**I.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Данная программа имеет художественно-эстетическую направленность. Необходимость в учебной рабочей программе по эстрадному и народному танцу обусловлена образовательными потребностями конкретной категории учащихся. Эта объективная заинтересованность в определённых образовательных услугах субъективно выражена в обращённых к системе образования интересах и ожиданиях в отношении эстрадного танца. В настоящее время к числу наиболее актуальных вопросов дополнительного образования относятся такие, как создание такой системы обучения хореографии, которая позволила бы приобщить обучающихся к творческой самодеятельности, реализации своих чувств и мыслей:

- выявить и развить личностные качества обучающиеся, его одарённость через обучение искусству эстрадного и народного танца;

- организовать полноценный досуг, наполняя его активно-деятельным, эмоционально и психологически комфортным содержанием;

- помочь организовать здоровый образ жизни;

- привить аккуратность, культуру поведения, умение ценить красоту.

Учебная рабочая программа по предмету «Эстрадный и народный танец» способствует разрешению этих вопросов, чем и обусловлена её актуальность.

Новизна данной программы комплексная, направлена не только на формирование умений и навыков в искусстве хореографии, но и развитие творческого аспекта личности ученика, формирование его активной жизненной позиции

**Цель и задачи программы.**

**Цель –** это планирование, организация и управление учебным процессом.

**Задачи -** это обучение, развитие, воспитание. Отсюда следует, что программа имеет цель:

- способствовать стремлению детей самовыражаться в движении;

-выявлять индивидуальные творческие способности, преобразовать личность учащихся, духовный и внешний облик.

Достижение поставленной цели связано с решением следующих задач:

**1. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ:**

- освоение общего принципа движения;

- формирование знаний по технике исполнения специальных элементов;

- приобретение и формирование знаний, умений, навыков создания собственных движений и составления из них целостной танцевальной композиции;

- формирование навыков координации, владения мышечным и суставно-двигательным аппаратом;

- приобретение свободы движения.

**2. РАЗВИВАЮЩИЕ:**

- развитие образного и аналитического мышления;

- развитие чувства ритма, музыкальной, зрительной, мышечной памяти;

- развитие внимания и наблюдательности;

- развитие эстетического вкуса, расширение кругозора;

-развитие физических данных, танцевально-ритмической координации и выразительности.

**3. ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ:**

- воспитание культуры поведения, чувства прекрасного, чувства такта, уважения друг к другу;

- воспитание трудолюбия, дисциплинированности, чувства ответственности за общее дело;

- повышение занятости детей в свободное время, организация полноценного досуга;

**Срок реализации, продолжительность образовательного процесса**.

Программа рассчитана на 1 год обучения.

Общая продолжительность обучения составляет 354 часа( 39 недели)

**Режим занятий**

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 3 часа

Во время занятий предусмотрены 10-минутные перерывы для снятия напряжения и отдыха.

Принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

**Возраст обучающихся**: от 16 до 20 лет.

**Количество обучающихся в группе:** 2 группы по 15 человек, итого 30 чел

**II. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Тема** | **Всего**  **часов** |  | |
| **Теоретические**  **занятия** | **Практические**  **занятия** |
| **1.** | **Вводное занятие. Техника безопасности. Организация труда (**цели и задачи объединения; форма одежды, обувь; техника безопасности. | 2 | 2 | - |
| **2.** | **Знакомство с историей танца:**история возникновения танцев; разновидности танцевального творчества; | 6 | 6 | - |
| **3.** | **Хореография:** знакомство с различными видами эстрадных танцев; подготовка мышц тела; разучивание основных позиций рук, ног | 28 | 2 | 26 |
| **4.** | **Основы классического танца:** классический экзерсис;  разновидности вращений;  разновидности прыжков*.* | 52 | 6 | 46 |
| **5.** | **Эстрадная и народная хореография:** танцевальная разминка; растяжка мышц тела; тренаж; отрабатывание танцевальных связок; отрабатывание рисунков танца | 100 | 8 | 92 |
| **6.** | **Подготовка к концертам, конкурсам, репетиции, индивидуальные занятия** | 112 | - | 112 |
| **7.** | **Выступления на концертах, фестивалях, участие в конкурсах, агитконцертах** | 50 |  | 50 |
| **8.** | **Итоговое занятие, отчетный концерт** | 4 | - | 4 |
|  | **ИТОГО:** | **354** | **24** | **330** |

**III. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**Тема 1. (2 ч.) Введение. Техника безопасности. Организация труда.**

1.Знакомство. Правила поведения в ЦДТ и на занятиях. Цели и задачи объединения. Форма одежды, обувь. 2.Соблюдение ТБ и правил поведения.

3.Игры на знакомство.

**Тема 2. (2 ч.)** **Знакомство с историей танца.**

1.История возникновения танца, традиции. Разновидности танцев. 2.Знать историю танца, разновидности танцевальных направлений. 3.Демонстрация танцевальных номеров на видео, показ фотографий.

**Тема3.(12ч.)Хореография**  1.Знакомство с разновидностями танца. 2.Подготовка мышц тела. Разучивание основных позиций рук, ног.

**Тема 4. (46 ч.)** **Основы классического танца.**

1.Заучивание названий классических элементов, техники их исполнения. Классический экзерсис: деми-плие, батман-тандю, ронд-де-жамп-партер, гранд-батман; разновидности вращений (на месте и с продвижением); разновидности прыжков (соттэ, жеттэ, эшапе); виды перестроений (линия, колонна, диагональ, шахматный порядок).

2.Знать названия элементов и уметь исполнять. 3.Классический экзерсиз, прыжки, вращения.

**Тема 5. (100ч.) Эстрадная и народная хореография.**

1.Типы танцевальных разминок, тренажей, растяжек. 2.Знать виды разминок, тренажей, растяжек. 3.Танцевальная разминка, растяжка мышц тела, тренаж, отрабатывание техники исполнения танцевальных связок, разновидности шагов: приставной, скрестный шаг, переменный, па-де-буре, шаг квадратом. Отрабатывание рисунков танца и синхронности. 4.Концертные выступления, участие в конкурсах, фестивалях.

**Тема6.(12ч). Подготовка к концертам, конкурсам. репетиции, индивидуальные занятия**

1.Знакомство с тематикой концерта, конкурса. Обсуждение внешнего вида, костюмов, макияжа. Анализ. 2.Технично и синхронно исполнять танцевальные номера. 3.Повторять изученный материал. 4.Праздничные концерты, конкурсы, фестивали.

**Тема7.(4ч.) Выступления на концертах, фестивалях, участие в конкурсах, агитконцертах**

**Тема 8. (2ч.) Итоговое занятие, отчетный концерт**

1.Подведение итогов работы за весь учебный год. Проведение открытого урока. Обсуждение удач и неудач, какие трудности были в процессе обучения, как их преодолевали, есть ли желание продолжить обучение в данном объединении. 2. Уметь анализировать свои знания и умения, полученные за учебный год. 4. Награждение грамотами за достигнутые успехи.

**Основными условиями реализации программы являются:**

- высокий профессиональный уровень преподавателя;

- грамотное методическое изложение материала;

- личный выразительный показ преподавателя;

- преподавание от простого движения к сложному;

- целенаправленность, доступность, систематичность, регулярность учебного процесса;

- позитивный психологический климат на занятиях;

- материально-техническое оснащение, наличие аппаратуры, танцевального зала, наглядных пособий.

**Контроль и учёт освоения программы.**

На занятиях эстрадным танцем необходимо формировать не только специальные способности, но и общие художественные способности, которые являются универсальными в любой художественной деятельности. Преподаватель имеет возможность работать, детально рассказывая, как лучше сделать движение, какие мышцы надо напрягать, как это сделать. Ещё лучше, если преподаватель может просто показать сам. Дело в том, что в эстрадном танце очень много таких движений, которые надо с каждым человеком отдельно проучить, поправить, поддержать ноги или спину в нужном состоянии.

Результатом обучения является определённый объём знаний, умений и навыков. Выступления на концертах, конкурсах и фестивалях выявляет степень овладения содержанием программы и позволяют учащимся приобретать разнообразный сценический опыт.

**Методы и формы работы.**

Основными методами работы преподавателя являются показ движений и словесное объяснение. Словесное объяснение комментирует показ, выделяя наиболее важные моменты, а также служит формированию основных понятий, необходимых на начальном этапе. Словесный метод приобретает очень большое значение в связи с происходящим процессом осмысления исполнения. На этом этапе слово несёт самую большую нагрузку. Методы показа и объяснения варьируются в самых широких пределах, учитывая многообразие задач.

Таким образом, два важнейших метода – показ и объяснение связаны с одним из центральным моментов обучения, то есть активизацией мышления и развитием творческого начала в процессе напряжённой физической работы по овладению танцевальными навыками.

**Формы работы:**

- урок – индивидуальное практическое занятие;

- мелкогрупповые занятия (при необходимости постановочной работы);

- просмотр видеозаписей;

**Принципы программы.**

Данная программа направлена на выявление и развитие способностей обучающихся, приобретение ими определённых знаний, умений; на развитие компетентности в области хореографии; на формирование навыков на уровне практического применения.

**Формы организации учебного процесса.**

Урок – традиционная форма организации учебного процесса. При проведении уроков по эстрадному танцу необходимо руководствоваться следующими моментами:

\* постепенное увеличение физической нагрузки;

\* чередование темпа нагрузки;

\* равномерность нагрузки на обе ноги;

\* правильное распределение дыхания.

При проведении занятия целесообразно выдерживать структуру занятия в целом и соизмерять длительность отдельных частей, не нарушать последовательность (разминка всех частей тела, танцевальные связки движений, упражнения на растяжку, на гибкость, силовые упражнения, расслабление, упражнения на пластичность, чувство ритма, упражнения на равновесие и т.д.) Совсем не обязательно вводить все задания в один урок, преподаватель должен гибко подходить к творческому процессу, учитывая возможности каждого учащегося:

\* объяснять назначение каждого упражнения и правила его исполнения;

\* чередовать работу различных групп мышц;

\* равномерно распределять физическую нагрузку;

\* развивать внимание и контроль за работой мышц.

\* воспитывать самостоятельность в выполнении учебных заданий.

Урок по народному и эстрадному танцу имеет свою структуру: разминка, танцевальные этюды, работа над гибкостью и пластичностью, затем более сложные элементы – прыжки, вращения и т.д.

**Список используемой литературы**

1. Алмаев А.И. 450 лет в дружбе и согласии.- Уфа: Педкнига, 2011г.

2. Воробьева О.Я. Педагогические технологии воспитания толерантности

учащихся. – Волгоград: Панорама, 2012г.

3. Ваганова А.Я. Основы классического танца. \_ СПб., 2011.

4. Поляков С.С. Основы современного танца. – СПб., 2012.

5. Шереметьевская Н.В. Танец на эстраде. – М., 2011.

6. Селевко Г.К. Энциклопедия образовательных технологий 2012 г.

7. НикитинаВ.Ю.Мастерство хореографа в современном танце.–М.:ГИТИС, 2013.

**ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ**

1.pandia.ru›text/78/009/88942.php

2. sch1968uv.mskobr.ru›files/ske\_t.pdf

3. anivaddt.ru›index.php/34-obrazovatelnye-programmy…

4. nsportal.ru›…2015/01/20…obrazovatelnaya-programma…

5. schoolddt.ru>doc/istr\_tan.pdf

**Календарно-тематическое планирование 2023-2024 уч. год**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Темы** | **Количество часов** |
| **Сентябрь** | | |
| 1 | Введение. Техника безопасности. Организация труда.  1.Знакомство. Правила поведения в ЦДТ и на занятиях. Цели и задачи объединения. Форма одежды, обувь. 2.Соблюдение ТБ и правил поведения.  3.Игры на знакомство. | 2 |
| 2 | Знакомство с историей танца:история возникновения танцев; разновидности танцевального творчества; | 2 |
| 3 | Хореография: знакомство с различными видами эстрадных танцев; подготовка мышц тела; разучивание основных позиций рук, ног | 3 |
| 4 | Основы классического танца: классический экзерсис;  разновидности вращений;  разновидности прыжков*.* | 5 |
| 5 | Эстрадная и народная хореография: танцевальная разминка; растяжка мышц тела; тренаж; отрабатывание танцевальных связок; отрабатывание рисунков танца | 8 |
| 6 | Подготовка к концертам, конкурсам, репетиции, индивидуальные занятия | 4 |
| 7 | Выступления на концертах, фестивалях, участие в конкурсах, агитконцертах | 3 |
|  | **Итого** | **27ч** |
| **Октябрь** | | |
| 1 | Знакомство с историей танца:история возникновения танцев; разновидности танцевального творчества; | 2 |
| 2 | Хореография: знакомство с различными видами эстрадных танцев; подготовка мышц тела; разучивание основных позиций рук, ног | 3 |
| 3 | Основы классического танца: классический экзерсис;  разновидности вращений;  разновидности прыжков*.* | 5 |
| 4 | Эстрадная и народная хореография: танцевальная разминка; растяжка мышц тела; тренаж; отрабатывание танцевальных связок; отрабатывание рисунков танца | 12 |
| 5 | Подготовка к концертам, конкурсам, репетиции, индивидуальные занятия | 13 |
| 6 | Выступления на концертах, фестивалях, участие в конкурсах, агитконцертах | 5 |
|  | **Итого** | **40ч** |
| **Ноябрь** | | |
| 1 | Знакомство с историей танца:история возникновения танцев; разновидности танцевального творчества; | 2 |
| 2 | Хореография: знакомство с различными видами эстрадных танцев; подготовка мышц тела; разучивание основных позиций рук, ног | 3 |
| 3 | Основы классического танца: классический экзерсис;  разновидности вращений;  разновидности прыжков*.* | 5 |
| 4 | Эстрадная и народная хореография: танцевальная разминка; растяжка мышц тела; тренаж; отрабатывание танцевальных связок; отрабатывание рисунков танца | 15 |
| 5 | Подготовка к концертам, конкурсам, репетиции, индивидуальные занятия | 12 |
| 6 | Выступления на концертах, фестивалях, участие в конкурсах, агитконцертах | 5 |
|  | **Итого** | **42ч** |
| **Декабрь** | | |
| 1 | Хореография: знакомство с различными видами эстрадных танцев; подготовка мышц тела; разучивание основных позиций рук, ног | 3 |
| 2 | Основы классического танца: классический экзерсис;  разновидности вращений;  разновидности прыжков*.* | 5 |
| 3 | Эстрадная и народная хореография: танцевальная разминка; растяжка мышц тела; тренаж; отрабатывание танцевальных связок; отрабатывание рисунков танца | 10 |
| 4 | Подготовка к концертам, конкурсам, репетиции, индивидуальные занятия | 12 |
| 5 | Выступления на концертах, фестивалях, участие в конкурсах, агитконцертах | 7 |
|  | **Итого** | **37ч** |
| **Январь** | | |
| 1 | Хореография: знакомство с различными видами эстрадных танцев; подготовка мышц тела; разучивание основных позиций рук, ног | 3 |
| 2 | Основы классического танца: классический экзерсис;  разновидности вращений;  разновидности прыжков*.* | 5 |
| 3 | Эстрадная и народная хореография: танцевальная разминка; растяжка мышц тела; тренаж; отрабатывание танцевальных связок; отрабатывание рисунков танца | 10 |
| 4 | Подготовка к концертам, конкурсам, репетиции, индивидуальные занятия | 8 |
| 5 | Выступления на концертах, фестивалях, участие в конкурсах, агитконцертах | 1 |
|  | **Итого** | **27ч** |
| **Февраль** | | |
| 1 | Хореография: знакомство с различными видами эстрадных танцев; подготовка мышц тела; разучивание основных позиций рук, ног | 3 |
| 2 | Основы классического танца: классический экзерсис;  разновидности вращений;  разновидности прыжков*.* | 5 |
| 3 | Эстрадная и народная хореография: танцевальная разминка; растяжка мышц тела; тренаж; отрабатывание танцевальных связок; отрабатывание рисунков танца | 10 |
| 4 | Подготовка к концертам, конкурсам, репетиции, индивидуальные занятия | 12 |
| 5 | Выступления на концертах, фестивалях, участие в конкурсах, агитконцертах | 6 |
|  | **Итого** | **36ч** |
| **Март** | | |
| 1 | Хореография: знакомство с различными видами эстрадных танцев; подготовка мышц тела; разучивание основных позиций рук, ног | 3 |
| 2 | Основы классического танца: классический экзерсис;  разновидности вращений;  разновидности прыжков*.* | 5 |
| 3 | Эстрадная и народная хореография: танцевальная разминка; растяжка мышц тела; тренаж; отрабатывание танцевальных связок; отрабатывание рисунков танца | 10 |
| 4 | Подготовка к концертам, конкурсам, репетиции, индивидуальные занятия | 12 |
| 5 | Выступления на концертах, фестивалях, участие в конкурсах, агитконцертах | 5 |
|  | **Итого** | **35ч** |
| **Апрель** | | |
| 1 | Хореография: знакомство с различными видами эстрадных танцев; подготовка мышц тела; разучивание основных позиций рук, ног | 3 |
| 2 | Основы классического танца: классический экзерсис;  разновидности вращений;  разновидности прыжков*.* | 7 |
| 3 | Эстрадная и народная хореография: танцевальная разминка; растяжка мышц тела; тренаж; отрабатывание танцевальных связок; отрабатывание рисунков танца | 10 |
| 4 | Подготовка к концертам, конкурсам, репетиции, индивидуальные занятия | 12 |
| 5 | Выступления на концертах, фестивалях, участие в конкурсах, агитконцертах | 6 |
|  | **Итого** | **38** |
| **Май** | | |
| 1 | Хореография: знакомство с различными видами эстрадных танцев; подготовка мышц тела; разучивание основных позиций рук, ног | 4 |
| 2 | Основы классического танца: классический экзерсис;  разновидности вращений;  разновидности прыжков*.* | 3 |
| 3 | Эстрадная и народная хореография: танцевальная разминка; растяжка мышц тела; тренаж; отрабатывание танцевальных связок; отрабатывание рисунков танца | 7 |
| 4 | Подготовка к концертам, конкурсам, репетиции, индивидуальные занятия | 12 |
| 5 | Итоговое занятие, отчетный концерт | 4 |
| 6 | Выступления на концертах, фестивалях, участие в конкурсах, агитконцертах | 8 |
|  | **Итого** | **38ч** |
| **Июнь** | | |
| 1 | Основы классического танца: классический экзерсис;  разновидности вращений;  разновидности прыжков*.* | 7 |
| 2 | Эстрадная и народная хореография: танцевальная разминка; растяжка мышц тела; тренаж; отрабатывание танцевальных связок; отрабатывание рисунков танца | 13 |
| 3 | Подготовка к концертам, конкурсам, репетиции, индивидуальные занятия | 10 |
| 4 | Выступления на концертах, фестивалях, участие в конкурсах, агитконцертах | 4 |
|  | **Итого** | **34ч** |
| **Всего** | | **354 ч** |