



Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №27» г.Сыктывкара
«Сыктывкар» кар кытшын
муниципальной юккӧнӧ администратцияса
йӧзӧ свелӧдӧмӧн вельськӧдланӧн
«27 №-а шӧр школа»
Сыктывкарса муниципальной велӧдан учреждение

Рекомендовано методическим объединением
педагогов дополнительного образования
Заместитель директора по ВР

/Н.К. Савилова/

Протокол № 1

« 06 » 09

2019 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ «СОШ № 27» г. Сыктывкар

/Л.А. Блинова/
« 07 » 09 2019 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА – ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

ФИЗКУЛЬТУРНО – СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«Введение в поинг, как современное искусство»

· Возраст учащихся: 12-18 лет

Срок реализации: 1 год

Составитель: Плугов Александр Васильевич
педагог дополнительного образования

Сыктывкар, 2019 г.

Пояснительная записка

Концепция. Поинг – искусство, которое сочетает в себе элементы жонглирования, танца и художественной гимнастики и заключается в умении вращать пои в различных направлениях. Пои позволяют улучшить координацию движений, чувство равновесия, развить гибкость плечевого пояса, укрепить мышцы и связки рук. Трудно найти занятие, способное быть настолько доступным, полезным для здоровья, простым в освоении и приносящим столько радости – одновременно. Кроме того, вращение пои оказывает положительное влияние на развитие эстетического вкуса у учащихся. Единство физического выполнения технических элементов и необходимость чувствовать музыку, видеть картину номера целиком, в значительной степени способствует гармонизации интеллекта. Кручение пои оттачивает движения, позволяя осуществлять контроль за их направлением, длительностью, точностью, ритмом и силой. Заложённая в природе пои повторяемость движений, представляется лучшим инструментом для коррекции и развития двигательных навыков. Ещё одна неотъемлемая черта пои – вращаемость – позволяет развивать моторику во всех доступных плоскостях со всеми возможными векторами сил. Изменяя плоскости вращения и положение рук, можно добиться использования максимального диапазона доступных человеку движений. Упражнения на скорость с упором на правую или левую руку, улучшают способность мозга посылать сигналы нужной части тела. Тренировка координаторных возможностей тела, посредством кручения поев, делает движения учащихся точнее, более плавными, улучшая тем самым чувство равновесия и координацию.

Актуальность. Занятия поингом помогают учащимся снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе, развить выразительность, научиться двигаться в соответствии с музыкальными образами, а так же воспитать в себе выносливость, корректировать осанку, координацию, постановку корпуса, что необходимо не только для занятий поингом, но и для здоровья в целом.

В основу программы положены такие педагогические принципы:

1. системный подход - все относительно самостоятельные компоненты рассматриваются в совокупности;
2. личностный подход - создание условий для развития творческого потенциала ребёнка, исходя из принятия его творческой индивидуальности;

3. деятельностный подход - выбор деятельного процесса, как основы, средства и решающего условия развития личности ребёнка.

Социальная значимость программы заключается в том, что она предоставляет возможность, помимо получения базовых знаний, эффективно готовить учащихся к освоению накопленного человечеством социально-культурного опыта, безболезненной адаптации в окружающем мире, позитивному самоопределению.

Цель программы: обучить основам поинга.

Задачи:

Предметные:

- обучать основным приемам и техническим элементам поинга
- учить самостоятельному использованию полученных навыков
- знакомить с основами актерского мастерства

Метапредметные:

- развивать пространственное и образное мышление - развивать чувство ритма
- укреплять здоровье и развивать физическую выносливость

Личностные:

- воспитывать личностные качества: упорство в достижении цели, коллективизм, толерантность, культуру общения
- способствовать воспитанию художественно-эстетического вкуса
- способствовать формированию сценической культуры

Отличительная особенность программы заключается в том, что в программу включены сведения из различных областей знаний (физики, анатомии, геометрии), сплав элементов театрализации, шоу, жонглирования, а также используется оригинальная техника и своеобразный реквизит, что позволяет наиболее полно и многогранно раскрыть творческие и физиологические задатки ребенка.

Программа рассчитана на учащихся 13-18 лет. Содержание занятий углубляется и расширяется в соответствии с возрастом учащихся. Прием учащихся производится на основании их добровольного желания. Специальных требований к знаниям, умениям и состоянию здоровья нет.

Срок реализации – один год обучения. Общее количество часов обучения – 55,2 часов.

Формы и режим занятий:

Количество занятий в неделю	Продолжительность занятия	Количество часов в неделю	Количество часов в год
2	1,2 ч	2,4 ч	55,2

Занятия проводятся в группе. Для овладения умениями и навыками, предусмотренными программой, используются следующие формы проведения занятий:

- беседа, в ходе которой даются теоретические сведения;
- практическое занятие, на котором учащиеся осваивают основы технических элементов, тренинги на сплочение коллектива, снятия мышечных, зажимов, разучивание нового элемента
- репетиция творческих номеров;
- выступления перед зрителями.

Данные формы используются в сочетании друг с другом. Занятия проводятся с учётом здоровьесберегающих технологий (чистота помещения, хорошее освещение, регулярное проветривание).

Методы, в основе которых лежит организация занятий:

- словесный (объяснение нового материала, изложение техники выполнения);
- наглядный (демонстрация технического элемента);
- интерактивный метод (на занятии учащиеся принимают активное участие в освоении техники поинга и постановки номеров);
- имитационный метод (учащиеся подражают педагогу в выполнении того или иного приёма, элемента);

- метод театрализации (в творческие номера вплетаются некоторые приёмы театрализации (поклон, вживание в образ и др.)).

Все эти методы способствуют успешному усвоению предлагаемого материала. Именно такой подход помогает ребятам соприкоснуться с чудесным миром поинга.

Методы, в которых лежит уровень деятельности детей:

- объяснительно-иллюстративный – учащиеся воспринимают и усваивают готовую информацию;

- репродуктивный – воспитанники воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;

- частично-поисковый – участие воспитанников в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом.

Виды деятельности:

- Игровая (тренинг);

- Познавательная;

- Практическая.

Приёмы:

- Активизация – активное включение учащихся в работу над творческим номером.

- Иллюстрирование – демонстрация приёмов и технических элементов.

- Вербальный – объяснение техники исполнения элементов.

Программа предусматривает проведение занятий по следующим разделам:

1. Базовые элементы поинга;

2. Переходы и связки;

3. Группа элементов «Бабочка»;

4. Группа элементов «Восьмёрка»;

5. Группа элементов «Цветы»;

8. Репетиционно-постановочная работа.

Ожидаемые результаты:

К концу года обучения учащиеся

знают:

- базовые технические элементы поинга;
- основной реквизит поинга;
- жанры поинга;
- театральные термины;
- культуру поведения на сцене.

Умеют:

- успешно взаимодействовать друг с другом в группе;
- выполнять ритмические рисунки;
- бесшумно передвигаться по сцене;
- вращать пои и другой поинг-реквизит;
- рационально распределять свои силы.

Владеют:

- набором базовых технических действий;
- словарным запасом театральных терминов.

Формы подведения итогов:

Приемлемой формой оценки освоения программы являются: проведение открытых занятий для родителей; выступления перед зрителями.

Для реализации программы «Поинг-современное искусство» необходимы материально-технические условия:

- тренировочные пои;
- светодиодные пои.

Условия для реализации программы:

Оптимальным местом проведения занятий является актовый зал, спортивный зал, открытая площадка для игр на улице; так как, используются активные, подвижные формы проведения занятий, требующие большого пространства. **Особенностью обучения первого года, является включение в программу знаний по музыке, занятие ритмикой. Целью занятия ритмики является развитие слуха, чувство ритма.** Кроме того, на первом году обучения учащиеся осваивают базовую технику поинга, расширяют спектр доступных движений, учатся гармонично сплетать различные технические элементы.

На втором году обучения учащиеся, основываясь на знаниях и умениях, полученных на первом году обучения по программе, совершенствуют технику, развивают моторику, усложняют пройденные элементы и изучают новые, а так же знакомятся с ещё неизвестными видами реквизита.