

КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ ПСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ПСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«ДОМ ДЕТСТВА И ЮНОШЕСТВА «РАДУГА»

ПРИНЯТО
Решением педагогического совета
ГБОУДОПО «ДДЮ «Радуга»
Протокол № 4 от «27» августа 2020г.



Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа

«Акробатика и танец»

Направленность: физкультурно-спортивная

Уровень программы: стартовый, базовый, продвинутый

Возраст обучающихся: 7-17 лет

Срок реализации программы: 3 года

Разработчик:
педагог дополнительного образования
Левченко Светлана Павловна

Псков

2020

1. Учреждение	Государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования Псковской области «Дом детства и юношества «Радуга», г. Псков
2. Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Акробатика для танцоров»
3. Сведения об авторе-составителе:	
3.1. Ф.И.О., должность	Левченко Светлана Петровна, педагог дополнительного образования
4. Сведения о программе:	
4.1. Нормативная база	<ul style="list-style-type: none"> - Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; - Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 г. №1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»; - Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.12.2006 №06-1844 «Примерные требования к программам дополнительного образования детей для использования в практической работе»; - Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; - Приказ Минтруда России от 05.05.2018 №298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»; - СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»; - Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (письмо Министерством образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 № 09-3242)
4.2. Область применения	Дополнительное образование
4.3. Направленность	Физкультурно-спортивная
4.4. Тип программы	Авторская
4.5. Вид программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
4.6. Возраст детей	8-11 лет
4.7. Продолжительность обучения	3 года, 648 часов
4.8. Цель программы	Мотивация личности ребёнка к познанию и творчеству с помощью экологического обучения, воспитание ответственного и бережного отношения к природе и её компонентам
4.9. Форма обучения	Очная

ОГЛАВЛЕНИЕ

I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

Введение

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Цель и задачи программы
- 1.3. Возрастные характеристики
- 1.4. Форма и режим занятий
- 1.5. Прогнозируемые результаты программы
- 1.6. Механизм выявления образовательных результатов программы
- 1.7. Содержание программы
 - 1.7.1. Учебный план (на весь срок обучения).
 - 1.7.2. Содержание учебного плана.
 - 1.7.3. Контроль и оценка результатов освоения учебного предмета

II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Календарный учебный график первый год обучения Группа No1 (7-10 лет)

Календарный учебный график первый год обучения Группа No2 (11-14 лет)

Календарный учебный график первый год обучения Группа No3 (15-17 лет)

2.2. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

Введение

Программа дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программы «Акробатика для танцоров» в области хореографического искусства составлена в соответствии с **Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. №273 -ФЗ «Об образовании» (п.1 ч.2 ст.83 и ч.5ст.12)** и с учетом «Рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств» Министерства культуры РФ (**приложение к письму Минкультуры РФ от 19 ноября 2013 г. № 191-01-39/06-ГИ**).

- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 24 апреля 2015 года No 729-р **«Концепция развития дополнительного образования детей»;**
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 года No 1008 **«Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам»;**
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 года No09-3242 **«Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;**
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года No 996-р **«Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».**
- СанПин 2.4.4.3172-14 **«Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».**
- Постановление Правительства **«Об осуществлении мониторинга системы образования» РФ от 5 августа 2013 г. No662**

Программа направлена на эстетическое и духовно-нравственное развитие учащихся, формирование устойчивого интереса к творческой деятельности и разработана в рамках реализации мероприятий по созданию новых мест дополнительного образования детей Федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование».

1.1. Пояснительная записка к программе «Акробатика и танец»

По данной программе работает педагог дополнительного образования Левченко С.П.

Танцевальная акробатика обладает большими возможностями для полноценного физического совершенствования ребёнка. Эти занятия формируют правильную осанку, развивают мышцы спины, пресса, рук и ног, развивают выносливость, ловкость, подготавливают мышечный аппарат ребенка для занятия хореографией.

Современная дифференциация о возможностях получения дополнительного образования предусматривает значительную вариативность образовательного процесса в современных учреждениях ДОО. Обучение только по основной, узконаправленной программе по хореографии не позволяет идти в ногу со временем, в условиях стремительного развития мирового танцевального искусства. Педагогу-хореографу необходим вариативный подход к обучению, который способствует в полной мере реализовать свои возможности в формировании личности современного танцора.

Данная программа ориентирована на работу с детьми, прошедшими подготовку ознакомительного уровня. Программа предполагает наличие у них специальных физических данных и навыков в акробатике.

Программа построена на освоение азов ОФП, партерной гимнастики, упражнения на растяжку и изучение основных элементов танцевальной акробатики. Юным танцорам предлагаются занятия прыжковой и парно-групповой акробатикой наряду с освоением основ хореографии и танца.

Актуальность программы заключается в постоянно растущей потребности детей в занятиях спортом. Танцевальная акробатика позволяет поддержать необходимый уровень развития целого ряда двигательных качеств и способностей, связанных с выполнением прыжков, вращений, равновесия. А также приобщает детей и подростков к здоровому образу жизни через занятия хореографическим искусством.

Новизна программы состоит в углубленном использовании танцевальной акробатики при подготовке танцоров к выступлениям, повышению функциональных возможностей организма, развитию силы, ловкости, гибкости, быстроты реакций, ориентировки в пространстве, совершенствованию вестибулярного аппарата, укреплению мышц и связок суставов. Также занятия проводятся для всех детей, вне зависимости от антропометрических данных, которые предъявляются к детям в спортивных школах.

Программа имеет продвинутый уровень сложности и предполагает постепенное расширение и углубление теоретических знаний, основ техники выполнения акробатических упражнений, от простых до сложных, с учётом индивидуального психофизического развития ребёнка. Учащиеся, освоившие данную Программу, могут самостоятельно применять полученные знания в своем дальнейшем развитии при изучении хореографического искусства.

1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Образовательная цель программы: приобщение детей к танцевальной акробатике через уроки ОФП, партерной гимнастики, силовым элементам и хореографии.

Развивающая цель программы: воспитание единого комплекса физических качеств: гармоническое телосложение, хорошего здоровья и выносливости. А также чувства ритма и музыки, развитие пластики и сценического движения.

Воспитательная цель программы: профессиональная ориентация и дальнейшее самоопределение ребёнка.

Задачи программы:

Обучающие:

Стартовый уровень

- сформировать первичные основы знаний в области акробатики;
- сформировать первичные двигательные умения и навыки;
- обучить простейшим акробатическим элементам;
- сформировать первичное представление о связи акробатических элементов с

- хореографическим искусством;
- сформировать первичное представление о развитии важнейших систем организма их функций;
- обучать использованию в своей речи спортивной терминологии;
- обучить правилам безопасного поведения и техники безопасности на занятиях акробатикой.

Базовый уровень:

- формировать у детей жизненно необходимые двигательные навыки и умения, способствующие укреплению здоровья;
- обучить общей физической подготовке средствами акробатики;
- обучить основам техники выполнения акробатических упражнений;
- обучить овладению движениями, развивать самоконтроль и самооценку при выполнении физических упражнений;
- сформировать навыки самостраховки и взаимопомощи;
- формирование специальных компетенций в области анатомии и травматологии.

Продвинутый уровень

- совершенствование исполнения изученных акробатических элементов;
- формирование навыков самосовершенствования, самопознания, самостраховки и взаимопомощи;
- повышение уровня физического развития и физической подготовленности;
- обучить основам техники выполнения сложных акробатических элементов;
- формировать умение работать в физическом и психологическом контакте с другими учащимися, в процессе составления и выполнения групповых акробатических этюдов;
- сформировать теоретические знания и практические навыки по оказанию первой помощи при травмах.

Развивающие:

Стартовый уровень

- развивать физические качества;
- развить у учащихся потребность в регулярных занятиях акробатикой;
- развить интерес к хореографическому искусству и акробатики;
- способствовать всестороннему гармоничному развитию физических качеств;
- развить коммуникативную компетенцию: умение общаться и взаимодействовать со сверстниками и с другими людьми, знать культурные нормы общения в процессе образовательной и творческой деятельности.
- развить информационную компетенцию: умение воспринимать новую информацию.

Базовый и продвинутый уровень

- развивать и совершенствовать физические качества (сила, гибкость, быстрота, выносливость и координация движений);
- содействовать развитию психических процессов (представления, памяти, мышления, внимание, воображения) в ходе двигательной деятельности;
- развивать интеллект, творческие начала и индивидуальность;
- развить коммуникативную компетенцию;
- развить информационную компетенцию: умение воспринимать новую информацию, анализировать и применять ее в деятельности; умение самостоятельно находить информацию в отдельных источниках;
- развить компетенцию креативности: художественный вкус, творческое воображение и креативное мышление;
- развивать компетенцию критического мышления: способность обнаруживать

ошибки, при выполнении заданий, анализировать и находить способы их исправления и анализировать результаты собственного труда.

Воспитывающие:

- воспитывать нравственно-волевые качества: настойчивость и упорство, целеустремлённость и трудолюбие, решительность и смелость;
- воспитывать моральные качества: коммуникативность, самостоятельность, инициативность, индивидуальность, добросовестность, активность;
- содействовать профессиональному самоопределению личности в области хореографии;
- формировать духовно-нравственное отношение и чувства сопричастности к культурному наследию своего народа;
- формировать нравственные и эстетические чувства: любви к своему народу, Родине, уважения к ее традициям, многонациональной культуре;
- формировать компетенцию командной работы;
формировать адаптивную компетенцию: уметь ориентироваться в незнакомой обстановке, в частности на новой концертной площадке в рамках концертной и конкурсной деятельности.

1.3. ВОЗРАСТНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ УЧАСТНИКОВ ПРОГРАММЫ

Программа «Акробатика и танец» охватывает детей в возрасте от 7 до 17 лет.

Характеристики развития детей младшей возрастной группы (7- 10 лет)

В этом возрасте учеба становится для детей ведущей деятельностью. Формируются новые отношения со сверстниками, родителями, педагогом. Появляется чувство ответственности, возрастают нагрузки в школе и дома.

Главная особенность этого возраста – бурный рост всего организма и высокая физическая активность, поэтому на занятиях на смену играм и музыкально - ритмическим упражнениям, приходят систематическое овладение тренажем и постановочная работ. Занятия выстроены так, что ребенок активен в физическом и эмоциональном плане равномерно. Особое внимание уделяется актерскому мастерству, умению мимикой, движением и жестами создать тот или иной образ, соответствующий хореографическому произведению.

Характеристики развития детей средней возрастной группы (11-14 лет)

Возраст 11 лет является началом бурного роста, ребенок становится либо физически выносливым, либо проявляется быстрая утомляемость. Психические процессы - память, внимание приобретают произвольный характер, что позволяет запоминать более сложные хореографические комбинации.

Это время неравномерного физического развития, когда происходит рост тела, совершенствуется мускульный аппарат, идет активный процесс окостенения скелета; интенсивный рост конечностей в длину, а грудная клетка и таз отстают, отсюда впечатление угловатости.

Очень заметно совершенствуется процесс мышления, способность самостоятельно рассуждать, сравнивать и делать выводы. Возрастает умение организовывать и контролировать свое внимание, память, управлять ими по необходимости. В этом возрасте дети способны трудиться с полной силовой нагрузкой. Но по сравнению со второй возрастной группой их активность снижается.

Главная задача педагога – приучить к труду, приучить работать с полной силовой нагрузкой.

Характеристики развития детей старшей возрастной группы (15-17 лет)

В этом возрасте увеличивается масса мышц, каждая мышца или группа мышц развиваются одновременно. Темпы развития мышц ног опережает темпы развития мышц рук. Изменяются не только конституционные, но и функциональные свойства мышц, что выражается в увеличении возбудимости нервов и мышц, повышении подвижности, функциональная подвижность достигает взрослых показателей.

Особенностью этого возраста является повышение возбудимости и эмоциональности, преобладание процессов возбуждения над торможением, появление психической неуравновешенности.

Для подростков данного возраста характерна быстрая смена настроений, склонность к аффектам. Эмоциональные состояния быстро сменяют друг друга. Отношение подростка к себе как к личности, формирующееся в подростковом возрасте, существенно перестраивает его эмоциональную сферу, меняет восприятие событий и ситуаций. Переживания носят более глубокий и устойчивый характер.

Все эти возрастные особенности используются при **лично-ориентированном, дифференцированном, системно - деятельностном** подходах.

Срок реализации программы: 3 года

1.4. ФОРМЫ И РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ

Форма обучения:

Обучение по программе предполагает использование приоритетных форм занятий: репетиции (индивидуальные и коллективные). В репетиционно-постановочные занятия педагоги включают необходимое количество разделов программы самостоятельно, комбинируя их в зависимости от тематики танца и сложности его постановки.

Групповые занятия проводятся в разновозрастных группах, численный состав группы – 12-15 человек).

Режим занятий:

на 1-м году обучения занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часу (время занятий включает 45мин. учебного времени и обязательный 10-минутный перерыв) – 6 часов в неделю, 36 недель

на 2-м году обучения занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа (время занятий включает 45 мин. учебного времени и обязательный 10-минутный перерыв) – 6 часов в неделю, 36 недель

на 3-м году обучения проводятся 3 раза в неделю по 3 часа (время занятий включает 45 мин. учебного времени и обязательный 10-минутный перерыв) – 6 часов в неделю, 36 недель

Нагрузка распределяется в зависимости от физических способностей детей. В течение учебного года в каникулярное время образовательная деятельность по программе проводится согласно расписанию занятий. В период летних каникул с учащимися проводится воспитательная работа в соответствии с планом раздела программы «Воспитательная работа».

Реализация программы предполагает, как очные аудиторные, так и внеаудиторные (самостоятельные) занятия учащихся, а также дистанционное обучение.

Форма проведения аудиторных занятий - групповая и индивидуальная. Самостоятельная работа учащихся включает в себя подготовку домашних заданий, участие в творческих (концертных), культурно-просветительских мероприятиях, мастер-классах, посещение конкурсов и т. п.

Формы обучения:

Для реализации программы используются различные формы проведения занятий:

- индивидуальная;
- групповая;
- комбинированное занятие;
- творческая встреча;
- занятие- конкурс;
- мастер-класс;
- контрольное занятие;
- отчетный концерт.

Описание материально-технических условий реализации программы «Акробатика и танец»

Материально-техническая база образовательного учреждения должна соответствовать санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

В учреждении должны быть созданы следующие материально-технические условия:

- наличие танцевального зала;
- наличие гардероба и раздевалок для занятий;
- наличие музыкального центра;
- наличие гимнастических матов;
- наличие репетиционной и концертной одежды.

1.5. ПРОГНОЗИРУЕМЫЕ (ОЖИДАЕМЫЕ) РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОГРАММЫ 1 ГОД ОБУЧЕНИЯ

Программные требования к знаниям (результаты теоретической подготовки):

- основы общей физической подготовки,
- основные позиции и положения рук и ног, положения головы и корпуса во время исполнения базовых элементов танцевальной акробатики.
- основы безопасности при выполнении различных элементов.

Программные требования к умениям и навыкам (результаты практической подготовки):

- выполнять выученные элементы танцевальной акробатики,
- владеть исполнительским мастерством.

2 ГОД ОБУЧЕНИЯ

Программные требования к знаниям (результаты теоретической подготовки):

- основы общей физической подготовки,
- основы безопасности на занятиях,
- терминологию изученных упражнений;

Программные требования к умениям и навыкам (результаты практической подготовки):

- анализировать музыкальный материал,
- владеть исполнительским и техническим мастерством.

3 ГОД ОБУЧЕНИЯ

Программные требования к знаниям (результаты теоретической подготовки):

- основы ОФП,
- терминологию элементов спортивной акробатики,

- диагональные акробатические прыжки.

Программные требования к умениям и навыкам (результаты практической подготовки):

- исполнять правильно изучаемые элементы танцевальной акробатики,
- исполнять и объединять в комбинации элементы танцевальной акробатики и хореографические элементы.

По окончании программы:

Программные требования к уровню воспитанности:

Культура поведения – это научно-обоснованные правила деятельности человека в окружающей среде. В связи с этим на занятиях учащимся предлагаются жизненные ситуации для импровизационных заданий.

Воспитание нравственности на занятии осуществляется через анализ нравственных ситуаций, рассматривая примеры деятельности человека в природе и культурной среде, в примерах из жизни детского коллектива.

Программные требования к уровню развития:

Развитие интеллектуально-познавательной сферы воспитанников осуществляется путем усвоения системы правил интеллектуальной деятельности: запоминания учебной информации; решения творческих задач; выполнения практических заданий.

Воспитательную силу имеет игра, которая позволяет усваивать правила межличностного общения и формировать волевою и эмоциональную сферу детей.

1.6. МЕХАНИЗМ ВЫЯВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ПРОГРАММЫ

Личная аттестация обучающихся.

Наряду с коллективными результатами деятельности тщательно отслеживается динамика индивидуального хореографического развития обучающихся, их личные успехи. Способы оценки результатов имеют как общие для всех этапов обучения критерии, так и определяемые принадлежностью к определенной возрастной группе. Общие параметры оценивания включают: балетные данные, музыкально-ритмические способности, сценическая культура.

При переходе с первого года на второй, обучающиеся проходят контрольную аттестацию.

Оценка результативности освоения программы обучающихся основана на методе сравнительного анализа, при котором результаты обучения одних обучающихся сравниваются с достижениями других, с прежними результатами того же воспитанника, с поставленными учебными целями и критериями.

Наряду с основными методами **оценки результативности** обучения применяется разработанная в коллективе **система контроля успеваемости и аттестации обучающихся**. Данная система предполагает текущий контроль, а также промежуточную и итоговую аттестации.

Текущий контроль регулярно (в рамках расписания) осуществляется педагогом, ведущим предмет.

Промежуточная аттестация определяет, насколько успешно происходит развитие обучающегося и усвоение им образовательной программы на каждом этапе обучения.

Формы подведения итогов реализации программы:

Для учащихся 1 года обучения основным методом промежуточной аттестации является метод скрытого педагогического наблюдения и открытые занятия для

родителей.

Основным методом промежуточной аттестации на 2 и 3 году обучения по программе являются:

- метод педагогического наблюдения;
- успешные конкурсные выступления обучающихся.

Методы и методические приемы обучения.

В курсе обучения танцевальной акробатики применяются традиционные методы обучения: использования слов, наглядного восприятия и практические методы.

Метод использования слова — универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы физической грамоты, описывается техника движений и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении: рассказ, беседа, обсуждение, объяснение, словесное сопровождение и т.д.

Методы наглядного восприятия способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

Практические методы основаны на активной деятельности самих учащихся. Этот *метод целостного освоения* упражнений, метод обучения (путём), *ступенчатый и игровой метод*.

Метод целостного освоения упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Однако, использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.

Ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и спортивных элементов. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.

Игровой метод используется при проведении спортивных игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

1.7. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**1.7.1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН.****Учебно-тематический план 1 год обучения**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение	2	1	1	Анкетирование
2	Основы разминки и растяжки	20	5	15	Практическая работа
3	Упражнения на ориентировку в пространстве	16	4	12	Практическая работа
4	Упражнения с партнером	18	5	13	Практическая работа
5	Танцевальные полуакробатические движения	36	10	26	Проведение зачета
6	Основы современного танца	54	12	42	Проведение зачета
7	Репетиционно-постановочная деятельность	70	10	60	Отчетный концерт/открытый урок
	Всего	216	47	169	

Учащиеся 1 года обучения должны иметь следующие знания, умения, навыки:

- знать комплекс упражнений для разминки;
- уметь грамотно исполнять движения;
- выполнять основные движения упражнений под музыку;
- уметь координировать движения рук, ног, головы при ходьбе, беге, галопе;
- уметь ориентироваться в пространстве: выполнять повороты, двигаясь по линии танца;
- четко определять право и лево в движении и исполнении упражнения с использованием предметов;
- уметь свободно держать корпус, голову и руки в тех или иных положениях;
- уметь работать в паре и синхронизировать движения.

Учебно-тематический план 2 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение	2	1	1	Устный опрос
2	Основы разминки и растяжки	16	3	13	Выполнение практической работы
3	Упражнения на ориентировку в пространстве	14	4	10	Выполнение практической работы
4	Упражнения с партнером	18	3	15	Выполнение практической работы
5	Танцевальные полуакробатические движения	40	10	30	Проведение зачета
6	Основы современного танца	50	8	42	Проведение зачета
7	Репетиционно-постановочная деятельность	76	14	62	Отчетный концерт/открытый урок
	Всего	216	43	173	

Учащиеся 2 года обучения должны иметь следующие знания, умения, навыки:

- понимать необходимость и важность разминочного процесса;
- знать названия общеразвивающих упражнений, пройденных в течение двух лет обучения;
- знать названия простых элементов акробатики, уметь их правильно исполнить;
- выполнять основные движения упражнений с предметами и без них под музыку в изученных размерах;
- слышать изменения звучания музыки и передавать их изменением движения;
- выполнять с более четким исполнением подражательные движения.

Учебно-тематический план 3 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
Инвариантная часть программы					
1	Введение	2	1	1	Устный опрос
2	Основы разминки и растяжки	10	2	8	Выполнение практической работы

3	Упражнения на ориентировку в пространстве	25	5	20	Выполнение практической работы
4	Упражнения с партнером	26	6	20	Выполнение практической работы
5	Танцевальные полуакробатические движения	48	8	40	Проведение зачета
6	Основы современного танца	40	6	36	Проведение зачета
7	Репетиционно-постановочная деятельность	65	8	57	Отчетный концерт/открытый урок
	Всего	216	35	181	

Учащиеся 3 года обучения должны иметь следующие знания, умения, навыки:

- знать названия общеразвивающих упражнений, пройденных в течение трех лет обучения;
- применять и использовать знания по технике безопасности;
- уметь исполнять элементы в ансамбле;
- уметь правильно ориентироваться на сценической площадке;
- уметь замечать свои ошибки и ошибки других обучающихся;
- уметь свободно и правильно держать корпус, голову в тех или иных позах.

1.7.2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА.

Модуль I (стартовый, 1-3 года обучения)

Содержание учебного плана

1 год обучения

1. Введение -2 часа

Теория: знакомство учащихся с понятием «Хореография и Акробатика». Постановка целей и задач на текущий год, обсуждение правил техники безопасности на занятиях. Разговор о необходимой форме для проведения тренировок. Инструктаж по технике безопасности.

Практика: проведение аэробической разминки под музыкальное сопровождение, танцевальные игры.

Форма контроля: Устный опрос.

2. Основы разминки и растяжки – 20 часов

Главная цель раздела - научить ребенка правильно разминать все группы мышц, привить понимание в необходимости в правильной разминке. Научить подводящим упражнениям, которые гармонично разовьют мышечный корсет и помогут в дальнейшем изучении акробатических и танцевальных элементов. Объяснить и научить технике безопасности при выполнении упражнений. обучающиеся усваивают понятия «ритм», «счет», «размер».

Теория: Мелодия и движение. Музыкальные размеры: 4/4; 3/4; 2/4. Порядок разминки мышц тела поочередно. Разогрев и подготовка к растяжке. Контрастная музыка (быстрая, медленная, веселая, грустная).

Практика: Характерные элементы разминки на все группы мышц. Исполнение элементов в счет. Исполнение простых элементов в музыкальный размер (2/4, 4/4). Знакомство с прыжками. Техника безопасности.

Форма контроля: Практическая работа.

3. Упражнения на ориентировку в пространстве – 16 часов

Раздел основан на обучении ребенка ориентироваться на танцевальной площадке, с легкостью перестраиваться из рисунка в рисунок, работая сообща в коллективе. Умение овладевать разнообразными рисунками танца позволяет в дальнейшем свободно чувствовать себя на сцене.

Теория: Перестроение из одних рисунков в другие. Повороты, наклоны и выпады, шаги.

Практика: Музыкально-пространственные упражнения (маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте вокруг себя, вправо, влево; повороты на месте). Маршевый шаг с перестроением в различные танцевальные рисунки. Нумерация точек. Линия. Шеренга. Колонна.

Форма контроля: Практическая работа.

4. Упражнения с партнером – 18 часов

Упражнения с партнером применяются в большинстве хореографических постановок. Они развивают у обучающихся навыки взаимодействия, помогают отработать синхронность при исполнении танцевально-акробатических элементов.

Теория: Беседа с обучающимися о значении гимнастики и акробатики, просмотр видеоматериала, работа с фото.

Практика: Упражнения в паре. Контемпорари. Упражнения для отработки синхронности при исполнении элементов. Поддержки. Силовые упражнения в паре. Парные равновесия.

Форма контроля: Практическая работа.

5. Танцевальные полукробатические движения - 36 часов

Раздел является основой данного курса и подготовкой к последующему выступлению ребенка на сцене. движения и элементы, изучаемые в данном разделе, несут:

- оздоровительный характер (сохранение и укрепление здоровья, укрепление мышечного корсета, формирование правильной осанки, профилактика плоскостопия, укрепление мышц дыхательной системы)
- образовательный характер (обучение акробатическим упражнениям, формирование двигательных навыков и совершенствование двигательных

способностей - ловкости, силы, гибкости, быстроты реакции, ориентировки в пространстве, вестибулярного аппарата, обучение детей владеть своим телом)

- развивающий характер (развитие творческих способностей детей, духовное, нравственное и физическое совершенствование)

- воспитательный характер (формирование познавательного интереса и желание

заниматься танцами и радоваться своим достижениям)

- психологический характер (снятие психологической напряженности, воспитание сознательной дисциплины, воли)

Теория: Разговор с обучающимися о значении акробатики в танце. Предоставление видеоматериала с акробатическими постановками и открытыми занятиями в ведущих школах страны.

Практика: Перевороты (вперёд на одну \ две ноги). Равновесия (затяжка двумя руками). Бег: сценический, на полупальцах, легкий шаг (ноги назад), на месте. Стойка на руках (выход махом, толчком). Работа рук: понятие «правая» и «левая» рука, положение рук на талии. Позиции ног: понятие «правая» и «левая» нога, первая позиция свободная, первая позиция параллельная, вторая позиция параллельная. Работа головы: наклоны и повороты. Движения корпуса: наклоны вперед, назад, в сторону. Подтягивание, хлопки руками в упоре лежа (сериями). Приседание на одной ноге (пистолеты) сериями.

Форма контроля: Проведение зачета.

6. Основы современного танца – 54 часов

Теория: Возникновение современного танца. Предоставление наглядного материала. Стили и направления современной хореографии. Рассказ о характерных особенностях того или иного стиля. Важность правильного исполнения и работы в группах (соблюдение синхронности исполнения).

Практика: Модерн. Show dance. Джаз-фанк. Шаги стиля Латина, Хип-хоп, Буги-Вуги, Рок-н-ролл. Создание танцевального этюда. Построение акробатических пирамид. История флешмобов

Форма контроля: Проведение зачета.

7. Репетиционно-постановочная деятельность (всего 70 ч.)

Теория: Репетиционная деятельность в хореографии. Постановка целей и задач. Решение возникающих вопросов/ правила поведения во время массовых мероприятий.

Практика: Танец «Boom». Пластические этюды, постановка дуэтов и соло. Создание флешмоба в стиле продакшен.

Форма контроля: Открытый урок/отчетный концерт.

ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Уровень подготовки обучающихся является результатом освоения программы «Акробатика для танцоров», и предполагает формирование комплекса знаний, умений и навыков, таких, как:

- знание основных понятий, связанных с метром и ритмом, темпом и динамикой в музыке;

- знание разминочного комплекса упражнений на все группы мышц (быстрая, полная разминка)
- знания и умения по технике безопасности при танцевании;
- представление о акробатике;
- умение согласовывать движения со строением музыкального произведения;
- навыки сочетания музыкально-ритмических упражнений с танцевальными движениями;

1.7.3. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1. Аттестация: цели, виды, форма, содержание

Оценка качества освоения программы "Акробатика для танцоров" включает в себя текущий контроль успеваемости и промежуточную аттестацию обучающегося в конце каждого учебного года. В качестве средств текущего контроля успеваемости используются просмотры. Текущий контроль успеваемости обучающихся проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольных уроков. Контрольные уроки проходят в виде просмотров. Контрольные уроки в рамках промежуточной аттестации проводятся в конце учебного года в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

По завершении изучения предмета "Акробатика" по итогам промежуточной аттестации обучающимся выставляется оценка, которая заносится в свидетельство об окончании образовательного учреждения.

2. Критерии оценки

Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения и навыки.

По итогам просмотра на контрольном уроке выставляется оценка по пятибалльной шкале.

II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Количество учебных часов на 2020-2021 учебный год: 216

Занятия по программе в 2020-2021 г. проводятся с 10 сентября по 31 мая, включая каникулярное время, кроме зимних и летних каникул.

Календарный учебный график первый год обучения

№	Дата	Форма	Кол-во часов	Тема занятий	Место проведения	Форма контроля
1	10.09.2020	Тренировка	2	Вводное занятие (первичный инструктаж по ТБ, режим занятий, разминка.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа

2	14.09.2020	Тренировка	2	Акробатика. Основные виды гимнастических упражнений и их выполнение.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
3	15.09.2020	Тренировка	2	ОФП. Хореографическая подготовка:	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
4	17.09.2020	Тренировка	2	Изучение современных стилей танца (хип-хоп, джаз фанк, диско, эстрадный).	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
5	21.09.2020	Тренировка	2	Изучение ритмического рисунка, основных принципов движения, основных фигур, танцевальных шагов.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
6	22.09.2020	Тренировка	2	Акробатика и Черлидинг. Правила Выполнения упражнений и техника безопасности.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
7	24.09.2020	Тренировка	2	Акробатические упражнения, Хореографическая подготовка: Изучение современных стилей танца джаз фанк.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
8	28.09.2020	Тренировка	2	Хореографическая подготовка, изучение основных движений сценического танца. Акробатические упражнения, элементы черлидинга.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
9	29.09.2020	Тренировка	2	Хореографическая подготовка, изучение основных движений сценического танца.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
10	01.10.2020	Тренировка	2	Гимнастические упражнения. Акробатические упражнения, элементы черлидинга.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
11	05.10.2020	Тренировка	2	Хореографическая подготовка, основные движения танцевального стиля Хип-хоп.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
12	06.10.2020	Тренировка	2	Хореографическая подготовка, основные движения танцевального стиля Джаз фанк.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа

13	08.10.2020	Тренировка	2	Хореографическая подготовка, основные движения танцевального стиля Диско.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
14	12.10.2020	Тренировка	2	Сюжетный и бессюжетный танец: сходства и отличия. Разбор сюжетного танца и бессюжетного.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
15	13.10.2020	Тренировка	2	Постановочная и репетиционная работа. Постановка танца на основе изученного материала.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
16	15.10.2020	Тренировка	2	Разучивание движений к танцу, постановка танцевальных номеров.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
17	19.10.2020	Тренировка	2	ОФП. Постановочная и репетиционная работа.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
18	20.10.2020	Тренировка	2	ОФП. Составление танцевальных композиций, импровизация.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
19	22.10.2020	Тренировка	2	Постановочная и репетиционная работа.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
20	26.10.2020	Тренировка	2	Постановочная и репетиционная работа.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
21	27.10.2020	Тренировка	2	Постановочная и репетиционная работа.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
22	29.10.2020	Тренировка	2	Постановочная и репетиционная работа.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
23	02.11.2020	Тренировка	2	Хореографическая подготовка, основные движения танцевального стиля диско. Гимнастические упражнения	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
24	03.11.2020	Тренировка	2	Акробатические упражнения, элементы черлидинга.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
25	05.11.2020	Тренировка	2	Хореографическая подготовка, изучение основных движений сценического танца.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
26	09.11.2020	Тренировка	2	Хореографическая подготовка, основные движения танцевального стиля Хип-хоп.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа

27	10.11.2020	Тренировка	2	ОФП. Составление танцевальных композиций, импровизация.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
28	12.11.2020	Тренировка	2	ОФП. Составление танцевальных композиций, импровизация.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
29	16.11.2020	Тренировка	2	ОФП. Гимнастические упражнения с помпонами. Постановочная и репетиционная работа.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
30	17.11.2020	Тренировка	2	Хореографическая подготовка, основные движения танцевального стиля модерн.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
31	19.11.2020	Тренировка	2	Хореографическая подготовка, основные движения танцевального	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
32	23.11.2020	Тренировка	2	Акробатические упражнения, Хореографическая подготовка (джаз фанк).	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
33	24.11.2020	Тренировка	2	Акробатические упражнения, Хореографическая подготовка (джаз фанк).	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
34	26.11.2020	Тренировка	2	Хореографическая подготовка, основные движения танцевального стиля модерн.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
35	30.11.2020	Тренировка	2	Разучивание движений к танцу, постановка танцевальных номеров	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
36	01.12.2020	Тренировка	2	Разучивание движений к танцу, постановка танцевальных номеров	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
37	03.12.2020	Тренировка	2	ОФП. Составление танцевальных композиций, импровизация.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
38	07.12.2020	Тренировка	2	ОФП. Составление танцевальных композиций, импровизация.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
39	08.12.2020	Тренировка	2	ОФП. Составление танцевальных композиций, импровизация.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
40	10.12.2020	Тренировка	2	Постановочная и репетиционная работа.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа

41	14.12.2020	Тренировка	2	Постановочная и репетиционная работа.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
42	15.12.2020	Тренировка	2	Постановочная и репетиционная работа.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
43	17.12.2020	Тренировка	2	Хореографическая подготовка, изучение основных движений сценического танца.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
44	21.12.2020	Тренировка	2	Постановочная и репетиционная работа.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
45	22.12.2020	Тренировка	2	Постановочная и репетиционная работа.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
46	24.12.2020	Тренировка	2	Постановочная и репетиционная работа.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
47	28.12.20	Тренировка	2	Постановочная и репетиционная работа.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
48	29.12.20	Тренировка	2	Постановочная и репетиционная работа.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
49	11.01.2021	Тренировка	2	ОФП. Хореографическая подготовка, основные движения танцевального стиля зумба.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
50	12.01.2021	Тренировка	2	ОФП. Хореографическая подготовка, основные движения танцевального стиля зумба.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
51	14.01.2021	Тренировка	2	Гимнастические упражнения с помпонами, элементы черлидинга.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
52	18.01.2021	Тренировка	2	ОФП. Составление танцевальных композиций, импровизация.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
53	19.01.2021	Тренировка	2	ОФП. Составление танцевальных композиций, импровизация.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
54	21.01.2021	Тренировка	2	Постановочная и репетиционная работа.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
55	25.01.2021	Тренировка	2	Постановочная и репетиционная работа.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа

56	26.01.2021	Тренировка	2	Хореографическая подготовка, основные движения танцевального стиля диско.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
57	28.01.2021	Тренировка	2	Упражнения для отработки синхронности при исполнении элементов	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
58	01.02.2021	Тренировка	2	Упражнения для отработки синхронности при исполнении элементов	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
59	02.02.2021	Тренировка	2	Танцевальные полуакробатические движения: перевороты, равновесия, стойка на руках.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
60	04.02.2021	Тренировка	2	Танцевальные полуакробатические движения: перевороты, равновесия, стойка на руках.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
61	08.02.2021	Тренировка	2	Нумерация точек. Линия. Шеренга. Колонна	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
62	09.02.2021	Тренировка	2	Упражнения с партнером. Отработка синхронности при исполнении элементов	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
63	11.02.2021	Тренировка	2	Гимнастические упражнения с помпонами, элементы черлидинга.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
64	15.02.2021	Тренировка	2	ОФП. Составление танцевальных композиций, импровизация.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
65	16.02.2021	Тренировка	2	Подтягивание, хлопки руками в упоре лежа (сериями). Приседание на одной ноге (пистолеты) сериями.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
66	18.02.2021	Тренировка	2	Упражнения на ориентировку в пространстве. Нумерация точек. Линия. Шеренга. Колонна	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
67	22.02.2021	Тренировка	2	Танцевальные и акробатические движения(элементы) Проходы и проезды под ногами.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
68	23.02.2021	Тренировка	2	Танцевальные и акробатические движения(элементы) Проходы и проезды под ногами.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа

69	25.02.2021	Тренировка	2	Приседания: полуприседания. «Свечка» в первоначальном раскладе	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
70	01.03.2021	Тренировка	2	Хореографическая подготовка, изучение основных движений сценического танца.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
71	02.03.2021	Тренировка	2	Синхронное исполнение элементов.		Наблюдение, практическая работа
72	04.03.2021	Тренировка	2	Хореографическая подготовка, основные движения танцевального стиля Хип-хоп.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
73	08.03.2021	Тренировка	2	Танцевальные полуакробатические движения: перевороты, равновесия, стойка на руках.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
74	09.03.2021	Тренировка	2	Хореографическая подготовка, изучение основных движений сценического танца. Акробатические упражнения, элементы черлидинга.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
75	11.03.2021	Тренировка	2	Танцевальные полуакробатические движения	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
76	15.03.2021	Тренировка	2	ОФП. Составление танцевальных композиций, импровизация.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
77	16.03.2021	Тренировка	2	Хореографическая подготовка, основные движения танцевального стиля модерн.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
78	18.03.2021	Тренировка	2	Разучивание движений к танцу, постановка танцевальных номеров	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
79	22.03.2021	Тренировка	2	Акробатика и Черлидинг. Правила выполнения упражнений	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
80	23.03.2021	Тренировка	2	Упражнения на ориентировку в пространстве	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
81	25.03.2021	Тренировка	2	Постановочная и репетиционная работа. Сюжетный и бессюжетный танец: сходства и отличия.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа

82	29.03.2021	Тренировка	2	Разбор сюжетного танца и бессюжетного. Постановка танца на основе изученного материала.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
83	30.03.2021	Тренировка	2	Постановочная и репетиционная работа.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
84	01.04.2021	Тренировка	2	Постановочная и репетиционная работа.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
85	05.04.2021	Тренировка	2	Хореографическая подготовка, основные движения танцевального стиля Show dance.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
86	06.04.2021	Тренировка	2	Хореографическая подготовка, основные движения танцевального стиля Show dance	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
87	08.04.2021	Тренировка	2	Хореографическая подготовка, основные движения танцевального стиля Show dance	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
88	12.04.2021	Тренировка	2	Черлидинг. Гимнастические упражнения с помпонами.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
89	13.04.2021	Тренировка	2	Стойка на руках (выход махом, толчком). Перевороты (вперёд на одну \ две ноги).	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
90	15.04.2021	Тренировка	2	Стойка на руках (выход махом, толчком). Перевороты (вперёд на одну \ две ноги).	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
91	19.04.2021	Тренировка	2	Хореографическая подготовка, изучение основных движений Latina	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
92	20.04.2021	Тренировка	2	Хореографическая подготовка, изучение основных движений Latina	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
93	22.04.2021	Тренировка	2	Постановочная и репетиционная работа	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
94	26.04.2021	Тренировка	2	Танцевальные полуакробатические движения. Равновесия (загязка двумя руками).	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
95	27.04.2021	Тренировка	2	Акробатические упражнения, Хореографическая подготовка (джаз фанк).	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа

96	29.04.2021	Тренировка	2	Акробатические упражнения, Хореографическая подготовка (джаз фанк).	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
97	03.05.2021	Тренировка	2	Упражнения на ориентировку в пространстве. Диагональ. Круг. Два круга. «Улитка». «Змейка»	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
98	04.05.2021	Тренировка	2	Упражнения на ориентировку в пространстве. Диагональ. Круг. Два круга. «Улитка». «Змейка»	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
99	06.05.2021	Тренировка	2	Разучивание движений к танцу, постановка танцевальных номеров.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
100	10.05.2021	Тренировка	2	Разучивание движений к танцу, постановка танцевальных номеров	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
101	11.05.2021	Тренировка	2	Постановочная и репетиционная работа.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
102	13.05.2021	Тренировка	2	Постановочная и репетиционная работа.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
103	17.05.2021	Тренировка	2	Постановочная и репетиционная работа.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
104	18.05.2021	Тренировка	2	Постановочная и репетиционная работа.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
105	20.05.2021	Тренировка	2	Разучивание движений к танцу, постановка танцевальных номеров	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
106	24.05.2021	Тренировка	2	Разучивание движений к танцу, постановка танцевальных номеров	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
107	25.05.2021	Тренировка	2	Разучивание движений к танцу, постановка танцевальных номеров	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
108	27.05.2021	Тренировка	2	Постановочная и репетиционная работа.	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа
109	31.05.2021	Тренировка	2	Показательные выступления	СЭЛ №21	Наблюдение, практическая работа

2.3. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

При организации и проведении занятий по предмету «Акробатика и Танец» необходимо придерживаться следующих принципов:

- Принципа сознательности и активности, который предусматривает

- воспитание осмысленного овладения техникой танца;
- Заинтересованности и творческого отношения к решению поставленных задач;
 - Принципа наглядности, который предусматривает использование при обучении комплекса средств и приемов: личная демонстрация приемов, видео и фотоматериалы, словесное описание нового приема и т.д.
 - Принципа доступности, который требует, чтобы перед обучающимся ставились посильные задачи. В противном случае у учеников снижается интерес к занятиям. От преподавателя требуется постоянное и тщательное изучение способностей обучающихся, их возможностей в освоении конкретных элементов, оказание помощи в преодолении трудностей;
 - Принцип систематичности, который предусматривает разучивание элементов, регулярное совершенствование техники элементов и освоение новых элементов для расширения активного арсенала приемов, чередование работы и отдыха в процессе обучения с целью сохранения работоспособности и активности обучающихся.

В образовательном процессе используются **словесные методы**: беседа, рассказ, обсуждение по теме.

Наглядные: показ видеоматериала, показ педагога, показ ученика.
Практические: дети приучаются правильно перемещаться по залу. Задания идут в усложняющейся последовательности с чередованием упражнений на выработку тех или иных навыков.

На протяжении всего периода обучения действует **объяснительно-иллюстративный метод** - педагог объясняет и показывает движение. Использование объяснительно-иллюстративного метода - один из наиболее экономных способов передачи, обобщенного и систематизированного объема учебного материала.

Педагог также часто прибегает к **репродуктивному методу**, при котором обучающиеся усваивают знания по неоднократному воспроизведению сообщённых им знаний и показанных способов деятельности. Словом, воспроизведение и повторение способа деятельности по образцу являются главным признаком репродуктивного метода. Оба охарактеризованных метода обогащают детей знаниями, навыками и умениями, формируют у них основные мыслительные операции, но не гарантируют развитие творческих способностей, не позволяют планомерно и целенаправленно их формировать. Эта цель достигается продуктивным методом.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Железняк Ю.Д. Педагогическое физкультурно - спортивное совершенствование. - М.,2002.
2. Гавердовский Ю.К, Лисицкая Т.С, Розин Е.Ю, Смолевский В.М. «Спортивная гимнастика (мужчины и женщины)» «Издательство «Советский спорт», 2005
3. Козлов В.В. Физическое воспитание детей в учреждениях дополнительного образования. Акробатика. - Москва, 2005
Издательство: Феникс, 2005г.
4. Винер И.А., Горбулина Н.М. Цыганкова О.Д. Программа дополнительного образования «Гармоничное развитие детей средствами гимнастики» М.: Просвещение, 2011г
5. Носкова, С.А. Черлидинг как инновационный вид спорта в преподавании физической культуры в высшей школе. / С.А.Носкова. // Теория и практи.ф. к
6. Ким Н.К. Фитнес и аэробика. –М., 2001.
7. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физическая культура. Силовая подготовка детей школьного возраста: Метод. пособие.- М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2002.
8. Лисицкая Т. « Гимнастика и танец» М.1988
9. Н. Средства и методы развития двигательных координаций / Назаренко. Л. Н.М.:
10. Теория и практика физической культуры, 2003. - 259 с.

Для работы также используются итернет - ресусы: Интернет сайт horeograf.COM