

Государственное автономное учреждение Курганской области
«Содействие детскому отдыху»
Структурное подразделение санаторно-оздоровительный лагерь круглогодичного
действия «Романтика»

Утверждено
И.о. начальника СП СОЛКД «Романтика»

Волкова К. В.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА *«Ритмы смены»*

*художественной направленности (с элементами физического
развития и социально-коммуникативной адаптации)*

Автор – составитель:
Фомина Анжелика Анатольевна
педагог-организатор

Курган
2026 г.

СОДЕРЖАНИЕ

Паспорт программы

1. Комплекс основных характеристик программы
 - 1.1. Пояснительная записка
 - 1.2. Цель и задачи программы
 - 1.3. Планируемые результаты
 - 1.4. Учебно-тематический план
2. Комплекс организационно-педагогических условий
 - 2.1. Условия реализации программы
 - 2.2. Формы и методы контроля
 - 2.3. Методические материалы
 - 2.3.1 Основные термины, используемые в программе
 - 2.3.2 Методическое обеспечение краткосрочной программы ознакомительного уровня, художественной направленности
3. Список литературы и источников (для педагога и учащихся)

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

<i>Ф.И.О. автора-составителя</i>	Фомина Анжелика Анатольевна
<i>Учреждение</i>	СП СОЛКД «Романтика»
<i>Наименование программы</i>	«Ритмы смены»
<i>Объединение</i>	-
<i>Направленность</i>	Художественная
<i>Возраст учащихся</i>	6-17 лет
<i>Срок обучения</i>	14 дней
<i>Объём часов</i>	12 часов
<i>Уровень освоения программы</i>	Ознакомительный
<i>Цель программы</i>	Развитие творческих способностей и художественного самовыражения детей средствами хореографического искусства в условиях лагерной смены.
<i>С какого года реализуется программа</i>	2026

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ.

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Ритмы смены» (далее «программа») художественной направленности рассчитана на детей, отдыхающих на базе СП СОЛКД «Романтика» и проявляющих интерес к хореографии и танцам. 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.

Программа способствует развитию творческого мышления, ответственности и навыкам командной работы, что важно для гармоничного развития личности. Это не просто кружок, а полноценная творческая лаборатория, где хореография сочетается с актёрским мастерством, музыкой и психологией командной работы.

На занятиях ребята познакомятся с современными стилями хореографии, научатся чувствовать ритм, работать с танцевальными реквизитами и ставить собственные номера.

Актуальность программы

В рамках работы программы «Ритмы Смены» мы реализуем комплексный подход к развитию ребенка через танец. Вот основные направления нашей работы:

1. Обучение основам хореографии

- Современные стили: Hip-Hop, Jazz-Funk, Contemporary, а также основы эстрадного танца. Мы учим детей чувствовать ритм, развиваем координацию и пластику.
- Импровизация: Учим детей не бояться выражать себя через движение, слышать музыку и придумывать собственные связки.

2. Постановочная деятельность

- Создание номеров: Подготовка танцевальных номеров к общелагерным мероприятиям: открытие/закрытие смены, тематические дискотеки.
- Работа с реквизитом: Использование в танцах предметов (полотна, шляпы,

светящиеся элементы), что делает выступления зрелищными.

3. Развитие (Личностный рост)

- Командный дух: Танец - это умение работать в синхроне. Мы учим детей чувствовать плечо товарища, поддерживать друг друга и нести общую ответственность за результат.
- Раскрепощение: Преодоление страха сцены и стеснительности. Для многих детей лагерь - это первое место, где они решаются выйти под свет софитов.
- Лидерство: Старшие воспитанники объединения пробуют себя в роли помощников хореографа (капитанов команд, ответственных за разминку).

Адресат программы

Программа «Ритмы смены» адресована детям 6-17 лет. Занятие проводится для групп из 10-15 человек по возрастам (1 группа: 6-9 лет; 2 группа: 10-13 лет; 3 группа: 14-17 лет).

Объем и срок освоения программы, режим занятий

Срок реализации - 14 дней.

Режим занятий: занятия проводятся 3 раза в день по 40 минут 6 дней в неделю для каждой возрастной группы.

Уровень сложности содержания Программы является **ознакомительным** так как в ходе освоения Программы учащимся предоставляется возможность попробовать себя в танцевальном искусстве.

1.2. Цель и задачи программы. Планируемые результаты

Цель программы: развитие творческих способностей и художественного самовыражения детей средствами хореографического искусства в условиях лагерной смены.

Задачи программы:

Обучающие:

- Научить соблюдать правила техники безопасности во время занятия танцами;
- Научить создавать номера и работать с реквизитом;
- Познакомить с современными видами танцев: Hip-Hop, Jazz-Funk, Contemporary, эстрадный танец.

Развивающие:

- Развивать интерес к хореографии;
- Развивать психические процессы (речь, внимание, память, мышление и др.).

Воспитательные:

- Воспитывать активность, уважение друг к другу;
- Формировать потребность учащихся к саморазвитию, умение работать в команде.

1.3. Планируемые результаты.

В конце обучения по программе «Садоводство для всех» обучающиеся должны знать:

- правила техники безопасности во время занятий танцами;
- какие виды современных танцев существуют;
- что из себя представляют такие виды танцев, как: Hip-Hop, Jazz-Funk, Contemporary, эстрадный танец.

Обучающиеся будут уметь:

- создавать танцевальные номера и работать с реквизитом.

1.3. Учебно-тематический план

Возраст 6-17 лет

№	Название разделов	Количество часов		
		теория	практика	всего
1	Введение в хореографию	1	-	1
2	Основы хореографии	1	5	6
3	Постановочная деятельность	1	3	4
4	Подведение итогов работы	-	1	1
	Итого	3	9	12

Содержание**1. Введение в хореографию 1/1/0**

Теория 1 ч.: Знакомство. Знакомство с программой. Инструктаж. Техника

безопасности. Правила во время занятия танцами.

2. Основы хореографии 6/1/5

Теория 1 ч.: Современные стили танцев: Hip-Hop, Jazz-Funk, Contemporary, а также основы эстрадного танца. Что такое импровизация?

Практика 5 ч.: Разучивание связки в стиле Hip-Hop. Разучивание связки в стиле Jazz-Funk. Разучивание связки в стиле Contemporary. Разучивание связки в стиле эстрадного танца. Импровизация.

3. Постановочная деятельность 4/1/3

Теория 1 ч.: Как работать с реквизитом и создавать танцевальные номера?

Практика 3 ч.: Работа с реквизитом. Постановка танцевального номера. Выступление с ним на закрытии смены.

4. Подведение итогов работы 1/0/1

Практика 1 ч.: Сравнение танцевальных навыков в начале программы и в конце. Подведение итогов, чему научились, что узнали.

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Условия реализации программы.

Материально-техническое обеспечение:

- Музыкальное оборудование (колонка);
- Помещение для занятий (зал ЛФК/актовый зал/эстрада/арт-пространство);
- Реквизит (шляпы, полотна ткани, светящиеся элементы)

Учебно-методическое обеспечение: программа, календарно-тематический план, учебные пособия.

2.2 Формы текущего контроля, промежуточной аттестации

Для отслеживания результативности реализации программы достижений обучающихся в программе предусмотрены следующие формы контроля:

Объектами контроля являются:

- знания, умения и навыки;
- степень самостоятельности.

Методы отслеживания результативности контроля:

- педагогическое наблюдение;

При оценивании достижений обучающихся используется безотметочная система.

2.3. Методические материалы

2.3.1 Основные термины, используемые в программе

1. Хореография - это и искусство создания танца, и его запись, и вся совокупность танцевальных практик.

2. Hip-Hop - уличный танец, основанный на импровизации, ритме и личной подаче; вырос из хип-хоп-культуры, ценит свободу и энергию.

3. Jazz-Funk - яркий гибридный стиль: сочетает джазовую технику, резкие акценты и шоу-подачу; часто встречается в поп-клипах.

4. Contemporary - современный танец про эмоции и свободу: объединяет разные техники, включает работу с гравитацией и импровизацию, передаёт внутреннее состояние через движение.

5. Современные стили танцев - это направления XX–XXI веков, где нет строгих академических рамок: в них ценят свободу, эксперименты и самовыражение.

6. Эстрадный танец - это зрелищный сценический танец, созданный специально для концертного выступления перед публикой.

7. Импровизация - это создание движений «здесь и сейчас», без заранее заученной хореографии. Танцор реагирует на музыку, пространство и собственные ощущения, выстраивая танец в моменте.

8. Ритм - чередование звуков и движений, организованное во времени.

9. Темп - скорость исполнения музыки и движений (медленный, умеренный, быстрый).

10. Такт - единица музыкального метра, группа долей, объединённая сильной долей.

11. Доля - единица измерения музыкального времени (сильная, слабая).

12. Метр - равномерное чередование сильных и слабых долей.

13. Музыкальный размер - количество долей в такте (например, 2/4, 3/4, 4/4).

15. Затакт - начало музыкального произведения со слабой доли.

16. Музыкальная фраза - законченный музыкальный отрезок, который в танце соответствует законченной серии движений.

17. Позиция - определённое положение рук, ног или тела (например, позиции ног в классическом танце: I, II, III, IV, V).

18. Шаг - базовое передвижение в танце.

19. Прыжок - отрыв обеих ног от пола с целью перемещения или украшения движения.

20. Поворот - вращение тела вокруг своей оси.

21. Растяжка - упражнения на развитие гибкости и эластичности мышц.

22. Координация - согласованная работа разных частей тела в движении.

23. Осанка - правильное положение корпуса во время танца.

24. Пластика - мягкость, выразительность и связность движений.

25. Выворотность - способность развернуть ноги наружу из тазобедренного сустава (важна в классическом танце).

26. Комбинация - связка из нескольких танцевальных движений.

27. Рисунок танца - перемещение танцоров по сценической площадке, создающее визуальную композицию.

28. Хореографическая постановка - законченное танцевальное произведение.

29. Репетиция - тренировочное занятие по отработке движений и постановки.

30. Импровизация - свободное создание движений без предварительной подготовки.

2.3.2 Методическое обеспечение краткосрочной программы ознакомительного уровня, художественной направленности

6-17 лет

№ п/п	Тема	Формы проведения занятий	Приемы и методы организации образовательного процесса	Дидактический материал, наглядность, ТСО	Форма подведения итогов
1.	Вводное занятие (1 час)	Фронтальное обучение	Вводная беседа, техника безопасности, знакомство с программой и друг с другом, правила во время занятия танцами.	Инструменты и оборудование, наглядное пособие.	Устный опрос
2.	Современные стили танцев: Hip-Hop, Jazz-Funk, Contemporary, а также основы эстрадного танца. Что такое импровизация? (1 час)	Фронтальное обучение	Разбор понятий: Hip-Hop, Jazz-Funk, Contemporary, эстрадный танец и импровизации. Демонстрация видеоматериалов с танцами.	Видеофрагменты со стилями танцев.	Устный опрос
3.	Разучивание связки в стиле Hip-Hop. (1 час)	Групповые, индивидуальные	Разучивание связки в данном стиле.	Колонка, музыкальное сопровождение	Самостоятельная работа (показ готовой)

					связки)
4.	Разучивание связки в стиле Jazz-Funk. (1 час)	Групповые, индивидуальные	Разучивание связки в данном стиле.	Колонка, музыкальное сопровождение	Самостоятельная работа (показ готовой связки)
5.	Разучивание связки в стиле Contemporary. (1 час)	Групповые, индивидуальные	Разучивание связки в данном стиле.	Колонка, музыкальное сопровождение	Самостоятельная работа (показ готовой связки)
6.	Разучивание связки в стиле эстрадного танца. (1 час)	Групповые, индивидуальные	Разучивание связки в данном стиле.	Колонка, музыкальное сопровождение	Самостоятельная работа (показ готовой связки)
7.	Импровизация. (1 час)	Групповые, индивидуальные	Создания фрагмента танца импровизацией по одному и в группах из 2-3 человек.	Колонка, музыкальное сопровождение	Самостоятельная работа (показ готовой связки)
8.	Как работать с реквизитом и создавать танцевальные номера? (1 час)	Фронтальное обучение	Разбор основ работы с реквизитом и создания танцевального номера.	Реквизит (полотно, шляпы, светящиеся палочки). Колонка, музыкальное сопровождение	Устный опрос
9.	Работа с реквизитом. (1 час)	Групповые, индивидуальные	Разучивание танца с реквизитом.	Реквизит, колонка, музыкальное сопровождение.	Самостоятельная работа
10.	Постановка танцевального номера. (1 час)	Групповые	Постановка танцевального номера с реквизитом.	Реквизит, колонка, музыкальное сопровождение.	Самостоятельная работа
11.	Выступление с	Групповые	Выступление с	Реквизит,	Самостоят

	номером на закрытии смены (1 час)		номером на закрытии смены	колонка, музыкальное сопровождение.	ельная работа
12.	Обобщение знаний. Подведение итогов работы (1 час)	Индивидуальные	Сравнение танцевальных навыков в начале программы и в конце. Подведение итогов, чему научились, что узнали.	-	Самостоят ельная работа.

3. Список литературы и источников

Список литературы для педагога:

1. Современные направления танца:
https://kpfu.ru/staff_files/F278240414/UMP_SOVREMENNYE_NAPRAVLENIYA_TANCA.pdf
2. Методика преподавания современных видов хореографии:
<https://docs.yandex.ru/docs/view?tm=1790871127>
3. Учебно-методическое пособие «Композиция современного танца»:
<https://multiurok.ru/files/uchebno-metodicheskoe-posobie-kompozitsiia-sovreme.html>
4. Методика преподавания современного танца:
<https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/2019/03/02/metodika-prepodavaniya-sovremennogo-tantsa>

Список литературы для учащихся:

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии» :
<https://djvu.online/file/gRTSuFo8vPN3e?ysclid=mupqmkfs4a583997389>
2. Учебные иллюстрированные пособия «Основы детского танца»
3. Лисицкая-Вдовина Т. Ю. «Композиция танца» :
https://docviewer.yandex.ru/view/1558687440/?*