привычку к регулярным занятиям;
- воспитать уважительные межличностные отношения учащихся;
- развить культуру бережного отношения к своему здоровью и физическому состоянию.

Планируемые результаты освоения программы

К концу первого года обучения учащийся должен знать:

- основные анатомические понятия (понятие осанки, позвоночника, суставов);
- базовые принципы безопасного движения и правила гигиены физической активности;
- связь между физическим состоянием и общим самочувствием.

Должен уметь:

- выполнять базовые упражнения на коррекцию осанки и мобильность суставов;
- соблюдать базовые правила дыхания во время выполнения упражнений;
- удерживать правильное положение тела в статических позах;
- распознавать основные мышечные зажимы и зоны дискомфорта.

К концу второго года обучения учащийся должен знать:

- основные элементы движения, понятия ритма, пространства и направления;
- принципы выразительности, основы композиции движения;
- основы импровизации.

Должен уметь:

- импровизировать по заданным темам;
- исполнять связки современных элементов танца;
- чувствовать музыкальный такт, ориентироваться в пространстве.

К концу третьего года обучения учащийся должен знать:

- этапы разработки творческого хореографического проекта (постановки);
- законы художественного образа;
- историю современного и классического танца.

Должен уметь:

- выполнять готовые этюды и композиции;
- импровизировать на заданную тему;
- исполнять связки с изменением темпа, передавать через тело простые эмоции, работать в паре.

