

Art Machine Dance Studio



TANIEC
AKROBATYKA

Sztuka

Teatr

Pasja

Wstęp

Inspiracją do poprowadzenia zajęć tanecznych i Akrobatycznych jest rozbudzenie zainteresowań uczniów różnymi formami spędzania czasu wolnego oraz zarażenie ich pasją i miłością do tańca.

Nauka wyrażania emocji poprzez ruch, świadomość własnego ciała, zwiększenie pewności siebie, to jedne z wielu celów realizowane na zajęciach.

Aktywność i ruchliwość należą do charakterystycznych i najzupełniej normalnych cech dziecka w wieku szkolnym.

Można zauważyć, że ruch przy muzyce jest jedną z ulubionych form zajęć dla wielu uczniów, ponieważ pozwala odreagować napięcia, daje możliwość radosnego i spontanicznego wyładowania emocji.

Wobec długich godzin jakie uczeń spędza w szkolnej ławce lub przed komputerem są wskazaną formą relaksu, dostarczają dzieciom dużo radości, stwarzają możliwość odprężenia. Taniec grupowy sprzyja integracji uczestników, daje przyjemność i radość ze wspólnego ruchu.

Niezwykłe rozwija pamięć wzrokową i słuchową oraz poprawa koordynację ruchową.

CELE

- zajęć tanecznych i akrobatycznych jest:
- rozwijanie zainteresowań;
 - aktywne spędzanie czasu wolnego;
 - nauczanie i doskonalenie różnych form aktywności ruchowej;
 - rozwijanie wrażliwości na muzykę i ruch;
 - kształcenie estetyki ruchowej;
 - doskonalenie poczucia rytmu;
 - budzenie wiary we własne możliwości;
 - możliwość odnoszenia sukcesu przez dzieci słabe dydaktycznie;
 - pokonywanie tremy i nieśmiałości;
 - czerpanie radości z udziału w zajęciach.
 - nauka techniki tanecznej
 - tworzenie choreografii tanecznych
 - poznawanie emocji, nauka wyrażania emocji
 - poprawienie kondycji ciała
 - nauka elementów akrobatycznych takich jak: przewroty w przód i w tył, stanie na rękach, stanie na głowie, mostek z leżenia i ze stania, przejścia w przód i w tył, gwiazdy na dwóch i jeden ręce, szpagat.



ART MACHINE DANCE STUDIO
[FACEBOOK.COM/ARTMACHINEDANCESTUDIO](https://www.facebook.com/artmachinedancestudio)

Planowanie pracy

Na zajęcia taneczne mogą uczęszczać uczniowie szkoły, zarówno Szkoły Podstawowej i Gimnazjum.

Pierwsze zajęcia zaczynam od ćwiczeń i zabaw rytmicznych,

których celem jest:

- uwrażliwienie na rytm,
 - aktywizowanie ciała i psychiki,
 - tworzenie nowych odruchów i rozwijanie sprawności aparatu mięśniowo ruchowego,
 - opanowanie nieśmiałości,
 - pobudzenie wiary we własne siły ,
- ćwiczenie i rozwijanie umiejętności koncentracji uwagi, -
sposobowości, umiejętności porównywania,
analizy, pamięci.

Po opanowaniu podstawowych umiejętności poruszania się przy muzyce wprowadzam choreografię oparte na technikach tańca:

- hip hop
 - jazz
 - współczesnego
 - modern jazz
 - nowoczesnego
 - teatru tańca
- Oraz:
- akrobatyki
 - gimnastyki artystycznej



Dobór repertuaru uzależniony jest od tego, gdzie i kiedy zespół taneczny będzie mógł zaprezentować swoje umiejętności- głównie dotyczy imprez i uroczystości szkolnych jak i również pozaszkolnych,
Staram się dobierać odpowiednią muzykę ,taką aby odzwierciedlała zawarte w choreografii emocje.



Kludia Opulowicz