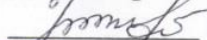


Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
Кадуйского муниципального округа
«Центр детского творчества»

РАССМОТРЕНА
на педагогическом совете
МБУ ДО ЦДТ
Протокол № 3
от 29 августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО ЦДТ

 Блинова Ю.А.

Приказ № 10-Д

от 29 августа 2023г.



Физкультурно — спортивная направленность
Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
Современная гимнастика
«CONTEMPORARY DANCE»
Возраст обучающихся: 6 -12 лет
Срок реализации: 9 месяцев (68 часов)
Уровень обучения - базовый

Составитель:
педагог дополнительного образования
Орлова Ольга Сергеевна

п. Кадуй,
2023 год

Раздел №1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

1.1. Пояснительная записка

Нормативно-правовая база:

1. Федеральный закон РФ от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с последующими изменениями и дополнениями);
2. Национальная доктрина образования в Российской Федерации (на период на 2025 года);
3. Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
4. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), разработанные Министерством образования и науки РФ (письмо от 18.11.2015 г. №09-3242);
5. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден приказом Министерством просвещения РФ от 27.07.2022 г. № 629);
6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении Санитарных правил СП 2.4. 3648 - 20 «Санитарно - эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
7. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 22.09.2021 г. №652-н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
9. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 №996-р;
10. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 №474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
11. Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка», утвержденный протоколом заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 №3;
12. Указ Президента Российской Федерации от 29.05.2017 г. № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства»;
13. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 23.01.2021 г. № 122-р «Об утверждении плана основных мероприятий, проводимых в рамках десятилетия детства, на период до 2027 года»;
14. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. №678-р).

15. Устав МБУ ДО ЦДТ, утвержден приказом Управления образования Администрации Кадуйского муниципального округа Вологодской области №19 от 11.01.2023 г.

Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы Современная гимнастика «Contemporary dance»» (далее - Программа): физкультурно-спортивная.

Актуальность программы состоит в том, что гимнастика является важным элементом культуры современного общества, во многом определяя его развитие и оздоровление. Занятия по программе «Современная гимнастика «Contemporary dance»» помогают детям 6-12 лет реализовать свой творческий потенциал, осознать, и развить свои способности. Программа «Современная гимнастика «Contemporary dance»» включает в себя специально подобранные упражнения, позволяя методически правильно направлять энергию обучающихся в русло красивых сценических форм.

Отличительная особенность программы в том, что в основе обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Современная гимнастика «Contemporary dance»» лежит изучение техник современного танца: dance Mix, contemporary. Осваивать её содержание могут дети с различным уровнем физических возможностей. При построении занятий учитываются индивидуальные особенности детей, уровень их физического развития, свойства нервной системы. При проведении занятий применяются приёмы, направленные на физическое развитие и познавательный интерес. Построение раздела таково, что каждый ребёнок на каждом занятии включён в активную деятельность, которая понятна и интересна ему. Начать обучение можно с любого возраста, предусмотренного программой. Обучение построено по принципу «от простого к сложному», поэтому целесообразно пройти весь этап обучения.

Адресатом программы являются дети 6 - 12 лет (младший школьный возраст), дети с различным уровнем физических возможностей.

Объём программы: общее количество учебных часов на весь период обучения: (9 месяцев - 34 недель) запланировано 68 учебных часа, необходимых для освоения данной Программы.

Форма обучения – очная. Дистанционная форма обучения используется в соответствии с Положением о дистанционной форме обучения в МБУ ДО ЦДТ.

Срок освоения программы – 9 месяцев (34 учебные недели).

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий:

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 учебных часа. Общее количество часов в год для одной группы – 68 ч.

Продолжительность учебного часа составляет от 30 до 40 минут в зависимости от возраста и физиологических особенностей детей.

Организация образовательного процесса построена в соответствии с учебным планом, сформированных в учебные группы из детей как одного, так и разных возрастов в соответствии с программой. При формировании учебных групп не проводится никаких вступительных экзаменов, контрольных процедур. В группе предусмотрено количество детей от 10 до 15 в возрасте от 6 до 12 лет. В процессе реализации программы используются различные формы проведения

занятий: тренировочное занятие, занятие по обобщению и систематизации знаний, занятие - самостоятельная работа, занятие - концертная программа, занятие – игра.

1.2. Цель и задачи дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Современная гимнастика «CONTEMPORARY DANCE»».

Цель программы:

развитие творческого потенциала ребенка посредством современной гимнастики Contemporary dance.

Задачи программы:

Обучающие:

- ознакомить обучающихся с видами современной гимнастики, их характерными особенностями и выразительными средствами, а также правилами исполнения танцевальных элементов;
- ознакомить с терминами и понятиями, техническими требованиями к выполнению движений современного танца;
- изучить основы техники движений современной гимнастики contemporary, dance Mix;
- обучить исполнять движения различными центрами (частями тела) в отдельности.

Развивающие:

- развить мышечную силу, гибкость, выносливость, координационные способности, творческие способности, мышление, воображение, находчивость и познавательную активность;
- развивать умение согласовывать движения с музыкой;
- развивать умение ориентироваться в пространстве;
- развить умение находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки;

Воспитательные:

- воспитать умение работать в коллективе;
- воспитывать чувство ответственности, дисциплины.

1.3. Содержание дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Современная гимнастика «CONTEMPORARY DANCE»».

Учебный план образовательного модуля «*Основы гимнастики contemporary*»

№ п/п	Название разделов, тем	Часы			Форма аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие.	2	1	1	Беседа, наблюдение
2	Разогрев в современном танце с усложнением и добавлением Swing.	4	1	3	Наблюдение
3	Основные элементы и особенности стиля	12	1	11	Наблюдение

	Contemporary				
4	Импровизация. Свободная пластика тела.	4	1	3	Наблюдение
5	Постановка этюдов.	20	1	19	Творческая работа
6	Разминка. Растяжка.	4	1	3	Наблюдение
7	Основные элементы и особенности стиля Dance Mix	8	1	7	Наблюдение
8	Партнеринг	2	-	2	Наблюдение
9	Техника исполнения танцевальных движений Dance Mix	8	1	7	Наблюдение
10	Итоговый контроль	2	1	1	Итоговый контроль, контрольные задания
11	Итоговое занятие	2	-	2	Наблюдение
ИТОГО		68	9	59	

Содержание учебного плана образовательного модуля
«*Основы гимнастики contemporary*»

Тема 1. Водное занятие (2ч.)

Теория: знакомство с программой первого модуля обучения. История развития современной

гимнастики, основные направления. Техника безопасности на занятиях. Правила пожарной безопасности.

Тема 2. Разогрев в современном танце с усложнением и добавлением Swing (4ч.)

Практика: Изучение движений для разогрева всех групп суставов и мышц (плечи, шея, корпус, бедра, стопы). Работа над координацией. Владение различными темпами в комбинационных сочетаниях. Изучение swing - раскачивание любой частью тела.

Тема 3. Основные элементы и особенности стиля Contemporary (12ч.)

Теория: История возникновения направления Contemporary. Основные элементы Contemporary. Техника исполнения основных танцевальных движений. Терминология.

Практика: Просмотр видеоматериалов, посвященных Contemporary. Отработка техники исполнения основных элементов Contemporary. Упражнения в партере. Основные упражнения системы комплексной работы с телом: упражнения стрейч-характера, растяжки, шпагаты, силовые упражнения, качание пресса, партерные перекаты, кувырки вперед – назад, стойки. Отработка release (техники расслабления).

Тема 4. Импровизация. Свободная пластика тела (4ч.)

Теория: Особенности в импровизации.

Практика: Работа над свободой пластики тела.

Тема 5. Постановка этюдов (20ч.)

Практика: постановка этюдов с использованием изученных движений.

Во время занятия ставится танцевальная композиция, которая, как правило, становится своеобразным итогом работы. Соединяются все связки движений:

основные шаги, повороты, перестроения, базовые движения с неоднократным повторением, что способствует формированию механической памяти.

Тема 6. Разминка. Растяжка (4ч.)

Теория: Назначение разминки, последовательность выполнения. Понятия «Ровная спина», «Вытянутая стопа». Изучение истории зарождения стиля dance Mix.

Практика: Упражнения на развитие эластичности стопы: полупальцы, перекаты, приседания. Упражнения на устойчивость, развитие координации (упражнение «Цапля»). Упражнения - наклоны корпуса для развития гибкости, прямой спины. Прыжки по VI позиции ног. Усложнение упражнений, соединение в связки, введение новых упражнений: шаги в стороны, прыжки с «поджатыми» ногами. Изучение и исполнение движений с педагогом и самостоятельно.

Тема 7. Основные элементы и особенности стиля Dance Mix (8ч.)

Теория: Джазовый танец как вид искусства гимнастики. Отличительные черты и характерные признаки африканской музыки. Терминология.

Техника исполнения основных движений.

Практика: Просмотр видеоматериалов. Позиции и основные положения рук и ног в джазовом танце:

– I, II, III, IV, V позиции рук

Положения рук: перевод рук в различные позиции и положения.

Позиции ног: используются все позиции классического танца в трёх вариантах (выворотные, параллельные, закрытые (кроме IV и V)). Существует два положения стопы Point (вытянутая) и Flex (сокращённая). Простые движения головы и других торсоцентров.

Джаз – шаги:

1. Step (шаг)
2. Ball step (шаги с полупальцев)
3. Heel step (шаги с пяток)
4. Ball gfore (шаги с опусканием полупальцев)
5. Heel gfore (шаги с опусканием пяток)

Джаз – бег: с продвижением вперёд и назад.

Простые прыжки:

1. Chasse
2. Галоп
3. Нор (шаг, подскок на одной ноге)
4. Jump (перескок)
5. Jump с поджатыми к груди коленами
6. Лягушка

Основные упражнения системы комплексной работы с телом: упражнения стрейч-характера, растяжки, шпагаты, силовые упражнения, элементы акробатики.

Тема 8. Партнеринг (2ч.)

Практика: общение на языке прикосновений. Вращения, перенос друг друга, используя все поверхности тела для поддержки собственного веса и веса партнёра, и сохраняя мягкость, и бережное отношение друг к другу, прислушиваясь к настрою партнёра. Импровизация, ощущение друг друга в движении, передача и принятие свой вес и вес своего партнёра. Работа с партнёром.

Тема 9. Техника исполнения танцевальных движений Dance Mix (8ч.)

Теория: Законы техники джаз-танца:

- уровни;
- изоляция;
- релаксация.

Практика: акробатические уровни: шпагаты (поперечный и продольный), "мост", стойка на руках, стойка на лопатках ("березка"), колесо, стойки на голове, стойки простой на руках.

Тема 10. Итоговый контроль (2 ч.)

Практика: практическое занятие.

Тема 11. Итоги освоения второго образовательного модуля (2ч.)

Подведение итогов работы по окончанию изучения программы.

1.4. Планируемые результаты.

По окончании освоения содержания программы ожидаются следующие результаты.

Образовательные

- ознакомятся с видами современной гимнастики, их характерными особенностям и выразительными средствами, а также правилам исполнения танцевальных элементов;
- ознакомятся с гимнастической терминологией, понятиями;
- обучатся технике движений современной гимнастики contemporary, dance Mix;
- научатся выполнять базовые принципы современной гимнастики Contemporary, Dance Mix;
- обучатся правилам безопасности при занятии физическими упражнениями.
- научатся импровизировать и выражать себя под музыку.
- научатся ориентироваться в пространстве;
- научатся исполнять движения различными центрами (частями тела) в отдельности;
- научатся работать в группе;

Развивающие:

- разовьётся мышечная сила, гибкость, выносливость, координационные способности, творческие способности, мышление, воображение, находчивость и познавательная активность;
- разовьётся умение согласовывать движения с музыкой;
- разовьётся умение ориентироваться в пространстве;
- разовьётся умение находить свои оригинальные движения для выражения характера музыки;

Воспитательные:

- воспитается взаимопомощь, трудолюбие и толерантность.
- воспитается чувство ответственности, дисциплины.

№2.Комплекс организационно-педагогический условий.

2.1. Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Форма занятия	Тема занятия	Количество часов	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь	Очно	Вводное занятие. История развития современной гимнастики. Инструктаж по ТБ. Физическая подготовка.	2	МБУ ДО ЦДТ	Опрос обучающихся по итогам беседы. Наблюдение.
2	сентябрь	Очно	Разогрев. Основные приемы движений.	2	МБУ ДО ЦДТ	Наблюдение, рекомендации педагога
3	сентябрь	Очно	Разогрев. Основные приемы движений с усложнением и добавлением Swing.	2	МБУ ДО ЦДТ	Наблюдение, рекомендации педагога
4	сентябрь	Очно	Комплекс упражнений гимнастики (растяжки, шпагаты, силовые упражнения).	2	МБУ ДО ЦДТ	Наблюдение, рекомендации педагога
5	октябрь	Очно	Постановка этюда.	2	МБУ ДО ЦДТ	Наблюдение, рекомендации педагога
6	октябрь	Очно	Комплекс упражнений гимнастики (качание пресса, партерные перекаты).	2	МБУ ДО ЦДТ	Наблюдение, рекомендации педагога
7	октябрь	Очно	Импровизация.	2	МБУ ДО ЦДТ	Наблюдение, рекомендации педагога
8	октябрь	Очно	Постановка этюда	2	МБУ ДО ЦДТ	Наблюдение, рекомендации педагога
9	ноябрь	Очно	Постановка этюда.	2	МБУ ДО ЦДТ	Наблюдение, рекомендации педагога
10	ноябрь	Очно	Постановка этюда.	2	МБУ ДО ЦДТ	Наблюдение, рекомендации педагога
11	ноябрь	Очно	Мах в кольцо. Затяжка с правой и левой ноги.	2	МБУ ДО ЦДТ	Наблюдение, рекомендации педагога
12	ноябрь	Очно	Упражнения stretch-характера. Упражнения «ящерица», «змея», элементы акробатики.	2	МБУ ДО ЦДТ	Наблюдение, рекомендации педагога
13	декабрь	Очно	Комплекс упражнений гимнастики (кувырки вперед – назад, стойки).	2	МБУ ДО ЦДТ	Наблюдение, рекомендации педагога
14	декабрь	Очно	Постановка этюда. Отработка этюдного материала.	2	МБУ ДО ЦДТ	Наблюдение, рекомендации педагога
15	декабрь	Очно	Постановка этюда. Отработка этюдного материала.	2	МБУ ДО ЦДТ	Наблюдение, рекомендации педагога
16	декабрь	Очно	Промежуточная аттестация.	2	МБУ ДО ЦДТ	Наблюдение, промежуточная аттестация
17	январь	Очно	История зарождения стиля modern-jazz. Разминка. Упражнение «Цапля».	2	МБУ ДО ЦДТ	Опрос обучающихся по итогам беседы. Наблюдение.

18	январь	Очно	Позиции рук и ног в джазовом танце.	2	МБУ ДО ЦДТ	Наблюдение, рекомендации педагога
19	январь	Очно	Джаз – шаги: Step, Ball step, Heel step.	2	МБУ ДО ЦДТ	Наблюдение, рекомендации педагога
20	февраль	Очно	Растяжка (джазовый шпагат), упражнения стрейч.	2	МБУ ДО ЦДТ	Наблюдение, рекомендации педагога
21	февраль	Очно	Джаз – шаги: Ball grops, Heel grops.	2	МБУ ДО ЦДТ	Наблюдение, рекомендации педагога
22	февраль	Очно	Джаз – бег с продвижением вперёд и назад.	2	МБУ ДО ЦДТ	Наблюдение, рекомендации педагога
23	февраль	Очно	Комплекс упражнений.	2	МБУ ДО ЦДТ	Наблюдение, рекомендации педагога
24	март	Очно	Постановка этюда.	2	МБУ ДО ЦДТ	Наблюдение, рекомендации педагога
25	март	Очно	Постановка этюда.	2	МБУ ДО ЦДТ	Наблюдение, рекомендации педагога
26	март	Очно	Прыжки (Jump, chasse, галоп,).	2	МБУ ДО ЦДТ	Наблюдение, рекомендации педагога
27	апрель	Очно	Постановка этюда.	2	МБУ ДО ЦДТ	Наблюдение, рекомендации педагога
28	апрель	Очно	Прыжки (Jump (перескок), hop, лягушка).	2	МБУ ДО ЦДТ	Наблюдение, рекомендации педагога
29	апрель	Очно	Итоговый контроль.	2	МБУ ДО ЦДТ	Наблюдение
30	апрель	Очно	Партеринг.	2	МБУ ДО ЦДТ	Наблюдение, рекомендации педагога
31	май	Очно	Комплекс упражнений. Шаг-замах в стойку.	2	МБУ ДО ЦДТ	Наблюдение, рекомендации педагога
32	май	Очно	Постановка этюда. Отработка этюдного материала.	2	МБУ ДО ЦДТ	Наблюдение, рекомендации педагога
33	май	Очно	Постановка этюда. Отработка этюдного материала.	2	МБУ ДО ЦДТ	Наблюдение, рекомендации педагога
34	май	Очно	Итоговое занятие.	2	МБУ ДО ЦДТ	Наблюдение, рекомендации педагога

2.2. Условия реализации программы.

Материально – техническое оснащение дополнительной общеобразовательной программы «Современная гимнастика «CONTEMPORARY DANCE»».

Для реализации программы необходимы:

1. Учебный кабинет, который представляет из себя специальный зал с зеркалами, станком.
2. Музыкальный центр, компьютер, USB накопитель.
3. Комплект гимнастических ковриков.
4. Гимнастические маты.
5. Гимнастические мячи.
6. Скакалки.

На занятия дети придерживаются определенной формы:

- купальники (лосины и футболка) одного цвета – выбранного для данной группы и шорты или комбинезон;
- носки белого или черного цвета;
- балетные мягкие тапочки.

2.3. Формы аттестации.

Организация контроля и промежуточной аттестации обучающихся.

Задачи контроля:

- определение фактических знаний теоретического материала;
- применение полученных навыков на практике;
- определение уровня развития таких качеств, как гибкость, подвижность, растяжка, пластика и т.д.
- на основе полученных данных идёт отслеживание результатов двигательного воздействия на ребёнка.

Формы контроля:

- устный опрос;
- фронтальный опрос;
- самостоятельная работа;
- практическая работа;
- контрольные задания;
- наблюдение.

Подведение итогов по завершению изучения дополнительной общеразвивающей программы «Современная гимнастика «CONTEMPORARY»» проводится по графику учреждения, применяются различные формы проведения в соответствии с Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля, успеваемости обучающихся в МБУ ДО ЦДТ.

По завершению изучения программы обучающимся выдаются свидетельства особого образца.

Промежуточная аттестация проводится по завершению первого полугодия, по завершению учебного года, если образовательная программа имеет продолжительность больше одного года. Формы промежуточной аттестации: итоговое занятие, показательное выступление.

Форма оценки результатов промежуточной аттестации: высокий уровень, средний уровень, низкий уровень.

Итоговый контроль по завершению изучения программы проводится в конце учебного года в следующих формах: итоговое занятие, зачетное занятие, показательное выступление. **Форма оценки результатов итогового контроля по завершению изучения программы:** «отлично», «хорошо», «удовлетворительно».

2.4. Оценочные материалы.

- диагностический педагогический мониторинг (приложение 1, 2)

2.5. Методические материалы.

В процессе реализации программных задач деятельность педагога направлена на обучение детей определенным практическим навыкам в области танцевального искусства, новым танцевальным движениям, ориентировке в пространстве, на развитие природных задатков детей и эстетического вкуса.

Занятия на каждом этапе обучения строятся по следующей схеме: подготовительная часть, основная часть, заключительная часть.

При обучении и разучивании гимнастических движений важное место на занятиях отводится тренажу — это определённая система тренировочных упражнений, которые помогают обучающимся легче разучить и усвоить гимнастический репертуар. Построенные по степени усложнения, упражнения подготавливают к более сложным движениям, и физической нагрузке, укрепляют мышцы спины и ног, способствуют координации движений. Каждый элемент гимнастического движения раскладывается на ряд более простых движений. По мере усвоения схемы движения добавляются детали, постепенно доводящие данный элемент до его законченной формы. Педагог показывает и объясняет движения, проделывая их совместно с детьми сначала в медленном темпе, затем — в спокойном темпе, пока они не будут усвоены обучающимися. На последнем занятии повторяются и закрепляются изученные гимнастические движения, постепенно совершенствуя их и сочетая с элементами танца. Параллельно с отработыванием движений ног, рук и корпуса, идет работа над выразительностью мимики лица, выражением глаз, чувствуя и пропуская через себя образ, который дети воплощают в танцевальной композиции. Для изучения или закрепления новых, сложных движений используется приём выполнения упражнений детьми по очереди с последующим анализом результатов педагогом или самими обучающимися (сравнение, выявление удач и ошибок), показ элементов движений педагогом или детьми, усвоившими разучиваемое движение. Все замечания по ходу занятия делаются в спокойной, требовательной, но доброжелательной форме, без намёка на унижение личности ребёнка, с обязательными элементами поощрения и похвалы даже самых незначительных успехов обучающегося.

В курсе обучения гимнастике применяются методы организации учебно-познавательной деятельности:

- *метод сенсорного восприятия* – просмотры видеофильмов по теме, прослушивание аудиозаписей;
- *словесные методы* – рассказ, беседа, сообщение, обсуждение, дискуссия;
- *наглядный метод* – личный пример педагога, так как невозможно объяснить словами движение, не показав его правильного исполнения;
- *практический метод* – самый важный, основан на активной и сознательной деятельности самих обучающихся;
- *метод дифференцированного подхода* - обучение по данной программе проходит в смешанных группах, в которых могут оказаться обучающиеся разного возраста и различного уровня начальной технической подготовки.
- *метод стимулирования деятельности и поведения* – выступление, поощрение, создание ситуации успеха.

Применяются различные педагогические технологии: технология личностно-ориентированного обучения, игровые технологии, информационно-коммуникационные технологии, технологии группового обучения.

Процесс обучения состоит из 3-х основных этапов освоения учебного материала:

1. Ознакомление. Объяснение правил изучаемого упражнения, затем демонстрация правильного исполнения.
2. Тренировка. Процесс самостоятельного осмысления упражнения, затем работа над техникой исполнения.
3. Применение. Использование полученных знаний, умений, навыков.

Освоение содержания дополнительной общеобразовательной программы «Современная гимнастика Contemporary dance» осуществляется в соответствии с учебно-тематическим планом. Занятия проводятся в соответствии с расписанием на учебный год. При подготовке и разработке занятий используется методическая литература. Теоретические сведения о танце даются непосредственно в процессе практических занятий (практическая направленность в реализации содержания программы носит преобладающий характер). Практическая часть зависит от уровня навыков, желания ребёнка (особенно на начальном этапе), сложности отдельных элементов гимнастики. Вся работа, по индивидуализации процесса обучения, строится в тесной взаимосвязи с родителями.

2.6.Кадровое обеспечение программы:

Программа реализуется педагогом, имеющим среднее профессиональное образование, без требований к квалификации, выполняющим качественно и в полном объёме возложенные на него должностные обязанности.

2.7.Воспитательные компоненты

№ п/п	Название мероприятия, события	Форма проведения	Сроки проведения
1	Беседа по охране труда.	Информационный час	Сентябрь, январь
2	«Правила личной гигиены для танцоров».	Беседа	Сентябрь

3	Познавательная программа по профилактике дорожно-транспортного травматизма «Законы дорог уважай»	Познавательная программа	Октябрь
4	«Посвящение в танцоры»	Игровая программа	Октябрь
5	«День учителя»	Праздничная программа	Ноябрь
6	Беседа по антитеррористической безопасности.	Информационный час	Ноябрь
7	Новогодний утренник	Праздничная программа	Декабрь
8	«День 8 Марта»	Концертная программа	Март
9	«Мы – наследники Великой Победы!»	Информационный час	Май
10	«Здравствуй, лето!»	Праздничная программа	Май

Мероприятия по выбору

- Мероприятия по плану МБУ «ДО ЦДТ»,
- Мероприятия по плану МБОУ «КСШ №1»,
- Мероприятия по плану МБОУ «КСШ»,
- Мероприятия МБУ «Кадуийский центр культурного развития»
- Мероприятия по плану Рукавицкого сельского Дома культуры.

2.8.Список литературы.

1. Голик М.А. Стретчинг М. Советский спорт, 1991
2. Горбачева В.М. Творчество плюс мастерство М. 2005
3. Зуев Е.И. Волшебная сила растяжки. М. Советский спорт, 1990
4. Кленова Н.В., Буйлова Л.Н. Журнал дополнительного образования №11, № 1 2005 «Методика определения результатов образовательной деятельности детей»
5. Лисицкая Т.С. Гимнастика и танец М. Просвещение, 1988
6. Макарова Ю. В. Программа студии детской оздоровительной аэробики М, 2001
7. Педагогика: педагогические теории, системы, технологии под ред. С.А. Смирнова, 1992
8. Пеганов Ю. А. Позвоночник гибко-тело молодое. М. Советский спорт, 1991
9. Педагогика: педагогические теории, системы, технологии под ред
10. Смолевский В.М. Нетрадиционные виды гимнастики М. Просвещение, 1992
11. Интернет ресурсы

Показатели и критерии оценки итогового контроля.

Показатели критериев определяются уровнем:

«Отлично» 10-12 баллов;

«Хорошо» 7- 9 баллов;

«Удовлетворительно» 0-6 баллов.

№	Показатели (оцениваемые параметры)	Степень выраженности оцениваемого качества
1.	Соответствие движений музыкальному сопровождению.	3 балла - полное соответствие гимнастических движений музыкальному сопровождению. 2 балла – среднее соответствие гимнастических движений музыкальному сопровождению. 1 балл – несоответствие гимнастических движений музыкальному сопровождению.
2.	Гимнастическая терминология, терминологию техники jazz-modern на практике с базовыми понятиями (фронтальный опрос).	3 балла – обучающийся освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период. 2 балла – объем усвоенных знаний составляет более ½. 1 балл – обучающийся овладел менее, чем ½ объема знаний, предусмотренной программой.
3.	Уровень исполнения гимнастических движений, движения в технике jazz-modern: кувырок, стойка, мостик, колесо, силовых упражнений, упражнений на гибкость (техника исполнения, гибкость, подвижность), базовые принципы мультиплицированного движения в направлении jazz-modern.	3 балла - высокий уровень исполнения гимнастических движений. Присутствие гибкости, техничности, контроля методики исполнения. 2 балла - средний уровень исполнения гимнастических движений. Присутствие подвижности, контроля методики исполнения. 1 балл - низкий уровень исполнения гимнастических движений.
4.	Умение работать в паре, работа с весом партнера и своим весом. Творческая работа импровизации.	3 балла - полное эмоциональное взаимодействие с партнером, синхронное исполнение движений. 2 балла - сдержанное эмоциональное взаимодействие с партнером, синхронное исполнение движений. 1 балл - отсутствие эмоционального взаимодействия с партнером.

Фронтальный опрос

(с вариантом ответа)

1. Гимнастика - это...

система специально подобранных физических упражнений, методических приемов, применяемых для укрепления здоровья, гармонического физического воспитания и совершенствования двигательных способностей человека, его силы, ловкости, быстроты, выносливости и др. +

2. Какое физическое качество развивает гимнастика:

- а) силу +
- б) выносливость
- в) гибкость +

3. Кто осуществляет страховку на уроках гимнастики:

- а) обучающийся
- б) родители
- в) педагог +

4. К направлению свободного танца относятся:

- а) modern, jazz, contemporary dance +
- б) jazz-funk, teak-tonic
- в) hip-hop, break-dance

5. К какому виду гимнастики относятся кувырки, стойка, мостик?

- а) относятся к легкой атлетике
- б) акробатике +
- в) аэробике

6. В какой стране впервые появился джаз:

- а) Япония
- б) Америка +
- в) Россия

7. Джаз – это:

- а) Жанр в европейской музыке, появившийся в середине XX века
- б) Музыка афроамериканцев, поселившихся в Америке
- в) Уникальный сплав европейской и африканской музыки, появившийся на рубеже XIX–XX веков +

8. Импровизация — это:

- а) Создание произведения на ходу, экспромтом +
- б) Исполнение джазовых произведений
- в) Коллективное исполнение произведения

9. С помощью каких двух видов упражнений можно добиться свободы и расслабленности позвоночника?

- А) plie и battment tendu
- Б) drop и swing
- В) переменный шаг

10. Что категорически запрещается делать во время занятия?

- выполнять сложные элементы без страховки педагога;
- танцевать около зеркал с предметами, отрабатывать движения, элементы вблизи от них;
- самостоятельно покидать место проведения занятия;
- садиться и виснуть на балетных станках;
- при выполнении акробатических упражнений нарушать заданный педагогом интервал и дистанцию.