

Программа ОФП Акробатический рок-н-ролл имеет физкультурно-спортивную направленность, интегрирует в себя различные способы двигательной активности и обладает весомой зрелищной составляющей, повышает интерес к олимпийским видам спорта, способствует профессиональной ориентации на современные и перспективные профессии в сфере физической культуры и спорта.

Адресат

Программа реализуется для учащихся 7-10 лет,

- без требований к полу учащихся
- без специальной подготовки
- с отсутствием медицинских противопоказаний для занятий акробатическим рок-н-роллом

Одним из приоритетных направлений нашего государства и современного образования становится укрепление здоровья нации: состояние полного физического, психологического и социального благополучия.

Акробатический рок-н-ролл – это спортивный танец, сочетающий в себе танцевальные движения под ритмичную музыку с хореографическими и акробатическими элементами. Данный синтез раскрывает широкие возможности для реализации определенных двигательных навыков в специфических танцевально-акробатических композициях. Все танцевальные движения в сочетании с акробатическими элементами исполняются в высоком темпе, без пауз и статических поз и имеют индивидуальный ритмический характер, определяемый особенностями музыки «рок-н-ролл».

Актуальность: программа соответствует государственной политике в области дополнительного образования, социальному заказу общества и ориентирована на удовлетворение образовательных потребностей детей и родителей (законных представителей) в сфере физической культуры и спорта.

ОФП Акробатический рок-н-ролл-далее в программе (АРР). АРР способствует в большей степени, чем многие другие виды спорта, не только физическому, но и культурному, духовному развитию молодого человека. Он формирует вокруг себя особую атмосферу общения, увлеченности не просто видом спорта и присущими ему двигательными навыками, а собственной индивидуальной культурой, выходящей далеко за рамки спорта.

Такая эксклюзивность АРР обуславливается синтезом его корней – музыки, танца и акробатики. Обучающиеся на занятиях АРР изначально погружаются в мир духовности, творчества и искусства, а наличие спортивной составляющей укрепляет их физическое здоровье, психическое состояние, привносит в занятия дух состязательности.

Отличительные особенности

Программа направлена на укрепление здоровья учащихся, является подготовительной, учащиеся знакомятся с элементами акробатического рок-н-ролла.

В нашей школе планируется увлечь учащихся занятиями по АРР, пропагандировать данный вид спорта, который скоро будет олимпийским видом. Наша задача заинтересовать учащихся, подготовить достойную смену спортивного поколения.

Уровень освоения: программа имеет общекультурный уровень освоения.

Объем и сроки освоения

Программа реализуется в объеме - 144 ч.

Цель создание условий для формирования всестороннего развития личности, приобщения к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, элементами акробатического рок-н-ролла.

Задачи

Обучающие:

- обучить учащихся жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- приобщать их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни, содействовать гармоничному физическому развитию;
- способствовать овладению танцевальными движениями и элементами акробатики;
- обучить навыкам танцевального мастерства, элементам акробатики и хореографии;
- сформировать музыкально-танцевальные навыки;
- сформировать систему знаний, умений, навыков по основам акробатического рок-н-ролла.

Развивающие:

- развивать специальные знания, необходимые для успешной деятельности в данном виде спорта;
- развивать общие параметры выносливости, ловкости, координации, гибкости, силы и силовой выносливости;
- развивать артистические способности;
- развивать уверенность в себе, своих силах.

Воспитательные:

- воспитать волевые, морально-эстетические и этические качества;
- воспитать чувство ответственности и товарищества;
- приобщить к здоровому образу жизни, к регулярным занятиям спортом.

Планируемые результаты

В результате изучения программы обучающимися должны быть достигнуты определённые результаты.

Личностные - отражают индивидуальные личностные качества обучающихся, которые они должны приобрести в процессе освоения программного материала. Это:

- навыки формирования собственной культуры здорового образа жизни;
- овладение навыками сотрудничества со сверстниками;
- овладение навыками самостоятельной работы;
- оказание помощи товарищам;

- дисциплинированность, внимательность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

Метапредметные - характеризуют уровень сформированности универсальных учебных действий обучающихся, которые проявляются в познавательной и практической деятельности. Это:

- умение работать с партнёром и в команде: находить компромиссы и общие решения, разрешать конфликты на основе согласования различных позиций;
- умение самостоятельно выбирать тактику и реализовывать ее в соревнованиях;
- умение формулировать и аргументировать свое мнение, отстаивать его;
- проговаривать последовательность действий на занятии;
- умение не только самостоятельно выполнять действия, но и обучать упражнениям товарищей.

Предметные – характеризуют умение и опыт обучающихся, которые приобретаются и закрепляются в процессе освоения учебного предмета. Это понимание сущности танца, значение техники и тактики;

- знание технической «базы»;
- знание терминов употребляемых в акробатическом рок-н-ролле и их значение;
- знание основных правил акробатического рок-н-ролла;
- знания особенностей исполнения акробатического рок-н-ролла.

Организационно-педагогические условия

Условия набора: зачисление в объединение производится на добровольной основе, при наличии справки от врача. В группу принимаются все желающие.

В процессе обучения проводится отбор в группу обучения по программе «Акробатический рок-н-ролл» для дальнейшей подготовки в солисты, пары, команды формейшен для участия в соревнованиях.

Формы занятий: занятия проводятся в групповой форме с элементами индивидуальной работы.

Язык реализации

Образовательная деятельность осуществляется на русском языке.

Форма обучения

Программа реализуется в очной форме обучения

Особенности реализации: модульный принцип представления содержания дополнительной общеразвивающей программы и построения учебных планов.

Особенности организации образовательного процесса

Для детей с особыми образовательными потребностями (одаренные, дети-инофоны, дети-мигранты и др.) программа может быть реализована через:

- разработку индивидуального образовательного маршрута;
- разработку индивидуальной программы развития.

Специфику акробатического рок-н-ролла определяют следующие характеристики:

- действия каждого партнера, выполняемые в различных соединениях в том числе и темпе 45-52 тактов в минуту (темп движений связан со стилем «рок-н-ролл»);
- выполнение акробатических элементов на жестком покрытии, что представляет собой определённый травматический риск и предполагает соответствующие средства для защиты и страховки;
- строгие требования к возрасту и квалификации;
- проведение соревнований в двух основных видах: выполнение упражнений на время в паре и групп (когда упражнения одновременно выполняют от 4 до 8 пар, или 10-12 девочек/девушек).

Условия набора

В группу принимаются все желающие. Учащиеся, пришедшие из других образовательных учреждений и желающие заниматься по этой программе, должны пройти квалификационное испытание или предоставить документ о прохождении, на основе которого педагог принимает решение о зачислении.

Условия формирования групп

Группы формируются разновозрастные по возрастным диапазонам (7-10 лет)

В течение учебного года при наличии вакантных мест допускается зачисление учащихся в группу по результатам собеседования или при наличии подтверждающего документа о квалификационном испытании.

Количество обучающихся в группе

Количество обучающихся в группах по программе с учетом вида деятельности, санитарных норм и норм наполняемости: не менее 15 человек.

Максимальное количество обучающихся в группах - 15 человек.

Форма организации учебного процесса

Форма организации учебного процесса при реализации программы – учебное занятие.

Формы организации занятий

Занятия по программе проводятся преимущественно всем составом группы, при необходимости (при подготовке выступления) могут проводиться по малым группам, индивидуально.

Формы проведения занятий

Формами проведения учебных занятий по программе являются тренировки, открытые занятия.

Формы организации деятельности учащихся на занятии

Программой предусмотрены следующие формы организации деятельности учащихся на занятии:

- фронтальная (показ, объяснение),
- групповая (выступления, тренировки),
- в малых группах (работа над номером и т.п.),
- индивидуальная (для работы с одаренными детьми, солистами, для коррекции пробелов в знаниях и отработки отдельных навыков и т.п.).

Материально-техническое оснащение

Материально-техническое оснащение программы включает в себя:

- спортивный зал школы с раздевалкой для детей;
- оборудованный звуковым проигрывателем;
- подборкой музыки по каждой теме курса;
- ноутбуком для просмотра видеоматериалов;
- скакалки, коврики, скамейки, маты.

Единая спортивная форма для учащихся