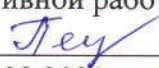


Управление образования администрации г. Чебоксары  
Муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного образования  
«Дворец детского (юношеского) творчества» муниципального образования  
города Чебоксары – столицы Чувашской Республики

Принято  
Решением научно-методического совета  
МАОУДО «ДДЮТ» г. Чебоксары  
Протокол № 1  
от 31.08.2021 г.

Согласовано  
Старший методист комплекса физкультурно-  
спортивной работы и технического творчества  
 Г.А. Петрова  
от 31.08.2021 г.

Утверждаю  
Директор МАОУДО «ДДЮТ»  
г. Чебоксары  
 Е.В. Воробьева  
Приказ № 455/1 от 31.08.2021 г.

Согласовано  
Заместитель директора  
МАОУДО «ДДЮТ» г. Чебоксары  
 Н.М. Мясникова  
от 31.08.2021 г.

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа  
**«Искусство батон твирлинга. Начинающие»**

Возраст детей, на которых рассчитана  
программа: 5-17 лет

Срок реализации образовательной  
программы: 1 полугодие, 16 недель

Автор-составитель программы:  
педагог дополнительного образования  
Базурина Алина Николаевна

## Содержание

Раздел №1 "Комплекс основных характеристик программы	
1.1. Пояснительная записка	2 стр.
1.2. Цели и задачи программы	3 стр.
1.3. Учебный план	3 стр.
1.4. Содержание образовательной программы	3 стр.
1.5. Планируемые результаты	5 стр.
Раздел № 2 "Комплекс организационно-педагогических условий"	
2.1. Календарный учебный график	5 стр.
2.2. Условия реализации программы	6 стр.
2.3. Форма аттестации	6 стр.
2.4. Оценочный материал	7 стр.
2.5. Методическое обеспечение программы	7 стр.
2.6. Список литературы	7 стр.

## **Раздел №1 «Комплекс основных характеристик программы»**

### **1.1. Пояснительная записка**

Для гармоничного развития личности ребенка необходимо разностороннее воспитание, поддержка, помощь в раскрытии собственного «Я», активная жизнедеятельность и общество, помогающее его социализации. Этому способствуют занятия спортивной хореографией. **Спортивная хореография** - направление спорта, включающее в себя элементы гимнастики, акробатики, классической хореографии, общей и специальной физической подготовки, актерского мастерства и работы с предметом.

Для серьёзного освоения данного вида деятельности и развития творческих способностей воспитанников в области танца служит правильное ощущение красоты движений, способность передавать в них определённые эмоциональные состояния, различные настроения, переживания, чувства, характер музыки. Кроме того, на занятиях развивается гибкость, грация, координация движений, укрепляется опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистая и дыхательная система, развивается выносливость. Дети всегда находятся в коллективе, при этом, раскрываясь индивидуально.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана с учетом требований:

- Федерального Закона «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 г.
- Проекта Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года.
- Приказа Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196».
- Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ. М., ФИРО, 2015г.
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Устава МАОУДО «ДДЮТ» г. Чебоксары.

**Направленность программы** – физкультурно-спортивная.

**Актуальность программы.**

Хореография, как никакое другое искусство, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я», как составную часть орудия общества.

**Новизна.**

Батон твирлинг и мажорет-спорт являются новыми направлениями для страны. Лишь с 2016 года включены в реестр организаций в России, а в 2019 твирлинг получил аккредитацию и стал официальным видом спорта.

**Педагогическая целесообразность** данной программы состоит в том, что она способствует развитию эстетического мировосприятия у обучающихся. В процессе занятий дети воспитывают в себе самостоятельность, развивают зрительное восприятие; образный, логический, моторный, эмоциональный виды памяти, а также воображение и фантазию. У них формируется творческое мышление, развивается художественный вкус, воспитанники развивают свой кругозор. Во время обучения по данной программе, в объединении формируется особая дружеская атмосфера. Сплочённость объединения помогает и при

постановке концертных номеров. Таким образом, тесное общение воспитанников, родителей, педагогов создаёт условие для формирования общих культурных интересов, дружеского общения.

**Отличительная особенность** программы в том, что педагог развивает способности детей различными видами хореографической и физической деятельности. Программа составлена таким образом, чтобы познакомить детей с разными видами направлений спорта и танца.

**Возраст, на который направлена программа:** 5-17 лет.

**Срок реализации:** 1 полугодие, 16 учебных часов.

**Форма занятий.** По количеству детей: групповая и индивидуальная; по способу коммуникации: инструктаж, беседа, практикум, презентация, эксперимент, просмотр фильмов, дискуссии, психологические занятия, встречи с известными спортсменами.

**Форма обучения** – очная, при необходимости возможен переход на дистанционную форму обучения при согласии родителей.

**Особенности организации образовательного процесса:**

Занятия предусматривают индивидуальный подход к каждому ребенку, возможность работать один на один с педагогом.

По степени усвоения детьми программы обучения, сдачи полугодовой аттестации, некоторые из них переходят в основной состав коллектива. С этими детьми начинается работа, направленная на результативность и участие в соревнованиях, фестивалях, выступлениях на различных уровнях и площадках.

**Условия реализации программы:** Для эффективности проведения занятий важно наличие у детей формы и специальной обуви. Занятия проводятся в танцевальном классе с зеркалами, высокими потолками, коврами, матами, атрибутами спортивной хореографии. Музыкальное сопровождение – музыкальный центр.

**Режим проведения занятий:**

Стартовый уровень:	1 раз в неделю по 1 часу
--------------------	--------------------------

## 1.2. Цель и задачи программы

**Цель:** Развитие личности обучающегося, эстетического мировоззрения ребенка, воспитание хореографической культуры, формирование навыков выполнения танцевальных упражнений.

**Задачи:**

- укрепить здоровье, содействовать правильному физическому развитию, обеспечить разностороннюю физическую подготовленность;
- развивать у обучающихся стойкий интерес к занятиям спортивной хореографией.
- развитие эстетического мировоззрения, передача культурного наследия края и страны, развитие патриотизма, приобщение к культуре.

## 1.3. Учебный план

Название разделов	Количество часов			Форма аттестации / контроля
	всего	теория	практика	
Вводное занятие. Техника безопасности	1	1	-	Инструктаж
Искусство мажореток	7	1	6	Тестирование
Искусство батон твирлинга	7	1	6	Тестирование
Аттестация учащихся	1	-	1	сдача контрольных нормативов
<b>Всего</b>	<b>16</b>	<b>3</b>	<b>13</b>	

## 1.4. Содержание

**Раздел 1. Вводное занятие.**

## **Тема 1. Вводное занятие.**

ТЕОРИЯ: краткая характеристика, цель и задачи курса. Правила гигиены, техника безопасности.

*Форма занятий: инструктаж.*

## **Раздел 2. Искусство мажореток (7 час).**

### **Тема 1. Искусство мажореток. Знакомство с «батон»**

ТЕОРИЯ: рассказ о предмете и его возможностях. *Форма занятий: презентация.*

ПРАКТИКА: наглядное изучение частей батона.

### **Тема 2. Искусство мажореток. Изучение разогрева кисти и плеч**

ТЕОРИЯ: правила постановки руки, методика исполнения горизонтальных вращений. *Форма занятий: беседа.*

ПРАКТИКА: исполнение горизонтальных вращений.

### **Тема 3. Искусство мажореток. Изучение горизонтальных и вертикальных 8ок**

ТЕОРИЯ: рассказ о предмете и его возможностях. *Форма занятий: презентация.*

ПРАКТИКА: наглядное изучение частей батона.

### **Тема 4. Искусство мажореток. Изучение элементов «Мельница», «Петли»**

ТЕОРИЯ: правила постановки корпуса, методика вращений вертикаль, их разновидности. *Форма занятий: беседа.*

ПРАКТИКА: исполнение элементов мельница, восьмерка, солнышко, звезда и др..

### **Тема 5. Искусство мажореток. Ходьба, перестроения, изучение разновидностей марша**

ТЕОРИЯ: постановка корпуса при различных видах шагов. *Форма занятий: беседа.*

ПРАКТИКА: изучение танцевальных рисунков, постановка общего дефиле.

### **Тема 6. Искусство мажореток. Изучение простейших перекатов по телу**

ТЕОРИЯ: постановка корпуса при исполнении элементов. *Форма занятий: беседа.*

ПРАКТИКА: изучений комбинации на перекаты по телу.

### **Тема 7. Искусство мажореток. Подготовка к броску «флип», изучение элемента «подготовка»**

ТЕОРИЯ: постановка корпуса при работе, правильное положение локтя и пальцев рук при броске, изучение важности элемента. *Форма занятий: беседа.*

ПРАКТИКА: сброс с пальца, подготовительное упражнение к ловле батона.

## **Раздел 3. Искусство батон твирлинга (7 час).**

### **Тема 1. Искусство батон твирлинга. Совершенствование горизонтальных вращений**

ТЕОРИЯ: особенности вращений в твирлинге, отличие от мажорет-спорта. *Форма занятий: беседа.*

ПРАКТИКА: работа над горизонтальными вращениями в жесткой хватке.

### **Тема 2. Искусство батон твирлинга. Совершенствование вертикальных вращений**

ТЕОРИЯ: особенности вращений в твирлинге, отличие от мажорет-спорта. *Форма занятий: беседа.*

ПРАКТИКА: работа над вертикальными вращениями в жесткой хватке.

### **Тема 3. Искусство батон твирлинга. Работа на баланс с батон**

ТЕОРИЯ: знакомство со спортсменами России, их работа в направлении твирлинг. *Форма занятий: беседа.*

ПРАКТИКА: мастер-класс.

### **Тема 4. Искусство батон твирлинга. Изучение мелких перехватов на горизонтальных вращениях**

ТЕОРИЯ: правила исполнения комбинации, постановка корпуса. *Форма занятий: беседа.*

ПРАКТИКА: изучение переходов, позиций.

### **Тема 5. Искусство батон твирлинга. Изучение простейших роллов**

ТЕОРИЯ: правила перекатов, разбор ошибок. *Форма занятий: беседа.*

ПРАКТИКА: змейка вперед и обратно, рельсы, дракончик.

**Тема 6. Искусство батон твирлинга. Отработка броска «Флип»**

ТЕОРИЯ: отличия высокого броска от мелкого перехвата. *Форма занятий: беседа.*

ПРАКТИКА: исполнение флипа с группировкой корпуса и ловлей в различных положениях.

**Тема 7. Искусство батон твирлинга. 2ой профессиональный тур, илюжн**

ТЕОРИЯ: правила усложнения элементов. *Форма занятий: беседа.*

ПРАКТИКА: совершенствование техники элементов, их усложнение.

**Раздел 4. Аттестация (1 час)**

**Тема 1. Сдача контрольных нормативов.**

Практика: Выполнение всех пройденных элементов на экзаменационную оценку. Исполнение танцевальных номеров на отчетном концерте.

**1.5. Планируемые результаты**

Учащиеся узнают:

- правила гигиены, технику безопасности, культуру поведения на занятиях в тренировочном зале,
  - влияние режима дня, питания, физических нагрузок на укрепление здоровья и повышение сопротивляемости иммунной системы;
  - правила спортивной хореографии в представленных в программе дисциплинах.
- научатся:
- различать техники различных дисциплин спортивной хореографии;
  - пластично и грациозно двигаться в соответствии с музыкальным сопровождением;
  - работать с помпонами, флагами, батонами.

**Раздел №2 «Комплекс организационно-педагогических условий»**

**2.1.Календарный учебный график**

№ зан яти й	Форма занятий		Тема занятий	Форма контроля
1	беседа	1	Вводное занятие.	опрос
2	беседа	1	Искусство мажореток. Знакомство с «батонном»	Педагогическое наблюдение
3	беседа, практикум	1	Искусство мажореток. Изучение разогрева кистей	Педагогическое наблюдение
4	беседа, практикум	1	Искусство мажореток. Изучение горизонтальных и вертикальных 8ок	Педагогическое наблюдение
5	беседа, практикум	1	Искусство мажореток. Изучение элементов «Мельница», «Петли»	Педагогическое наблюдение
6	беседа, практикум	1	Искусство батон твирлинга. Совершенствование горизонтальных вращений	Педагогическое наблюдение
7	беседа, практикум	1	Искусство батон твирлинга. Совершенствование вертикальных вращений	Педагогическое наблюдение
8	беседа, практикум	1	Искусство мажореток. Ходьба, перестроения, изучение разновидностей марша	Педагогическое наблюдение
9	беседа, практикум	1	Искусство батон твирлинга. Работа на баланс с батонном	Педагогическое наблюдение
10	беседа,	1	Искусство батон твирлинга. Изучение мелких	Педагогическое

	практикум		перехватов на горизонтальных вращениях	наблюдение
11	беседа, практикум	1	Искусство мажореток. Изучение простейших перекатов по телу	Педагогическое наблюдение
12	беседа, практикум	1	Искусство батон твирлинга. Изучение простейших роллов	Педагогическое наблюдение
13	беседа, практикум	1	Искусство батон твирлинга. Отработка броска «Флип»	Педагогическое наблюдение
14	беседа, практикум	1	Искусство мажореток. Подготовка к броску «флип», изучение элемента «подготовка»	Педагогическое наблюдение
15	беседа, практикум	1	Искусство батон твирлинга. 2ой профессиональный тур, илюжн	Педагогическое наблюдение
16	практикум	1	Аттестация в виде открытого занятия.	тестирование
		<b>16 ч</b>		

## 2.2. Условия реализации программы

### Материально-техническое обеспечение

Помещения: мягкий зал для занятий акробатикой, хореографический зал

Оборудование:

- мягкие гимнастические маты, гимнастический ковер
  - хореографические станки
  - раздевалки и шкафы для хранения личных вещей;
  - аптечки с медикаментами для оказания первой медицинской помощи.
- батоны, -помпоны, баннеры, магнитофон

### Информационное обеспечение

Теоретический материал программы является тем необходимым минимумом, который позволяет сформировать представления о спортивной хореографии, ее видах в России, здоровом образе жизни. Отдельно используется литература по организации питания и гигиене спортсмена.

При этом могут использоваться следующие материалы: специализированная литература и периодическая печать по организации тренировочных занятий, видеоматериалы соревнований по спортивной хореографии.

### Кадровое обеспечение

Неотъемлемым условием реализации образовательной программы является наличие квалифицированного педагога дополнительного образования, обладающего знаниями построения образовательного процесса дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности с учетом индивидуальных психофизических характеристик учащихся, прошедшего обучение на курсах повышения квалификации по программам построения тренировочных занятий с детьми и взрослыми по направлению «Искусство батон твирлинга»

Реализацию программы осуществляет педагог дополнительного образования– Базурина Алина Николаевна.

## 2.3. Формы аттестации

Формы аттестации включают в себя следующие этапы: входную, текущую и промежуточную.

1.Входная аттестация (диагностика) проводится с целью выявления уровня подготовки обучающихся.

Входная аттестация проводится в первый месяц учебных занятий с занесением результатов в протокол.

2.Текущая аттестация проводится после каждого раздела программы.

3. Промежуточная аттестация (диагностика) проводится с целью выявления уровня развития способностей и личностных качеств обучающегося и их соответствия прогнозируемым результатам данной программы.

## 2.4. Оценочный материал

Контроль образовательной программы проводится по следующим результатам:

- контрольный срез;
- участие в соревнованиях.
- открытые занятия;
- участие в различных мероприятиях.

Ожидаемый результат должен предполагать достижение спортивных результатов, развитие творческих способностей.

Требования к проведению тестирования:

Уровень оценивается в баллах: высокий – 5; средний – 4; низкий - 3 и менее.

За каждый вид выставляется балл от 2 до 5; сумма баллов, разделенная на количество упражнений определяет средний балл согласно которого определяется уровень физической подготовленности.

## 2.5. Методическое обеспечение программы

Для поддержания интереса к занятиям педагогу необходимо соблюдать определенную стратегию обучения и усложнение танцевальных программ в соответствии с двигательным опытом, подготовленностью и возрастом учащихся. В связи со сказанным, при проведении занятий широко применяются специфичные методы, обеспечивающие разнообразие вариантов танцевальных движений. К ним относятся:

Методы:

- метод познавательной деятельности;
- метод практической деятельности;
- метод рефлексии;
- метод диагностики (мониторинг личностного развития учащихся в ходе открытых занятий и выступлений).

Основной формой обучения является групповая форма работы, но по мере необходимости используется индивидуальная.

## 2.6. Список литературы

### для педагога

1. Программа по художественной гимнастике для Детско- юношеских спортивных школ, на основе учебной программы по художественной гимнастике 1991 года (авторы Ж. А. Белокопытова, Л. А. Карпенко, Г. Г. Романова), утвержденной государственным комитетом по физической культуре и спорту СССР.

2. Программа Всемирной Федерации Батон твирлинга (World Baton Twirling Federation) для тренеров первого уровня.

3. Гришина Ю. А. Специальная физическая подготовка. Знать и уметь. Феникс - Москва, 2012 г.

4. Бондаренко Л.А. Методика хореографической работы в школе. М.; Искусство, 1984,

5. Бриске И.Э. Руководитель самодеятельного коллектива народного танца: Метод, пособие. Челябинск. 1988.

6. Головкина С.Н. Уроки классического танца. М.; Искусство, 1989.

7. Захаров Р. В. Записки балетмейстера. М.: Искусство, 1976.

8. Захаров Р.В. Искусство балетмейстера. М.: Искусство, 1954.

9. Захаров Р. В. Работа балетмейстера с исполнителями. М.: Искусство, 1967.

### для учащихся:



1. Методическое пособие комитета Батон твирлинга России (автор Гурьева Н.В.), для тренеров первого уровня.
2. Модифицированная программа по спортивной акробатике. (Куневич О.Г., Любкина А. Г.)
3. Захаров Р.В. Беседы о танце. М.: Профиздат, 1963.
4. Константиновский В.С. Учить прекрасному. М. Мол. гвардия, 1972.
5. Соколовский Ю.Е. Коллектив художественной самодеятельности. М.: 1979
6. Цареградская Т.В. На танцплощадке три века назад. М. Знание, 1991.

**для родителей:**

1. Эстетическая культура и эстетическое воспитание М.: Просв., 1983.
2. Щуркова Н.Е. Беседы с тренером о воспитании. М.: ФиС, 1979.
3. Лепешинская О. Правда жизни, правда искусства// Балет. 1984 №3
4. 20. Лицкая Т. Ритм плюс пластика: справочник. М. Моск. правда, 1987.
5. 21. Миловзорова М.С. Анатомия и физиология человека: Учеб. для уч-ся хореогр. училищ. М.: Медицина. 1972.231 с.
6. Карташова Н.Н. Воспитание танцем; заметки балетмейстера. Челябинск; Юж.-Урал. Кн.