

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Дом детского творчества «Измайловский»
Адмиралтейского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
Протокол № 1
от 31.08.2017 года

УТВЕРЖДЕНА
Приказом № 175 от 31.08.2017 года
Директор ГБУ ДО
ДТ «Измайловский»
А.И. Балышева



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
(общеразвивающая)

«Ритмическая гимнастика»

/название программы/

от 4 до 6 лет

/на какой возраст рассчитана программа/

2 года

/срок реализации/

Разработчик: Куляхтина Е.И, педагог дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность: физкультурно-спортивная.

Актуальность. В «век гиподинамии», когда дети проводят большое количество времени сидя за партой, за компьютером или просто у телеэкрана, занятия хореографией и спортом становятся особенно актуальными. Во-первых, танец - это движение, которое развивает физическую силу, выносливость, ловкость, формирует фигуру. Во-вторых - искусство, развивающее художественное воображение, ассоциативную память, творческие способности. Хореография является дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного и психического напряжения, а, следовательно, одним из условий их успешной подготовки к учебной и трудовой деятельности. Танец таит в себе огромное богатство для успешного художественно-нравственного воспитания.

Программа направлена на формирование всесторонне развитой личности, раскрытие потенциальных способностей детей через развитие интереса к акробатическому рок-н-роллу, самовыражению его в танце, а также на сохранение и укрепление физического здоровья детей и подростков. Дети, занимаясь акробатическим рок-н-роллом, получают весьма разностороннее интеллектуальное, художественное и физическое развитие.

Занятия акробатическим рок-н-роллом помогают обучающимся овладеть навыками технической и ритмической основы танца, владению своим телом, пластикой, развивают чувство ритма, обучаются основами акробатики. Им предоставляются широкие возможности для проявления двигательных способностей в специфических танцевально-акробатических композициях. Учащиеся познакомятся с историей танцевальной культуры, научатся управлять собой, проявлять самостоятельность, самоконтроль, взаимодействовать с партнером и в группе, овладеют достаточной физической подготовленностью, а здоровая спортивная конкуренция способствует заинтересованности занимающихся, умению адаптироваться среди сверстников и в окружающем мире.

Трудолюбие, терпение, упорство в достижении результата, уверенность в себе, самостоятельность, открытость, помощь и взаимовыручка, общение друг с другом – ведущие моменты в процессе обучения.

Цель программы: создание условий для развития и формирования личности, способной к самосовершенствованию, познанию и творчеству посредством освоения акробатического рок-н-ролла.

Задачи:

➤ *Обучающие:*

- сформировать элементарную систему знаний в области танцевальной культуры;
- сформировать элементарную систему умений и навыков в области хореографии;
- познакомить с различными видами и базовой техникой рок-н-ролла;
- обучить основам техники исполнения акробатических элементов и гимнастических упражнений;
- познакомить со специальной терминологией;
- сформировать навыки самостоятельной работы в показе элементов танцевальных композиций и физических упражнений;
- научить работать в паре и в коллективе.

➤ *Развивающие:*

- развить двигательные навыки, пластику тела, координацию движений;
- развить чувство ритма, музыкальность;
- развить артистичность, эмоциональную выразительность;
- развить мотивационно-волевые качества: ответственность, дисциплинированность, трудолюбие;
- развить художественно-эстетический вкус.

➤ *Воспитательные:*

- воспитать целеустремленность и творческую активность;

- сформировать навыки культуры общения со сверстниками и взрослыми, навыки работы в коллективе;
- воспитывать настойчивость в достижении поставленных целей;
- сформировать навыки выступления на соревнованиях;
- формировать потребность в здоровом образе жизни.

Условия реализации образовательной программы.

Условия набора в коллектив. На первый год обучения принимаются все желающие, проявляющие интерес к танцевальному искусству и спорту и не имеющие медицинских противопоказаний для занятий хореографией и спортом.

Условия формирования групп. В группы набираются одновозрастные учащиеся. Возможен прием учащихся на 2-ой год обучения, имеющих соответствующую физическую и хореографическую подготовку. Прием осуществляется по результатам просмотра физических и хореографических способностей и собеседования.

Программа рассчитана на обучение детей в возрасте от 4 до 6 лет.

Кадровое обеспечение программы

Данная программа может быть реализована педагогом, имеющим практический опыт проведения спортивных и хореографических занятий, владеющим современными методами обучения, способным организовать детский коллектив, знающим особенности психического, физического и физиологического развития детей 4-6 лет.

Материально-техническое обеспечение программы.

- танцевальный зал;
- фортепиано, музыкальный центр; видеоаппаратура;
- спортивный инвентарь (обручи, скакалки, мячики).

Планируемые результаты, полученные учащимися в результате освоения программы.

Предполагаемыми итогами освоения программы выступает:

➤ *Предметные:*

знать:

- основы танцевального искусства, хореографии;
- специальную терминологию в области хореографии, акробатики, рок-н-ролла;
- различные виды и базовую технику рок-н-ролла;
- основы техники исполнения акробатических элементов и гимнастических упражнений;

уметь исполнять:

- базовые фигуры рок-н-ролла, танцевальные композиции;
- акробатические элементы и гимнастические упражнения;
- танцевальные движения в паре и в коллективе.

➤ *Метапредметные:*

овладение:

- средствами общения и способами взаимодействия со сверстниками и взрослыми;
- умением слушать педагога и доводить начатое дело до конечного результата;
- умением оценивать, как свой результат, так и работу других учащихся;
- умением работать индивидуально и в группе.

➤ *Личностные:*

формирование:

- личностных качеств таких как, ответственность, дисциплинированность, трудолюбие, целеустремленность;
- навыков здорового образа жизни и физической выносливости;
- познавательного интереса и эмоциональной отзывчивости;
- общей и эстетической и танцевальной культуры;
- начального опыт участия в соревнованиях.

Объем, сроки и уровень освоения программы.

Программа имеет общекультурный уровень освоения.

Срок реализации программы - 2 года.

Формы и режим занятий:

Занятия проводятся в групповой форме. Оптимальное количество детей в группе – 7-10 человек. Продолжительность занятия: 1(30) минут.

Режим занятий: 2 раза в неделю:

- 1 год - 2 часа в неделю, 64 часа в год;
- 2 год - 2 часа в неделю, 64 часа в год.

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов / год						Формы контроля/ промежуточной аттестации
		1 год обучения			2 год обучения			
		Всего	Теория	Практика	Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	Беседа, наблюдение, выполнение практических заданий педагога
2	Основы хореографии	9	1	8	0	0	0	Опрос, исполнение танцевальных движений в соответствии с «рисунком» музыкального сопровождения, подвижные игры
3	Общая физическая подготовка	15	1	14	16	2	14	Выполнение упражнений на гибкость, быстроту.
4	Базовые фигуры и комбинации	15	1	14	15	1	14	Выполнение танцевальных движений под музыку
5	Элементы акробатики и художественной гимнастики	8	1	7	8	1	7	Выполнение акробатических элементов, используемых в танцевальных комбинациях
6	Хореография	-	0	0	8	0,5	7,5	Выполнение танцевальных движений под музыку
7	Концертно-постановочная деятельность	14	0,5	13,5	14	0,5	13,5	Выступления на концертах, участие в соревнованиях.
8	Итоговое занятие	2	0	2	2	0	2	-
	Итого:	64	5	59	64	5,5	58,5	

Календарный учебный график.

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	1 октября	31 мая	32	64	2 часа в неделю
2 год	1 октября	31 мая	32	64	2 часа в неделю

Оценочные материалы

Эффективность реализации данной программы зависит не только от содержания и объема учебного материала, формы проведения занятий, но и от системы отслеживания результатов и их своевременной корректировки.

В течение учебного года педагог проводит поэтапную диагностику успешности освоения программы через разнообразные формы контроля и аттестации.

Формы подведения итогов реализации общеобразовательной программы:

- педагогическое наблюдение, беседа, опрос и др.;
- выполнение практических заданий;
- анализ выполнения творческих работ;
- анализ приобретенных навыков общения;
- открытые занятия;
- итоговое занятие в конце каждого года обучения;
- концерты для родителей;
- отчетные концерты;
- участие в конкурсах и соревнованиях и т.д.

Входная диагностика

Проводится в октябре с целью выявления первоначального уровня знаний и умений, возможностей детей и определения их природных физических качеств (сила, ловкость, выносливость, гибкость и т.д.).

Формы:

- беседа;
- педагогическое наблюдение;
- выполнение практических заданий педагога.

Текущий контроль - осуществляется на занятиях в течение всего учебного года для оценки уровня и качества освоения тем/разделов программы и личностных качеств учащихся.

Формы:

- педагогическое наблюдение;
- выполнение практических заданий педагога;
- беседа, опрос.

Промежуточный контроль - оценка уровня и качества освоения учащимися дополнительной общеразвивающей программы по итогам учебного года при переходе на следующий учебный год.

Формы:

- педагогическое наблюдение;
- выполнение практических заданий педагога;
- беседа, опрос;
- соревнования, показательные выступления.

Итоговый контроль - это оценка уровня и качества освоения учащимися дополнительной общеобразовательной программы по завершению обучения.

Формы:

- соревнования;
- показательные выступления;
- отчетный концерт.

Результаты диагностики освоения учащимися общеобразовательной программы фиксируются в диагностических картах.

Диагностическая карта

Название образовательной программы «Ритмическая гимнастика»

Срок реализации ОП 2 года

Год обучения 1

Ф.И.О. педагога – _____

Дата исследования (контроля) «_____» мая 20____ г.

Форма исследования - педагогическое наблюдение, опрос, выполнение практических заданий педагога

Ожидаемые результаты:

Теория		Практика	
А	История возникновения танцевального искусства	Д	Исполнение базовых фигур рок-н-ролла
Б	Терминология в области хореографии, акробатики, рок-н-ролла	Е	Исполнение элементов из классической хореографии
В	Правила и техника исполнения акробатических элементов, упражнений с гимнастическим оборудованием	Ж	Гибкость, быстрота, ловкость при исполнении акробатических элементов, упражнений с гимнастическим оборудованием
Г	Разные виды основных движений и способы их выполнения	З	Музыкальность, артистичность, эмоциональная выразительность

Результаты исследования:

№ п/п	Ф обучающегося	Год рождения	Параметры								Всего баллов	Уровень освоения
			А	Б	В	Г	Д	Е	Ж	З		
1.												
2.												
3.												
4.												
5.												
6.												
7.												
8.												
9.												
10.												
11.												
12.												

Критерии оценки параметров:

- низкий уровень (навык отсутствует);

- ниже среднего (навык скорее отсутствует, чем присутствует);
- средний уровень (навык присутствует, но не стабилен);
- достаточно высокий (навык присутствует, но его применение неуверенно);
- высокий (уверенное применение сформированного навыка).

Определение уровня освоения по общему количеству баллов:

- 8 – 16 баллов - НИЗКИЙ уровень;
- 24 – 34 баллов – СРЕДНИЙ уровень;
- 35 – 40 баллов – ВЫСОКИЙ уровень.

ИТОГО по 8-ми параметрам:

- Низкий уровень - _____ человек – _____ %;
- Средний уровень - _____ человек – _____ %;
- Высокий уровень - _____ человек – _____ %;

Критерии оценки параметров:

- низкий уровень (навык отсутствует);
- ниже среднего (навык скорее отсутствует, чем присутствует);
- средний уровень (навык присутствует, но не стабилен);
- достаточно высокий (навык присутствует, но его применение неуверенно);
- высокий (уверенное применение сформированного навыка).

Определение уровня освоения по общему количеству баллов:

- 8 – 16 баллов - НИЗКИЙ уровень;
- 24 – 34 баллов – СРЕДНИЙ уровень;
- 35 – 40 баллов – ВЫСОКИЙ уровень.

ИТОГО по 8-ми параметрам:

- Низкий уровень - _____ человек – _____ %
- Средний уровень - _____ человек – _____ %
- Высокий уровень - _____ человек – _____ %

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Для успешной реализации программы и достижения положительных результатов педагог применяет в своей работе разнообразные **педагогические технологии (или их элементы)**, основными из которых являются:

- *технология личностно-ориентированного обучения (дифференцированный подход)* помогает в обучении каждого учащегося на уровне его возможностей и способностей, способствует развитию творческих способностей, созидательных качеств личности;
- *здоровьесберегающие* технологии помогают воспитать личность, бережно относящуюся к своему здоровью и соблюдающую принципы здорового образа жизни;
- *игровые* технологии помогают освоению учебного материала, развитию творческого мышления, воображения и фантазии, улучшают общение и взаимодействие в коллективе;
- *информационно-коммуникационные* технологии, позволяющие получать новую информацию и знания через просмотр видеоматериалов, сопровождающийся пояснениями педагога.

В процессе реализации программы используются следующие **методы обучения**:

➤ *Наглядные:*

- демонстрация - показ упражнений, комбинаций педагогов;
- демонстрация и просмотр презентаций и видеоматериалов.

➤ *Словесные:*

- название, объяснение, методические указания по выполнению движений, упражнений, комбинаций;
- беседа, рассказ;
- обмен мнениями.

➤ *Практические:*

- - выполнение упражнений под руководством педагога и самостоятельно;
- - выполнение танцевальных комбинаций;
- - творческие работы (участие в концертной деятельности коллектива).

Основными методами работы педагога с учащимися данного возраста являются показ движений и словесное объяснение. На начальном этапе обучения исключительно большое значение уделяется показу, т.к. он даёт первоначальное представление о движениях в целом. Поэтому показ должен быть предельно точным, конкретным и технически совершенным.

Словесное объяснение комментирует показ, выделяя наиболее важные моменты, а также служит для формирования основных понятий, необходимых на начальном этапе (правила исполнения).

Дидактические средства обучения

- фотографии известных танцевальных деятелей, ансамблей, выступлений коллектива;
 - компьютерные презентации к темам программы;
 - иллюстрации с изображением схем выполнения танцевальных движений;
 - аудиоматериал (фонограммы репертуарных номеров, импровизационных композиций, музыкальных тем для разминки);
 - видеоматериалы: записи выступлений знаменитых танцевальных коллективов, концертных выступлений коллектива, фильмы об истории возникновения танцев;
1. специальная литература для участников образовательного процесса.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагога:

2. Алексеева Л.Н. Двигаться и думать. – М., 2000.
3. АлланФридеричка. Август Бурнонвиль. - М.: Радуга, 1983.
4. Балет. Энциклопедия. - М.: Советская энциклопедия, 1983.
5. Ваганова А.Я. Статьи, воспоминания, материалы. - М.: Искусство, 1958 г.
6. Глушковский А.Н. Воспоминания балетмейстера. - М.: Искусство, 1940.
7. Голев Н.А. Мы танцуем рок-н-ролл. 1998.
8. Голев Н.Б. Танцуем рок-н-ролл: метод. Пособ., Н.Б. Голев.-М.: ВНИЦ и КИПР МК СССР, 1988.
9. Дворкина Н.И. Сопряженное развитие физических качеств и психических процессов у детей: дисс. канд. пед. наук, Н.И. Дворкина. – Краснодар, 2002.
10. Ермоленко Е.К. О физической подготовленности городских детей школьного возраста/ Е.К. Ермоленко, Т.Г. Гричанова// Физическая культура, спорт, здоровье: межвуз. сб. науч. труд. – Владимир, 2001.
11. Ефименко Н.Н. Материалы к оригинальной авторской программе. Театр физического воспитания и здоровья детей дошкольного и школьного возраста/ Н.Н. Ефименко. – М.: Линка – Пресс, 1999.
12. Журавин М.Л. Реализация принципов дидактики при обучении гимнастическим упражнениям/ М.Л. Журавин, Н.К. Меньшиков// Спорт и здоровье: мат. первого межд. науч. конгресса – СПб. 2003.
13. Кадыров Р.М. Оздоровительная физическая тренировка/ Р.М. Кадыров, А.А. Нестеров. В.А. Щёголев. – М.: Воениздат, 1989.
14. Фирилева Ж.Е. Лечебно–профилактический танец «Фитнес-Данс»: учеб. -метод. пособ. для студ.ф-тов физ. культуры и пед. ун-тов и спец-в по физ.культуре в дошк. и шк. учр./ Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина. – СПб. Детство–пресс, 2007.

Для обучающихся:

1. Голев Н.А. Мы танцуем рок-н-ролл. 1998.
2. Кизым П.Н. Акробатический рок-н-ролл. 2002.
3. Кизым П.Н. Акробатический рок-н-ролл: учеб.пособ./П.Н. Кизым, В.Г. Алабин, Ю.К. Макурин, А.Я. Муллагильдина. – Харьков: Основа, 1999.
4. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей/ Г.А. Колодницкий. – М.: Гном – Пресс, 2000.
5. Кулагина И.Е. Видимая музыка// Музыка и время. – М., 2001.
6. Филиппова С.О. На физкультуру вместе с мамой/ С.О. Филиппова// Детство. Альманах. – СПб. 1998.
7. Филиппова С.О. На физкультуру вместе с мамой/ С.О. Филиппова// Детство.
8. Фирелева Ж.Е. «Са-Фи-Дансе». Танцевально–игровая гимнастика для детей: учеб. - метод. пособ. для педагогов дошк. и шк. учр./ Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина. – СПб.: Детство–пресс, 2000.

Интернет – источники

1. Официальный сайт Министерства образования и науки РФ
2. Федеральный портал "Российское образование"
3. Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам"
4. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов
5. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов
6. О школе.ру -Единое школьное информационное пространство
7. Журнал "Вестник образования"
8. Сообщество педагогов, занимающихся дополнительным образованием детей во внеурочное время
9. Бесплатный школьный портал ПроШколу.ру - все школы России. Школьные сообщества
10. www.rrrf.ru
11. http://www.xliby.ru/sport/horeografija_v_sporte_uchebnik_dlja_studentov/p4.php#metkadoc