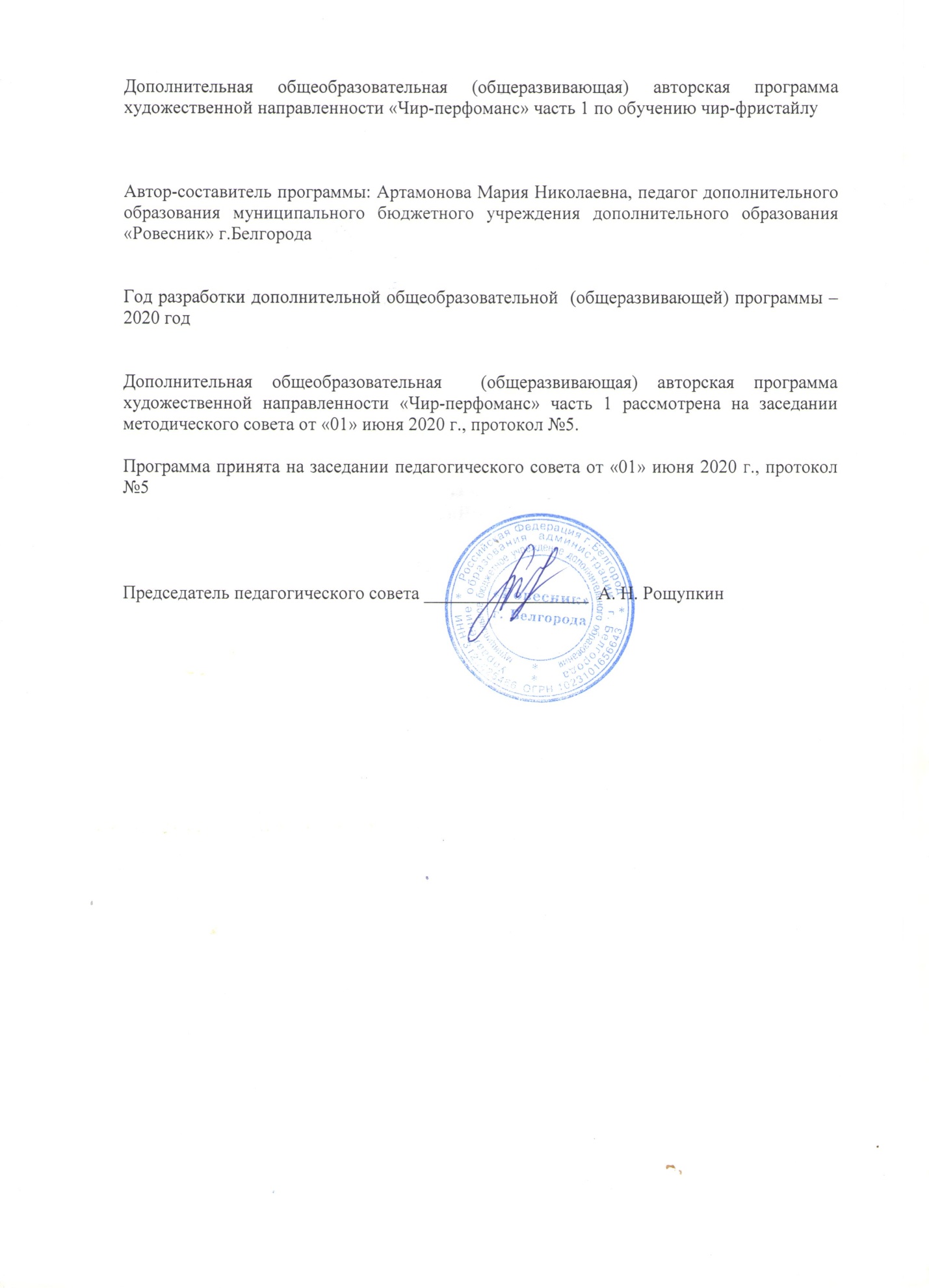
****

**Пояснительная записка**

Хореографическое искусство играет огромную роль в развитии человечества, оно появилось очень давно, даже в наскальных рисунках, созданных несколько тысячелетий тому назад, встречаются изображения пляшущих людей. «Танец возник тогда, когда искусство, выраженное в движении и жесте, подчинилось ритму и музыке». Танцы первобытных людей сменили сценические танцы древних греков и римлян, затем «хороводы», «бранли», появились первые балетные спектакли. Изменялось общество – изменялось и танцевальное искусство. XX и XXI века принесли собой новую, более сложную технику, новые специальности, и новое отношение к хореографическому искусству. Танец стал больше, чем красивое зрелищное представление. На данном этапе развития танец раскрывает духовно-нравственный потенциал человека, его способность ценить красоту, совершенство мира природы и гармонично взаимодействовать с ним. «В танце есть элемент и легенды и жизни, Танец есть мост, перекинутый из нашей обыденной жизни к воздушным замкам свободного творчества. И, именно, потому, что в танце есть нечто от искусства, и нечто от жизни, в нём должна раскрываться та таинственная связь, которая связывает творчество жизни со свободным творчеством...».

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) авторская программа «Чир-перфоманс»» часть 1 **художественной направленности, по тематическому циклу** по обучению чир-фристайлу. Программа представляет собой базовый уровень сложности.

**Новизна** данной общеобразовательной общеразвивающий программы состоит в том, что она охватывает различные стили танцев (хип-хоп, модерн, джаз, акробатика и гимнастика.) и нацелена на развитие у учащихся физических качеств, благодаря использованию на занятиях спортивного инвентаря.

**Актуальность** программы заключается в том, в настоящее время наше общество столкнулось с проблемой «телефонной зависимости», что приводит к гиподинамии, особенно ярко это проявляется среди школьников, что отрицательно сказывается на их здоровье. Занятия Чир-перфоманс помогают учащимся снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе, развить выразительность, научиться двигаться в соответствии с музыкальными образами, что необходимо для сценического выступления, а также воспитать в себе выносливость. Скорректировать осанку, координацию, постановку корпуса, что необходимо не только для занятия чир-перфоманса, но и для здоровья в целом.

Данная дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа **педагогически целесообразна**, т.к. занятия, основанные на принципе доступности, направлены на комплексное развитие творческих способностей учащихся; благодаря использованию в работе тренировочной формам проведения занятия учащиеся всесторонне развиваются, а также добиваются высоких результатов на соревнованиях. Благодаря применяемым методам контроля (викторины, танцевальные показы) отслеживается успеваемость учащихся по пройденным темам и разделам программы.

**Цель программы:** создание условий для достижения у учащихся максимально возможного уровня технико-тактической, физической и психологической подготовленности и требования достижения максимально высоких результатов соревновательной деятельности.

**Задачи:**

**Обучающие:**

 обучить навыкам чир-перфоманса;

 познакомить с различными стилями чир-перфоманса;

 сформировать понятия музыкальный ритм, физические качества.

**Воспитательные:**

 воспитать нравственные ценности;

 воспитать внутреннюю раскрепощенность;

 воспитать интерес к чир-перфомансу;

 воспитание дисциплинированности, культуры общения, взаимопонимания и поддержки в коллективе по средствам танцевального сообщества.

**Развивающие:**

 раскрыть и развить танцевальные способности (гибкость, пластику, растяжку, артистические и физические качества при исполнении танца на сцене);

 развить чувство ритма;

 развить воображение и фантазию;

 расширить художественный кругозор и способствовать формированию эстетического вкуса.

**Отличительной особенностью** данной программы от уже существующих является то, что чир-перфоманссложнокоординационный вид танца, сочетающий элементы гимнастики, акробатики и танца. По характерному признаку чир-перфоманс – художественный вид танца, т.е. вид изначально нацеленный на создание зрелищности и пластической выразительности.

**Возраст учащихся**. Программа разработана для учащихся 12-15 лет.

Способы определения результативности – сдача контрольных нормативов. Виды контроля общей и специальной физической, спортивно-технической и тактической подготовки, комплекс контрольных испытаний и контрольно-переводных нормативов по годам и этапам подготовки.

**Срок реализации программы:**

Программа является краткосрочнойи рассчитана на 102 академических часа.

**Режим занятий:**занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 академических часа.

**Форма проведения занятий:** форма обучения - очная.

Форма организации работы с учащимися – групповые занятия.

**Ожидаемые результаты:**

По окончанию обучения учащиеся должны знать: позиции рук в чир-пом-фристайл, ног, правильные положения головы и корпуса, на середине зала; знать очередность выполнения разминочных упражнений; основы поведения на сцене.

**Способы определения** результативности реализации программы проводятся в виде промежуточной аттестации в декабре (Приложение №1).

По окончанию обучения у учащегося должны быть сформированы следующие **компетенции:**

***Учебно-познавательная компетенция (УПК)*:** умение синтезировать знания, приобретаемые в рамках школьной программы со знаниями, полученными в объединении и применять их на практике (УПК 1); умение планирования, анализа, рефлексии, самооценки своей деятельности (УПК 3); умение работать с инструкциями, схемами, технологическими картами (УПК 4).

***Коммуникативная компетенция (КК)*:**  умение организовать совместную групповую деятельность при выполнении практико-ориентированного задания и нести личную ответственность (КК 1); умение разрешать конфликтные ситуации, эффективно взаимодействовать с незнакомыми людьми, налаживать социальные связи (КК 2); умение распределять роли в коллективе (КК 3); умение общаться, слушать и вести диалог (КК 4).

***Информационная компетенция (ИК)*:** умение самостоятельно искать, систематизировать, использовать информацию (ИК 1); умение критически относиться к содержанию получаемой информации, умение ее переосмысливать, анализировать (ИК 3); владение современными информационно-коммуникационными технологиями (поисковые системы, различные браузеры, презентации) (ИК 4).

***Общекультурная компетенция (ОК)*:** умение организовать свою деятельность, проявляют интерес к общественной жизни города (ОК 1); знание и уважение традиций и культур своего народа, обычаев разных национальностей (ОК 2); умение воплощать новые образы или изготовлять новые объекты (модели) (ОК 3);

***Социально-трудовая компетенция (СТК):***умение самостоятельно (под руководством педагога) выполнять работу, для достижения определённого результата (СТК 1); умение организовать социально-полезную деятельность в объединении (праздники внутри объединения, презентации), вне объединения (социальные опросы, акции)(СТК 2); умение соблюдать дисциплину и правила безопасности (СТК 3); умение владеть этикой трудовых взаимоотношений (СТК 4).

***Ценностно-смысловая компетенция (ЦСК)*:** усваивают и интереоризируют духовно-нравственные ценности (свобода, добро, семья, любовь, труд, саморазвитие, толерантность, альтруизм, сострадание) (ЦСК 1); умение отстаивать собственную точку зрения в выступлениях и публикациях, проявляя при этом толерантность (ЦСК 2);

***Компетенция личностного самосовершенствования (КЛС)*:** умение ставить перед собой цели, планировать и прогнозировать свою деятельность (КЛС 1); стремление к самостоятельности в принятии решений, в выборе профессии и сферы самореализации (КЛС 2); владение навыками самообразования, стремление повышать свой общекультурный уровень) (КЛС 3).

**Формы подведения итоговреализации дополнительной общеобразовательной программы**:

* Устный опрос, мастер-класс;
* Показ, анализ выполненных комбинаций;
* Сдача элементов (по разделам);
* Открытое занятие; отчетный концерт;
* Соревнования, конкурсы-фестивали (муниципальные, региональные, всероссийские, международные).

**Календарный учебный график**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Срок обучения** | **Начало**  **обучения** | **Окончание**  **обучения** | **Количество**  **учебных недель** | **Количество учебных дней** | **Количество учебных часов** | **Режим занятий** | **Промежуточная аттестация** | **Календарно-тематическое планирование, расписание занятий** |
| 4 месяца | 1 сентября | Декабрь | 17 | 51 | 102 | 3 раза в неделю по 2 акад.часа | Декабрь | Согласно Локальному акту МБУДО «Ровесник» календарно-тематическое планирование разрабатывается и утверждаются ежегодно.  Занятия в д/о проводятся согласно расписанию, утвержденному директором учреждения |

**Учебный план**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Разделы программы** | **Количество часов** | **Формы аттестации/контроля** |
|  | Введение в образовательную программу. Техника безопасности на занятии. | 2 | устный опрос |
|  | Теория чир-спорта | 2 | устный опрос |
|  | Дисциплина чир-пом-фристайл. | 24 | показ, анализ выполненных комбинаций |
| 4. | Вариативные положения рук чир-пом-фристайл. | 14 | показ, анализ выполненных комбинаций |
| 5. | Вращения чир-перфомас Джазовый пируэт 1 уровень. | 10 | показ пройденных комбинаций |
| 6. | Основы чир-прыжки 1 уровень. | 10 | показ, анализ выполненных комбинаций |
| 7. | Липы чир-прыжков 1 уровень. | 20 | танцевальный показ |
| 8. | Данс-прыжки 1 уровень. | 12 | танцевальный показ |
| 9. | Основные правила выполнения пируэтов 2 уровень. | 8 | зачет |
|  | Итого часов | 102 |  |

**Содержание учебного плана**

*Раздел 1.*Введение в программу. Техника безопасности на занятии.

*Теория:* Введение учащихся в программу. Постановка цели и задач на учебный год. Инструктаж по технике безопасности во время занятия.

*Практика:*Правила поведения на занятиях.

*Раздел 2.*Теория чир-спорта

*Теория:* Знакомство учащихся с новым направлением чир-спорт. Беседы овыдающихся балетмейстерах нашего времени.

*Практика:* Просмотр отрывков из танцевальных номеров чемпионов спортивных коллективов Росси и Мира.

*Раздел 3.* Дисциплина чир-пом-фристайл.

*Теория:*Знакомство учащихся с основными разминочными упражнениями. Изучение методики исполнения.

*Практика:*Изучение движений по кругу с продвижением вперед. Движения по диагонали: ходьба, прыжки из стороны в сторону, прыжки, крест на крест. Упражнения на середине зала. Прыжковые комбинации: со сгибанием коленей, на месте, с вытянутыми коленями. Подскоки в продвижении по диагонали.

*Раздел 4.*Вариативные положения рук чир-пом-фристайл.

*Теория:* Знакомство учащихся с чир-пом-фристайл. Изучение методики исполнения.

*Практика:*Изучение положений рук и корпуса.

*Раздел 5.*Вращения чир-перфомас Джазовый пируэт 1 уровень.

*Теория:* Знакомство учащихся с основными элементами джаза. Изучение понятий при работе у станка, методики исполнения.

*Практика:*Изучение позиций рук и ног, постановка корпуса, головы. Plie у станка, battementtendu, releve. Упражнения на формирование равновесия, умение распределять центр тяжести корпуса равномерно на одну или две ноги.

*Раздел 6.*Основы чир-прыжки 1 уровень.

*Практика:* Под предоставленную педагогом музыку учащиеся применяют полученные умения и навыки, слушать музыку и двигаться,создают свой собственный  танец. Промежуточная аттестация учащихся.

*Раздел 7.* Липы чир-прыжков 1 уровень.

*Теория:*Повторный инструктаж по технике безопасности. Методика исполнения танцевальных элементов.

*Практика:*Знакомство с учащихся с танцевальным номером. Прослушивание музыки. Разучивание движений танцев.

*Раздел 8.*Данс-прыжки 1 уровень.

*Практика:* Диагностика усвоения программного материала, викторина.

*Раздел 9.*Основные правила выполнения пируэтов 2 уровень.

*Практика:*Методика исполнения танцевальных пируэтов.

**Календарно-тематический план**

**на 2020 – 2021 учебный год**

**с 01.09.2020 по 31.12.2020**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Календарные**  **сроки** | | **Тема учебного занятия** | | **Тип и форма**  **занятия** | | | **Кол-во часов** | **Содержание деятельности** | | **Воспитательная работа** | **Дидактические материалы,**  **техническое обеспечение** | **Индекс компетенций** |
| **Предполагаемые** | **Фактические** | **Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности** | **Практическая часть занятия /форма организации деятельности** |  |
| **Раздел 1. Введение в образовательную программу. Техника безопасности на занятии. 2 часа** | | | | | | | | | | | | |  |
|  | 3 гр.  3.09 |  | 1.1 Введение в образовательную программу. Техника безопасности на занятии. | | | Занятие сообщения и изучения новых знаний.  Занятие-знакомство. | | 2 | Знакомство с общеобразовательной программой. Инструктаж по технике безопасности во время урока. Тестирование. |  | формирование доброжелательного отношения друг к другу | Инструкция ТБ, | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
| 4 гр.  2.09 |
| 5 гр. |
| **Раздел 2.Теория чир-спорта. 2 часа** | | | | | | | | | | | | |  |
|  | 3 гр.  5.09 |  | | 2.1 Теория чирспорта | | | Занятие сообщения новых знаний.  Занятие - дискуссия. | 2 | Знакомство учащихся с новыми веяниями в чир спорте. Беседы о выдающихся спортсменов нашего времени. |  | формирование доброжелательного отношения друг к другу | ПК | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
| 4 гр.  4.09 |
| 5 гр.  4.09 |
| **Раздел 3. Дисциплина чир-пом-фристайл. 24 часа** | | | | | | | | | | | | |  |
|  | 3 гр.  6.09  4 гр.  5.09 |  | 3.11. Основные положения рук | | | Занятие формирования умений и навыков.  Занятие - тренировка. | | 2 | Знакомство учащихся с основными положениями рук. Изучение методики исполнения. | Приветствие  Поклон.  Изучение рук в фристайле чир-пом. Растяжка шпагаты. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и к избранному виду спорта в свободное время | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
| 5 гр.  6.09 |
|  | 3 гр.  10.09 |  | 3.1.2. Движение рук в дисциплине в чир-пом- фристайл техника выполнения | | | Занятие формирования умений и навыков.  Занятие - тренировка | | 2 |  | Приветствие. Поклон.  Изучение движений: рук, головы, корпуса и ног. Растяжка флажок с резиной. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и к избранному виду спорта в свободное время | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
| 4 гр.  9.09 |
| 5 гр.  10.09 |
|  | 3 гр.  12.09 |  | 3.1.3. Положение кистей рук | | | Занятие формирования умений и навыков.  Занятие - тренировка | | 2 |  | Приветствие Поклон.  Изучение движений: Рук: положение «Клинок», положение «Кулак», «Большой круг», «Малый круг». Растяжка флажок вперед с резиной. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и к избранному виду спорта в свободное время | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
| 4 гр.  11.09 |
| 5 гр.  11.09 |
|  | 3 гр.  13.09 |  | 3.2.1. Положение открытой кисти | | | Занятие формирования умений и навыков.  Занятие - тренировка | | 2 |  | Приветствие Поклон.  Изучение движений: «Джаз» рука.  Реливе , батманы.  Растяжка часики. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и к избранному виду спорта в свободное время | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
| 4 гр.  12.09 |
| 5 гр.  13.09 |
|  | 3 гр.  17.09 |  | 3.2.2. Симметричные базовые положения рук | | | Занятие формирования умений и навыков.  Занятие - тренировка | | 2 |  | Приветствие Поклон.  Изучение движений: «Чистая позиция», «Бедра», «Клэсп», «Клэп». Ходьба, прыжки.  Растяжка  лягушка. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
| 4 гр.  16.09 |
| 5 гр.  17.09 |
|  | 3 гр.  19.09 |  | 3.2.3. Базовые положения рук | | | Занятие формирования умений и навыков.  Занятие - тренировка | | 2 |  | Приветствие Поклон.  Изучение движений рук: «Лоу Ви», «Хай Ви» «Ти-позиция», «Руки за головой»  По диагонали: ходьба и прыжки из стороны в сторону Растяжка у стенки.. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
| 4 гр.  18.09 |
| 5 гр.  18.09 |
|  | 3 гр.  20.09 |  | 3.3.1 Симметрия положения рук | | | Занятие формирования умений и навыков.  Занятие - тренировка | | 2 | Знакомство учащихся с основными положениями рук. Изучение методики исполнения. | Приветствие  Поклон.  Изучение движений рук на середине зала: «Тачдаун» , «Нижний тачдаун», «Кинжалы», «Подсвечники»  «заноска» , «спичаг» в веревочку. Растяжка у стенки. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
| 4 гр.  19.09 |
| 5 гр.  20.09 |
|  | 3 гр.  24.09 |  | 3.3.2 Положение рук  «Рамка»  «Ведра»  «Мускулы»  «Чирио» | | | Занятие формирования умений и навыков.  Занятие - тренировка | | 2 |  | Приветствие Поклон.  Изучение упражнений:  прыжковые комбинации: веревочка в воздухе Растяжка мост, подъемы. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
| 4 гр.  23.09 |
| 5 гр.  24.09 |
|  | 3 гр.  26.09 |  | 3.3.3 Положение рук фристайл «Карате»  «Дабл чек»  «Лоу икс»  «Хай икс»  «Джинн» | | | Занятие формирования умений и навыков.  Занятие - тренировка | | 2 |  | Приветствие Поклон.  Изучение упражнений: гранд жете в повороте.  Растяжка на провисе. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и к избранному виду спорта в свободное время | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
| 4 гр.  25.09 |
| 5 гр.  25.09 |
|  | 3 гр.  27.09 |  | 3.4.1 Комбинированные положения рук | | | Занятие формирования умений и навыков.  Занятие - тренировка | | 2 |  | Приветствие Поклон.  Изучение упражнений рук: « Правая Эл», «Левая Эл», «Правая диагональ», «Левая диагональ».  Методика выполения. Батманы.  Растяжка. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
| 4 гр.  26.09 |
| 5 гр.  27.09 |
|  | 3 гр.  1.10 |  | 3.4.2 Комбинация рук «Правая кей»  «Левая кей»  «Панч ап»  «Лук и стрела»  «Углы» | | | Занятие формирования умений и навыков.  Занятие - тренировка | | 2 |  | Приветствие Поклон.  Изучение упражнений: Изучение упражнений на отрицание шпагаты на все стороны. Методика выполения. Батманы. Растяжка. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
| 4 гр.  30.09 |
| 5 гр.  1.10 |
|  | 3 гр.  3.10 |  | 3.4.3 Комбинация рук «Ножницы»  «Правая лоу эл»  «Чекман»  «Хайчекман»  «Лоучекман»  «Правая эс»  «Левая эс» | | | Занятие формирования умений и навыков.  Занятие - тренировка | | 2 |  | Приветствие Поклон.  Изучение упражнений: Изучение упражнений рук и на отрицание шпагаты на все стороны. Методика выполения. Батманы. Растяжка. Просмотр, анализ выполненных заданий. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
| 4 гр.  2.10 |
| 5 гр.  2.10 |
| **Раздел 4. Вариативные положения рук чир-пом-фристайл. 14 часов** | | | | | | | | | | | | |  |
|  | 3 гр.  4.10 |  | 4.1.1. «Сломанное ТИ»  «Сломанное хайви»  «Сломанное лоуви»  «Сломанная дагональ» | | | Занятие формирования умений и навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | 2 | Знакомство учащихся с новыми элементами положения рук. Изучение методики исполнения. | Приветствие Поклон.  Изучение упражнений: Положение рук. Вращательные движения стопой. Чувствование напряжений мышц ног, в чередовании с полным расслаблением мышц. Мостик, березка, восьмерка,скрутки,кораблик, кольцо. Растяжка в минус с резиной. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и к избранному виду спорта в свободное время | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК2  ИК4  ОК1  ОК2  СТК1  СТК2  СТК3  СТК4  ЦСК1  КЛС1 |
| 4 гр.  3.10 |
| 5 гр.  4.10 |
|  | 3 гр.  8.10 |  | 4.1.2. «Дэггер икс»  «Кросс бакетс»  «Мидлклэсп»  «Хайклэсп»  «Лоуклэсп» | | | Занятие формирования умений и навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | 2 |  | Приветствие Поклон.  Изучение упражнений: Положение рук. Вращательные движения стопой. Чувствование напряжений мышц ног, в чередовании с полным расслаблением мышц. Мостик, березка, восьмерка,скрутки,кораблик, кольцо. Растяжка в минус с резиной. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и к избранному виду спорта в свободное время | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  ИК4  ОК1  ОК2  СТК1  СТК2  СТК3  СТК4  ЦСК1  КЛС1 |
| 4 гр.  7.10 |
| 5 гр.  8.10 |
|  | 3 гр.  10.10 |  | 4.1.3. «Лэфтклэсп»  «Райт клэсп» | | | Занятие формирования умений и навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | 2 |  | Приветствие Поклон.  Изучение: Положение рук. Выворачивание паховых связок («лягушка» на спине; сидя; на животе). исполнения «шпагатов» — прямых и боковых.. Складка сидя и стоя. Растяжка шпагаты с резиной. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и к избранному виду спорта в свободное время | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК1  КК3  КК4  ИК2  ИК4  ОК1  ОК2  СТК2  СТК3  СТК4 |
| 4 гр.  9.10 |
| 5 гр.  9.10 |
|  | 3 гр.  11.10 |  | 4.2.1 Правильное положение рук вид сбоку и сзади | | | Занятие формирования умений и навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | 2 | Знакомство учащихся с положение рук. Изучение методики исполнения. | Приветствие Поклон.  Изучение: Положение рук.  Выворачивание паховых связок . Правильности исполнения «шпагатов» — прямых и боковых.. Складка стоя. Растяжка шпагаты у станка. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и к избранному виду спорта в свободное время | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  КК3  КК4  ИК2  СТК1  СТК2  СТК3 |
| 4 гр.  10.10 |
| 5 гр.  11.10 |
|  | 3 гр.  15.10 |  | 4.2.2 Изучение положения рук | | | Занятие формирования умений и навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | 2 |  | Приветствие Поклон.  Изучение: Положение рук.  Выворачивание паховых связок . Правильности исполнения «шпагатов» — прямых и боковых.. Складка стоя. Растяжка шпагаты у станка. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и к избранному виду искусства в свободное время | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  КК3  КК4  ИК2  СТК2  СТК3 |
| 4 гр.  14.10 |
| 5 гр.  15.10 |
|  | 3 гр.  17.10 |  | 4.2. 3 Положение рук с помпонами | | | Занятие формирования умений и навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | 2 |  | Приветствие Поклон.  Изучение: Положение рук.  Выворачивание паховых связок . Правильности исполнения «шпагатов» — прямых и боковых.. Складка стоя. Растяжка шпагаты у станка. | Воспитание дружбы и взаимопомощи в танцевальном коллективе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  ОК2  СТК1  СТК2  СТК3  КЛС1 |
| 4 гр.  16.10 |
| 5 гр.  16.10 |
|  | 3 гр.  18.10 |  | 4.3. Положение рук с помпонами | | | Занятие формирования умений и навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | 2 | Знакомство учащихся с помпонами. Изучение методики исполнения | Приветствие Поклон.  Изучение: Положение рук помпонами. Растяжение связок спины посредством упражнений: «лодочка», «мостик». Показ пройденных комбинаций. | выработка привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и к избранному виду спорта в свободное время | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  КК3  КК4  ОК1  ОК2  СТК1  СТК2 |
| 4 гр.  17.10 |
| 5 гр.  18.10 |
| **Раздел 5. Вращения чир-перфомас Джазовый пируэт 1 уровень. 10 часов** | | | | | | | | | | | | |  |
|  | 3 гр.  22.10 |  | 5.1 Дабл пируэт | | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | 2 |  | Приветствие  Поклон.  Изучение: вращений на середине зала. Техника исполнения. Растяжка бабочка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК3  СТК1  СТК3 |
| 4 гр.  21.10 |
| 5 гр.  22.10 |
|  | 3 гр.  24.10 |  | 5.2 Ан деор пируэт. | | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | 2 |  | Приветствие  Поклон.  Изучение: вращений по диагонали зала. Техника исполнения. Растяжка единичка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  КК1  КК4  ИК2  ОК1  СТК1 |
| 4 гр.  23.10 |
| 5 гр.  23.10 |
|  | 3 гр.  25.10 |  | 5.3 Тур пике | | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | 2 |  | Приветствие  Поклон.  Изучение: вращений с затяжкой в сторону. Техника исполнения. Растяжка единичка и минус. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК4  КК3  КК4  ИК2  ОК1 |
| 4 гр.  24.10 |
| 5 гр.  25.10 |
|  | 3 гр.  29.10 |  | 5.4.1. Вращение кудепье | | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | 2 |  | Приветствие  Поклон.  Изучение: вращения. Техника исполнения. Растяжка | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  ОК2  СТК1  СТК2 |
| 4 гр.  28.10 |
| 5 гр.  29.10 |
|  | 3 гр.  31.10 |  | 5.4.2 Вращение «пистолетик» | | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | 2 |  | Приветствие  Поклон.  Изучение: вращения пистолетик. Техника исполнения. Растяжка единичка у стены.  Творческая работа. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  КК3  КК4  ЦСК1 |
| 4 гр.  30.10 |
| 5 гр.  30.10 |
| **Раздел 6. Основы чир-прыжки 1 уровень. 10 часов** | | | | | | | | | | | | |  |
|  | 3 гр.  1.11 |  | 6.1. «Карандаш»  «Ти-джамп» | | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | 2 |  | Приветствие  Поклон.  Изучение: партер, техника исполнения прыжков.Растяжка шпагаты. | формирование доброжелательного отношения друг к другу | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК2  СТК4  ЦСК1  КЛС1 |
| 4 гр.  31.10 |
| 5 гр.  1.11 |
|  | 3 гр.  5.11 |  | 6.2. «Банана-слип» | | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Занятие - тренировка. | | 2 | Изучение основных элементов чир прыжков. Изучение методики исполнения. | Приветствие  Поклон.  Изучение прыжков на середине зала.  Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК1  КК3  ИК4  СТК4  ЦСК1 |
| 4 гр.  6.11 |
| 5 гр.  5.11 |
|  | 3 гр.  7.11 |  | 6.3. «Так-джамп» | | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | 2 | Изучение основных элементов чир прыжков. Изучение методики исполнения. | . Приветствие  Поклон.  Изучение прыжка. Растяжка с затяжкой в сторону. | формирование доброжелательного отношения друг к другу | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  КК1  КК3  ИК4  ОК1 |
| 4 гр.  7.11 |
| 5 гр.  6.11 |
|  | 3 гр.  8.11 |  | 6.4. «Стредл» | | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | 2 |  | Приветствие  Поклон.  Изучение чир прыжка.Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  КК3 |
| 4 гр.  11.11 |
| 5 гр.  8.11 |
|  | 3 гр.  12.11 |  | 6.5. «Абстрак»  «Си-джам» | | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | 2 |  | Открытое занятие. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК1  КК3  ОК1  СТК2  СТК3 |
| 4 гр.  13.11 |
| 5 гр.  12.11 |
| **Раздел 7. Липы чир-прыжков 1 уровень. 20 часов** | | | | | | | | | | | | |  |
|  | 3 гр.  14.11 |  | 7.1. 1. Изучение прыжков: «стэг-лип» | | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | 2 | Знакомство учащихся с основными элементами прыжка. Изучение методики исполнения. | Приветствие  Поклон.  Изучение прыжка. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
| 4 гр.  14.11 |
| 5 гр.  13.11 |
|  | 3 гр.  15.11 |  | 7.1.2. Изучение прыжка «стэг-лип» | | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | 2 |  | Приветствие  Поклон.  Изучение прыжков: с двух ног Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
| 4 гр.  18.11 |
| 5 гр.  15.11 |
|  | 3 гр.  19.11 |  | 7.1.3. Изучение прыжка «дабл-стэг» | | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | 2 |  | Приветствие  Поклон.  Изучение прыжков: с двух ног. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  ЦСК1 |
| 4 гр.  20.11 |
| 5 гр.  19.11 |
|  | 3 гр.  21.11 |  | 7.2. Изучения «дабл-стэг» | | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | 2 |  | Приветствие  Поклон.  Изучение прыжков.фляк+ рондат и маховое вперед.  Методика выполнения элемента. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  КК4  ИК2  ИК4  ОК1 |
| 4 гр.  21.11 |
| 5 гр.  20.11 |
|  | 3 гр.  22.11 |  | 7.3.1 «Прямой-лип» | | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | 2 | Знакомство учащихся с основными элементами прыжков. Изучение методики исполнения. | Приветствие  Поклон.  Изучение основных элементов прыжков. Заноски и спичаг  Растяжка. | Воспитание дружбы и взаимопомощи в танцевальном коллективе | Пособия по хореографии, флешка, диски, муз.центр | УПК1  УПК4  КК1  КК3  ИК2  ОК1  ОК2  СТК1  СТК2 |
| 4 гр.  25.11 |
| 5 гр.  22.11 |
|  | 3 гр.  26.11 |  | 7.3.2 Изучение прыжка «прямой-лип» | | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | 2 |  | Приветствие  Поклон.  Изучение прыжка. Заноски и спичаг  Растяжка | Воспитание дружбы и взаимопомощи в танцевальном коллективе | Пособия по хореографии, флешка, диски, муз.центр | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  КК3  КК4  СТК3  СТК4  ЦСК1  КЛС1 |
| 4 гр.  27.11 |
| 5 гр.  26.11 |
|  | 3 гр.  28.11 |  | 7.3.3. Изучение гранд жете вперед,  Девлопе | | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | 2 |  | Приветствие  Поклон.  Изучение прыжков. Заноски и спичаг.  Растяжка. | Воспитание дружбы и взаимопомощи в танцевальном коллективе | Пособия по хореографии, флешка, диски, муз.центр | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  КК3  КК4  ИК2  ИК4  ОК1 |
| 4 гр.  28.11 |
| 5 гр.  27.11 |
|  | 3 гр.  29.11 |  | 7.4.1. Боковой лип | | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | 2 |  | Приветствие  Поклон.  Вращательные движения по диагонали. Растяжка | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  КК1  КК3  СТК2  СТК3 |
| 4 гр.  2.12 |
| 5 гр.  29.11 |
|  | 3 гр.  3.12 |  | 7.4.2 Лип сюрприз на 180 градусов | | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | 2 |  | Приветствие  Поклон.  Прыжки. Растяжка | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК3  ОК2 |
| 4 гр.  4.12 |
| 5 гр.  3.12 |
|  | 3 гр.  5.12 |  | 7.4.3 Реверс-лип | | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка. | | 2 |  | Просмотр, анализ выполненных заданий | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК1  КК3  КК4  ИК2 |
| 4 гр.  5.12 |
| 5 гр.  4.12 |
| **Раздел 8. Данс-прыжки 1 уровень. 12 часов** | | | | | | | | | | | | |  |
|  | 3 гр.  6.12 |  | 8.1.1. Изучение прыжков с двух ног на две: Соте, Сквотджамп, Субресо, Стилтджамп, Файрберд | | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | 2 |  | Приветствие Поклон.  Изучение прыжков. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  УПК3  УПК4  КК1  КК3 |
| 4 гр.  9.12 |
| 5 гр.  6.12 |
|  | 3 гр.  10.12 |  | 8.1.2. Изучение прыжков с двух ног на две: Соте, Сквотджамп, Субресо, Стилтджамп, Файрберд | | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | 2 |  | Приветствие Поклон.  Изучение прыжков. Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  ЦСК1 |
| 4 гр.  11.12 |
| 5 гр.  10.12 |
|  | 3 гр.  12.12 |  | 8.1.3. Проучивание прыжков с двух ног на две: Соте, Сквотджамп, Субресо, Стилтджамп, Файрберд | | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | 2 |  | Приветствие Поклон.  Изучение прыжков. Растяжка. | Воспитание дружбы и взаимопомощи в танцевальном коллективе | Пособия по хореографии, флешка, диски, муз.центр | УПК1  КК3  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
| 4 гр.  12.12 |
| 5 гр.  11.12 |
|  | 3 гр.  13.12 |  | 8.2. Изучение прыжков с одной на другую: Падеша, Содебаск, Флайсквиррел (летающая белка) | | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | 2 |  | Приветствие Поклон.  Проучиваниеданс прыжков.  Растяжка. | Воспитание дружбы и взаимопомощи в танцевальном коллективе | Пособия по хореографии, флешка, диски, муз.центр | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК3  ЦСК1 |
| 4 гр.  16.12 |
| 5 гр.  13.12 |
|  | 3 гр.  17.12 |  | 8.3.1 Изучение прыжков с одной на одну: Пассе хоп, Дабл пассе хоп, Пассе джамп, Опенджамп, Тилтджамп | | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | 2 | Знакомство учащихся с основными элементами данс танца. Изучение методики исполнения. | Приветствие Поклон.  Изучение: прыжки: джамп( на двух ногах), хоп (чередование ног), лип (с одной ноги на другую). Растяжка. | Воспитание дружбы и взаимопомощи в танцевальном коллективе | Пособия по хореографии, флешка, диски, муз.центр | УПК1  КК3  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
| 4 гр.  18.12 |
| 5 гр.  17.12 |
|  | 3 гр.  19.12 |  | 8.3.2 Прыжки с двух на одну: Сисон, Ассамбле.  С одной на две: Хоп скоч | | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | 2 |  | Приветствие Поклон.  Изучение: прыжки: джамп( на двух ногах), хоп (чередование ног), лип (с одной ноги на другую). Растяжка. Устный опрос. | Воспитание дружбы и взаимопомощи в танцевальном коллективе | Пособия по хореографии, флешка, диски, муз.центр | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
| 4 гр.  19.12 |
| 5 гр.  18.12 |
| **Раздел 9. Основные правила выполнения пируэтов 2 уровень. 8 часов** | | | | | | | | | | | | |  |
|  | 3 гр.  20.12 |  | 9.1. 1.  Изучения Дабл пируэт джазовый | | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | 2 | Знакомство с данным направлением.  Методику исполнения движений. | Приветствие Поклон.  Изучать пируэт.  Растяжка | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски, мат | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
| 4 гр.  23.12 |
| 5 гр.  20.12 |
|  | 3 гр.  24.12 |  | 9.1.2.  Изучения класс. Пируэт сход в диагональ | | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | 2 |  | Приветствие Поклон.  Изучение пируэта.  Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски  мат | УПК1  КК3  КК4  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
| 4 гр.  25.12 |
| 5 гр.  24.12 |
|  | 3 гр.  26.12 |  | 9.2.1.  Изучения Аттитюд, Арабеск | | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | 2 | Знакомство с данным пируэтом. Методику исполнения движений. | Приветствие Поклон.  Разучивание.  Растяжка. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски мат | УПК1  КК3  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3  ЦСК1 |
| 4 гр.  26.12 |
| 5 гр.  25.12 |
|  | 3 гр.  27.12 |  | 9.2.2  Изучения Лег холд вперед и в сторону,  Иллюжн(верталет) ан дедан, андеор. | | | Занятие применения знаний, умений, навыков.  Форма: Занятие - тренировка | | 2 |  | Приветствие Поклон.  Изучение пируэтов.  Растяжка. Устный опрос. | Дисциплинированность, требовательность к себе | Музыкальный  центр, диски мат | УПК1  КК4  ИК3  ОК2  СТК1  СТК3 |
| **Итого: 102** | | | | | | | | | | | | | |

**Методическое обеспечение программы**

В работе по программе предусматривается применение следующих форм проведения занятий: занятие – знакомство, дискуссии, беседы, тренировки, занятия - игра, репетиции, отчетные концерты.

Использование методов и приёмов организации образовательного процесса: 1. Методы стимулирования учебной деятельности – стимулирует возникновение положительных эмоций по отношению к творческой работе, к содержанию учебных занятий, к формам осуществления учебной задачи. Используется приём удивления, игровые моменты, создание мотивационных ситуаций успеха. Игра развивает познавательный интерес и активизирует творческую деятельность учащихся. Использование всех методов мотивации (эмоциональных, познавательных, социальных)

2. Коллективная деятельность- вызывает интерес к творческому процессу у учащихся. Коллективная деятельность имеет огромное значение в художественном воспитании учащихся, является средством активизации развития их творческого потенциала, формирования и совершенствования навыков совместной работы, развития потребности в общении и интереса.

Приемы работы: ролевые игры, творческие конкурсы и задания на импровизацию, здоровьесберегающие аспекты.

Педагогические технологии:

1. формирование положительной мотивации к образовательному процессу;
2. интенсификация коммуникативной среды;
3. развитие личности, которая стремиться к учебной деятельности, последующему продолжению обучения, осознанному профессиональному выбору;
4. охрана здоровья учащихся;
5. дифференцированное обучение (ориентируется на мотивацию познавательной активности);
6. игровые технологии (игра, как эффективное средство обучения и воспитания учащихся, по средствам которого они получают навыки общения, обобщают и систематизируют новые знания).

**Условия реализации программы:**

Оборудование необходимое для занятий чир-перфоманс:

- зеркала

- музыкальный центр

- гимнастический мат

- коврик для балетной гимнастики

- скакалки

- черная тренировочная форма

- блоки

- гимнастическая резинка

- утяжелители

- наколенники

-балансировочный диск

-координационная лестница

-татами

**Список использованной литературы**

1. Александрова Н.А., Голубева В.А. Танец моденр: Пособие для начинающих. 2 изд., стер. – СПб.: Издательство «Лань»; Издательство «Планета музыки», 2011. – 128с.
2. Александрова Н.А., Макарова Н.В. Джаз-танец. Пособие для начинающих: Учебное пособие. – СПб.: Издательство «Лань»; Издательство «Планета музыки», 2012. – 192с.
3. Ваганова А.Я. Основы классического танца. Издание 6. Серия «Учебники для вузов. Специальная литература» - СПб.: Издательство «Лань», 2000. – 192с.
4. Ерохина О.В. Школа танцев для детей/Серия «Мир вашего ребенка». – Ростов н/Д: Феникс, 2003. – 224с.
5. Зарипов Р.С., Валяева Е.Р. Драматургия и композиция танца: Учебно-справочное пособие. – СПб.: Издательство «Лань»; Издательство «Планета музыки», 2015. – 768с.
6. Концепция модернизации дополнительного образования учащихся Российской Федерации до 2020 года Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. N 1726-р.
7. Костровицкая В.С. Классический танец. Слитные движения рук. Руки: Учебное пособие. - СПб.: – Издательство «Лань»; «Издательство планета музыки», 2009. – 128с.
8. Составитель Александрова Н.А. Балет. Танец. Хореография: Краткий словарь танцевальных терминов и понятий. 2 изд., - СПб.: Издательство «Лань»; Издательство «Планета музыки», 2011. – 624с.
9. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ Российской Федерации «Об образовании»

Приложение №1

**Промежуточная аттестация 1-е полугодие.**

**Танцевальный показ по разделам:**

Основы чир-прыжки 1 уровень.

Акробатика

Элементы джазовых пируэтов

**Критерии оценки:**

Высокий уровень – 5 баллов, выполнение всех изученных связок.

Средний уровень – 4 балла, 1-2 ошибки допускаются в акробатике.

Низкий уровень – 2-3 балла, не выполнения джазовых пируэтов и акробатику.