

Управление образования администрации МР «Сосногорск»

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Дом детского творчества» г. Сосногорска

РЕКОМЕНДОВАНА
Методическим советом
Протокол № 1
от « 28 » августа 2020 г.

УТВЕРЖДЕНА
Приказом № 176
от « 01 » сентября 2020 г.
Директор Е.Ю. Борисова

ПРИНЯТА
педагогическим советом
Протокол № 1
от « 31 » августа 2020 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«МАЖОРЕТ-ШОУ»
(студия ритмического марша)**

Возраст обучающихся: **13-16 лет**
Уровень освоения: **стартовый**
Срок реализации: **1 год**

Составитель:
Краева Лариса Ильинична,
педагог дополнительного образования

г. Сосногорск
2020 г.

КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мажорет-шоу» - **физкультурно-спортивной направленности**. Программа разработана в соответствии с основными нормативно-регламентирующими документами:

- Законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012г. N 273-ФЗ.
- «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (утверждён приказом Министерства просвещения России от 09.11.2018 г. № 196).
- «Концепцией развития дополнительного образования детей».
- «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ» (Письмо Минобрнауки России от 18 ноября 2015 года № 09-3242).
- СанПин 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей", утвержденный постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года N 41.
- Уставом МБУДО «ДДТ» г. Сосногорска.
- Положением о разработке, структуре и утверждении дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ МБУДО «ДДТ» г. Сосногорска.

За основу данной программы взята дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Весёлые мажоретки» Бурняшевой Риммы Сергеевны педагога дополнительного образования ГБОУ «СОШ № 291» Красносельского района Санкт-Петербурга.

Актуальность.

В настоящее время со стороны родителей и детей, а также различных социальных организаций растет спрос на образовательные услуги в области хореографии. Очень часто дети начинают заниматься хореографией уже в дошкольном возрасте, так как родители справедливо считают, что ребенок, который умеет танцевать, развивается быстрее и гармоничнее своих сверстников.

Любое культурно-массовое мероприятие не обходится без участия хореографических коллективов. И красочные, яркие дефиле и танцевальные номера с участием мажореток уместны в любом мероприятии любого формата (развлекательном, познавательном, патриотическом).

Учитывая желание детей и востребованность дополнительных образовательных услуг художественного направления, была создана дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мажорет-шоу».

Слово «мажор» известно с давних пор и означает бодрый, радостный настрой (само течение пришло из Европы), а вот термин «мажоретки» прижился в русском

языке сравнительно недавно.

Данный жанр искусства – это синтез музыки, эстрады, хореографии и театра. Он требует для своего воплощения не только наличия определенных способностей, но и конкретных знаний и практических навыков: умения двигаться в любом интерьере, в том числе в условиях городских улиц. В арсенале мажореток могут быть различные предметы, которыми они должны пользоваться в процессе выступления: барабаны, флаги, помпоны, батоны. Мастерство владения предметами – главная составляющая успеха, а выход на публику – верхняя ступень мастерства, требующего самосовершенствования, результат серьезной подготовки.

Новизна.

Новизна и отличительные особенности программы «Мажорет-шоу» заключаются в том, что она объединяет, интегрирует в единое целое сразу несколько направлений искусства мажореток, таких как:

- **парадные мажоретки** - так называют девушек-барабанщиц, слаженно дефилирующих под отбивающий ритм тамбурмажор. В стилизованных гусарских костюмах и белых сапожках они создают обворожительный антураж, когда звучат бравурные марши. Освоение программного материала невозможно без освоения игры на барабанах. Барабаны особо привлекательны для детей и подростков своей спецификой, назначением. Музыкальная грамота, знакомство с основами музыкального искусства – неременное условие музыкального воспитания и обучения. Основное внимание на занятиях уделяется практическому исполнению учебно-тренировочного материала, импровизации, чтению нот с листа, ансамблевой игре;
- **искусство дефиле** - это имидж, вкус, хороший тон, который поможет обучающимся в любой жизненной ситуации быть на высоте. Основы дефиле необходимы каждой современной девочке, девушке не только как умение правильно и красиво ходить на каблуках, но и в умение преподнести себя в обществе. Манеры, жесты, позирование требуют раскрепощенности в движениях с одновременно чутким контролем над ощущениями своего тела;
- **твирлинг** - это новое направление в обучении мажореток в нашей республике. В целом, по России, в этом оригинальном жанре пока работают всего 13 коллективов. Твирлинг (от слова «twirler» - вращать) – мастерство мажореток, работающих со специальными палочками («baton») и флагами. В процессе обучения девочки осваивают технику владения этими предметами в сочетании с хореографией, оттачивают элементы и повышают уровень мастерства;
- **чир-данс шоу** – (танцы с помпонами) – новое направление, в котором объединены хореография, аэробика и гимнастика. Это настоящее шоу, сочетающее в себе пластику и отточенность движений, синхронность и выразительность. Благодаря зрелищности и эмоциональности это направление становится все более популярным. Особый эффект выступлениям придают яркие костюмы и сверкающие помпоны.
- **церемониальная культура, или торжественный церемониал** – является важной составной частью различных мероприятий. И вопреки общественному мнению, девушки, которые выносят награды, должны многому научиться и точно знать все тонкости и особенности работы на подобных мероприятиях.

Кроме того, здесь важны такие качества, как мобильность, сообразительность и способность ориентироваться на различных площадках. Необходимость обучения правилам поведения на различных церемониях обусловлена потребностью участия обучающихся в торжественных мероприятиях (открытия-закрытия, встреча гостей - участников соревнований, церемонии награждения и пр.). Таким образом, один и тот же состав обучающихся может быть полезен при выполнении сразу нескольких задач на одном мероприятии.

Отличительные особенности.

Обучение технике владения телом и предметами, а также эмоциональной выразительности исполнения, умению точно передавать стиль и манеру танцев различных направлений, формирует качества и навыки, которые не могут быть развиты за счет обучения только одному из направлений. Таким образом, отличительная особенность данной программы заключается в:

- обогащении новым направлением содержания деятельности сферы дополнительного образования;
- овладении обучающимися техниками искусства мажореток, расширении познавательного кругозора в области творческой деятельности.

Большое внимание в содержании программы отведено общей физической подготовке обучающихся, что также является особенностью программы, отличающей её от других уже существующих программ.

Педагогическая целесообразность.

В процессе обучения и тренировок обучающиеся осваивают большой объём разнообразных знаний и умений – знакомятся с содержанием упражнений, их техникой и значением. Воспитываются важнейшие психофизические качества двигательного аппарата в сочетании с моральными и волевыми качествами личности - сила, выносливость, ловкость, координация, выразительность, смелость, настойчивость, творческая инициатива. Целенаправленные комплексы упражнений активно воздействуют на сердечно-сосудистый, нервно-мышечный и костно-связочный аппарат обучающихся, воспитываются представления о гармонии линий тела и такие качества, как музыкальность движений, «чувство позы». Также занятия развивают у обучающихся не только физические качества, но и артистичность, актёрское мастерство, за которым стоят тренировки и упорная работа. Искусство мажореток способствует приобщению детей к художественному созиданию, повышает их трудолюбие и самодисциплину, закаляет волю, характер. Сотрудничество, мобильность, динамизм, конструктивность, ответственность – это именно те личностные качества, которые формируются у детей в результате систематических занятий по программе «Мажорет-шоу».

Адресат программы.

Программа «Мажорет-шоу» предназначена для обучающихся 13-16 лет, проявляющих интерес к современным направлениям ритмического марша и хореографии. В объединение принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний. Программа занятий составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся.

Вид программы по уровню освоения:

Содержание и материал программы организованы в соответствии со стартовым уровнем освоения программы.

Объём программы составляет 108 часов.

Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса:

Состав группы – постоянный в количестве 15 человек.

Срок реализации программы – 1 год.

Занятия проводятся 2 раза в неделю: 1 час и 2 часа с перерывом 10 мин.

Цель программы: формирование и совершенствование творческого потенциала обучающихся в процессе обучения искусству мажореток.

Задачи:

обучающие:

- знакомство с историей возникновения и развития искусства мажореток;
- освоение техники движения в мажореточной хореографии;
- освоение приёмов владения предметами в мажореточной хореографии;
- освоение элементов классического танца;
- приобретение умений по основам актерского мастерства.

воспитательные:

- формирование и укрепление таких качеств личности, как терпение, трудолюбие, выносливость, стремление к творческому росту, самодисциплина, ответственность;
- воспитание культуры поведения и общения;
- формирование желания работать «на результат»;
- воспитание общественно-активной творческой личности.

развивающие:

- развитие художественного вкуса, творческого отношения и окружающему миру;
- развитие физических возможностей, умения согласовывать движения тела с музыкой;
- развитие и совершенствование специальных музыкальных способностей, пластики тела, сценической выразительности;
- формирование потребности работать самостоятельно,
- развитие умений импровизации на основе музыки;
- развитие коммуникативных и организаторских способностей;
- развитие творческого мышления, воображения, восприятия.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы промежуточной аттестации и контроля
		Теория	Практика	Всего часов	
I.	Вводное занятие. ТБ	1	1	2	Педагогическое наблюдение, анкетирование
II.	Общая физическая подготовка	3	19	22	Наблюдение, учебное тестирование, мониторинг (контрольные задания), сравнительный анализ.
III.	Техника марша	3	19	22	Наблюдение, учебное тестирование, (контрольные задания), педагогический анализ.
IV.	Хореографическая подготовка	3	57	60	Творческий отчет, сравнительный анализ
V.	Итоговое занятие	-	2	2	Открытое занятие, наблюдение, самоанализ
	Итого:	10	98	108	

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Название раздела, темы	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего часов
I.	Вводное занятие. ТБ	2	2	4
II.	Общая физическая подготовка	4	16	20
2.1.	Общеразвивающие упражнения	1	5	6
2.2.	Танцевальная аэробика	3	6	9

2.3	Силовая тренировка	1	6	7
III.	Техника марша	3	19	22
3.1	Формирование осанки	1	5	6
3.2	Маршевый шаг	1	7	8
3.3	Маршевые элементы	1	7	8
IV.	Хореографическая подготовка	3	57	60
4.1	ТВИРЛИНГ. Техника тела	1	9	10
4.2	ТВИРЛИНГ. Работа с предметами	3	9	12
4.3	ТВИРЛИНГ. Распределение пространства	4	5	9
4.4	Чир-dance шоу. Танцы с помпонами	2	9	11
4.5	Чир-dance шоу. Танцевальные связки	1	5	6
4.6	Постановочные номера	1	11	12
V.	Итоговое занятие	-	2	2
	Итого:	10	98	108

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел I. Вводные занятия. Техника безопасности. (4 часа)

Тема 1.

Теория (1ч)

Знакомство с содержанием занятий, правила поведения на занятиях и в учреждении. Инструктаж по технике безопасности.

Практика (1ч)

Анкетирование. Выполнение творческих заданий с целью диагностики музыкальных и танцевальных способностей.

Тема 2. Искусство мажореток.

Теория (1ч)

Понятие "мажоретки". История возникновения искусства мажореток, направления этого вида искусства. Основные требования, предъявляемые к « мажореткам», личные качества, работа над собой.

Практика (1ч)

Тренинг на работу в коллективе и развитие личных качеств

Раздел II. Общая физическая подготовка. (20 часов)

Тема 1. «Общеразвивающие упражнения». (6 часов)

Теория (1ч)

Понятие и значение для человека общеразвивающих упражнений. Комплексы общеразвивающих упражнений.

Практика (5ч)

- упражнения на равновесие;
- упражнения на развитие подвижности суставов;
- комплексы упражнений на координацию в пространстве;
- комплексы упражнений на различные группы мышц.

Тема 2. «Танцевальная аэробика» (7 часов)

Теория (2ч)

- Понятие и роль ритма в музыке и хореографии. Ритмический рисунок.
- Эластичность мышц. Способы развития эластичности мышц, техника выполнения упражнений для эластичности.
- Сложные комбинации. Техника выполнения сложных комбинаций.

Практика (5ч)

- комплекс активных движений для всех групп мышц;
- танцевальные комбинации.

Тема 3. «Силовая тренировка» (7 часов)

Теория (1ч)

Уровень и характер двигательной активности. Зависимость двигательной активности от степени развития мышц.

Практика (6ч)

- упражнения с внешним сопротивлением (в качестве сопротивления используется вес предметов, противодействие партнера);
- приседания;
- отжимание/подтягивание коленей;
- упражнение скольжение;
- выпады вперед;
- подъем таза;
- упражнения, отягощенные весом собственного тела;
- комбинированные упражнения.

Раздел III. Техника марша (22 часа)

Тема 1. Формирование осанки. (8 часов)

Теория (1ч)

Понятие «осанка». Необходимость формирования правильной осанки. Классический танец.

Практика (7ч)

Элементы классического танца:

- постановка корпуса;
- постановка ног;
- положение головы.

Тема 2. «Маршевый шаг». (6 часов)

Теория (1ч)

Специфика маршевого шага. Темпо-ритм. Особенности движения группой.

Практика (5ч)

- маршевый шаг;
- упражнения на сохранение темпа;
- работа рук;
- работа в парах, группой;
- варианты движения колонной, линией, фонтаном, массой в несколько рядов.

Тема 3. «Маршевые элементы». (8 часов)

Теория (1ч)

Техника исполнения маршевых элементов и комбинаций.

Практика (7ч)

Варианты остановок, поворотов, перестроений.

Раздел IV. Хореографическая подготовка

Тема 1. «ТВИРЛИНГ. Техника тела» (10 часов)

Теория (1ч):

Понятие «твирлинг». Особенности маршевого шага и хореографии твирлинга.

Практика (9ч)

- техника марша;
- стоп-позиции и переходы;
- простые танцевально-маршевые элементы;
- простые элементы мажореточной хореографии.

Тема 2. «ТВИРЛИНГ. Работа с предметами» (12 часов)

Теория (3ч):

- Понятие «батон».
- Техника безопасности при работе с предметами.
- Техника владения предметами (батон, флаг, ленты) в сочетании с хореографией.
- Техника вращения в разных направлениях и плоскостях.

Практика (9ч):

- упражнения, направленные на развитие ловкости;
- элементы 1-3го уровней сложности: «Мертвый батон», «Вращения», «Низкие броски»;
- работа в парах - контакт.

Тема 3. «ТВИРЛИНГ. Распределение пространства» (9 часов)

Теория (4ч)

- «центральная точка»;
- симметрия и асимметрия;
- техника умения «держаться» место, линию и т.д.
- техника взаимодействия с группой, с аудиторией.

Практика (5ч)

- упражнения на организацию сценического пространства;
- «контакт со зрителем»;
- построение рисунков, композиций.

Тема 4. «Чир-dance шоу. Танцы с помпонами» (11 часов)

Теория (2ч)

Техника выполнения элементов гимнастики и акробатики. Техника выполнения упражнений с помпонами.

Практика (9ч)

- упражнения на развитие гибкости (активные, пассивные);
- упражнения с увеличенной амплитудой движения (растягивание);
- комплекс упражнений на координацию и развитие двигательной памяти;
- элементы гимнастики и акробатики (шпагат, «мост», «колесо», махи, кувырки, прыжки и т.д.);
- комплекс упражнений на развитие выносливости.

Тема 5. «Чир-dance шоу. Танцевальные связки» (6 часов)

Теория(1ч):

Понятие танцевальных блоков, связок. Понятие «чистота исполнения».

Практика (5ч):

- изучение отдельных танцевальных элементов;
- изучение переходов между элементами и способов их комбинирования;
- изучение танцевальных связок;
- работа над ошибками.

Тема 6. «Постановочные номера» (12 часов)

Теория (1ч)

Актёрское мастерство

Практика (3ч)

Театральные этюды

Теория (1ч)

Что такое показательный и конкурсный номер. В чем различия.

Практика (7ч)

Работа над постановочными номерами.

Программа постановочных номеров носит вариативный характер – осуществляется под конкретное мероприятие и для открытых занятий, отчетного концерта.

Раздел V. Итоговое занятие (2 часа).

Практика:

- Отчетный концерт или открытое занятие.

- Анализ, выступлений и результатов.
- Подведение итогов. Награждение лучших обучающихся.

Планируемые результаты

Предметными результатами освоения обучающимися программы «Мажорет-шоу» являются следующие знания и умения:

- знание фактов истории развития искусства мажореток;
- умение объяснить правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- умение представлять комплексы ОФП как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- умение подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;
- умение технически правильно выполнять двигательные действия в сочетании с игрой на музыкальных инструментах, применять эти умения;
- умение выполнять танцевальные и маршевые композиции выразительно и в соответствии с музыкальным сопровождением.

Личностными результатами освоения обучающимися программы являются следующие умения:

- умение проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях;
- умение активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- умение проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- умение оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами являются следующие умения:

- умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- умение находить ошибки при выполнении учебных заданий, находить способы их исправления;
- умение организовать самостоятельную деятельность с учётом требований ее безопасности, сохранности реквизита и оборудования, организации места занятий;
- умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и перестроениях;
- умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять выдержку, сдержанность, рассудительность;
- умение оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки

и способы их устранения.

КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Календарный учебный график на 2019-2020 учебный год

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Всего учебных недель	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1	02.09.2019 г.	31.05.2020 г.	36	108	2 раза в неделю: 1 час и 2 часа

Условия реализации программы

Кадровое обеспечение.

Педагог - руководитель объединения, реализующий данную программу владеет следующими профессиональными и личностными качествами:

- обладает специальным педагогическим образованием;
- владеет навыками и приемами организации музыкальных занятий;
- знает физиологию и психологию подросткового возраста;
- умеет вызвать интерес к себе и преподаваемому предмету;
- умеет создать комфортные условия для успешного развития личности обучающихся;
- умеет видеть и раскрывать творческие и спортивные способности обучающихся.

Материально-техническое обеспечение:

- танцевальный зал;
- зеркала;
- музыкальный центр - 1 штука;
- наличие спортивного инвентаря (спортивные маты, батоны, степ-доски, коврики, скамейки, шведская стенка);
- станок;
- форма для обучающихся (футболка, лосины, чешки или джазовки);
- концертные костюмы;
- фонограммы.

Контроль/аттестация освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Мажорет-шоу»

Входящая диагностика - проводится при формировании коллектива - определение отношения подростка к выбранной деятельности, его способности и достижения в этой области, личностные качества ребенка

Промежуточная диагностика – проводится по окончании изучения темы, в конце

полугодия.

Итоговая диагностика - проводится в конце обучения по программе - проверка освоения программы, учет изменений качеств личности каждого ребенка.

Формы проведения диагностики и контроля:

- Анкетирование.
- Контрольное задание.
- Учебное тестирование.
- Педагогическое наблюдение в процессе учебных занятий, концертов, конкурсов, фестивалей.
- Педагогический анализ.
- Открытые занятия (контрольные, итоговые) для родителей, педагогов, специалистов, администрации.
- Творческий отчет.
- Сравнительный анализ.
- Анализ активности на занятиях

Педагогическое наблюдение - оценка педагогом активности, инициативности обучающихся, культуры общения, организованности, ответственности, внешнего вида на занятиях и на мероприятиях, настойчивости в процессе обучения, знание и применение терминологии классической хореографии на занятиях, изменения в психоэмоциональном состоянии обучающихся.

Педагогический анализ результатов тестирования:

- лексики и терминологии классического танца;
- степень развития способности ориентироваться в пространстве;
- развитие гибкости плечевого пояса, гибкости позвоночного столба, гибкости тазобедренных суставов;
- выполнения обучающимися диагностических заданий;
- участие обучающихся в концертах, конкурсах, фестивалях.

Комплексную оценку обеспечивает совокупность результатов, общая характеристика способностей, приобретенных обучающимся.

Диагностика достижения личностных, метапредметных и предметных результатов необходима при принятии решений по педагогической помощи и поддержке каждого обучающегося в том, что ему необходимо на текущем этапе его развития.

Контрольно-измерительные материалы программы

№	Предмет оценивания	Формы и методы оценивания	Характеристика оценочных материалов	Показатели оценивания	Критерии оценивания	Виды контроля
1.	- Хореографические способности. - Основы музыкальной культуры. - Ориентация в пространстве	Педагогическое наблюдение, бально-уровневая система	Беседа, задания в музыкально-игровой форме	-скоростно-силовые качества; -музыкально-ритмические способности; - ориентирование в пространстве зала	- Высокий: имеет хорошие артистические, физические, музыкальные способности, выполняет все предложенные задания. - Средний: выполняет больше половины предложенных заданий. - Низкий: выполняет меньше половины предложенных заданий. Высокий – 10, Средний – 6, Низкий – 3	Входящий
2.	Техника марша	Педагогическое наблюдение, бально-уровневая система	Учебное тестирование, контрольные задания, анализ	Танцевальные элементы, маршевый шаг, маршевые комбинации	- Высокий: знание терминологии, знание и выполнение постановки корпуса, рук, ног, положения головы, четкое выполнение маршевых комбинаций - Средний: знание терминологии, работа с поддержкой педагога. - Низкий: не владеет терминологией, не владеет маршевыми комбинациями Высокий – 10, Средний – 6, Низкий – 3	Промежуточный
3.	Хореографическая подготовка	Педагогическое наблюдение, бально-уровневая система	Учебное тестирование, контрольные задания, театральные этюды, анализ	Знание фактов истории развития искусства мажореток, работа с предметами, артистизм	- Высокий: владеет необходимыми знаниями, из истории, умеет работать с предметами, Точно передавать образ в движении. - Средний: владеет знаниями из истории мажореток, работает с предметами с подсказкой педагога, умеет передать образ в движении. - Низкий: знает отдельные сведения из истории мажореток, испытывает затруднения в работе с предметами, затрудняется в передаче образа в движении. Высокий – 10, Средний – 6, Низкий – 3	Промежуточный
4	Умение организовать самостоятельную	Наблюдение, бально-	Самостоятельная постановочная деятельность	Самостоятельная постановка	- Высокий: умеет составлять маршевые композиции из изученных	промежуточный

	ную деятельность	уровневая система		небольших маршевых композиций, умение подавать команды, умение анализировать и находить ошибки	движений, может показать их, выполняя команды, видит и исправляет ошибки - Средний: составляет маршевые композиции с помощью педагога, выполняет команды, ошибки не замечает. - Низкий: сложно составлять маршевые композиции. Высокий – 10, Средний – 6, Низкий – 3	
5.	Уровень подготовки	бально-уровневая	Участие в выступлениях	Творческие достижения	Высокий: постоянно принимает участие в концертах, конкурсах, праздниках. Средний: участвует в концертах внутри объединения. Низкий: редко участвует в мероприятиях внутри объединения. Высокий – 5, Средний – 3, Низкий – 1	итоговый

Два раза в год также проводится диагностика по критериям:

- Скоростно-силовые качества.
- Музыкально-ритмические способности.
- Диагностика дыхательной системы.
- Показатели гибкости.
- Грациозность.

Критерии оценок параметров, определяющих уровень подготовленности

№	Параметры	1 балл	2 балла	3 балла
1.	<i>Скоростно – силовые качества</i>	Обучающийся медлителен, требуется постоянно помощь педагога	Обучающийся менее подвижен, выполняет упражнения с помощью педагога	Обучающийся подвижен, быстро выполняет упражнения
2.	<i>Музыкально-ритмические способности</i>	Отсутствует чувство ритма, координация движений – 1 из 3х показателей, не может соединить исполнение танцевальных элементов с музыкальным сопровождением	Чувство ритма выражено средне, координация движений – 2 из 3х показателей, нечётко исполняет танцевальные элементы под музыку	Отличное чувство ритма, Хорошая координация движений – 3 из 3х показателей (нервная, мышечная, двигательная), Чётко исполняет танцевальные движения под музыку

3.	<i>Диагностика дыхательной системы</i>	Не может повторить упражнения за педагогом	Выполняет упражнения с помощью педагога	Легко выполняет все упражнения
4.	<i>Показатели гибкости</i>	Не достаёт скамейку ладонями	Достаёт скамейку ладонями	При наклоне ладони рук опускаются ниже скамейки
5.	<i>Грациозность</i>	Обучающийся не может повторить упражнения за педагогом в начале года и самостоятельно в конце года	Обучающийся выполняет упражнения с помощью педагога	Обучающийся выполняет все упражнения самостоятельно, красиво и грациозно

Итоговый контроль выполнения программы проводится в следующих формах:

- просмотр;
- открытое занятие;
- творческий отчет.

Контроль позволяет определить эффективность обучения по программе, обсудить результаты, внести изменения в учебный процесс.

Результатом обучения является определенный объем знаний, умений и навыков. Ожидаемый результат предполагает развитие творческих способностей и наглядное их проявление - деятельность на открытых мероприятиях, концертах, фестивалях, конкурсах.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Методы и технологии

При проведении занятий по мажореткам используется *фронтальный метод обучения*. Педагог предлагает задания одновременно всем занимающимся.

Общеразвивающее, профилактическое и воспитательное воздействие занятий по мажореткам возможно лишь при соблюдении ряда дидактических принципов:

- принцип *систематичности* обуславливает необходимость последовательности, преемственности и регулярности при формировании знаний у детей, двигательных умений;
- принцип *постепенности* определяет необходимость построения занятий физическими упражнениями в соответствии с правилами: «от известного к неизвестному», «от простого к сложному»;
- принцип *индивидуальности* предполагает такое построение процесса занятий по мажореткам, при которых осуществляется индивидуальный подход к детям разного возраста, двигательной подготовки и физического развития, где создаются условия для наибольшего развития двигательных способностей и укрепления здоровья обучающихся;
- принцип *доступности* предполагает, что изучаемый материал должен быть

легким, гарантирующим свободу в учении и одновременно трудным, чтобы стимулировать мобилизацию сил учащихся;

- принцип **соразмерности** нагрузки уровню и состоянию здоровья ребенка;
- принцип **чередования** нагрузки важен для предупреждения переутомления у детей и для оздоровительного эффекта от выполнения физических упражнений;
- принцип **наглядности** является одним из главных принципов работы с детьми. Наглядность играет важную роль в обучении движениям, неотъемлемым условием совершенствования двигательной деятельности. Принцип наглядности обязывает строить занятия с использованием всех видов наглядности: зрительной, звуковой, двигательной;
- принцип **сознательности и активности** предполагает формирование у детей устойчивого интереса к освоению новых движений, привитие навыков самоконтроля и самокоррекции действий в процессе занятий, развитие сознательности, инициативы и творчества.

Формы занятий - учебные занятия, концертные выступления, а также участие в соревнованиях, конкурсах и фестивалях номинации «Мажоретки» для начинающих.

1. Теоретические занятия:

- Обобщающие теоретические занятия по темам, дающим представление об основных особенностях хореографии мажореток.
- Терминология элементов.
- Просмотр видеозаписей выступлений детских коллективов мажореток.

2. Практические занятия:

Занятия проводятся по следующим дисциплинам:

- ОФП (общая физическая подготовка).
 - Техника марша.
 - Хореография (твирлинг, танцы с помпонами, батонами, различные танцевальные направления).
3. Репетиционно-концертные занятия, подготовка и публичное представление:
- Показательные выступления в форме открытых мероприятий.
 - Выступления на спортивных праздниках.

Публичные выступления играют большую роль в психологическом становлении личности – умение сосредоточиться, сконцентрироваться, преодолеть страх перед большой аудиторией, развитие уверенности в себе.

4. Игровые занятия:

- В игровой форме конкурсы на лучшее сочинение собственных комбинаций по мажореткам.
- Импровизационно-игровые моменты в процессе подготовки номеров.

5. Экскурсионные занятия:

- посещение соревнований по мажореткам (по возможности).

Этапы работы по программе

1 этап (начальный)	3 месяца	Получение необходимых навыков владения основами хореографии
2 этап (основной)	3 месяца	Закрепление и совершенствование хореографических и физических навыков; освоение сценического мастерства.
3 этап (заключительный)	3 месяца	Овладение исполнительским мастерством для дальнейших выступлений (конкурсы, концерты)

На первом этапе

- Обучающиеся знакомятся с особенностями хореографического жанра, техникой безопасности обращения с ТСО и основами работы на сцене. Под руководством педагога совершенствуют элементы аэробики, хореографии. Гимнастики.

На втором этапе

- Обучающиеся знакомятся с основами аэробики, работы над танцем, над созданием своего сценического образа, разучивают танцевальный репертуар. Идет работа над постановками аэробики и пластической гимнастики.

На третьем этапе

- Обучающиеся знакомятся с приёмами работы с батонами. Овладевают исполнительским мастерством для дальнейших выступлений.

ЛИТЕРАТУРА

Для педагога:

1. Барышникова Т. «Азбука хореографии» - Москва, изд-во «Рольф», 2001г.
2. Ваганова А.Я. «Основы классического танца» - Санкт-Петербург, издательство «Лань», 2002 г.
3. Кулова В. Ф. Мастерство хореографа : учеб.-метод. комплекс для студентов.– Тюмень : РИЦ ТГАКИ, 2009. – 24 с.
4. Ланская И.И. «Стройная фигура: магия Афродиты» - СПб; ИК «Невский проспект», 2004г.
5. Матвеев А.П. «Физическая культура. Методические рекомендации по основам преподавания» - М.: Дрофа,2003г.
6. Полятков С.С. Основы современного танца/ С.С. Полятков. – Изд. 2-е – Ростов н/Д: Феникс,2006 г.
7. «Программы лауреатов V-го Всероссийского конкурса авторских программ дополнительного образования детей» - Москва, ГОУ ЦРСДОТ .
8. Томсон Д. «Цель – стройная фигура» - М.: В.Секачев, ТОО «ТП,1998г.»
9. Фитнес / авт.-сост. А. Полукорд. – М.: АСТ; Донецк: Сталкер,2006 г.
10. Шэнфилд Б. «Аэробика для верхней части фигуры» – М.:Изд-воЭксмо,2004г.

11. Шэнфилд Б. «Аэробика для нижней части фигуры» – М.:Изд-воЭксмо,2004г.

Для обучающихся

1. Боброва Г. Искусство грации/Г. Боброва.- Ленинград: Детская литература,1986.- 110с.:ил.
2. Буц Л. М. Для вас девочки/Л.М. Буц. Изд. 2-е, перераб, доп. – М.: Физкультура и спорт,1988.- 176с.бил.
3. Варакина Т.Т. Упражнение с предметами/Т.Т. Варакина.- М.: Физкультура и спорт, 1973.- 184с.:ил.
4. Васильева Е. Танец.- М. «Искусство», 1968.-237с.
5. Великович Э. Здесь танцуют, - Л.: Дет. Лит. 1974.-83с.
6. Зуев Е.И. Волшебная сила растяжки/Е.И. Зуев.- М.: Советский спорт, 1990.- 64с.
7. Левин М.В. «Гимнастика в хореографической школе» - М.: Тера-Спорт, 2001г.
8. Мартовский А.Н. Гимнастика в школе. – М.: Физкультура и спорт,1976.-108с.
9. Основные требования к программе Baton Twirling – Freestyle _ Федерация Baton Twirling России
10. Регламент Кубка России среди мажореток и барабанщиц. Ассоциация мажореток и барабанщиц России.
11. Ротерс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика: Учеб. пособие для учащихся пед. уч-щ.- М.: Просвещение, 1989.- 175 с.

