

**Общероссийская общественная физкультурно-спортивная  
организация «Всероссийская Федерация акробатического рок-н-ролла»**

**Дополнительная профессиональная  
программа  
(повышение квалификации)**

**по курсу  
«Организация занятий по физической культуре в  
общеобразовательных организациях на основе  
акробатического рок-н-ролла»**

**Рекомендовано экспертным советом Министерства образования и науки  
Российской Федерации по совершенствованию системы физического  
воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации для  
использования в образовательном процессе организаций, имеющих  
лицензию на осуществление образовательной деятельности по  
дополнительным профессиональным программам**

**МОСКВА – 2014 г.**

Дополнительная профессиональная программа (повышение квалификации) по курсу «Организация занятий по физической культуре в общеобразовательных организациях на основе акробатического рок-н-ролла» (далее – Программа) разработана **Общероссийской общественной физкультурно-спортивной организации «Всероссийская Федерация акробатического рок-н-ролла» (ООФСО РосФАРР)** и предназначена для педагогических работников и специалистов в области физической культуры и спорта.

Настоящая Программа разработана на основании решения заседания экспертного совета Министерства образования и науки Российской Федерации по совершенствованию системы физического воспитания в образовательных организациях Российской Федерации<sup>1</sup>, в соответствии с Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам<sup>2</sup> и «Программой по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла», рекомендованной указанным экспертным советом для использования в образовательном процессе общеобразовательных организаций Российской Федерации и в работе организаций отдыха, оздоровления и занятости детей в каникулярный период<sup>3</sup>.

---

<sup>1</sup> Протокол заседания от 21 марта 2014 г. № АС-7/пр (п. 2.10)

<sup>2</sup> Приказ Минобрнауки России от 1 июля 2013 г. № 499

<sup>3</sup> Протокол заседания от 21 марта 2014 г. № АС-7/пр (п. 2.4 и 2.7)

<b>№ п/п</b>	<b>Содержание</b>	<b>Стр.</b>
1.	Введение	<b>4</b>
2.	Учебный план	<b>9</b>
3.	Учебно-тематический план	<b>10</b>
4.	Рабочая программа	<b>13</b>
5.	Организационно-педагогические условия	<b>22</b>
6.	Материалы для проведения аттестационных процедур	<b>25</b>
7.	Список литературы	<b>29</b>

## 1. Введение.

В настоящее время в государственной политике Российской Федерации расставлены приоритетные акценты в вопросах здоровья и сохранения населения страны и, в первую очередь, подрастающего поколения.

Вопрос сохранения и укрепления здоровья детей и подростков нашёл своё отражение в числе основных задач Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года, «Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы», Национальной образовательной инициативе «Наша новая школа», Федеральных государственных образовательных стандартов, пр.

В свете этих многих государственных ориентиров сложно переоценить роль занятий физической культурой и спортом в общеобразовательных организациях, как наиболее массового (по охвату детей и молодёжи) способа передачи основ культуры здорового образа жизни, увеличения общего объёма двигательной активности обучающихся.

Полифункциональный характер этой сферы образования ценен тем, что она обеспечивает развитие не только физических, но и эстетических, нравственных качеств обучающихся, способствует укреплению навыков внутренней организации, самодисциплины, коммуникативных качеств характера, профилактике заболеваний, физической и психоэмоциональной рекреации и реабилитации, обладает зрелищными свойствами, наполняющими жизнь подростков позитивным настроением.

Известно, что виды спорта, интегрирующие в себя различные способы двигательной активности и обладающие весомой зрелищной составляющей, представляют для детей и молодёжи повышенный интерес.

Именно эти качества, а также особая атмосфера общения и увлеченности, индивидуальная культура, выходящая далеко за рамки спорта, и многогранный характер действий выгодно выделяют акробатический рок-н-ролл (АРР) из числа других видов спорта и способствуют не только физическому, но и культурному, духовному развитию обучающегося.

Все эти уникальные свойства АРР открывают большие возможности для активизации интереса детей и подростков к данному виду спорта, мотивации ведения активного здорового образа жизни, способствуют воспитанию всесторонне развитой личности обучающегося.

В этой связи, создание благоприятных условий для гармоничного развития личности средствами физической культуры через занятия акробатическим рок-н-роллом позволит укреплять здоровье обучающихся и обеспечивать преемственность решений основных задач всех ступеней общего образования в развитии их двигательной активности и мотивации к ведению здорового образа жизни.

Настоящая Программа разработана в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» и требованиями Федеральных государственных образовательных стандартов начального, основного и среднего общего образования к результатам освоения образовательной программы по учебному предмету «Физическая культура».

Программа ориентирована на развитие профессиональных компетенций педагогических работников и специалистов в области физической культуры и спорта, необходимых для обучения детей и подростков по курсу учебной программы «Программа по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла».

**Цель Программы:** повышение профессионального уровня педагогических работников и специалистов в области физической культуры и спорта путём развития специальных компетенций.

**Задачи Программы:**

- расширение диапазона знаний в области законодательной базы, регламентирующей образовательную, физкультурно-спортивную и оздоровительную деятельность;
- формирование умения применять современные методики и технологии преподавания учебного предмета «Физическая культура» с учётом специфики акробатического рок-н-ролла, направленное на физическое совершенствование обучающихся и повышение их функциональных возможностей;
  - овладение знаниями о базовой подготовке по АРР и хореографии;
  - овладение методиками выполнения базовых элементов АРР: основного хода, танцевальных позиций, движений, фигур; связок и композиций;
  - овладение знаниями о технике безопасности во время проведения занятий по АРР;
  - овладение знаниями о формах и вариантах организации различных мероприятий с использованием ресурсов АРР;
  - формирование понятий о составлении учебного плана проведения занятий и учебно-тематическом их планировании;
  - формирование навыков определения перспектив собственного профессионального развития;
- расширение диапазона знаний в области социально-делового, творческого и психолого-педагогического партнёрства.

## **Планируемые результаты.**

В целях дальнейшего качественного совершенствования собственных компетенций, приобретённых в результате освоения Программы, слушатели должны:

- **знать:**

- приоритетные направления развития образовательной системы Российской Федерации, законы и иные нормативные правовые акты, регламентирующие образовательную, физкультурно-спортивную и оздоровительную деятельность;

- историю развития акробатического рок-н-ролла в России и мире;

- физические и психические особенности обучающихся с учётом сенситивных периодов их развития;

- современные методики и технологии физического развития обучающихся, направленные на совершенствование основных физических качеств, развивающихся у них в данном сенситивном периоде, а также на повышение функциональных возможностей их организма;

- основы системно–деятельностного и компетентностного подхода к обучению школьников;

- основы базовой подготовки по акробатическому рок-н-роллу;

- - методику выполнения базовых элементов АРР: основного хода, танцевальных позиций, движений, фигур; связок и композиций, соответствующих возрасту обучающихся и методику проведения занятий с их использованием;

- основы хореографической подготовки;

- различные организационные формы проведения мероприятий с учётом возраста обучающихся и использованием ресурсов АРР;

- приёмы и технологии развития у обучающихся интереса к АРР и мотивации к занятиям физической культурой и спортом, ведению здорового образа жизни;

- специфику техники безопасности при проведении занятий по АРР;

- требования к структуре плана проведения занятий;

- методы и формы мониторинга образовательной деятельности обучающихся;

- методики и приёмы определения проблем и перспектив собственного профессионального развития;

- приёмы и формы организации социально-делового, творческого и психолого-педагогического партнёрства.

- **уметь:**

- обеспечивать безопасность на занятиях акробатическим рок-н-роллом;

- создавать организационно-педагогические и психологические условия при реализации учебной программы «Программа по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла» для достижения планируемых результатов;

- применять системно–деятельностный и компетентностный подход к обучению школьников по учебной программе «Программа по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла»;
- создавать на базе ресурсов АРР программы соревнований и различных мероприятий (в том числе показательных выступлений) с обучающимися, их родителями, иными представителями окружающего социума;
- осуществлять планирование процесса проведения занятий;
- составлять траекторию (алгоритм) собственного профессионального развития;
- выстраивать партнёрские отношения с обучающимися, их родителями и коллегами по работе.

**владеть:**

- основами современных методик и технологий преподавания учебного предмета «Физическая культура» с учётом специфики акробатического рок-н-ролла, направленными на физическое совершенствование обучающихся и повышение функциональных возможностей их организма;
- основами базовой подготовки по акробатическому рок-н-роллу и хореографии;
- методиками выполнения базовых элементов АРР, основного хода, танцевальных движений, позиций, связок и композиций АРР;
- навыками использования системно–деятельностного, компетентностного подхода к обучению школьников по учебной программе «Программа по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла»;
- приёмами и технологиями развития у обучающихся познавательных интересов, а также потребностей в двигательной активности через физическую культуру и спорт, ведении здорового образа жизни;
- умение применять методы и формы оценки образовательных достижений обучающихся в зависимости от их возраста и индивидуальных особенностей;
- навыками определения собственных профессиональных амбиций и приоритетов в совершенствовании своего профессионализма;
- навыками выстраивания социально-делового, творческого и психолого-педагогического партнёрства.

Обучение слушателей по данной Программе будет способствовать:

- совершенствованию юридической компетенции в части законодательной и нормативно-правовой базы в сфере образования и физкультурно-спортивного воспитания;
- дальнейшему внедрению федеральных государственных образовательных стандартов начального, основного и среднего общего образования;

- росту профессионального уровня, продуктивности и качества труда педагогических работников и специалистов в области физической культуры и спорта;
- повышению активности использования в образовательном процессе современных ресурсов федераций по видам спорта;
- решению задач Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;
- притоку в систему образования молодых профессиональных кадров;
- повышению уровня инновационной активности и творческой инициативы педагогических работников;
- широкому использованию современных образовательных методик и технологий;
- расширению диапазона и повышению доступности в школах страны качественных образовательных услуг физкультурно-спортивной направленности;
- повышению социального статуса учителя физической культуры;
- укреплению альянса «обучающийся-школа-семья».

**Нормативный срок освоения программы** – 72 часа: 2 недели - с отрывом от работы, или 8 недель - без отрыва от работы.

**Режим занятий** – 6 часов в день - с отрывом от работы, или 4 часа в день - без отрыва от работы.

**Форма обучения:** с отрывом от работы / без отрыва от работы.

Программа состоит из 3 разделов, включающих 20 тематических единиц.

Содержание учебного материала по Программе включает:

- основные положения государственной политики и нормативно-правовые предпосылки ее реализации в части физической культуры и спорта, модернизации системы образования в целом и развитии физического воспитания подрастающего поколения России в частности;
- понятийные акценты в части конкурирующих компетенций педагогических работников в современной образовательной организации, возможностей в понимании личных профессиональных притязаний;
- цели, задачи, общую характеристику учебной программы «Программа по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла» и рекомендации по её реализации, планируемые результаты и учебно-тематическое планирование;
- общие вопросы, методики, подходы, технологии воспитания и физического развития обучающихся общеобразовательных организаций;



- методики процесса физического развития детей средствами АРР, включая: описание методик базовой подготовки по АРР и хореографии; выполнения упражнений для развития гибкости, координации, быстроты, укрепления опорно-двигательного аппарата, мышц и суставов, сохранения осанки; обучения базовой технике и фигурам АРР, составления и выполнения различных связок и композиций, пр.;

- методику подготовки обучающихся к показательным выступлениям (индивидуальным и групповым);

- описания принципов организации спортивных и культурных мероприятий с использованием ресурсов АРР; различных вариантов интегративных занятий;

- технику безопасности на занятиях акробатическим рок-н-роллом;

- алгоритм учебного и учебно-тематического планирования;

- основные приёмы выстраивания различных форм партнёрства с обучающимися, их родителями и коллегами по работе для достижения качественных результатов в процессе занятий.

В программу входят: теоретические, методические и практические вопросы организации и проведения занятий с обучающимися по «Программе по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла», теоретические основы предупреждения детского травматизма.

Занятия проводятся в форме лекционных, самостоятельных и практических занятий. Аттестация проводится поэтапно с общим подведением итогов и защитой проектов в конце всего курса обучения.

## **2. Учебный план дополнительной профессиональной программы (повышение квалификации) по курсу «Организация занятий по физической культуре в общеобразовательных организациях на основе акробатического рок-н-ролла»**

**Цель обучения:** повышение профессионального уровня педагогических работников и специалистов в области физической культуры и спорта путём развития специальных компетенций.

**Категория слушателей:** педагогические работники и специалисты в области физической культуры и спорта.

**Продолжительность обучения:** 72 часа: 2 недели / 8 недель.

**Форма обучения:** с отрывом от работы / без отрыва от работы.

**Режим занятий:** 6 часов в день / 4 часа в день.

№ п/п	Наименование разделов	Всего, час.	В том числе			Форма контроля
			Лекции	Самостоятельная работа слушателей	Практические, выездные, семинарские, лабораторные занятия, дел. игры, стажировка, и пр.	
1	Государственная политика в сфере физической культуры и спорта и основные нормативно-правовые предпосылки ее реализации.	9	6	2	1	тест
2	Организационно-педагогические условия реализации учебной программы «Программа по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла»	13	9	3	1	тест
3	Обучение методикам АРР	48	2	8	38	зачёт
<b>Итого</b>		<b>72</b>	<b>17</b>	<b>13</b>	<b>40</b>	
<b>Итоговая аттестация</b>		<b>6</b>				проект, зачёт

**3. Учебно-тематический план  
дополнительной профессиональной программы  
(повышение квалификации)  
по курсу  
«Организация занятий по физической культуре в  
общеобразовательных организациях на основе  
акробатического рок-н-ролла»**

**Цель обучения:** повышение профессионального уровня педагогических работников и специалистов в области физической культуры и спорта путём развития специальных компетенций.

**Категория слушателей:** педагогические работники и специалисты в области физической культуры и спорта.

**Продолжительность обучения:** 72 часа: 2 недели / 8 недель.

**Форма обучения:** с отрывом от работы / без отрыва от работы.

**Режим занятий:** 6 часов в день / 4 часа в день.

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего час.	В том числе			Форма контроля
			Лек- ции	Самостоя- тельная работа слушателей	Практические, выездные, семинарские, лабораторные занятия, дел. игры, стажировка и пр.	
<b>1. Государственная политика в сфере физической культуры и спорта и основные нормативно-правовые предпосылки ее реализации.</b>						тест
1.1	Государственные стратегические ориентиры в части развития физического воспитания подрастающего поколения России	<b>2</b>	2			
1.2	Нормативно-правовые предпосылки создания условий для детей и молодёжи вести здоровый образ жизни и систематически заниматься физической культурой и спортом	<b>4</b>	3	1		
<b>2. Организационно-педагогические условия реализации учебной программы «Программа по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла»</b>						тест
2.1	История развития акробатического рок-н-ролла, его роль и возможности в гармоничном развитии обучающихся	<b>2</b>	2			
2.2	Конкурирующие компетенции педагогического работника в современной образовательной организации, роль партнёрских отношений с коллегами в достижении образовательных целей	<b>3</b>	1	1	1	
2.3	Возрастные особенности детей и подростков школьного возраста и опыт их социализации средствами АРР. Установление партнёрских отношений с обучающимися и их родителями.	<b>2</b>	2			

2.4	Общая характеристика учебной программы «Программа по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла»	<b>3</b>	2	1		
2.5	Требования к составлению учебного плана проведения занятий при реализации «Программы по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла» с учётом этапа обучения и возраста обучающихся.	<b>3</b>	1	2		
2.6	Обеспечение безопасности на занятиях акробатическим рок-н-роллом.	<b>2</b>	2			
<b>3.Обучение методикам АРР</b>						зачёт
3.1	Базовая подготовка по АРР и хореографии в зависимости от этапа обучения	<b>2</b>	2			
3.2	Методики проведения развивающих подготовительных занятий и разминок средствами различных видов спорта (гимнастики, лёгкой и тяжёлой атлетики, фитнес-аэробики, пр.) и средствами игры (младший школьный возраст)	<b>3</b>			3	
3.3	Методика освоения хореографических упражнений и музыкального материала в АРР	<b>4</b>			4	
3.4	Техника ног в АРР. Методика исполнения 6-частного хода АРР	<b>4</b>			4	
3.5	Методика исполнения базовых танцевальных позиций и фигур. Знакомство с основами дуэтного танца	<b>10</b>			10	
3.6	Методика исполнения основного хода в сочетании с танцевальными позициями и танцевальными фигурами АРР	<b>6</b>			6	
3.7	Методики выполнения базовых полу акробатических фигур АРР	<b>6</b>			6	

3.8	Методики составления и выполнения связок и композиций АРР с использованием базовых полу акробатических и акробатических фигур (в паре и группе), танцевальных фигур и связок	<b>4</b>			<b>4</b>	
3.9	Методики страховки во время занятий АРР	<b>1</b>			<b>1</b>	
3.10	Методика подготовки обучающихся к показательным выступлениям и соревнованиям (индивидуальным и групповым).	<b>2</b>			<b>2</b>	
3.11	Разработка урока по АРР и программы мероприятия по АРР (по выбору слушателей)	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>		
3.12	Ознакомление с базовыми акробатическими фигурами АРР и «формэйшн» (групповым исполнением комбинаций АРР)	<b>3</b>			<b>3</b>	
<b>Итого</b>		<b>72</b>	<b>19</b>	<b>9</b>	<b>44</b>	
<b>Итоговая аттестация</b>		<b>6</b>				защита проекта, зачёт

#### **4. Рабочая программа.**

**Раздел 1. Государственная политика в сфере физической культуры и спорта и основные нормативно-правовые предпосылки ее реализации.**

***Тема 1. Государственные стратегические ориентиры в части развития физического воспитания подрастающего поколения России.***

Роль государства в развитии человеческого потенциала России и укреплении здоровья её граждан.

Основной курс государственной политики в области совершенствования физкультурно-спортивного движения в стране, как одного из главных ресурсов в воспитании здорового, духовно богатого, физически развитого молодого поколения. Краткий анализ проблем и приоритетов процесса модернизации физического воспитания населения в соответствии со Стратегией развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года (Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 7 августа 2009 г.

№ 1101-р).

Основные стратегические государственные ориентиры, способствующие реализации государственной политики в области развития физического воспитания детей и молодёжи.

***Тема 2. Нормативно-правовые предпосылки создания условий для детей и молодёжи вести здоровый образ жизни и систематически заниматься физической культурой и спортом.***

Пакет требований к модели современного выпускника общеобразовательной организации, которые сфокусированы на развитие всех важнейших компетенций личности, в том числе физического развития (перечисление).

Краткий анализ проблем и приоритетов процесса модернизации физического воспитания обучающихся образовательных организаций.

Главные цели и задачи Федеральных государственных образовательных стандартов нового поколения (далее – ФГОС).

Анализ важности задачи обеспечения преемственности целей и задач и образования физкультурно-спортивной направленности, реализуемых в рамках образовательных программ на всех ступенях образования.

ФГОС – основа в оказании помощи родителям (законным представителям) в воспитании школьников, охране и укреплении их физического и психического здоровья, в развитии индивидуальных способностей и необходимой коррекции нарушений их развития.

Основные нормативные, правовые и иные документы, способствующие реализации государственной политики в области модернизации системы физического воспитания в общеобразовательных организациях.

Основные требования Федеральных государственных образовательных стандартов начального, основного и среднего общего образования к результатам освоения образовательной программы по учебному предмету «Физическая культура»

***Вопросы и задания для самостоятельной работы(по разделу):***

- 1. Ознакомиться с содержанием «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года».*
- 2. Ознакомиться с ключевыми принципами Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 - 2017 годы (Указ Президента РФ от 1 июня 2012 г. № 761).*
- 3. Ознакомиться с концептуальными основами ФГОС начального, основного и среднего общего образования к результатам освоения образовательной программы по учебному предмету «Физическая культура».*
- 4. Какие государственные документы отражают принципы, основную цель и задачи процесса развития физической культуры и спорта в нашей стране?*
- 5. Какие основные требования ФГОС начального, основного и среднего общего образования к результатам освоения образовательной программы по*

учебному предмету «Физическая культура»?

б. Какой основной целевой акцент «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года»?

**Раздел 2. Организационно-педагогические условия реализации учебной программы «Программа по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла».**

***Тема 1. История развития акробатического рок-н-ролла, его роль и возможности в гармоничном развитии обучающихся.***

Основы истории возникновения и развития олимпийского движения, физической культуры и отечественного спорта.

История возникновения АРР в России и мире. Многогранность и интегральность АРР, возможности ресурсов акробатического рок-н-ролла в решении задач укрепления здоровья обучающихся, физического и культурного их совершенствования, становления основных личностных качеств, развития творческого потенциала.

Положительное влияние занятий АРР на развитие двигательной активности, психологической устойчивости, физической выносливости, а также коммуникативности и коммуникабельности человека.

Классификация средств акробатического рок-н-ролла (основные и вспомогательные). Главные особенности обучения акробатическому рок-н-роллу.

Краткое знакомство с историей соревнований по АРР.

***Тема 2. Конкурирующие компетенции педагогического работника в современной образовательной организации.***

Модель, конкурирующие умения и компетенции педагогического работника в условиях модернизации системы образования в стране.

Компетенции педагогического работника общеобразовательной организации в соответствии с главными аспектами образовательной среды для разных ступеней общего образования.

Соответствие педагогического работника квалификационным характеристикам, установленным в Едином квалификационном справочнике должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования», собирательный «пакет» конкурирующих ЗУНов.

Методика выявления проблем профессионального роста и формирования личного образовательного заказа специалиста.

***Тема 3. Возрастные особенности детей и подростков школьного возраста и опыт их социализации средствами АРР. Установление партнёрских отношений с обучающимися и их родителями.***

Возрастные категории обучающихся и особенности их физического и психического развития. Современные методики развития обучающихся, учитывающие сенситивные периоды их развития. Интеллектуальное, эмоциональное и социальное развития обучающихся средствами АРР в соответствии с возрастом. Педагогические приемы для формирования у обучающихся первоначальных умений само регуляции средствами физической культуры в целом и АРР, в частности.

Базовые подвижные игры и спортивные эстафеты – ресурс для совершенствования жизненно важных и социальных навыков и умений обучающихся младшего школьного возраста.

Использование средств различных видов спорта (гимнастики, фитнес-аэробики, лёгкой атлетики, пр.) с их диапазоном возможностей для физического совершенствования детей через правильное выполнение различных упражнений, направленных на становление осанки, укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие моторики, дыхания, пр.

Формы коллективного взаимодействия и сотрудничества.

Осуществление продуктивного взаимодействия с обучающимися и их родителями с использованием информационно-просветительной, познавательной и практической деятельности, организации совместных мероприятий по АРР, при помощи различных средств информации и коммуникации.

***Тема 4. Общая характеристика учебной программы «Программа по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла»***

Цель, задачи и новизна образовательной программы, основные концептуальные подходы (с акцентом на концепцию «от простого - к сложному»), основополагающие принципы в работе с обучающимися, прогнозируемые результаты в соответствии с сенситивными периодами их развития.

Использование средств иных видов спорта, направленных на становление осанки, укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие моторики, дыхания, развития силы мышц нижних и верхних конечностей и группы мышц туловища (спины, груди, живота, ягодиц). Контроль за функциональным состоянием организма обучающегося.

Технологии, предполагающие последовательное обращение к образно-ассоциативному ресурсу, эмоциональной, ассоциативной и мышечной памяти обучающегося. Значимость хореографической подготовки.

Игровая деятельность, как одна из форма образования по программе для младших школьников.



Дифференцированный подход к обучению на основе применения различных базовых фигур АРР, танцевальных движений АРР, вариантов связок и композиций АРР для различных возрастов обучающихся.

Содержание программы и тематическое планирование по ступеням образования и этапам обучения с определением основных видов учебной деятельности. Планируемые результаты обучения по этапам обучения.

Материально-техническое обеспечение программы. Методическое обеспечение программы.

***Тема 5. Требования к составлению учебного плана проведения занятий по при реализации «Программы по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла» с учётом этапа обучения и возраста обучающихся.***

Зависимость содержания учебного плана занятий от возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся.

Основные разделы плана и их содержательное наполнение. Учёт объема допустимых физических нагрузок для обучающихся на занятиях в зависимости от их возрастных особенностей.

Умение выстраивать цель и задачи при планировании занятий и прогнозировать их достижение путём подбора и использования как средств акробатического рок-н-ролла, так и дополнительных средств, в том числе разных форм деятельности с обучающимися.

Требований к условиям реализации «Программы по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла».

Педагогическая диагностика (оценка индивидуального развития обучающихся, связанная с оценкой эффективности педагогических действий и лежащая в основе дальнейшего планирования этих действий).

Алгоритм учебно-тематического планирования занятий.

***Тема 6. Обеспечение безопасности на занятиях акробатическим рок-н-роллом.***

Важность теоретической подготовки при освоении методик выполнения базовых элементов акробатического рок-н-ролла (акцент на правила безопасности при их выполнении). Основные требования техники безопасности на занятиях по АРР.

Внимание и компетентность педагога – залог безопасности ребёнка.

***Вопросы и задания для самостоятельной работы (по разделу):***

*1. Ознакомление с Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования» (Приказу*

*Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 26 августа 2010 г. №761н).*

*2. Подробное ознакомление с учебной программой «Программа по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла».*

*3. Ознакомление с Методическим обеспечением учебной программы «Программа по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла».*

*4. Анализ результатов индивидуального тестирования на определение собственного места в современном образовательном пространстве.*

*5. Составить свой вариант плана проведения 1-го занятия по АРР с обучающимися (по выбору - по ступеням образования, этапам обучения и тематике).*

*6. Проанализировать (из своей практики) одно из занятий по физической культуре с обучающимися (возраст, тема занятия - по выбору) на предмет безопасности выполнения различных движений.*

### **Раздел 3. Обучение методикам АРР.**

***Тема 1. Базовая подготовка по АРР и хореографии в зависимости от этапа обучения.***

Особенности базовой подготовки по АРР и хореографии I этапа обучения (с учётом возрастных особенностей обучающихся).

Особенности базовой подготовки по АРР и хореографии II этапа обучения (с учётом возрастных особенностей обучающихся).

Особенности базовой подготовки по АРР и хореографии III этапа обучения (с учётом возрастных особенностей обучающихся).

***Тема 2. Методики проведения развивающих подготовительных занятий и разминок средствами различных видов спорта (гимнастики, лёгкой и тяжёлой атлетики, фитнес-аэробики, пр.) и средствами игры (младший школьный возраст).***

Особенности использования ресурсов иных видов спорта (гимнастики, фитнес-аэробики, лёгкой атлетики, пр.) и форм проведения занятий в зависимости от возраста обучающихся для их физического совершенствования (развития гибкости, координации, быстроты, укрепления опорно-двигательного аппарата, мышц и суставов, сохранения осанки, пр.) и развития двигательной активности.

Комплексы упражнений для развития равновесия. Упражнения на развитие быстроты выполнения элементов рок-н-ролла. Специальные упражнения на развитие силы кистей рук и укрепление стоп ног.

Фитнес-аэробика как средство развития двигательной активности человека.

Виды и формы занятий по фитнес-аэробике.

Подбор комплекса занятий по фитнесу в зависимости от поставленной индивидуальной цели, возраста обучающегося, его физической подготовленности, индивидуальных особенностей организма, половой принадлежности и самочувствия на момент занятий.

Различные действия двигательной активности обучающихся в игровых и соревновательных ситуациях.

***Тема 3. Методика освоения хореографических упражнений (хореографическая подготовка) и музыкального материала в АРР.***

Синтез хореографии, музыки и спорта в акробатическом рок-н-ролле.

Особенности хореографической подготовки на I этапе обучения по «Программе по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла» (с учётом возрастных особенностей обучающихся).

Особенности подбора музыкального материала для занятий АРР. Варианты темпа и ритма музыкальных произведений для занятий АРР.

Особенности хореографических упражнений на II этапе обучения по «Программе по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла» (с учётом возрастных особенностей обучающихся).

Особенности организации хореографических занятий на III этапе обучения по «Программе по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла» (с учётом возрастных особенностей обучающихся).

***Тема 4. Техника ног в АРР. Методика исполнения 6-частного хода АРР.***

Приставные шаги вперёд и назад. Знакомство с основным ходом танца «рок-н-ролл» и его вариациями.

Техника основного 6-частного хода АРР (полтора такта) при ритме 4-х дольного такта.

***Тема 5. Методика исполнения базовых танцевальных позиций. Знакомство с основами дуэтного танца.***

Знакомство с основами танцевальной техники АРР и базовыми танцевальными позициями. Понятие «рок-н-ролльная пластика тела».

Особенности освоения танцевальной техники и перехода из одной базовой танцевальной позиции АРР в другую на базе основного хода: «позиция променада, выход в открытую позицию, смена мест партнёров (верхняя или нижняя), переход в позицию с опорой на плечо и т.д.», в соответствии с этапами обучения и возрастными особенностями обучающихся (с акцентом на концепцию «от простого - к

сложному»).

Простые танцевальные связки АРР с переходами из одной базовой танцевальной позиции в другую на основе техники основного 6-частного хода АРР (при ритме 4-х дольного такта).

Изучение простых танцевальных перестроений и фигур (линия, колонна, круг, диагональ).

Понятие «дуэтный танец» и знакомство с особенностями его исполнения.

***Тема 6. Методика исполнения основного хода в сочетании с танцевальными позициями и танцевальными фигурами АРР.***

Особенности исполнения основного хода в сочетании с простыми и сложными танцевальными фигурами АРР в зависимости от этапа обучения и возраста обучающихся (с акцентом на концепцию «от простого - к сложному»).

Изучение техники исполнения основного хода в сочетании с танцевальными фигурами: «Смена мест: верхняя и нижняя смена, ворота, двойные ворота», «Америкэн-спин», «Вращение партнёрши влево», «Соло партнёрши (партнёра)», «Двойное соло» и т.д. Техника чередования простых и сложных танцевальных фигур с «верхними» и «нижними» сменами и переходами из одной позиции в другую.

Знакомство с танцевальными комбинациями разных стилей и категорий сложности.

***Тема 7. Методики выполнения базовых полу акробатических фигур АРР.***

Особенности освоения базовых полу акробатических фигур АРР в соответствии с этапами обучения и возрастными особенностями обучающихся (с акцентом на концепцию «от простого - к сложному»).

Методики выполнения приводящих упражнений и полу акробатических фигур: Лассо, По-лассо, Прыжок через руку, Тоте-фрау, Тоте-мен, Проходы и Проезды под ногами, Седы на колени, Сед на бёдра (в разножку), Сед углом на руки, Колодец, Свечка, Свечка в группировке (бомбочка), Вертушка, Полу виклер, Тарелка, Качели.

***Тема 8. Методики составления и выполнения связок и композиций АРР состоящих из танцевальных позиций и фигур с включением базовых полу акробатических фигур (в паре и группе),.***

Знакомство с простыми связками и композициями рок-н-ролла.

Принципы составления танцевальных связок и композиций АРР с использованием базовых полу акробатических фигур АРР, в зависимости от этапа обучения и возраста обучающихся (с акцентом на концепцию «от простого - к сложному»).

Знакомство с различными вариантами составления связок и композиций АРР.

***Тема 9. Методики страховки во время занятий АРР***

Знакомство с приёмами страховки в зависимости от сложности элементов АРР и изучение техники их выполнения.

***Тема 10. Методика подготовки обучающихся к показательным выступлениям и соревнованиям (индивидуальным и групповым).***

Формы различных мероприятий с обучающимися с использованием ресурсов АРР.

Знакомство с современными правилами соревнований по АРР.

Методики проведения репетиций с обучающимися в ходе подготовки к показательным выступлениям (индивидуальным и групповым). Основные организационные вопросы при подготовке мероприятий с обучающимися.

***Тема 11. Разработка урока по АРР и программы мероприятия по АРР (по выбору слушателей).***

Алгоритмы составления:

- плана урока по физической культуре на основе АРР;
- программы соревнования по АРР;
- программа показательных выступлений;
- спортивно-массовых праздников и пр.

***Тема 12. Ознакомление с базовыми акробатическими фигурами АРР и «формэйшн» (групповым исполнением АРР).***

Знакомство с акробатическими фигурами АРР (Переворот через руку, Мюнхен, Детское сальто, Штурвал, Сход с плеч, Боковой тодес, Переворот через спину, Рондат-поддержка, Саги, Форель, Тодес и т.д.) и связками с их использованием.

Особенности постановки программ «формэйшн». Знакомство с выступлениями команд «формэйшн».

***Вопросы и задания для самостоятельной работы (по разделу):***

- 1. Подробное ознакомление с учебной программой «Программа по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла».*
- 2. Ознакомление с Методическим обеспечением учебной программы «Программа по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла».*
- 3. Составить свой вариант плана проведения 1-го занятия по АРР с обучающимися (по выбору - по ступеням образования, этапам обучения и тематике).*
- 4. Составить свой вариант программы мероприятия по АРР (по выбору).*

## 5. Организационно-педагогические условия реализации программы

### 5.1. Требования к материально-техническому обеспечению

Материально-техническое обеспечение включает в себя: организацию условий для проведения лекций и практических занятий, наличие необходимого технического и спортивного оборудования, учебно-методический материал.

Наименование объектов и средств учебно-методического материально-технического обеспечения	Количество
Учебная аудитория	1
Спортивный зал (зал хореографии)	1
<b>Учебно-методический материал</b>	
Учебная программа «Программа по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла»	По количеству слушателей в группе
<b>Технические средства обучения</b>	
Музыкальный центр	1
Компьютер	1
Мультимедийный проектор	1
Экран	1
Фотоаппарат (кинокамера)	1
<b>Экранно-звуковые пособия</b>	
Аудиозаписи музыкальные Видеозаписи	по 1 комплекту
<b>Учебно-практическое оборудование</b>	
Стенка гимнастическая (станок хореографический)	1
Ковер гимнастический (общий размер 10x10 кв.м, три полотна размером 3,33x10 кв.м.)	1
Индивидуальные гимнастические коврики (как альтернатива коврику)	По количеству слушателей в группе
Зеркала (передвижные)	По возможности
Мат акробатический	3
Скамейка гимнастическая жесткая (4 м)	2
Мячи: набивные 1 и 2 кг, малый (теннисный), малый (мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные	несколько
Гимнастический подкидной мостик	1-2
Гантели (вес: от 0,90 до 2.70 кг)	1
Мячи fit ball	По возможности
	По возможности

### 5.2. Методические рекомендации по реализации программы.

При изучении темы 1 «Государственные стратегические ориентиры в части развития физического воспитания подрастающего поколения России» (раздел 1) обратить внимание на важность содержания главы VII. «Модернизация системы физического воспитания различных категорий и групп населения, в том числе в

дошкольных, школьных и профессиональных» Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года, а также на задачи и меры, отражённые в Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 - 2017 годы, которые направлены на обеспечение доступности и качества образования, воспитание и социализацию детей, формирование у них культуры здорового образа жизни, создание вокруг них комфортной партнёрской среды.

При изучении **темы 2** «Нормативно-правовые предпосылки создания условий для детей и молодёжи вести здоровый образ жизни и систематически заниматься физической культурой и спортом» (**раздел 1**) акцентировать внимание на основных требованиях Федеральных государственных образовательных стандартов начального, основного и среднего общего образования к результатам освоения образовательной программы по учебному предмету «Физическая культура».

При изучении **темы 1** «История развития акробатического рок-н-ролла, его роль и возможности в гармоничном развитии обучающихся» (**раздел 2**) рекомендуется самостоятельно проанализировать причины падения общего уровня здоровья обучающихся образовательных организаций по возрастным категориям. Выводы можно использовать в практической работе с обучающимися (в различных формах общения на темы самоконтроля и само сбережения их собственного здоровья).

При изучении **темы 2** «Конкурирующие компетенции педагогического работника в современной образовательной организации, роль партнёрских отношений с коллегами в достижении образовательных целей» (**раздел 2**) в процессе знакомства с Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования» акцентировать внимание на квалификационных характеристиках таких должностей, как: учитель, тьютор, педагог дополнительного образования, руководитель физического воспитания, инструктор по физической культуре, тренер-преподаватель.

При изучении **темы 3** «Возрастные особенности детей и подростков школьного возраста и опыт их социализации средствами АРР Установление партнёрских отношений с обучающимися и их родителями» (**раздел 2**) уделить особое внимание приёмам установления партнёрских контактов с родителями, как важному ресурсу в формировании на занятиях с обучающимися общей культуры их личности, в том числе развитии физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности.

При изучении **темы 4** «Общая характеристика учебной программы «Программа по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла» (**раздел 2**) особое внимание уделить концептуальным подходам к обучению по данной программе. Акцентировать

внимание на логике составления учебно-тематического планирования по этапам обучения и ожидаемым результатам обучения.

При изучении **темы 5** «Обеспечение безопасности на занятиях акробатическим рок-н-роллом» (**раздел 2**) акцентировать внимание на технике безопасности при выполнении всех полу акробатических и акробатических фигур, а также на роль учителя в предотвращении детского травматизма на уроках физической культуры в школах.

При изучении всех тем (**1-13**) практико-ориентированного **раздела 3** уделять особое внимание правильности выполнения всех элементов АРР, хореографии, а также общеразвивающих упражнений с использованием ресурсов других видов спорта.

### **5.3.Рекомендации по использованию образовательных технологий:**

- компьютерные технологии;
- «Педагогическое целеполагание» (основана на органической взаимозависимости учебных знаний и дидактических требований к поискам инвариантных и творческих решений поставленных задач и опоре на личный опыт обучающегося);
- ролевая игра;
- «Творческие мастерские» (стимулируют всплеск активности обучающихся в направлении реализации своего познавательного интереса, направлены на персонификацию и саморазвитие обучающихся).

### **5.3. Содержание практических занятий**

*Практическое занятие №1 к теме:* «Конкурирующие компетенции педагогического работника в современной образовательной организации, роль партнёрских отношений с коллегами в достижении образовательных целей».

*Примерное содержание занятия:* проведение индивидуального тестирования с выстраиванием круговой диаграммы «Конкурирующих умений специалиста». Проведение (с использованием этой диаграммы) индивидуального анализа об уровне собственных профессиональных компетенций и личного дефицита в части профессиональных качеств.

Содержание (примерный план) *практических занятий к темам № 2-12 Раздела III «Обучение методикам АРР»* Учебно-тематического плана отражён в Рабочей программе.



## **6. Материалы для проведения аттестационных процедур.**

### **6.1. Требования к проведению аттестации по Программе.**

Аттестация проводится поэтапно:

- промежуточная аттестация в виде тестов, промежуточных зачетов по практическим занятиям (темы зачётов в соответствии с темами занятий);
- курсовая аттестация (по окончанию изучения программы в виде курсового проекта).

### **6.2. Требования к выполнению курсового проекта.**

Форма и тема проекта – по выбору слушателя.

Формы проекта:

*1. План проведения занятия* с обучающимися по физической культуре на основе АРР.

Примеры тем:

- план проведения занятия с обучающимися I этапа обучения на тему: «Изучение основных позиций рук, ног, положения тела в АРР; простейшие танцевальные элементы - «шаг-приставка-шаг-точка», «Ладушки», шаги (с поднятым коленом и оттянутой стопой)»;

- план проведения занятия с обучающимися I этапа обучения на тему: «Техника ног в АРР. Изучение 6-частного хода АРР»;

- план проведения занятий с обучающимися I этапа обучения на тему: базовые танцевальные позиции: «променад», «открытая позиция с контактом в одной руке», «открытая позиция с контактом в двух параллельных руках»; «открытая позиция с контактом в двух скрещённых руках»; переходы из одной позиции в другую;

- план проведения занятия с обучающимися I этапа обучения на тему: «Простые танцевальные фигуры на основе техники ног АРР: «смена мест: верхняя и нижняя смена, ворота, американ спин»;

- план проведения занятия с обучающимися I этапа обучения на тему: «Простые танцевальные фигуры и танцевальные связки АРР на основе техники основного 6-частного хода АРР»;

- план проведения занятия с обучающимися II этапа обучения на тему: «Чередование видов танцевальных фигур с «верхними» и «нижними» сменами и переходами из одной позиции в другую»

- план проведения занятия с обучающимися II этапа обучения на тему: «Изучение полу акробатических базовых фигур АРР: «Лассо», «По-лассо», «Сед на колени», «Сед на бёдра»;

- план проведения занятия с обучающимися II этапа обучения на тему: «Исполнение основного хода в сочетании с простыми танцевальными фигурами и

полу акробатическими элементами АРР: «Верхняя смена, лассо, нижняя смена, ворота, американ спин, верхняя смена, сед на колени, нижняя смена, променад»;

- план проведения занятия с обучающимися II этапа обучения на тему: «Исполнение основного хода в сочетании с простыми танцевальными фигурами: «соло партнёрши (партнёра)», «флирт» с полу акробатическими элементами «тоте мэн» и «тоте фрау»;

- план проведения занятия с обучающимися III этапа обучения на тему: «Изучение базовых фигур АРР» (перечень фигур, изучаемых на конкретном занятии, - по выбору слушателя);

- план проведения занятия с обучающимися III этапа обучения на тему: «Комбинации из акробатических упражнений (4-х, 5-ти и более элементов)» (выбор элементов – на усмотрение слушателя);

- пр. темы, сформированные слушателями самостоятельно и утверждённые руководителем курсов.

## ***2. План проведения мероприятия.***

### Примеры тем:

- «План проведения годового отчётного занятия по акробатическому рок-н-роллу с обучающимися начальных классов» (с обучающимися средней школы, с обучающимися старшей школы, с обучающимися всех возрастных групп – по выбору);

- план проведения общешкольного мероприятия (спортивный праздник) для родителей: «Акробатический рок-н-ролл – движение ради будущего»;

- план работы по созданию показательного блока выступлений по акробатическому рок-н-роллу для участия в новогодних школьных праздниках (для младших школьников, для обучающихся средней школы, для обучающихся старшей школы – по выбору);

- иные темы, предложенные слушателями, исходя из собственного опыта работы в конкретной общеобразовательной организации и утверждённые руководителем курсов.

### **Проект должен содержать:**

- текстовую часть плана на бумагоносителе с кратким описанием действий с обучающимися на каждом этапе занятия (разминка, основная часть, заминка), или программы проведения мероприятия с основными концептуальными его моментами (тема, цель мероприятия, задачи, ожидаемые результаты, участники, пр.);

- презентационную часть (для защиты проекта) – компьютерная презентация.

### 6.3. Механизмы контроля.

Формы	Методы
<ul style="list-style-type: none"> <li>- тестирование;</li> <li>- сдача промежуточных зачётов по практической части обучающего курса Программы;</li> <li>- самоконтроль;</li> <li>- контроль за балансом между теорией и практикой изучаемого материала;</li> <li>- защита курсового проекта.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- групповая и индивидуальная работа со слушателями курсов;</li> <li>- привлечение к итоговой аттестации независимых специалистов (РосФАРР в том числе);</li> <li>- корректировка ошибок и повторная сдача тестов и практических зачётов;</li> <li>- разработка курсового проекта.</li> </ul>

### 6.4 Критерии оценивания для всех форм контроля.

№ п/п	Оцениваемые параметры итогового зачёта по теоретической части Программы (тестирование)	результат
1	<p>В ходе тестирования в полной мере представлены знания в части государственной политики и нормативно-правового регулирования процесса развития физической культуры и спорта в РФ, истории АРР, возрастных особенностей детей и подростков школьного возраста и использовании ресурсов АРР в их здоровьесбережении.</p> <p>В полной мере представлены знания об обеспечении безопасности на занятиях АРР.</p> <p>Владение знаниями об использовании учебной программы «Программа по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла» в соответствии с возрастными особенностями и физическими возможностями обучающихся.</p>	<b>Зачёт</b>
2	<p>Не раскрыты знания о государственной политике и нормативно-правовом регулировании процесса развития физической культуры и спорта в РФ, истории АРР, возрастных особенностях детей и подростков школьного возраста и использовании ресурсов АРР в их здоровьесбережении.</p> <p>Не в полной мере представлены знания об обеспечении безопасности на занятиях АРР.</p> <p>Нет понимания о возможностях и вариантах использования учебной программы «Программа по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла» в соответствии с возрастными особенностями и физическими возможностями обучающихся.</p>	<b>Не зачёт</b>

№ п/п	Оцениваемые параметры итогового зачёта по практической части Программы	результат
1	Все изучаемые в практической части программы элементы и упражнения (в том числе: положение ног, рук, туловища,	<b>Зачёт</b>

	выполнение основного хода АРР, базовых танцевальных позиций, фигур и связок, базовых полу акробатических фигур АРР, пр.) выполняются правильно с сохранением ритма музыкального сопровождения. При выполнении элементов и упражнений АРР в полной мере используются приобретённые знания по технике безопасности АРР.	
<b>2</b>	Изучаемые элементы и упражнения АРР выполняются неправильно, не по предложенным методикам. Не соблюдается ритм музыкального сопровождения. Элементы и упражнения АРР выполняются без учёта правил техники безопасности.	<b>Не зачёт</b>

<b>№ п\п</b>	<b>Оцениваемые параметры итогового курсового проекта</b>	<b>результат</b>
<b>1</b>	В полной мере раскрыта актуальность и практическая значимость проекта. Проект отличается новизной, креативным (творческим) подходом, оригинальностью и технологичностью его реализации. При разработке проекта использовалась дополнительная литература (приложен её список). Общее оформление проекта соответствует предложенным требованиям.	<b>Зачёт</b>
<b>2</b>	Актуальность и практическая значимость проекта не раскрыта. Работа представляет собой набор высказываний, верных по своей сути, но не связанных с темой проекта и его структурой общей логикой. Предложения по его реализации не имеют обоснования и не технологичны. Список использованной литературы отсутствует. Общее оформление проекта не соответствует требованиям.	<b>Не зачёт</b>

#### **6.4. Вопросы для подготовки слушателей к тестам (примерный перечень).**

1. Концептуальные положения учебной программы «Программа по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла».
2. Новизна учебной программы «Программа по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла».
3. История акробатического рок-н-ролла.
4. АРР, как одно из направлений гармоничного развития ребенка, его физического, психического и духовного совершенствования.
5. Методика проведения разминки и выполнения упражнений разминки с использованием ресурсов различных видов спорта.
6. Методика выполнения элементов классического экзерсиса.
7. Методика освоения развивающих и «подводящих» упражнений.

8. Методика освоения основного хода, позиций и базовых фигур в АРР.
9. Особенности базовой подготовки по АРР в соответствии с этапами обучения и возрастными особенностями обучающихся.
10. Методика освоения хореографических упражнений.
11. Обеспечение безопасности на занятиях АРР.
12. Основные приёмы страховки обучающихся на занятиях АРР.
13. Разработка урока по АРР (по выбору слушателей).
14. Общие подходы к подбору музыкального сопровождения.
15. Возрастные психологические особенности обучающихся разных возрастов, развитие опыта их социализации педагогическими средствами «Программы по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла»
16. Роль учителя, соответствующая социально-ориентированной модели педагога в образовании.
17. Основной государственный документ, в котором обозначена основная цель и задачи процесса развития физической культуры и спорта в нашей стране.
18. Государственный нормативный документ, отражающий возможности развития спортивной инфраструктуры в школе.
19. Документы Минобрнауки России, призванные оказывать помощь руководству образовательной организации в создании (совершенствовании) спортивной школьной инфраструктуры.
20. Требования Федеральных государственных образовательных стандартов начального, основного и среднего общего образования к результатам освоения образовательной программы по учебному предмету «Физическая культура».
21. Перечень основных государственных законодательных и иных документов, нормативно-правовых актов в сфере образования и физкультурно-спортивного воспитания населения страны.

## **7. Список литературы**

1. Амелин, А. В. Все о рок-н-ролле / А. В. Амелин. Томск. Май, 2003. - 25 с.
2. Амелин, А. В. Все о рок-н-ролле. Томск. 2003.
3. Быстрова Т.Н. Методика обучения групп начальной подготовки акробатического рок-н-ролла. Самиздат. 2000г.
4. Балунова Е.Н. Методика обучения детей в акробатическом рок-н-ролле: автореф. дисс. канд. пед. наук / Балунова Е.Н. С-П., 2009 – 24 с.
5. Голев А.Б. Методика акробатического рок-н-ролла «Танцуем рок-н-ролл». Министерство культуры, 1988 г.

6. Журавин М.Л. Особенности развития координации и силы у юных гимнастов 9-11 лет на этапе начального обучения: автореф. дисс.. канд. пед. наук / М.Л. Журавин. Д., 1976 - 22 с.
7. Игнашенко А.М. Акробатика. - М.: Физкультура и спорт. 1951. - 159 с.
8. Курьсь В.Н. Спортивная акробатика теория и методика обучения прыжкам на дорожке II том. - Ставрополье, 1994. - 205 с.
9. Кужекина А.И. 5-ти летняя программа обучению рок-н-роллу. Самиздат 2001.
10. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физическая культура. Силовая подготовка детей школьного возраста: Метод. пособие.- М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2002.
11. Кызим П.Н. Акробатический рок-н-ролл. - Харьков.: Основа, 1999. – 320 с.
12. Кызим П.Н. Программа изучения (преподавания) основных движений акробатического рок-н-ролла в 1-4 классах общеобразовательных школ, ХаГИФК, 1997.
13. Лисицкая Т.С. Хореография в гимнастике. - М., ФиС, 1984.
14. Мисюк, О.А. Акробатический рок-н-ролл 92 / О.А Мисюк М.: Советский спорт, 1992. - С. 5 - 17.
15. Мисюк, О.А. Российскому акробатическому рок-н-роллу 10 лет / О.А. Мисюк. - СПб.: Советский спорт, 1998. - С. 5.
16. Муллагильдина А.Я. Повышение эффективности тренировочного процесса в акробатическом рок-н-ролле: Дисс. канд. пед. наук. - Харьков, 1995. Назаренко, Л. Н. Средства и методы развития двигательных координаций / Назаренко. Л. Н.М.: Теория и практика физической культуры, 2003. - 259 с.
17. «Физическая культура. Гармоничное развитие детей средствами гимнастики». Методическое пособие.1-4 классы (Москва. Издательство «Просвещение, 2012г.).
18. «Физическая культура. Гимнастика» 1-4 классы. Учебник для общеобразовательных учреждений в 2-х частях (Москва. Издательство «Просвещение», 2011 г.).