

Муниципальное автономное учреждение культуры
«Муниципальный театр балета «Щелкунчик» города Екатеринбурга»
Структурное подразделение
«Детская хореографическая школа»

ПРИНЯТО:

Педагогическим советом
МАУК МТБ «Щелкунчик»
(протокол заседания

от 28.08.2015 № 1)

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАУК МТБ «Щелкунчик»



Е.В. Давыдова

2015г

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Хореографическое искусство»

Гимнастика

рабочая программа

Возраст обучающихся 9-12 лет

Срок реализации – 2 года

Авторы - составители:

Дмитриева Юлия Вадимовна,
педагог дополнительного
образования

Куркина Ольга Сергеевна,
педагог дополнительного
образования

Чупракова Александра Юрьевна,
заведующая труппой

Екатеринбург, 2015

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	3
2. Учебно-тематический план	5
3. Содержание учебного предмета	7
4. Результаты освоения учебного предмета	26
5. Формы и методы контроля, система оценок	27
6. Методическое обеспечение учебного процесса.....	27
7. Список рекомендуемой учебно-методической литературы	30

1. Пояснительная записка

1. Характеристика учебного предмета, его место и роль в образовательном процессе.

Полноценная подготовка учащихся предполагает высокую степень гибкости тела и умение управлять своими движениями.

Для развития данных качеств в программу обучения вводится учебный предмет «Гимнастика», задача которого состоит в том, чтобы с помощью специальных упражнений подготовить учеников к успешному освоению движений классического танца.

Основное достоинство гимнастики, как средства физического воспитания учащихся, заключается в том, что она располагает большим разнообразием физических упражнений и методов, при помощи которых можно оказывать положительное воздействие на организм ребенка, способствовать развитию двигательного аппарата и формировать необходимые двигательные навыки.

Учитывая физиологические особенности организма человека, занятия балетной гимнастикой необходимо начинать с раннего возраста, когда костно-мышечный аппарат ребенка уже достаточно окреп для физических нагрузок, но еще гибкий и восприимчивый для развития необходимых навыков и умений в области хореографии.

За время обучения организм ребенка привыкает к физическим упражнениям, развивается и закрепляется гибкость, координация, точность движений тела.

Важным элементом занятий является наличие музыкального сопровождения. Это создает особую атмосферу в классе, воспитывая музыкальность и выразительность исполнения сложных упражнений. Такое исполнение уводит от сухого исполнительства и помогает большей свободе при выполнении движений.

2. Срок реализации учебного предмета

Срок реализации данной программы составляет 2 года. Возраст обучающихся – 9-12 лет.

3. Форма проведения учебных аудиторных занятий:
групповая (от 10 до 20 человек), рекомендуемая продолжительность занятий – 2 академических часа по 40 минут с перерывом 10 минут.

4. Цели и задачи учебного предмета

Цель учебного предмета – развить природные физические данные учащихся, сформировать у них основные двигательные качества и навыки, необходимые для дальнейшего занятия хореографическим искусством.

Задачи:

- Обучение комплексу упражнений, способствующих развитию и укреплению опорно-двигательного аппарата;
- Воспитание силы воли, дисциплинированности, настойчивости;
- Обучение комплексу упражнений, способствующих повышению гибкости и подвижности суставов;
- Обучение комплексу упражнений, способствующих улучшению эластичности мышц и связок;
- Обучение комплексу упражнений, развивающих силу мышц.

Учебный предмет «Гимнастика» неразрывно связан со всеми предметами дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Хореографическое искусство».

5. Методы обучения

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

- методы организации учебной деятельности (словесный, наглядный, практический);
- метод стимулирования и мотивации (формирование интереса ребенка);
- метод активного обучения (формирование творческих способностей ребенка);
- репродуктивный метод (неоднократное воспроизведение полученных знаний, умений, навыков);
- эвристический метод (нахождение оптимальных вариантов исполнения).

6. Описание материально-технических условий реализации учебного предмета

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

Учебный класс для групповых занятий по учебному предмету «Гимнастика» оборудован балетными станками, зеркалами, музыкальным инструментом.