**Содержание**

1. Пояснительная записка

2. Календарный учебный график

3. Учебный план

4. Содержание программы

5. Оценочные и методические материалы (методическое обеспечение программы)

6. Список литературы

7. Рабочая программа 1 года обучения 1 группы

8. Рабочая программа 1 года обучения 2 группы

9. Рабочая программа 1 года обучения 3 группы

10. Рабочая программа 2 года обучения

11. Рабочая программа 3 года обучения

**Пояснительная записка**

Дополнительная (общеразвивающая) общеобразовательная программа «Коллектив современного эстрадного танца «Ступени»» разработана согласно требованиям Локального акта «Положение о структуре, порядке разработки и утверждения дополнительных (общеразвивающих) общеобразовательных программ в МАОУ ДО «Детско-юношеский центр им. Б.Г. Лесюка».

Программа дает возможность каждому ребенку получать дополнительное образование, исходя из его интересов, склонностей, способностей образовательных потребностей, осуществляемых за пределами федеральных государственных образовательных стандартов. Программа создает условия для творческого самовыражения детей 5-15 лет, ориентации их на процесс воспитания и развития личности посредством хореографии. **Направленность программы художественная**, так как у детей раздвигаются рамки художественного видения мира, а простые и привычные действия преображаются в танцевальные, становятся имитацией поведения нужного художественного образа.

**Актуальность** программы обусловлена тем, что в последние годы в детской среде наблюдается недостаток художественно-эстетического воспитания и должного внимания общества к организации свободного времени школьников. Для детей типично стремление к объединению в группы, которые возникают спонтанно, что ведёт к самым негативным последствиям. В процессе занятий у детей воспитывается чувство коллективизма, способность к продуктивному творческому общению. В процессе подготовки концертных номеров, само выступление воспитывает терпение, ответственность, уважение друг к другу, чувство сотрудничества.

**Новизна** программы заключается в том, что по форме реализации программа является краткосрочной, но несмотря на это, программа охватывает многие базовые аспекты хореографического искусства, излагая их для обучающихся в легкодоступной игровой форме.

**Основной отличительной особенностью** программыот уже существующих программ по хореографии является то, что она дает возможность обучающемуся за короткое время обучения попробовать свои силы в разных видах танцевального творчества.

**Основная цель и задачи программы.**

 **Цель программы** – формирование и развитие творческих особенностей обучающихся средствами музыки и танца.

 Программа включает в себя обучающие, развивающие и воспитательные **задачи.**

К обучающим задачам следует отнести:

 **-** обучение элементарным знаниям о функциях организма;

 **-** обучение передачи образа с помощью движения, мимики;

 **-** формирование у детей умения отображать ритмический рисунок композиции и находить сильную долю музыкального такта;

 - обучение терминологии, принятой в хореографии.

К развивающим задачам следует отнести:

 **-** формирование правильной осанки;

 **-** формирование двигательных навыков;

 **-** развитие ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости, координации и пластики;

 - развитие психических процессов ребёнка (памяти, внимания, мышления, воображения).

 К воспитательным задачам относятся:

 **-** воспитание морально-волевых качеств: выдержки, настойчивости;

 **-** приобщение обучающихся к здоровому образу жизни и гармонии тела;

 **-** развитие чувства взаимопомощи и взаимовыручки;

 - формирование культуры поведения и общения.

 **Возраст обучающихся, срок реализации программы, основные формы занятий.**

 Программа предназначена для детей от 5 до 15 лет. Набор в группы – свободный (без конкурса). В зависимости от возраста дифференцируются формы работы и требования к обучающимся. В самом начале обучения основная форма работы – игровая, упражнения имеют соревновательный характер, затем по мере обучения подход становится более требовательным: акцент делается на понимании важности того дела, которым мы занимаемся. В начале обучения цель педагога – ввести ребёнка в сферу хореографии, а затем, в конце обучения, обучающиеся должны представить свои творческие работы.

 **Формы организации деятельности**: учебные занятия могут проводиться со всем составом объединения, по группам и подгруппам, а также индивидуально (с наиболее способными детьми при подготовке к конкурсным мероприятиям).

 **Режим занятий.**

 Программа рассчитана на 3 года обучения. Занятия проводятся:

 - для 1 года обучения:

 1 группа - 2 раза в неделю по 1 часу, 2 часа в неделю, 72 часа в год;

 2 группа - 3 раза в неделю по 1 часу, 3 часа в неделю, 108 часов в год;

 3 группа - 4 раза в неделю по 1 часу, 4 часа в неделю, 144 часа в год.

 Для 2 года и 3 года обучения – 2 раза в неделю по 2 часа, 4 часа в неделю, 144 часа в год.

 1 и 2 группы 1 года обучения сформированы из обучающихся 5-7 лет, длительность одного учебного часа для детей данного возраста - 30 мин. Длительность занятия для детей 3 группы – 45 мин.

 **Ожидаемые результаты освоения программы.**

***Предметные результаты.***Обучающиеся будут знать функции организма, терминологию, принятую в хореографии. Будут уметь передавать образ с помощью движения и мимики. Отображать ритмический рисунок композиции и находить сильную долю музыкального такта.

***Метапредметные результаты.***В результате обучения у детейбудут развиты двигательные навыки, правильная осанка, ловкость, быстрота, гибкость, сила, выносливость, координация и пластика. А так же, психические процессы (память, внимание, мышление, воображение).

***Личностные результаты.***Обучающиеся будут обладать морально волевыми качествами (выдержка, настойчивость), стремлением к здоровому образу жизни и гармонии тела. Будут готовы с радостью помочь товарищу в сложной ситуации.

**2. Календарный учебный график.**

**Начало учебного года –** 1 сентября.

**Окончание учебного года –** 31 мая.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Год обучения** | **Всего учебных недель** | **Кол-во учебных дней** | **Объем учебных часов** | **Режим работы** |
| 1 | 1 год обучения (1 группа) | 36 | 72 | 72 | 2 раза в неделю по 1 часу |
| 2 | 1 год обучения(2 группа) | 36 | 108 | 108 | 3 раза в неделю по 1 часу |
| 3 | 1 год обучения(3 группа) | 36 | 144 | 144 | 4 раза в неделю по 1 часу |
| 4 | 2 год обучения | 36 | 72 | 144 | 2 раза в неделю по 2 часа |
| 5 | 3 год обучения | 36 | 72 | 144 | 2 раза в неделю по 2 часа |

**Учебный план 1 года обучения**

**(1 группа)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование разделов и тем** | **Кол-во часов** | **Из них** |
| **Теория** | **Практика** |
| 1 | Вводное занятие. | 1 | 1 | - |
| 2 | Разминка. | 8 | - | 8 |
| 3 | Основы классического танца. | 10 | - | 10 |
| 4 | Основы современного танца. | 8 | - | 8 |
| 5 | Постановочная, репетиционная работа. | 23 | 2 | 21 |
| 6 | Текущий контроль. | 1 | - | 1 |
| 7 | Творческая деятельность. | 5 | 1 | 4 |
| 8 | Упражнения с предметами. | 15 | - | 15 |
| 9 | Промежуточный контроль. | 1 | - | 1 |
| **ИТОГО:** | **72** | **4** | **68** |

**Учебный план 1 года обучения**

**(2 группа)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование разделов и тем** | **Кол-во часов** | **Из них** |
| **Теория** | **Практика** |
| 1 | Вводное занятие. | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Разминка. | 23 | - | 23 |
| 3 | Основы классического танца. | 20 | - | 20 |
| 4 | Основы современного танца. | 18 | - | 18 |
| 5 | Постановочная, репетиционная работа. | 23 | 2 | 21 |
| 6 | Текущий контроль. | 1 | - | 1 |
| 7 | Творческая деятельность. | 5 | 1 | 4 |
| 8 | Упражнения с предметами. | 15 | - | 15 |
| 9 | Промежуточный контроль. | 1 | - | 1 |
| **ИТОГО:** | **108** | **4** | **104** |

**Учебный план 1 года обучения**

**(3 группа)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование разделов и тем** | **Кол-во часов** | **Из них** |
| **Теория** | **Практика** |
| 1 | Вводное занятие. | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Разминка. | 23 | - | 23 |
| 3 | Основы классического танца. | 20 | - | 20 |
| 4 | Основы современного танца. | 18 | - | 18 |
| 5 | Постановочная, репетиционная работа. | 59 | 2 | 57 |
| 6 | Текущий контроль. | 1 | - | 1 |
| 7 | Творческая деятельность. | 5 | 1 | 4 |
| 8 | Упражнения с предметами. | 15 | - | 15 |
| 9 | Промежуточный контроль. | 1 | - | 1 |
| **ИТОГО:** | **144** | **4** | **140** |

**Учебный план 2 года обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование разделов и тем** | **Кол-во часов** | **Из них** |
| **Теория** | **Практика** |
| 1 | Вводное занятие. | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Партерная гимнастика. | 18 | - | 18 |
| 3 | Классический танец. | 18 | - | 18 |
| 4 | Современный танец. | 18 | - | 18 |
| 5 | Постановочная, репетиционная работа. | 58 | 2 | 56 |
| 6 | Текущий контроль. | 2 | - | 2 |
| 7 | Творческая деятельность. | 8 | 2 | 6 |
| 8 | Основы народного танца. | 18 | - | 18 |
| 9 | Промежуточный контроль. | 2 | - | 2 |
| **ИТОГО:** | **144** | **5** | **139** |

**Учебный план 3 года обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование разделов и тем** | **Кол-во часов** | **Из них** |
| **Теория** | **Практика** |
| 1 | Вводное занятие. | 2 | 1 | 1 |
| 2 | Азбука танцевального движения. | 22 | - | 22 |
| 3 | Классический танец. | 20 | - | 20 |
| 4 | Современный танец. | 18 | - | 18 |
| 5 | Постановочная, репетиционная работа. | 58 | 2 | 56 |
| 6 | Текущий контроль. | 2 | - | 2 |
| 7 | Творческая деятельность. | 6 | - | 6 |
| 8 | Основы акробатики. | 14 | 1 | 13 |
| 9 | Итоговый контроль. | 2 | - | 2 |
| **ИТОГО:** | **144** | **4** | **140** |

**Содержание программы**

**1 год обучения**

 **1.Вводное занятие.**

 ***Теория.*** Инструктаж. Знакомство с понятием «хореография». Танец и его виды. Пробуждение интереса к занятиям хореографии.

 ***Практика.*** Поклон. Разминка. Парные игровые упражнения.

 **2. Разминка.**

 ***Теория.*** В раздел включены упражнения на полу, которые позволяют с наименьшими затратами энергии достичь сразу трех целей: повысить гибкость суставов; улучшить эластичность мышц и связок; нарастить силу мышц. Эти упражнения способствуют исправлению некоторых недостатков корпуса, ног и помогают вырабатывать «выворотность» ног, развивать гибкость, эластичность стоп.

 ***Практика.*** Упражнения ритмической разминки на середине зала, по кругу, по диагонали, у станка.

 **3. Основы классического танца** развивают у детей легкость, красоту движений, выразительность.

 ***Теория.*** Раздел включает танцевально-тренировочные упражнения классического тренажа. Построенные по степени усложнения упражнения подготавливают к выполнению более сложных движений и физической нагрузке; укрепляют мышцы спины, ног; формируют у детей хорошую осанку, гибкость; способствуют развитию координации движений. В содержание раздела могут быть включены беседы об искусстве классического танца и прослушивание музыкального материала.

 ***Практика.*** Выработка осанки, опоры, «выворотности», эластичности и крепости голеностопного, коленного и тазобедренного суставов. Отработка позиций и положений ног и рук

 **4. Основы современного танца.**

 ***Теория.*** В содержание раздела могут быть включены беседы о современных направлениях танца и прослушивание музыкального материала.

 ***Практика.*** В раздел включены такие современные направления, как джаз и модерн.

 **5. Постановочная, репетиционная работа** в процессе которой создается коллективный «творческий продукт» - танцевальный репертуар**.**

 ***Теория.*** На репетициях дети приучаются к сотворчеству, у них развиваются художественное воображение, ассоциативная память, творческие способности.

 ***Практика.*** Приобщение детей к творческой самодеятельности, могущей отразиться как на интерпретации детьми поставленных педагогом танцев, так и на «детскости» репертуара по его содержанию и форме.

 **6. Текущий контроль.**  Зачетное исполнение танцевальных элементов.

 **7. Творческая деятельность.**

 ***Теория.*** *Коммуникативные танцы-игры* – содержат несложные движение, включающие элементы невербального общения, смену партнеров, игровые и импровизационные задания.

 *Импровизационные игры* - дети импровизируют выразительно-изобразительные движения в характере музыки, которую слушают и исполняю. *Сюжетно-ролевой игры* воплощается ребенком с помощью роли, которую он на себя берет.

 ***Практика.*** Выполнение коммуникативных танцев-игр, импровизационных игр, сюжетно-ролевых игр с помощью роли, которую на себя берет ребенок.

 **8. Упражнения с предметами.**

 ***Теория.*** Выполнение упражнений с предметами позволяет детям не только выполнять упражнения вместе с педагогом, но и самостоятельно составлять комплекс упражнения или комбинацию, что благоприятно влияет на развитие творческих способностей.

 ***Практика.*** Работа с обручем, мячом, платком, скакалкой.

 **9. Промежуточный контроль.** Зачетное выполнение элементов танца-игры.

**2 год обучения**

**1. Вводное занятие.**

 ***Теория.*** Инструктаж. Беседа с обучающимися о целях и задачах на текущий год, о правилах техники безопасности на занятиях хореографии. Ознакомление с репертуаром нового учебного года.

 ***Практика.*** Поклон. Разминка. Парные игровые упражнения.

 **2. Партерная гимнастика.**

 ***Теория.*** В раздел включены физические упражнения в положении сидя, лежа, на боку и т.д. Упражнения выполняются с большой амплитудой движений. Упражнения могут быть активные и пассивные, статические и динамические. ***Практика.*** Упражнения на укрепления мышц спины и брюшного пресса. Упражнения на развитие тела танцора при применении комплекса изученных и новых упражнений на полу.

 **3. Классический танец** развивают у детей легкость, красоту движений, выразительность.

 ***Теория.*** Знакомство обучающихся с новыми терминами, использующимися в классической хореографии с использованием наглядного материала.

 ***Практика.*** Повторение и закрепление упражнений 1 года обучения.

Полуприседание (деми-плие) – по 1,2,5 позиции, (гран-плие) по 1,2 позиции. Подъем на полупальцы обеих ног (релеве) по всем позициям. Батман тандю, батман тандю жете назад. Ронд де жамб партер с паузами (endehors -андеор) Упражнения для рук, головы, корпуса (пор де бра). Адажио. Медленное поднимание ноги (релевелян) вперед, в сторону Прыжки (эшаппе) из 1 позиции во 2 и обратно.

 **4. Современный танец.**

 ***Теория.*** Знакомство с современным танцевальным направлением хип-хоп. Просмотр видеоматериала. Изучение терминов, использующихся для обозначения тех или иных движений.

 ***Пракика.*** Прослушивание и обсуждение характерной музыки для современного танца «Хип-хоп», «Пружинка» в современном танце (основы «Хип-хоп»). Элементы танца «Хип-хоп» и соединение их в комбинации.

 **5. Постановочная, репетиционная работа** в процессе которой создается коллективный «творческий продукт» - танцевальный репертуар**.** Подготовка к отчетному концерту или открытому занятию.

 ***Теория.*** На репетициях дети приучаются к сотворчеству, у них развиваются художественное воображение, ассоциативная память, творческие способности.

 ***Практика.*** Приобщение детей к творческой самодеятельности, могущей отразиться как на интерпретации детьми поставленных педагогом танцев, так и на «детскости» репертуара по его содержанию и форме.

 **6. Текущий контроль.**  Зачетное исполнение танцевальных элементов.

 **7. Творческая деятельность.**

 ***Теория.*** *Коммуникативные танцы-игры* – содержат несложные движение, включающие элементы невербального общения, смену партнеров, игровые и импровизационные задания.

 *Импровизационные игры* - дети импровизируют выразительно- изобразительные движения в характере музыки, которую слушают и исполняю. *Сюжетно-ролевой игры* воплощается ребенком с помощью роли, которую он на себя берет.

 ***Практика.*** Выполнение коммуникативных танцев-игр, импровизационных игр, сюжетно-ролевых игр с помощью роли, которую на себя берет ребенок.

 **8. Основы народного танца.**

 ***Теория.*** Изучение новых терминов, их значений. Знакомство с характерными особенностями народов мира.

 ***Практика.*** Тройной притоп. Повороты на 3 шагах вправо, влево с пяткой и притопами. Тройной шаг с притопом вперед, назад (в повороте). Перескок с ноги на ногу.

 **9. Промежуточный контроль.** Зачетное выполнение элементов танца-игры.

**3 год обучения**

**1. Вводное занятие.**

 ***Теория.*** Инструктаж. Беседа с обучающимися о целях и задачах на текущий год, о правилах техники безопасности на занятиях хореографии. Ознакомление с репертуаром нового учебного года.

 ***Практика.*** Поклон. Разминка. Парные игровые упражнения.

 **2. Азбука танцевального движения.**

 ***Теория.*** Знакомство с музыкальными терминами, означающими характер музыки. Работа над развитием музыкальности.

 ***Практика.*** Импровизация под музыкальное сопровождение (образы в музыке) Работа с карточками на определение характера музыки. Игровые минутки.

 **3. Классический танец** развивает у детей легкость, красоту движений, выразительность.

 ***Теория.*** Знакомство обучающихся с новыми терминами, использующимися в классической хореографии с использованием наглядного материала.

 ***Практика.*** Повторение и закрепление упражнений 1 и 2 года обучения. Создание более сложных комбинаций демиплие и гранд плие. Батмантандю. Батмантандюжете. Ронд де жамб партер. Изучение батман фондю (3 направления движения). Адажио ( деволюпе, релевелянт).Гранд батман с паузами Шине (увеличение темпа). Прыжки: соте с руками, эшаппе ( в повороте), шажмандепье (5 поз.)

 **4. Современный танец.**

 ***Теория.*** Беседа с обучающимися о танцевальных направлениях, над которыми будет проводиться работа. Показ видеоматериала. Обсуждение правил выполнения творческой работы — самостоятельно придуманный и поставленный танцевальный номер.

 ***Практика.*** Повторение изученного материала и его последующее усложнение. Изучение танцевальных комбинаций в современном характере. Совмещение двух стилей современного танца.

 **5. Постановочная, репетиционная работа** в процессе которой создается коллективный «творческий продукт» - танцевальный репертуар**.** Подготовка к отчетному концерту или открытому занятию.

 ***Теория.*** На репетициях дети приучаются к сотворчеству, у них развиваются художественное воображение, ассоциативная память, творческие способности.

 ***Практика.*** Приобщение детей к творческой самодеятельности, могущей отразиться как на интерпретации детьми поставленных педагогом танцев, так и на «детскости» репертуара по его содержанию и форме.

 **6. Текущий контроль.**  Зачетное исполнение танцевальных номеров.

 **7. Творческая деятельность.**

 ***Теория.*** *Коммуникативные танцы-игры* – содержат несложные движение, включающие элементы невербального общения, смену партнеров, игровые и импровизационные задания.

 *Импровизационные игры* - дети импровизируют выразительно- изобразительные движения в характере музыки, которую слушают и исполняю. *Сюжетно-ролевой игры* воплощается ребенком с помощью роли, которую он на себя берет.

 ***Практика.*** Выполнение коммуникативных танцев-игр, импровизационных игр, сюжетно-ролевых игр с помощью роли, которую на себя берет ребенок.

 **8. Основы акробатики.**

 ***Теория.*** Просмотр видеоматериала с обучающимися для наилучшего понимания техники исполнения трюковых элементов. Подробное описание трюковых элементов.

 ***Практика.*** Разучивание трюковых элементов: «Колесо», «Кувырок вперед и назад», движение вперед и назад в положении «Мостик».
Работа в парах по разучиванию простых поддержек.

 **9. Итоговый контроль.** Зачетное выполнение элементов танца-игры. Отчетный концерт.

**5. Оценочные и методические материалы**

**(методическое обеспечение программы)**

 **Материально-техническое обеспечение.**

Занятия проходят в специально оборудованном классе. В работе используются фонограммы различных стилей, жанров, дидактический материал для подвижных игр и танцевально-ритмической гимнастики. Специальный реквизит для каждого ребёнка (коврики, мячи, скакалки, ленты, платки, султанчики).

**Методическое обеспечение программы**

 **Методические приёмы.**

 В основе обучения стоит индивидуально-дифференцированный подход к каждому учащемуся в целях раскрытия и изучения его индивидуальных особенностей и способностей. Обучение танцевальным движениям происходит путем практического показа и словесных объяснений. При изучении нового и повторении пройденного материала следует, как можно чаще менять формы построения детей в зале, менять в последовательном порядке линии, по которым выстроены дети, потому что при перестроении создается оживление, игровая атмосфера, происходит своеобразная разрядка. Для качественного усвоения движений следует отбирать и прорабатывать их в небольшом количестве и длительно изучать; для развития творческой фантазии детей разнообразно сочетать танцевальные движения.

 Сначала необходимо разучить у станка движения, требующие выработки устойчивости, остальные движения разучиваются сразу на середине зала. На основе отдельных элементов, движений постепенно выстраиваются танцевальные комбинации, которые в дальнейшем усложняются движениями рук, наклонами и поворотами корпуса, головы, исполняются с продвижением в разных направлениях. Не следует включать в одно занятие слишком много танцевального материала. Важно из занятия в занятие логично переходить от одного движения к другому, усложняя и развивая технику его исполнения, танцевальность.

 Большое значение уделяется танцевальной импровизации в целях создания условий для проявления учащимися собственной инициативы, желания сделать что-то свое, выражения своих чувств и эмоций. Все это будет способствовать тому, что они во время выступлений будут чувствовать себя на сцене и танцевать более уверенно, непринужденно.

 Для достижения целевых установок программы необходимо уделять большое внимание формированию у детей художественного восприятия через пластику; развитию чувства ритма, темпа, музыкальной формы; обучению владеть культурой движения: гибкости, выворотности, пластичности.

**Оценочные материалы**

 При определении уровня освоения программы педагог использует 5-ти балльную систему оценки (условно).

 **Пять баллов** по всем параметрам получают дети, обладающие высоким уровнем способностей, с легкостью исполняющие задания педагога.

 **Четыре балла** получают дети, хорошо справляющиеся с заданиями, обладающие средним уровнем способностей.

 **Три балла** – если ребёнок испытывает трудности, показывает низкий уровень способностей.

 **Два балла** – ребёнок не понимает педагога, не может выполнить задания, плохая память, координация и чувство ритма отсутствуют.

**Список литературы для педагога**

 1. Александрова Н. А., Голубева В.А. Танец Модерн. Пособие для начинающих. – М.: Издательство «Планета музыки» 2007г.

 2. Базарова Н. Мей В. Азбука классического танца. – Ленинград. «Искусство» 1983.

 3. Барышникова Т. Азбука хореографии. С.-П., 1996г.

 4. Боголюбская М. Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах. – М., 1992 (учебное пособие).

 5. Ваганова А.Я. Основы классического танца. Л.,1934г.

 6. Васильева Е. Танец. – М. «Искусство» 1968.

 7. Гусев Г.П. Методика преподавания народного танца. М., 2004г.

 8. Климов А. Основы русского народного танца. – М., 1994.

 9. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ Музыка, Москва, «Просвещение», 1986 год. Стр 304.

 10. Пуртова Т., Беликова А., Кветная О. Учите детей танцевать. М.,2003г

 11. Ткаченко Т. Народный танец. – М., 1967.

**Список литературы для детей и родителей**

 1.Дешкова И. «Иллюстрационная энциклопедия балет в рассказах и

исторических анекдотах для детей и их родителей». Москва 1995.

 2.Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе» Танцевально-игровая

гимнастика для детей. Санкт-Петербург «Детство-пресс» 2003. 3. Шершнев В.Г. «От ритмики к танцу», Москва 2008.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**к дополнительной (общеразвивающей) общеобразовательной программе**

**«Коллектив современного эстрадного танца «Ступени»»**

**Возраст обучающихся:** 5– 15 лет.

**Год обучения:** 1 год.

**Группа №1.**

2022-2023 учебный год

**Содержание**

1. Пояснительная записка

2. Календарно - тематическое планирование

1. **Пояснительная записка**

 **Цель** – познакомить обучающихся с хореографией, дать представление о её многообразии, воспитать двигательный аппарат, развить музыкальность, координацию, пространственную ориентацию, сформировать устойчивый интерес к занятиям танцем.

 **Задачи**:

 - получение обучающимися элементарных знаний о функциях организма;

 - развитие ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости, координации и пластики;

 - воспитание музыкального и эстетического вкуса.

**Ожидаемые результаты.**

 Обучающиеся **будут уметь:**

 **-** красиво и непринуждённо держать корпус и голову;

 - знать позиции ног и рук;

 - начинать и заканчивать движение с музыкой;

 - различать музыкальные и танцевальные жанры (марш, песня, вальс, полька, полонез).

 **Будут знать:**

 - правила исполнения программных упражнений и танцевальных элементов;

- уметь исправлять ошибки;

 - владеть программной терминологией, уметь координировать движения ног, рук, головы и корпуса в танцевальной композиции;

- ориентироваться в различных формах рисунка.

**Количество часов, отводимых на освоение программы.**

 Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу, 2 часа в неделю, 72 часа в год.

**2. Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п\п** | **Тема** | **Кол-во часов** |  |
| **Теория**  | **Практика** | **Дата проведения** |
| **1. Вводное занятие.** | **1** |  |
| 1 | Инструктаж. Знакомство с понятием «хореография». Танец и его виды. | 1 |  |  |
| **2. Разминка.** | **8** |  |
| 2 | Знакомство с основными выразительными средствами музыки. |  | 1 |  |
| 3 | Понятие танцевального движения - его длительность и характер. |  | 1 |  |
| 4 | Понятие танцевального движения – его настроение и темп. |  | 1 |  |
| 5 | Взаимосвязь музыки и движения. |  | 1 |  |
| 6 | Партерная гимнастика. |  | 1 |  |
| 7 |  Партерная гимнастика. |  | 1 |  |
| 8 |  Разминка у станка. |  | 1 |  |
| 9 | Разминка у станка. |  | 1 |  |
| **3. Основы классического танца.** | **10** |  |
| 10 | Постановка корпуса, рук, ног. |  | 1 |  |
| 11 | Постановка корпуса, рук, ног. |  | 1 |  |
| 12 | Постановка корпуса, рук, ног. |  | 1 |  |
| 13 | Постановка корпуса, рук, ног. |  | 1 |  |
| 14 | Упражнения у станка. |  | 1 |  |
| 15 | Упражнения у станка. |  | 1 |  |
| 16 | Port de bras (пордебра). |  | 1 |  |
| 17 | Allegro (аллегро) – прыжки. |  | 1 |  |
| 18 | Упражнения на середине зала. |  | 1 |  |
| 19 | Упражнения на середине зала. |  | 1 |  |
| **4. Основы современного танца.** | **8** |  |
| 20 | Положения рук и ног. |  | 1 |  |
| 21 | Положения рук и ног. |  | 1 |  |
| 22 | Изучение элементарных форм растяжек, наклонов и слитных движений. |  | 1 |  |
| 23 | Изучение элементарных форм растяжек, наклонов и слитных движений. |  | 1 |  |
| 24 | Выработка шага, гибкости, эластичности мышц и связок. |  | 1 |  |
| 25 | Выработка шага, гибкости, эластичности мышц и связок. |  | 1 |  |
| 26 | Знакомство с основными движениями джаз-модерна. |  | 1 |  |
| 27 | Знакомство с основными движениями модерна. |  | 1 |  |
| **5. Постановочная, репетиционная работа.** | **23** |  |
| 28 | Разучивание танцевальных постановок. | 1 |  |  |
| 29 | Разучивание танцевальных постановок. | 1 |  |  |
| 30 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 31 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 32 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 33 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 34 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 35 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 36 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 37 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 38 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 39 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 40 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 41 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 42 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 43 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 44 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 45 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 46 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 47 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 48 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 49 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 50 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| **6. Текущий контроль.** | **1** |  |
| 51 | Текущий контроль. Зачетное исполнение элементов танца. |  | 1 |  |
| **7. Творческая деятельность.** | **5** |  |
| 52 | Знакомство с танцами-играми. | 1 |  |  |
| 53 | Выполнение коммуникативных танцев-игр. |  | 1 |  |
| 54 | Выполнение импровизационных игр. |  | 1 |  |
| 55 | Выполнение сюжетно-ролевых игр. |  | 1 |  |
| 56 | Выполнение сюжетно-ролевых игр. |  | 1 |  |
| **8. Упражнения с предметами.** | **15** |  |
| 57 | Работа с обручем, мячом, платком, скакалкой. |  | 1 |  |
| 58 | Работа с обручем, мячом, платком, скакалкой. |  | 1 |  |
| 59 | Работа с обручем, мячом, платком, скакалкой. |  | 1 |  |
| 60 | Работа с обручем, мячом, платком, скакалкой. |  | 1 |  |
| 61 | Работа с обручем, мячом, платком, скакалкой. |  | 1 |  |
| 62 | Работа с обручем, мячом, платком, скакалкой. |  | 1 |  |
| 63 | Работа с блоком и гимнастической резинкой. |  | 1 |  |
| 64 | Работа с блоком и гимнастической резинкой. |  | 1 |  |
| 65 | Работа с блоком и гимнастической резинкой. |  | 1 |  |
| 66 | Работа с блоком и гимнастической резинкой. |  | 1 |  |
| 67 | Выполнение комплекса упражнений с предметами. |  | 1 |  |
| 68 | Выполнение комплекса упражнений с предметами. |  | 1 |  |
| 69 | Выполнение комплекса упражнений с предметами. |  | 1 |  |
| 70 | Выполнение комплекса упражнений с предметами. |  | 1 |  |
| 71 | Выполнение комплекса упражнений с предметами. |  | 1 |  |
| **9. Промежуточный контроль.** | **1** |  |
| 72 | Промежуточный контроль. Зачетное исполнение танца-игры. |  | 1 |  |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**к дополнительной (общеразвивающей) общеобразовательной программе**

**«Коллектив современного эстрадного танца «Ступени»»**

**Возраст обучающихся:** 5– 15 лет.

**Год обучения:** 1 год.

**Группа №2.**

2022-2023 учебный год

**Содержание**

1. Пояснительная записка

2. Календарно - тематическое планирование

1. **Пояснительная записка**

 **Цель** – познакомить обучающихся с хореографией, дать представление о её многообразии, воспитать двигательный аппарат, развить музыкальность, координацию, пространственную ориентацию, сформировать устойчивый интерес к занятиям танцем.

 **Задачи**:

 - получение обучающимися элементарных знаний о функциях организма;

 - развитие ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости, координации и пластики;

 - воспитание музыкального и эстетического вкуса.

**Ожидаемые результаты.**

 Обучающиеся **будут уметь:**

 **-** красиво и непринуждённо держать корпус и голову;

 - знать позиции ног и рук;

 - начинать и заканчивать движение с музыкой;

 - различать музыкальные и танцевальные жанры (марш, песня, вальс, полька, полонез).

 **Будут знать:**

 - правила исполнения программных упражнений и танцевальных элементов;

- уметь исправлять ошибки;

 - владеть программной терминологией, уметь координировать движения ног, рук, головы и корпуса в танцевальной композиции;

- ориентироваться в различных формах рисунка.

**Количество часов, отводимых на освоение программы.**

 Занятия проводятся 3 раза в неделю по 1 часу, 3 часа в неделю, 108 часов в год.

**2. Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п\п** | **Тема** | **Кол-во часов** | **Дата проведения** |
| **Теория**  | **Практика** |
| **1. Вводное занятие.** | **2** |  |
| 1 | Инструктаж. Знакомство с понятием «хореография». Танец и его виды. | 1 |  |  |
| 2 | Поклон. Разминка. Парные игровые упражнения. |  | 1 |  |
| **2. Разминка.** | **23** |  |
| 3 | Знакомство с основными выразительными средствами музыки. |  | 1 |  |
| 4 | Знакомство с основными выразительными средствами музыки. |  | 1 |  |
| 5 | Знакомство с основными выразительными средствами музыки. |  | 1 |  |
| 6 | Знакомство с основными выразительными средствами музыки. |  | 1 |  |
| 7 | Знакомство с основными выразительными средствами музыки. |  | 1 |  |
| 8 | Знакомство с основными выразительными средствами музыки. |  | 1 |  |
| 9 | Знакомство с основными выразительными средствами музыки. |  | 1 |  |
| 10 | Знакомство с основными выразительными средствами музыки. |  | 1 |  |
| 11 | Знакомство с основными выразительными средствами музыки. |  | 1 |  |
| 12 | Понятие танцевального движения – его длительность, характер, настроение, темп. |  | 1 |  |
| 13 | Взаимосвязь музыки и движения. |  | 1 |  |
| 14 | Взаимосвязь музыки и движения. |  | 1 |  |
| 15 | Взаимосвязь музыки и движения. |  | 1 |  |
| 16 | Партерная гимнастика. |  | 1 |  |
| 17 | Партерная гимнастика. |  | 1 |  |
| 18 | Партерная гимнастика. |  | 1 |  |
| 19 | Партерная гимнастика. |  | 1 |  |
| 20 | Партерная гимнастика. |  | 1 |  |
| 21 | Разминка у станка. |  | 1 |  |
| 22 | Разминка у станка. |  | 1 |  |
| 23 | Разминка у станка. |  | 1 |  |
| 24 | Разминка у станка. |  | 1 |  |
| 25 | Разминка у станка. |  | 1 |  |
| **3. Основы классического танца.** | **20** |  |
| 26 | Постановка корпуса, рук и ног. |  | 1 |  |
| 27 | Постановка корпуса, рук и ног. |  | 1 |  |
| 28 | Постановка корпуса, рук и ног. |  | 1 |  |
| 29 | Постановка корпуса, рук и ног. |  | 1 |  |
| 30 | Упражнения у станка. |  | 1 |  |
| 31 | Упражнения у станка. |  | 1 |  |
| 32 | Упражнения у станка. |  | 1 |  |
| 33 | Упражнения у станка. |  | 1 |  |
| 34 | Port de bras (пордебра). |  | 1 |  |
| 35 | Port de bras (пордебра). |  | 1 |  |
| 36 | Port de bras (пордебра). |  | 1 |  |
| 37 | Port de bras (пордебра). |  | 1 |  |
| 38 | Allegro (аллегро) – прыжки. |  | 1 |  |
| 39 | Allegro (аллегро) – прыжки. |  | 1 |  |
| 40 | Allegro (аллегро) – прыжки. |  | 1 |  |
| 41 | Allegro (аллегро) – прыжки. |  | 1 |  |
| 42 | Упражнения на середине зала. |  | 1 |  |
| 43 | Allegro (аллегро) – прыжки. |  | 1 |  |
| 44 | Allegro (аллегро) – прыжки. |  | 1 |  |
| 45 | Allegro (аллегро) – прыжки. |  | 1 |  |
| **4. Основы современного танца** | **18** |  |
| 46 | Положения рук и ног. |  | 1 |  |
| 47 | Положения рук и ног. |  | 1 |  |
| 48 | Изучение элементарных форм растяжек, наклонов и слитных движений. |  | 1 |  |
| 49 | Изучение элементарных форм растяжек, наклонов и слитных движений. |  | 1 |  |
| 50 | Изучение элементарных форм растяжек, наклонов и слитных движений. |  | 1 |  |
| 51 | Изучение элементарных форм растяжек, наклонов и слитных движений. |  | 1 |  |
| 52 | Выработка шага, гибкости, эластичности мышц и связок. |  | 1 |  |
| 53 | Выработка шага, гибкости, эластичности мышц и связок. |  | 1 |  |
| 54 | Выработка шага, гибкости, эластичности мышц и связок. |  | 1 |  |
| 55 | Выработка шага, гибкости, эластичности мышц и связок. |  | 1 |  |
| 56 | Знакомство с основными движениями джаз-модерна. |  | 1 |  |
| 57 | Знакомство с основными движениями джаз |  | 1 |  |
| 58 | Знакомство с основными движениями джаз |  | 1 |  |
| 59 | Знакомство с основными движениями джаз |  | 1 |  |
| 60 | Знакомство с основными движениями модерна. |  | 1 |  |
| 61 | Знакомство с основными движениями модерна. |  | 1 |  |
| 62 | Знакомство с основными движениями модерна. |  | 1 |  |
| 63 | Знакомство с основными движениями модерна. |  | 1 |  |
| **5. Постановочная, репетиционная работа.** | **23** |  |
| 64 | Разучивание танцевальных постановок. | 1 |  |  |
| 65 | Разучивание танцевальных постановок. | 1 |  |  |
| 66 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 67 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 68 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 69 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 70 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 71 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 72 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 73 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 74 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 75 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 76 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 77 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 78 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 79 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 80 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 81 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 82 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 83 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 84 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 85 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 86 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| **6. Текущий контроль.** |  |  |
| 87 | Текущий контроль. Зачетное исполнение элементов танца. |  | 1 |  |
| **7. Творческая деятельность.** | **5** |  |
| 88 | Знакомство с танцами-играми. | 1 |  |  |
| 89 | Выполнение коммуникативных танцев-игр. |  | 1 |  |
| 90 | Выполнение импровизационных игр. |  | 1 |  |
| 91 | Выполнение сюжетно-ролевых игр. |  | 1 |  |
| 92 | Выполнение сюжетно-ролевых игр. |  | 1 |  |
| **8. Упражнения с предметами.** | **15** |  |
| 93 | Работа с обручем, мячом, платком, скакалкой. |  | 1 |  |
| 94 | Работа с обручем, мячом, платком, скакалкой. |  | 1 |  |
| 95 | Работа с обручем, мячом, платком, скакалкой. |  | 1 |  |
| 96 | Работа с обручем, мячом, платком, скакалкой. |  | 1 |  |
| 97 | Работа с обручем, мячом, платком, скакалкой. |  | 1 |  |
| 98 | Работа с обручем, мячом, платком, скакалкой. |  | 1 |  |
| 99 | Работа с блоком и гимнастической резинкой. |  | 1 |  |
| 100 | Работа с блоком и гимнастической резинкой. |  | 1 |  |
| 101 | Работа с блоком и гимнастической резинкой. |  | 1 |  |
| 102 | Работа с блоком и гимнастической резинкой. |  | 1 |  |
| 103 | Выполнение комплекса упражнений с предметами. |  | 1 |  |
| 104 | Выполнение комплекса упражнений с предметами. |  | 1 |  |
| 105 | Выполнение комплекса упражнений с предметами. |  | 1 |  |
| 106 | Выполнение комплекса упражнений с предметами. |  | 1 |  |
| 107 | Выполнение комплекса упражнений с предметами. |  | 1 |  |
| **9. Промежуточный контроль.** | **1** |  |
| 108 | Промежуточный контроль. Зачетное исполнение танца-игры. |  |  |  |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**к дополнительной (общеразвивающей) общеобразовательной программе**

**«Коллектив современного эстрадного танца «Ступени»»**

**Возраст обучающихся:** 5– 15 лет.

**Год обучения:** 1 год.

**Группа №3.**

2022-2023 учебный год

**Содержание**

1. Пояснительная записка

2. Календарно - тематическое планирование

1. **Пояснительная записка**

 **Цель** – познакомить обучающихся с хореографией, дать представление о её многообразии, воспитать двигательный аппарат, развить музыкальность, координацию, пространственную ориентацию, сформировать устойчивый интерес к занятиям танцем.

 **Задачи**:

 - получение обучающимися элементарных знаний о функциях организма;

 - развитие ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости, координации и пластики;

 - воспитание музыкального и эстетического вкуса.

 -развитие творческого потенциала учащихся, стимулирование нравственно-эстетических переживаний, способности к эмоциональной отзывчивости.

**Ожидаемые результаты.**

 Обучающиеся **будут уметь:**

 **-** красиво и непринуждённо держать корпус и голову;

 - знать позиции ног и рук;

 - начинать и заканчивать движение с музыкой;

 - знать точки зала, уметь выполнять самостоятельное перестроение в соответствие с заданием

 **Будут знать:**

 - правила исполнения программных упражнений и танцевальных элементов;

- уметь исправлять ошибки;

 - владеть программной терминологией, уметь координировать движения ног, рук, головы и корпуса в танцевальной композиции;

- ориентироваться в различных формах рисунка.

 - владеть навыками художественной выразительности исполнения танца.

**Количество часов, отводимых на освоение программы.**

 Занятия проводятся 4 раза в неделю по 1 часу, 4 часа в неделю, 144 часа в год.

**2. Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п\п** | **Тема** | **Кол-во часов** | **Дата проведения** |
| **Теория**  | **Практика** |
| **1. Вводное занятие.** | **2** |  |
| 1 | Инструктаж. Знакомство с понятием «хореография». Танец и его виды. | 1 |  |  |
| 2 | Поклон. Разминка. Парные игровые упражнения. |  | 1 |  |
| **2. Разминка.** | **23** |  |
| 3 | Знакомство с основными выразительными средствами музыки. |  | 1 |  |
| 4 | Знакомство с основными выразительными средствами музыки. |  | 1 |  |
| 5 | Знакомство с основными выразительными средствами музыки. |  | 1 |  |
| 6 | Знакомство с основными выразительными средствами музыки. |  | 1 |  |
| 7 | Знакомство с основными выразительными средствами музыки. |  | 1 |  |
| 8 | Знакомство с основными выразительными средствами музыки. |  | 1 |  |
| 9 | Знакомство с основными выразительными средствами музыки. |  | 1 |  |
| 10 | Знакомство с основными выразительными средствами музыки. |  | 1 |  |
| 11 | Знакомство с основными выразительными средствами музыки. |  | 1 |  |
| 12 | Понятие танцевального движения – его длительность, характер, настроение, темп. |  | 1 |  |
| 13 | Взаимосвязь музыки и движения. |  | 1 |  |
| 14 | Взаимосвязь музыки и движения. |  | 1 |  |
| 15 | Взаимосвязь музыки и движения. |  | 1 |  |
| 16 | Партерная гимнастика. |  | 1 |  |
| 17 | Партерная гимнастика. |  | 1 |  |
| 18 | Партерная гимнастика. |  | 1 |  |
| 19 | Партерная гимнастика. |  | 1 |  |
| 20 | Партерная гимнастика. |  | 1 |  |
| 21 | Разминка у станка. |  | 1 |  |
| 22 | Разминка у станка. |  | 1 |  |
| 23 | Разминка у станка. |  | 1 |  |
| 24 | Разминка у станка. |  | 1 |  |
| 25 | Разминка у станка. |  | 1 |  |
| **3. Основы классического танца.** | **20** |  |
| 26 | Постановка корпуса, рук и ног. |  | 1 |  |
| 27 | Постановка корпуса, рук и ног. |  | 1 |  |
| 28 | Постановка корпуса, рук и ног. |  | 1 |  |
| 29 | Постановка корпуса, рук и ног. |  | 1 |  |
| 30 | Упражнения у станка. |  | 1 |  |
| 31 | Упражнения у станка. |  | 1 |  |
| 32 | Упражнения у станка. |  | 1 |  |
| 33 | Упражнения у станка. |  | 1 |  |
| 34 | Port de bras (пордебра). |  | 1 |  |
| 35 | Port de bras (пордебра). |  | 1 |  |
| 36 | Port de bras (пордебра). |  | 1 |  |
| 37 | Port de bras (пордебра). |  | 1 |  |
| 38 | Allegro (аллегро) – прыжки. |  | 1 |  |
| 39 | Allegro (аллегро) – прыжки. |  | 1 |  |
| 40 | Allegro (аллегро) – прыжки. |  | 1 |  |
| 41 | Allegro (аллегро) – прыжки. |  | 1 |  |
| 42 | Упражнения на середине зала. |  | 1 |  |
| 43 | Allegro (аллегро) – прыжки. |  | 1 |  |
| 44 | Allegro (аллегро) – прыжки. |  | 1 |  |
| 45 | Allegro (аллегро) – прыжки. |  | 1 |  |
| **4. Основы современного танца** | **18** |  |
| 46 | Положения рук и ног |  | 1 |  |
| 47 | Положения рук и ног |  | 1 |  |
| 48 | Изучение элементарных форм растяжек, наклонов и слитных движений. |  | 1 |  |
| 49 | Изучение элементарных форм растяжек, наклонов и слитных движений. |  | 1 |  |
| 50 | Изучение элементарных форм растяжек, наклонов и слитных движений. |  | 1 |  |
| 51 | Изучение элементарных форм растяжек, наклонов и слитных движений. |  | 1 |  |
| 52 | Выработка шага, гибкости, эластичности мышц и связок. |  | 1 |  |
| 53 | Выработка шага, гибкости, эластичности мышц и связок. |  | 1 |  |
| 54 | Выработка шага, гибкости, эластичности мышц и связок. |  | 1 |  |
| 55 | Выработка шага, гибкости, эластичности мышц и связок. |  | 1 |  |
| 56 | Знакомство с основными движениями джаз-модерна. |  | 1 |  |
| 57 | Знакомство с основными движениями джаз |  | 1 |  |
| 58 | Знакомство с основными движениями джаз |  | 1 |  |
| 59 | Знакомство с основными движениями джаз |  | 1 |  |
| 60 | Знакомство с основными движениями модерна. |  | 1 |  |
| 61 | Знакомство с основными движениями модерна. |  | 1 |  |
| 62 | Знакомство с основными движениями модерна. |  | 1 |  |
| 63 | Знакомство с основными движениями модерна. |  | 1 |  |
| **5. Постановочная, репетиционная работа.** | **59** |  |
| 64 | Разучивание танцевальных постановок. | 1 |  |  |
| 65 | Разучивание танцевальных постановок. | 1 |  |  |
| 66 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 67 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 68 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 69 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 70 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 71 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 72 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 73 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 74 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 75 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 76 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 77 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 78 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 79 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 80 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 81 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 82 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 83 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 84 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 85 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 86 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 87 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 88 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 89 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 90 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 91 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 92 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 93 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 94 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 95 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 96 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 97 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 98 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 99 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 100 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 101 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 102 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 103 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 104 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 105 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 106 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 107 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 108 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 109 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 110 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 111 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 112 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 113 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 114 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 115 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 116 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 117 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 118 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 119 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 120 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 121 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| 122 | Отработка танцевальных постановок. |  | 1 |  |
| **6. Текущий контроль.** | **1** |  |
| 123 | Текущий контроль. Зачетное исполнение элементов танца. |  | 1 |  |
| **7. Творческая деятельность.** | **5** |  |
| 124 | Знакомство с танцами-играми. | 1 |  |  |
| 125 | Выполнение коммуникативных танцев-игр. |  | 1 |  |
| 126 | Выполнение импровизационных игр. |  | 1 |  |
| 127 | Выполнение сюжетно-ролевых игр. |  | 1 |  |
| 128 | Выполнение сюжетно-ролевых игр. |  | 1 |  |
| **8. Упражнения с предметами.** | **15** |  |
| 129 | Работа с обручем, мячом, платком, скакалкой. |  | 1 |  |
| 130 | Работа с обручем, мячом, платком, скакалкой. |  | 1 |  |
| 131 | Работа с обручем, мячом, платком, скакалкой. |  | 1 |  |
| 132 | Работа с обручем, мячом, платком, скакалкой. |  | 1 |  |
| 133 | Работа с обручем, мячом, платком, скакалкой. |  | 1 |  |
| 134 | Работа с обручем, мячом, платком, скакалкой. |  | 1 |  |
| 135 | Работа с блоком и гимнастической резинкой. |  | 1 |  |
| 136 | Работа с блоком и гимнастической резинкой. |  | 1 |  |
| 137 | Работа с блоком и гимнастической резинкой. |  | 1 |  |
| 138 | Работа с блоком и гимнастической резинкой. |  | 1 |  |
| 139 | Выполнение комплекса упражнений с предметами. |  | 1 |  |
| 140 | Выполнение комплекса упражнений с предметами. |  | 1 |  |
| 141 | Выполнение комплекса упражнений с предметами. |  | 1 |  |
| 142 | Выполнение комплекса упражнений с предметами. |  | 1 |  |
| 143 | Выполнение комплекса упражнений с предметами. |  | 1 |  |
| **9. Промежуточный контроль.** | **1** |  |
| 144 | Промежуточный контроль. Зачетное исполнение танца-игры. |  |  |  |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**к дополнительной (общеразвивающей) общеобразовательной программе**

**«Коллектив современного эстрадного танца «Ступени»»**

**Возраст обучающихся:** 5 – 15 лет.

**Год обучения:** 2 год.

2022-2023 учебный год

**Содержание**

1. Пояснительная записка

2. Календарно - тематическое планирование

1. **Пояснительная записка.**

 **Цель –** сформировать устойчивую мотивацию к занятиям по разным направлениям хореографии.

 **Задачи**:

 1. Обучение передачи образа с помощью движения, мимики.

 2. Формирование у детей умения отображать ритмический рисунок композиции и находить сильную долю музыкального такта

 3. Воспитание морально волевых качеств: выдержки, настойчивости, побуждение ребёнка к более дисциплинированному и настойчивому труду.

 **Ожидаемые результаты.**

 Обучающиеся **будут уметь:**

 - различать музыкальные и танцевальные жанры (марш, песня, вальс, полька, полонез);

 - передавать характер, ритмические особенности музыки в движении;

 - ориентироваться в композиционном пространстве.

 **Будут знать:**

 **-** специфические отличия классической, народной и современной хореографии;

 **-** владеть программной терминологией, уметь исправлять ошибки;

 **-** применять на практике нормы взаимоотношения в парном и ансамблевом исполнительстве.

**Количество часов, отводимых на освоение программы.**

 Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа, 4 часа в неделю, 144 часа в год.

**2. Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п\п** | **Тема** | **Кол-во часов** | **Дата проведения** |
| **Теория**  | **Практика** |
| **1. Вводное занятие.** | **2** |  |
| 1 | Инструктаж. Знакомство с понятием «хореография». Танец и его виды. | 1 | **1** |  |
| **2. Партерная гимнастика.** | **18** |  |
| 2 | Комплекс упражнений направленный на улучшение эластичности мышц и связок. |  | 2 |  |
| 3 | Комплекс упражнений направленный на улучшение эластичности мышц и связок. |  | 2 |  |
| 4 | Комплекс упражнений направленный на повышение гибкости суставов. |  | 2 |  |
| 5 | Комплекс упражнений направленный на повышение гибкости суставов. |  | 2 |  |
| 6 | Комплекс упражнений направленный на гибкость спины. |  | 2 |  |
| 7 | Комплекс упражнений направленный на гибкость спины. |  | 2 |  |
| 8 | Комплекс упражнений на развитие выносливости и силы. |  | 2 |  |
| 9 | Комплекс упражнений на развитие выносливости и силы. |  | 2 |  |
| 10 | Комплекс упражнений для брюшного пресса. |  | 2 |  |
| **3. Классический танец.** | **18** |  |
| 11 | Постановка корпуса, рук и ног. |  | 2 |  |
| 12 | Постановка корпуса, рук и ног. |  | 2 |  |
| 13 | Постановка корпуса, рук и ног. |  | 2 |  |
| 14 | Упражнения у станка. |  | 2 |  |
| 15 | Упражнения у станка. |  | 2 |  |
| 16 | Port de bras (пордебра). |  | 2 |  |
| 17 | Allegro (аллегро) – прыжки. |  | 2 |  |
| 18 | Упражнения на середине зала. |  | 2 |  |
| 19 | Упражнения на середине зала. |  | 2 |  |
| **4. Современный танец** | **18** |  |
| 20 | Положения рук и ног. |  | 2 |  |
| 21 | Изучение техники движения в партере. |  | 2 |  |
| 22 | Изучение техники движения в партере. |  | 2 |  |
| 23 | Выработка шага, гибкости, эластичности мышц и связок. |  | 2 |  |
| 24 | Выработка шага, гибкости, эластичности мышц и связок. |  | 2 |  |
| 25 | Кросс. Передвижение в пространстве. |  | 2 |  |
| 26 | Знакомство со стилями современных клубных танцев. |  | 2 |  |
| 27 | Знакомство со стилями современных клубных танцев. |  | 2 |  |
| 28 | Знакомство со стилями современных клубных танцев. |  | 2 |  |
| **5. Постановочная, репетиционная работа.** | **58** |  |
| 29 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 30 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 31 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 32 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 33 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 34 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 35 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 36 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 37 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 38 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 39 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 40 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 41 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 42 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 43 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 44 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 45 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 46 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 47 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 48 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 49 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 50 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 51 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 52 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 53 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 54 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 55 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 56 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 57 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| **6. Текущий контроль.** | **2** |  |
| 58 | Текущий контроль. Зачетное исполнение элементов танца. |  | 2 |  |
| **7. Творческая деятельность.** | **8** |  |
| 59 | Знакомство с танцами-играми. | 2 |  |  |
| 60 | Выполнение коммуникативных танцев-игр. |  | 2 |  |
| 61 | Выполнение импровизационных игр. |  | 2 |  |
| 62 | Выполнение сюжетно-ролевых игр. |  | 2 |  |
| **8. Основы народного танца.** | **18** |  |
| 63 | Знакомство с танцевальным искусством русского танца. |  | 2 |  |
| 64 | Знакомство с танцевальным искусством русского танца. |  | 2 |  |
| 65 | Позиции рук и ног. |  | 2 |  |
| 66 | Позиции рук и ног. |  | 2 |  |
| 67 | Развитие силы ног, навыков координации и танцевальности. |  | 2 |  |
| 68 | Развитие силы ног, навыков координации и танцевальности. |  | 2 |  |
| 69 | Развитие силы ног, навыков координации и танцевальности. |  | 2 |  |
| 70 | Основы выразительного движения на середине зала. |  | 2 |  |
| 71 | Основы выразительного движения на середине зала. |  | 2 |  |
| **9. Промежуточный контроль.** | **2** |  |
|  72 | Промежуточный контроль. Зачетное исполнение танца-игры. |  | 2 |  |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**к дополнительной (общеразвивающей) общеобразовательной программе**

**«Коллектив современного эстрадного танца «Ступени»»**

**Возраст обучающихся:** 5– 15 лет.

**Год обучения:** 3 год.

2022-2023 учебный год

**Содержание**

1. Пояснительная записка

2. Календарно - тематическое планирование

1. **Пояснительная записка**

 **Цель -** совершенствование ранее полученных навыков и применение их в творческой практике.

 **Задачи**:

 1. Формирование двигательных навыков.

 2. Развитие индивидуальности, научиться самовыражаться, с помощью танца.

 3. Развитие психических процессов ребёнка (память, внимание, мышление, воображение).

 4. Воспитание музыкального и эстетического вкуса.

 **Ожидаемые результаты.**

 Обучающиеся **будут уметь:**

 - передать характер, ритмические особенности музыки в движении;

 - обладать музыкальностью, координацией, актерской выразительностью и применять полученные навыки и знания в самостоятельном творчестве;

 - передавать характер, ритмические особенности музыки в движении.

 **Будут знать:**

 **-** базовые знания по классической, народной и современной хореографии;

 **-**этику группового исполнения, творческий подход к работе, владение культурой поведения на концертах, за кулисами, основы сценического мастерства;

 **-**анализировать музыкальное произведение с позиции структуры, выразительных средств мелодии и аккомпанемента.

**Количество часов, отводимых на освоение программы.**

 Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа, 4 часа в неделю, 144 часа в год.

**2. Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п\п** | **Тема** | **Кол-во часов** | **Дата проведения** |
| **Теория**  | **Практика** |
| **1. Вводное занятие.** | **2** |  |
| 1 | Инструктаж. Знакомство с понятием «хореография». Танец и его виды. | 1 | 1 |  |
| **2. Азбука танцевального движения.** | **22** |  |
| 2 | Упражнения для разогрева мышц. |  | 2 |  |
| 3 | Упражнения для разогрева мышц. |  | 2 |  |
| 4 | Упражнения для развития выворотности. |  | 2 |  |
| 5 | Упражнения для развития выворотности. |  | 2 |  |
| 6 | Упражнения для рук и корпуса |  | 2 |  |
| 7 | Упражнения для рук и корпуса. |  | 2 |  |
| 8 | Импровизация. |  | 2 |  |
| 9 | Импровизация. |  | 2 |  |
| 10 | Импровизация. |  | 2 |  |
| 11 | Импровизация. |  | 2 |  |
| 12 | Импровизация. |  | 2 |  |
| **3. Классический танец.** | **20** |  |
| 13 | Постановка корпуса, рук и ног. |  | 2 |  |
| 14 | Постановка корпуса, рук и ног. |  | 2 |  |
| 15 | Упражнения у станка. |  | 2 |  |
| 16 | Упражнения у станка. |  | 2 |  |
| 17 | Port de bras (пордебра). |  | 2 |  |
| 18 | Port de bras (пордебра). |  | 2 |  |
| 19 | Allegro (аллегро) – прыжки. |  | 2 |  |
| 20 | Allegro (аллегро) – прыжки. |  | 2 |  |
| 21 | Упражнения на середине зала. |  | 2 |  |
| 22 | Упражнения на середине зала. |  | 2 |  |
| **4. Современный танец.** | **18** |  |
| 23 | Положения рук и ног. |  | 2 |  |
| 24 | Изучение техники движения 2в партере. |  | 2 |  |
| 25 | Изучение техники движения в партере. |  | 2 |  |
| 26 | Выработка шага, гибкости, эластичности мышц и связок. |  | 2 |  |
| 27 | Выработка шага, гибкости, эластичности мышц и связок. |  | 2 |  |
| 28 | Кросс. Передвижение в пространстве. |  | 2 |  |
| 29 | Позиции и положения рук, ног и корпуса в модерн джаз-танце. |  | 2 |  |
| 30 | Позиции и положения рук, ног и корпуса в модерн джаз. |  | 2 |  |
| 31 | Позиции и положения рук, ног и корпуса в модерн джаз. |  | 2 |  |
| **5. Постановочная, репетиционная работа.** | **58** |  |
| 32 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 33 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 34 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 35 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 36 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 37 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 38 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 39 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 40 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 41 | Разучивание танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 42 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 43 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 44 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 45 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 46 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 47 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 48 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 49 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 50 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 51 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 52 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 53 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 54 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 55 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 56 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 57 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 58 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 59 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| 60 | Отработка танцевальных постановок. |  | 2 |  |
| **6. Текущий контроль.** | 2 |  |
| 61 | Текущий контроль. Зачетное исполнение элементов танца. |  | 2 |  |
| **7. Творческая деятельность.** | **6** |  |
| 62 | Выполнение коммуникативных танцев-игр. |  |  |  |
| 63 | Выполнение импровизационных игр. |  |  |  |
| 64 | Выполнение сюжетно-ролевых игр. |  |  |  |
| **8. Основы акробатики.** | **14** |  |
| 65 | Техника безопасности при выполнении акробатических элементов. | 1 | 1 |  |
| 66 | Техника выполнения перекатов и кувырков. |  | 2 |  |
| 67 | Техника выполнения «мост в перекат». |  | 2 |  |
| 68 | Техника выполнения «стойка на груди», «стойка на голове». |  | 2 |  |
| 69 | Парные упражнения. |  | 2 |  |
| 70 | Парные упражнения. |  | 2 |  |
| 71 | Парные упражнения. |  | 2 |  |
| **9. Итоговый контроль.** | **2** |  |
| 72 | Итоговый контроль. Отчетный концерт. |  | 2 |  |

