



**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного
образования «Центр внешкольной работы»
Ново-Савиновского района г.Казани**

Рассмотрена на заседании
методического объединения отдела
«28» августа 2025 г., протокол № 1

Принята на заседании методического совета
«29» августа 2025 г., протокол № 1



УТВЕРЖДАЮ
Директор ЦВР
Ново-Савиновского района г.Казани
_____/ Салимова А.И./
введена в действие приказом
№ 116-о от 01 сентября 2025 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Акробатический рок-н-ролл»**

Возраст обучающихся: 8-12 лет
Срок реализации: 3 года
Педагог дополнительного образования
Голова Анастасия Александровна

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Акробатический рок-н-ролл» разработана на основании Образовательной программы «Центра внешкольной работы» Ново-Савиновского района г.Казани в соответствии с:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28
- Уставом МБУДО «Центр внешкольной работы» Ново-Савиновского района г.Казани.

Направленность программы – физкультурно-спортивная

Актуальность программы рассматривается в создании условий для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических возможностей и способностей современных школьников, в целях естественного стимулирования жизнедеятельности детского организма. Недостаток физической активности с каждым годом становится все более серьезной проблемой современного общества. Известно, что гиподинамия провоцирует множество различных заболеваний человека, такие как заболевания сердечно - сосудистой системы, нарушение обмена веществ, заболевания опорно-двигательного аппарата и пр. Для полноценного развития детского организма физическая активность особенно важна. Занятия акробатическим рок-н-роллом - превосходный способ обеспечить должное физическое развитие ребенка. В процессе занятий: у детей укрепляется опорно-двигательный аппарат, развивается физическая сила, гибкость, выносливость, координация движений, развивается чувство ритма и музыкальный слух. Обучающиеся чувствуют свое тело, учатся взаимодействовать с партнером.

Отличительные особенности программы. Прием в объединение осуществляется без специального отбора. Принимаются желающие заниматься спортом, не имеющие медицинских противопоказаний, с учётом норм наполняемости учебной группы.

Привлекательность программы состоит в том, что она направлена на создание условий для развития разносторонней личности ребенка, на развитие чувства ритма и поддержание хорошей физической формы. Пристальное внимание в программе уделяется обеспечению гармоничного развития всех функциональных систем организма ребенка, устранению недостатков физического развития, укреплению здоровья, улучшению эмоционального фона,

приобщению детей к коллективному взаимодействию.

В учебный план занятий по акробатическому рок-н-роллу включены различные виды подготовок:

- общая физическая подготовка;
- хореографическая подготовка;
- акробатическая подготовка;
- базовые элементы акробатического рок-н-ролла («техника ног»)
- специальная физическая подготовка.
- **срок освоения программы – 3 года**
- **режим занятий – 2 раза в неделю по 2 академических часа**
- **объем программы: 432 часа, 144 часа в год**
- **форма обучения – групповая (теория и практика)**

Цель и задачи

Цель программы:

Создание условий для развития личности ребёнка, его физических возможностей, танцевальных способностей, эмоциональной раскрепощённости, морально-волевых качеств через освоение акробатического рок-н-ролла.

Задачи программы:

Обучающие:

- Научить грамотно и выразительно танцевать в стиле рок-н-ролл.
- Сформировать систему знаний, умений, навыков по основам танца «Акробатический рок-н-ролл».
- Сформировать начальные навыки актерского мастерства.
- Сформировать навык публичных выступлений.

Развивающие:

- Способствовать развитию физических данных, ловкости, гибкости у воспитанников.
- Развить координацию движения.
- Способствовать развитию артистических способностей, морально-волевых качеств воспитанников.
- Способствовать эмоциональному раскрепощению учащихся во время исполнения танца.

Воспитательные:

- Воспитать чувство личной ответственности.
- Воспитывать умение работать в коллективе, в команде, в паре.
- Развивать личностные качества воспитанников: коммуникативность, позитивное отношение к творческому сотрудничеству.
- Приобщить ребенка к здоровому образу жизни.

Категория учащихся

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Акробатический рок-н-ролл» разработана для детей от 8 до 12 лет. Программа рассчитана для детей любого роста и телосложения, не имеющих медицинских противопоказаний, имеющие желание заниматься спортом, танцевать и просто активно двигаться.

Срок реализации Программы, общее количество часов. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий

Срок реализации программы

Программа «Основы акробатики» рассчитана на 3 учебных года.

Общее количество часов для каждого года обучения:

1 год – 144 часа (4 часа в неделю)

2 год – 144 часа (4 часа в неделю)

3 год – 144 часа (4 часа в неделю)

Формы организации образовательной деятельности и режим занятий

Наполняемость групп: 15 человек

Формы организации деятельности учащихся на занятиях:

- Групповая
- Индивидуальная

Формы занятий:

- Практическое занятие
- Соревнование
- Открытое занятие
- Праздник
- Концерт
- Репетиция
- Показательные выступления

Методы обучения

На всех этапах обучения педагог пользуется различными ***методами обучения:***

- ***Словесный метод*** - объяснение, рассказ, подсчет, инструктаж.
- ***Наглядный метод*** - демонстрация движения (показ).
- ***Игровой метод*** - Игры, эстафеты, соревнования.
- ***Практический*** - практическая деятельность, постановка танца, практикумы
- ***Метод самостоятельной работы*** – инициатива, передача знаний другим.

- ***Творческие методы*** - задания на развитие фантазии, воображения.

Планируемые результаты освоения программы

К завершению программы обучающиеся должны:

Знать:

- Классические позиции рук и ног.
- Базовые движения хореографии у станка.
- Основные базовые движения в стиле рок-н-ролл.
- Технику выполнения основного хода в медленном и быстром темпе (музыкальный ритм 46 т/мин).

Уметь:

- Исполнять поклон.
- Внимательно слушать педагога, начинать движение по команде преподавателя.

- Ориентироваться в зале во время занятий.
 - Правильно выполнять основной ход рок-н-ролла в медленном и быстром темпе с сочетанием работы рук (музыкальный ритм 46 т/мин).
 - Самостоятельно выполнять кувырок вперед, кувырок назад, стойку на лопатках, стойку на голове, стойку на руках, колесо.
 - Правильно выполнять смены в паре, в медленном и быстром темпе (музыкальный ритм 46 т/мин).
 - Правильно вести себя на занятиях акробатическим рок-н-роллом.
- Приобретут опыт работы в коллективе, будут проявлять интерес к участию в показательных выступлениях и концертах.

Педагогическая диагностика:

- Педагогическое наблюдение
- Беседа

Основными критериями оценки результатов освоения программы являются:

- знание базовых движений;
- умение четко, последовательно и правильно выполнять танцевальные комбинации;
- понимание объяснений педагога и желание следовать им;
- умение запоминать новые танцевальные движения;
- знание базовых смен и движений;
- понимать условные названия движений;
- умение выполнять индивидуальную, самостоятельную работу;
- умение работать в коллективе, общаться при создании коллективных танцев.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы

Основными критериями успешной реализации программы являются:

- стабильность состава занимающихся и посещаемость занятий;
- результаты при участии в соревнованиях;
- динамика индивидуальных показателей развития физических качеств;

Формы контроля и оценочные материалы

- Соревнования внутри коллектива по танцевальным и акробатическим комбинациям;
- открытые занятия для родителей;
- отчетные и учебные концерты;
- показательные выступления на традиционных народных праздниках;
- соревнования (внутри объединения, районные, городские)

Виды контроля

Для проверки освоения программы педагог на каждом занятии осуществляет **текущий контроль** методом педагогического наблюдения.

Промежуточный контроль осуществляется после прохождения основных разделов программы.

Итоговый контроль проводится во время проведения открытого занятия, участие детей в выступлениях различного уровня.

Форма и содержание итоговой аттестации

Итоговая аттестация учащихся по программе в соответствии с учебным планом ЦВР проводится в форме сдачи контрольных нормативов.