

Управление образования и молодежной политики администрации г.о.г. Бор  
Нижегородской области  
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
Дом детского творчества "Каравелла"

Рассмотрено и принято  
на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 5 от 25.06.2021 г.

Утверждаю  
Директор Бычкова М.Н.  
Приказ № 49 от 25.06.2021 г.

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
«Райзинг Дэнс»**

Срок реализации: 1 год  
Программа художественной направленности  
Возрастной диапазон освоения программы: 7-10 лет

Выполнила:  
педагог дополнительного образования  
Болотова А.А.

2021 год  
п. Октябрьский

## **1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Райзинг Денс», срок реализации 1 год, рассчитана на обучение детей 7 - 10 лет. По уровню освоения образовательная программа является **ознакомительной**. Данная образовательная программа направлена: -на развитие творческих способностей; -на развитие мотивации детей к познанию и творчеству; -укрепление психического и физического здоровья детей; -профилактику асоциального поведения.

Педагогическая целесообразность данной программы определяется ее развивающим потенциалом, использованием на занятиях кружка упражнений и тренингов, направленных на развитие умений и навыков не только танцевально-музыкальных способностей, но и актёрского мастерства, что способствует развитию творческого потенциала, формирует способность к пониманию образного строя танца и умения быть выразительным исполнителем. Все это позволит раскрыть индивидуальность каждого ребёнка, даст возможность раскрыть свой талант в искусстве хореографии.

### **- Актуальность программы**

Актуальность программы заключается в том, что среди множества форм художественного воспитания подрастающего поколения, хореография занимает особое место. Занятия танцами не только учат понимать и создавать прекрасное, но и развивают образное мышление, и фантазию, дают гармоничное пластическое развитие.

Занятия танцем во многом будут способствовать увеличению двигательной активности детей, правильному физическому развитию и укреплению детского организма. У детей также будет активно развиваться и эмоциональная сфера, формироваться эстетическая отзывчивость на прекрасное, творческие способности, эстетический вкус, культура общения.

Новизна программы заключается в том, что она ориентирована на интерес и пожелания учащихся, учитывает их возрастные потребности.

### **- Направленность программы**

.Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Райзинг Денс» **художественной** направленности помогает реализовать танцевальные способности и возможности детей, желающих заниматься хореографией.

### **- Отличительная особенность**

Отличительной особенностью программы является то, что использование на занятиях игровых и тренинговых заданий, направленных на развитие чувства партнера, умения взаимодействовать в коллективной деятельности при решении творческих задач, проявлять инициативу и ответственность.

Данная программа состоит из доступных для данного возраста тренировочных упражнений, заданий, дидактических и развивающих игр. Постепенно вводятся задания творческого характера, задания предполагающие элементы импровизации.

Занятия построены таким образом, что один вид деятельности сменяется другим (экзерсис у станка и на середине, ритмическая разминка, тренинги и игры на развитие актерского мастерства, постановочная работа и др.). Это позволяет сделать работу динамичной, насыщенной и интересной для детей.

Программа «Райзинг Денс» использует электронное обучение посредством группы ВКонтакте и беседы в Вайбере, где публикуется материал для самостоятельного домашнего изучения, а также предоставляется родителям для совместного просмотра и изучения с обучающимися. Через мессенджеры проводятся опросы и обсуждения с родителями, размещаются обучающие материалы по темам и видеозаписи с концертов и выступлений коллектива.

**- Адресат программы:**

Программа ориентирована на обучающихся 7-10 лет, учитывает возрастные и индивидуальные особенности детей, степень их подготовки.

**- Цели и задачи программы**

Развитие способностей к художественно-образному и эмоционально-ценностному восприятию, творческое и физическое развитие обучающихся через ознакомление с элементами танцевального искусства.

**Задачи программы:**

**Образовательные:**

1. Познакомить с основными элементами хореографии, основными направлениями современного танца.
2. Сформировать музыкально-ритмические умения.
3. Познакомить с основами актерского мастерства.
4. Обучить правильному дыханию во время танцевальных движений.
5. Изучить специальную хореографическую терминологию.

**Развивающие:**

1. Развивать эмоциональные качества у детей средствами хореографии.
2. Развить чувства ритма, умение слушать музыку и отражать в движении характер.
3. Развивать умения координации, гибкости, пластичности.
4. Развивать внимательность и наблюдательность, фантазию через упражнения и этюды.

## **Воспитательные:**

1. Воспитывать чувство доброжелательности, товарищества.
2. Воспитывать чувство ответственности.
3. Приобщать ребенка к здоровому образу жизни и гармонии тела.
4. Воспитание культурной манеры поведения.
5. Развить у детей способности к самостоятельной и коллективной работе.

### **Объем и срок освоения программы**

Количество часов по программе: 144 часа – 4 часа в неделю. Срок освоения программы -1 учебный год (36 учебных недель).

**Формы обучения:** групповая и индивидуальная.

### **Режим занятий.**

При проведении занятий строго соблюдаются санитарно-гигиенические нормы. Занятия проводятся в хорошо проветриваемом, с температурой воздуха не ниже + 18°C, помещении, специально оборудованном зеркалами. На танцевальных занятиях дети занимаются в специальной форме. Для занятий танцами необходимо предоставить медицинскую справку об отсутствии противопоказаний. На занятиях уделяется внимание выполнению детьми правил техники безопасности. Занятия проводятся два раза в неделю по два академических часа продолжительностью 40 мин. с 10-минутным перерывом.

Количество часов в неделю – 4 час.

### **Ожидаемые результаты освоения программы.**

#### **По окончании обучения**

##### Должны знать:

- основные элементы партерной разминки (растяжка), основные направления современного танца и их различия;
- иметь понятие о динамических оттенках музыки – крещендо, диминуэндо, пиано, форте;
- подготовительное движение рук, уметь правильно открыть и закрыть руку на талию;
- знать положение стопы, колена, бедра – открытое, закрытое;
- названия основных элементов современного танца, рисунки танца.

##### Должны уметь:

- владеть средствами актерской выразительности.

- сохранять четкий рисунок в процессе танца, соблюдать четкость и жесткость танцевальных элементов;
- исполнять движение на мелодию с закатом;
- чувствовать ритм и сохранять в течении танца;
- раскрывать характер танца и создавать индивидуальный образ во время концертных и конкурсных выступлений.

## 2. Учебный план

№ п/п	Модуль	Часы	Промежуто чная аттестация	Итого
1	Модуль 1-го полугодия обучения	68	-	68
2	Модуль 2-го полугодия обучения	76	2	74
ИТОГО		144 часов		

## 3. Учебный план 1полугодия обучения

№	Название темы	раздела,	Количество часов			Формы текущего контроля
			Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие		2	2	-	Наблюдение, небольшие комбинации и композиции
2	Основы актерского мастерства		12	4	8	Комбинированные
3	Танцевальная аэробика		16	4	12	Индивидуальные
4	Базовая гимнастика		16	4	12	Комбинированные
5	Основы растяжки		16	2	14	Индивидуальные
9	Концертная деятельность		2	-	2	Наблюдение
10	Мероприятия воспитательного характера		4	-	4	Наблюдение
12	Всего		68	16	52	

## Содержание модуля 1 полугодия.

### **Вводное занятие**

Проводится инструктаж по технике безопасности:

1. Инструктажи по ТБ в танцевальном зале.
2. Правило дорожного движения (из школы домой).
3. Беседа о коллективе, о том, чем будут заниматься дети.

### **Тема: Основы актерского мастерства**

Теория: знакомство с актерским мастерством, основные особенности и навыки, принципы и основы изучения, изучение выполнения упражнений на пластичность, развитие воображения и фантазии, улучшение моторики, пространственное ощущение, работу с коллективом

Практика: Выполнение упражнений на пластичность, развитие воображения и фантазии, упражнения на улучшение моторики, упражнения на пространственное ощущение, упражнения на работу с коллективом.

### **Тема: Танцевальная аэробика**

Теория: понятие танцевальной аэробики, основные её принципы, положительное влияние на здоровье.

Практика: выполнение ритмической разминки, базовых движений и простых связок, разминочного танца.

### **Тема: Базовая гимнастика**

Теория: изучение термина «гимнастика», правила и техника выполнения элементов, изучение названий элементов гимнастики.

Практика: выполнение упражнений: кувырок вперед/назад через плечо; выход в положение лежа через березку ноги за головой; круг ногами в воздухе, бёдра на полу; «выпрыг» в сторону с прямыми ногами.

### **Тема: Основы растяжки**

Теория: изучение что такое растяжка, названий элементов и техники их выполнения.

Практика: выполнение упражнений: «лягушка», «бабочка», «колечко», поперечный и продольные шпагаты с колена, «книжечка», «лодочка», мостик на локтях.

### **Тема: Концертная деятельность**

Участие в концертах и конкурсах

### **Тема: Мероприятия воспитательного характера**

Посещение концертов, просмотр видеороликов, проведение небольших внутри коллективных фестивалей, проведение бесед, презентаций, мастер-классов внутри коллектива.

### 3.2 Учебный план 2 полугодия обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы текущего контроля
		Всего	Теория	Практика	
6	Основы полуакробатики	16	2	14	Комбинированные
7	Современный танец	16	2	14	Комбинированные
8	Постановочно-репетиционная работа	34	4	30	Комбинированные
9	Концертная деятельность	4	-	4	Наблюдение
10	Мероприятия воспитательного характера	4	-	4	Наблюдение
11	Промежуточная аттестация	2	-	2	Зачёт в форме концерта
12	Всего	76	8	68	

#### Содержание модуля 2 полугодия.

##### **Тема: Основы полуакробатики.**

Теория: изучение понятия «полуакробатика», основные принципы полуакробатических упражнений, правила и техника выполнения базовых полуакробатических упражнений.

Практика: выполнение упражнений: стойка на руках с опорой одной ноги на станок (другая нога в положении прямого угла), мост сверху, переворот вперёд с помощью педагога, колесо, переворот со стойки на голове.

##### **Тема: Современная хореография**

Теория: Знакомство с современной хореографией, просмотр записей с концертов и выступлений

Практика: Выполнение элементов современной хореографии, постановка небольшой комбинации, постановка цельного танца.

##### **Тема: Постановочно-репетиционная работа**

Теория: Основы постановки номеров. Понятие о художественном образе танцора.

Практика: Постановка танцевальных номеров и отработка путем многократного повтора, работа над художественными образами

### **Тема: Концертная деятельность**

Практика: Участие в концертах и конкурсах

### **Тема: Мероприятия воспитательного характера**

Посещение концертов, просмотр видеороликов, проведение небольших внутри коллективных фестивалей, проведение бесед, презентаций, мастер-классов внутри коллектива.

### **Тема: Промежуточная аттестация**

Проводятся открытые уроки, показательные выступления.

## **4. Календарно-учебный график.**

Разработан в соответствии с учебно-тематическим планом учреждения и рассчитан на 36 недель, приложение 1.

## **5. Формы аттестации.**

### **Виды контроля**

<b>Время проведения</b>	<b>Цель проведения</b>	<b>Формы контроля</b>
<b>Начальный или входной контроль</b>		
В начале учебного года	Выявление требуемых на начало обучения знаний, дает информацию о музыкальном и ритмическом развитии обучающихся.	- наблюдение; - игры: имитационные, ролевые, драматизации; - небольшие комбинации и композиции.
<b>Текущий контроль</b>		
В течении учебного года. По окончанию изучения темы или раздела	Осуществляется в повседневной работе с целью проверки усвоения предыдущего материала и выявления пробелов в знаниях обучающихся.	- устные (фронтальный опрос, беседа); - индивидуальные (дифференциация и подбор заданий с учетом особенностей обучающихся); - комбинированные



		(творческий проект); - самоконтроля (самостоятельное нахождение ошибок, анализ причины неправильного исполнения танцевальных элементов, устранение обнаруженных пробелов); - наблюдения.
<b>Промежуточный контроль</b>		
В конце второго полугодия	Осуществляется по итогам второго полугодия в мае, задачами являются выявить уровень освоения учащимися программы за год, определить изменения в уровне развития творческих способностей за данный период обучения. Оценивается правильность исполнения; техничность; активность; уровень физической нагрузки; знание теоретической и практической части.	- участие в региональных конкурсах; - участие в концертах; - проведение концертов; - открытые уроки.

## 6.Оценочные материалы

Оценка качества освоения детьми программы по танцам предполагает все виды контроля: текущий контроль успеваемости, промежуточную итоговую аттестацию; участие в конкурсах, фестивалях.

№	Раздел	Форма	Критерии оценки	Система
---	--------	-------	-----------------	---------

	программы	контроля		оценки
1	Начальный	- наблюдение; - игры: имитационные, ролевые, драматизации; - небольшие комбинации и композиции.	<p><b>Высокий:</b> Учащийся осознанно и свободно владеет содержанием комплексов упражнений. Упражнения исполняет уверенно, без ошибок. Свободно владеет пластикой тела, прослеживается наличие действий творческого характера при выполнении заданий. Учащийся проявляет целеустремленность, ответственность, познавательную активность, творческое отношение к занятиям.</p> <p><b>Средний:</b> Учащийся понимает содержание комплексов упражнений, выполняет их достаточно осознанно по заданному учителем образцу с ошибками. Недостаточно владеет пластикой тела.</p> <p><b>Низкий:</b> Учащийся не имеет представления о содержании комплексов упражнений, выполняет упражнения с существенными ошибками, которые не может исправить с помощью учителя. Не владеет пластикой тела, вследствие отсутствия домашних занятий.</p>	Высокий, средний, низкий
2	Текущий	- устные; - индивидуальные;	<p><b>Высокий:</b> усвоение всей темы занятия, повторение самостоятельно всех элементов, показанных на</p>	Высокий, средний, низкий

		- комбинированные - самоконтроль; - наблюдения.	занятия, высокий уровень освоение темы. <b>Средний:</b> неполное или частичное усвоение темы занятия, повторение элементов с небольшой помощью педагога. <b>Низкий:</b> слабое усвоение темы занятия, учащийся не может повторить разученные элементы.	
3	Промежуточный (по итогам освоения программы)	- участие в региональных конкурсах; - участие в концертах; - проведение концертов.	<b>Зачет:</b> участие в отчетном концерте, конкурсах, безошибочное выполнения элементов танца, хорошая артистичность, пластика. <b>Незачет:</b> неучастие в отчетном концерте, конкурсах вследствие нерегулярных посещений занятий, прогулов.	Зачет, незачет

## 7. Методические материалы

№	Раздел, тема	Форма занятия	Приемы и методы организации учебного процесса	Методический и дидактический материал	Техническое оснащение занятий	Форма подведения итогов
<b>«Райзинг Денс»</b>						
1	Вводное занятие	Групповое Индивидуальное	Беседа Планирование	Анкета Инструкции	Журнал по т/б	Рефлексия
2	Основы актерского мастерства	Групповое Индивидуальное	Беседа; Практическое занятие	Наглядные пособия	зал с зеркалами; Магнитофон;	Педагогическое наблюдение;

	а					Рефлексия
3	Танцевальная аэробика	Групповое Индивидуальное	Беседа; демонстрация, Практическое занятие	Видео- и аудиоматериалы	зал с зеркалами; «станки»; Магнитофон;	Педагогическое наблюдение; ; Рефлексия
4	Базовая гимнастика					
5	Основы растяжки					
6	Основы полукробатики					
7	Современный танец					
8	Постановочно-репетиционная работа	Групповое	Занятие-тренировка	Аудиоматериалы	зал с зеркалами; «станки»; Магнитофон;	Педагогическое наблюдение; ; Рефлексия
9	Концертная деятельность	Групповое Индивидуальное	Занятие-постановка; репетиция; Открытое занятие;	Видео- и аудиоматериалы		Выступление
10	Мероприятия воспитательного характера	Групповое Индивидуальное	Выездное занятие: посещение выставок, музеев, театров, концертов, фестивалей, конкурсов	Видео- и аудиоматериалы		Педагогическое наблюдение; ; Рефлексия

11	Промежуточная аттестация	Групповое Индивидуальное		Видео- и аудиоматериалы	зал с зеркалами; «станки»; Магнитофон;	Самооценка воспитанника; Промежуточная аттестация
----	--------------------------	--------------------------	--	-------------------------	--	---

### **8. Условия реализации программы.**

Материально-техническое оснащение:

Просторный светлый зал с зеркалами;

«станки» (палки), закрепленные на стене металлическими кронштейнами (расстояние от пола до нижней палки- 80 см, до верхней 100 см;

Магнитофон;

Костюмы.

### **9. Список литературы**

#### **Нормативно-правовые документы:**

1. Конвенция о правах ребёнка
2. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 08.12.2020) "Об образовании в Российской Федерации".
3. Приказ Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
4. Стратегия развития воспитания в РФ до 2025 года.
5. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 года № 996-р «Об утверждении «Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»
6. Концепция развития дополнительного образования детей. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 года N 1726-р.
7. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 года № 996-р «Об утверждении «Концепции развития дополнительного образования»
6. Приказ Министерства Нижегородской области от 22.09.2015 № 3783 «Об утверждении плана мероприятий по реализации «Концепции развития дополнительного образования» и «Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года» в Нижегородской области.
7. «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». СП 2.4.3648-20 (с 01.01.2021г.)
7. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы).

Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 г. № 09-3242

8. 9. Письмо Министерства образования Нижегородской области от 30.05.2014 г. № 316-01-100-1674/14 «Методические рекомендации по разработке образовательной программы образовательной организации дополнительного образования»
9. Методическое письмо о структуре дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы (к экспертизе в НМЭС ГБОУ ДПО НИРО) / ГБОУ ДПО «Нижегородский институт развития образования», г. Нижний Новгород.
10. Национальный проект «ОБРАЗОВАНИЕ» сроки реализации 01.01.2019- 31.12.2024

#### **Литература для педагога и обучающихся:**

1. Ваганова, А.Я. Основы классического танца. Издание 6. Серия «Учебники для вузов. Специальная литература» - СПб.: Издательство «Лань», 2000. – 192 с.
2. Т. Барышникова Азбука хореографии. Методические указания в помощь учащимся и педагогам хореографических коллективов, балетных школ и студий. – СПб.: «ЛЮКСИ», «РЕСПЕКТ». – 256 с.
3. Вадим Юрьевич Никитин – МОДЕРН-ДЖАЗ ТАНЕЦ История. Методика. Практика.
4. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для воспитателей и педагогов. – М.: Издательство «Гном-Пресс», 1997 г. – 64 с.
5. Полятков С.С. Основы современного танца. – Ростов н/Д: Феникс, 2005. – 80 с.
6. Г. Прибылов. Методическое пособие по классическому танцу для педагогов-хореографов младших и средних классов. – М.: АО «Галерея», 1999 г.
7. Мессерер А. Уроки классического танца. – СПб.: Издательство «Лань», 2004. – 400 с.
8. Озджевиз Е.Л. Модерн и постмодерн в танцевальной культуре. – Саратов: 2015. – 95 с.
9. Никитин В.Ю. Модерн-джаз танец: Этапы развития. Метод. Техника. – М.: ИД «Один из лучших», 2004 – 414 с.
10. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца: Учебно-методическое пособие. 2-е изд. – Л.: Искусство. 1983. – 207 с.
11. Селевко Г.К. Современные образовательные технологии: Учебное пособие. — М.: Народное образование, 2008.

