

Муниципальное автономное образовательное учреждение
«Центр дополнительного образования детей города Белогорск»

СОГЛАСОВАНО
методическим советом
протокол № 1
" 15 " 08 2020г.



Директор МАОУ И.Ю.Д города Белогорск
Салманова Е.В.
2020 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ)
ПРОГРАММА
«Барабанщицы»**

Направленность: Художественная
Возраст обучающихся: 13-17 лет
Срок реализации: 1 год
Количество часов: 72 часа
Уровень программы: Базовый
Форма реализации : Сетевая

Составила педагог
дополнительного образования
Богданова Олеся Валерьевна

г. Белогорск
2020 г.

Пояснительная записка

Настоящая дополнительная общеразвивающая программа «Барабанщицы» художественной направленности составлена на основании следующих нормативно-правовых актов:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей, утверждённая распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р;
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утверждённый приказом Минобрнауки России от 29 августа 2013 года №1008);
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, разработанные Минобрнауки России (информационное 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», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 г. № 41;
- Рекомендации по организации образовательной и методической деятельности при реализации общеразвивающих программ в области искусств, утвержденные Минкультуры России 19.11.2013 г. № 191-01-39/06-ГИ;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

Актуальность программы. Существует множество разновидностей барабанов, но данная программа написана для маршевого барабана, который является обязательным элементом всех военных оркестров и парадов. Звучит он громко и раскатисто, как литавры в симфоническом оркестре. Барабанный ритм организует людей, настраивает на слаженные действия, на слаженный шаг. Поэтому барабан можно назвать инструментом – организатором. Десяткам, сотням, а то и тысячам людей задаёт барабан один общий темп движения. Подбадривает, организует. Иные думают, что игра на барабане – дело пустяковое. Но это не так. Попробуй, сбейся с ритма, и тогда споткнутся, смешают шаг все, кто шагает под барабанный марш. А выдержать единый ритм, не убыстрить – не так-то просто. Здесь нужны и слух, и собранность, и внимание, и самоконтроль, и серьёзная долгая тренировка, чтоб не устали руки, чтоб не притупился слух, чтоб не упало

настроение. Если уж взялся за барабанные палочки, не уставай учиться, не только играть, но и слушать.

Интерес детей к этому виду творчества, социальный заказ родителей, возможности для занятий обусловили создание образовательной программы «Барабанщицы».

Новизна настоящей программы заключается в реализации обучающимися своих творческих способностей в игре на музыкальных инструментах. Основу ансамбля составляют маршевые барабаны. В современном обществе такого рода ансамбли стали представлять особый интерес, так как появление на сцене ансамбля барабанщиц в ярких костюмах придаёт любому мероприятию особую торжественность. Выступление ансамбля на сцене - это своеобразный миниспектакль. Ансамбль барабанщиц - это не только игра на инструментах, но и обязательно танцевальные перестроения - дефиле.

Программа адресована для детей в возрасте от 13 до 17 лет. В коллектив принимаются все желающие, прошедшие музыкальные испытания. В группе 12-20 человек.

Объем и срок реализации программ: 1 год обучения. Основной курс программы рассчитан на 72 часа обучения.

Формы обучения и виды занятий: очная, аудиторная. Беседа, мастер-классы, практические занятия, участие в концертах, торжественных мероприятиях.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий: 1 раз в неделю по 2 часа.

Цель программы: формирование и развитие творческих, музыкальных способностей у обучающихся через игру на маршевых барабанах.

Задачи:

1. Сформировать навыки игры на музыкальном инструменте, исполнения марша в ансамбле.
2. Способствовать развитию слуха, музыкальной памяти, чувства ритма, координации движения.
3. Воспитать творческую активность, чувство коллективизма, эмоциональную отзывчивость, трудолюбие.

Основные принципы реализации программы:

- поэтапность (содержание построено с учетом психолого-педагогических возрастных особенностей детей);
- доступность (теоретический материал адаптирован для учащихся определенной возрастной группы);
- систематичность (построение и содержание каждого занятия основано на знаниях, умениях и навыках, полученных учащимися на предыдущих занятиях);
- индивидуальный подход (в процессе занятий осуществляется индивидуальная работа с детьми по формированию навыков игры на музыкальных инструментах).

Планируемые результаты.

По окончании освоения данной программы обучающиеся должны:

1. Знать и уметь определять и передавать в движении характер музыки.
2. Уметь ориентироваться в пространстве.
3. Владеть техникой танцевального шага.
4. Уметь играть на маршевых барабанах.

Формы аттестации.

Формы аттестации, контроля	
Текущий контроль	проводится в конце изучения каждой темы - викторины, творческие задания.
Промежуточная аттестация	диагностика уровня ключевых, метапредметных и предметных компетенций учащихся – вводная - январь, итоговая – май.
Итоговая аттестация	оценка качества обученности учащихся по завершению обучения по образовательной программе; творческая работа (создание медиапродукта), наградные документы за участие в конкурсах различного уровня по профилю, портфолио.

Для оценивания результатов деятельности, обучающихся используются диагностика выявления уровня ключевых, метапредметных и предметных компетенций. Диагностика заключается в выявлении уровня компетентности обучающихся в результате освоения дополнительной образовательной программы.

Параметры диагностирования:

- I. Ключевые компетенции по трем направлениям,
- II. Метапредметные компетенции по 6 направлениям,
- III. Предметные компетенции.

Учет социальной и творческой активности обучающихся.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: грамоты, папка наблюдений, материал анкетирования и тестирования, методическая разработка, фото- и видеоматериалы.

Итоговая аттестация обучающихся в форме: творческие выступления, портфолио, наградные документы за участие в конкурсах различного уровня.

Методические материалы:

Особенности организации образовательного процесса – очно.

Применяемые технологии:

технология личностно-ориентированного образования; здоровьесберегающие технологии; информационно-коммуникационные

Выбор метода обучения зависит от содержания занятий, уровня подготовки и опыта обучающихся:

- 1) По источнику передачи и восприятия знаний:
 - словесные (рассказ, беседа, инструктаж, поощрение);
 - наглядные (демонстрация),

- практические (упражнения)
- 2) По характеру познавательной деятельности:
- Репродуктивный метод (демонстрация);
 - Частично-поисковый (эвристический).

Методы воспитания: убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация.

Средства обучения: средства объяснения нового материала, средства закрепления и повторения, и средства контроля.

Методы контроля: наблюдение, тестирование, фестивали, показательные выступления.

Формы организации образовательного процесса:

индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая;

Формы организации учебного занятия: учебно-тренировочная работа, практическое занятие, творческая мастерская.

Формы проведения итогов по каждому разделу – выполнение упражнений, оценка техники игры на барабанах, исполнение маршевых произведений.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	название раздела и темы	количество часов		
		теория	практика	Всего
1	Вводное занятие. Инструктаж.	1	1	2
2	Общефизическая подготовка.	-	16	16
3	Основные приемы игры на ударных инструментах.	1	15	16
4	Простые ритмические перестроения. Дефиле.	-	16	16
5	Игра на маршевом барабане, дефиле с маршевым барабаном.	-	12	12
6	Подготовка к концертной деятельности. Правила поведения во время выступления, на концерте, на сцене и за кулисами.	-	2	2
7	Социальная практика		8	8
	Итого	2	70	72

Содержание программы

Вводное занятие. Инструктаж. (2 ч) История возникновения и создания ансамблей барабанщиц, связь с пионерскими отрядами барабанщиков. Правила по технике безопасности.

Общефизическая подготовка. (16 ч) Общая физическая подготовка обеспечивает всестороннее и гармоничное физическое развитие человека. Подготавливает базу для специальной физической подготовки в конкретном виде спорта, или специальной трудовой деятельности.

Комплекс ОФП №1 «Общеразвивающие упражнения для развития подвижности в суставах»

Для верхних конечностей: поднимание и опускание рук – вперед, вверх, в стороны; круговые движения руками в различных плоскостях, сгибание и разгибание рук из различных исходных положений. Из положения стоя, руки вверх с резиновым бинтом, выкрут, опуская руки назад за спину и возвращаясь в исходное положение; тоже, но со скакалкой, руки вверх шире плеч.

Для туловища: повороты, наклоны в сторону, вперед из различных исходных положений.

Для нижних конечностей: сгибание и разгибание ног коленных и голеностопных суставах. Поднимание прямой ноги вперед, в сторону (до высоты пояса, груди), назад (выше колена), стоя у гимнастической стенки и опираясь о нее рукой, свободную руку на пояс: а) махи ногой вперед, назад, в сторону, стоя у гимнастической стенки и опираясь на нее рукой (при махе ногой стопу поворачивать наружу, тело и голову держать прямо); б) встать лицом (боком) к стенке и поставить прямую ногу на рейку на высоте пояса. Приседать на опорной ноге, удерживать прямую ногу на рейке; в) стоя у стенки, поднимать прямую ногу вперед, в сторону и назад с помощью тренера (не допускать болевых ощущений).

Комплекс ОФП №2 «Общеразвивающие упражнения для развития подвижности в суставах»

Обучение шпагата рекомендуется начинать с выполнения упражнений, описанных в комплексе №1: поднимание ног в сторону на 90 градусов, содействует хорошему выполнению прямого шпагата и исключает травматические повреждения.

Для нижних конечностей: из упора лежа ноги врозь (шире), носки повернуты наружу, поворот туловища направо и налево, выставляя руки то в одну, то в другую сторону. Поворачиваясь налево, стремиться коснуться пола правым бедром, поворачиваясь направо, - левым бедром; стоя лицом к гимнастической стенке, развести ноги врозь (шире). Держась руками за стенку, стремиться опуститься как можно ниже; тоже, но встать на 2 – 3 рейку.

Выпады, шпагаты.

Для туловища: Разные виды «складочек» в положении сидя.

При выполнении разного вида «складочек» необходимо тянуться максимально вперед.

Вариант 1: вторая нога согнута в колене, пятка внутрь в области паха. Выполнить медленно наклон вперед, до полного касания корпусом передней поверхности вытянутой ноги. Зафиксировать это положение в течение 5 сек. Затем сменить положение ног и повторить упражнение.

Вариант 2: вторая нога согнута в колене, голень параллельна вытянутой ноге, подошва стопы направлена вверх. Методика выполнения та же, что и в варианте 1. Данное упражнение предполагает наличие хорошей подвижности в коленном суставе, потому, если возникают боли, то это сигнал к тому, что упражнение следует выполнять в облегченном варианте.

Комплекс ОФП №3 «Упражнения на развитие силовой выносливости»

Для мышц нижних конечностей

«Приседание»

Упражнение: многосуставное. Рабочие суставы: тазобедренный, коленный, голеностопный. Воздействие на основные мышечные группы: четырехглавая мышца бедра, ягодичные мышцы, мышцы задней группы бедра.

Используемое оборудование: с собственным весом, с гантелями, с бодибаром, с набивным мячом. Движение: И.п.: стойка, ноги врозь (другой вариант – широкая стойка ноги врозь), естественный разворот стоп наружу, взгляд направлен вперед. На вдохе выполнить приседание до угла 90° в коленном суставе, на выдохе – вернуться в И.п. Методические указания: спина выпрямленная (сохранять естественные изгибы позвоночника), не блокировать коленный сустав, колено в проекции на стопу.

«Выпады».

Упражнение: многосуставное. Рабочие суставы: тазобедренный, коленный, голеностопный. Воздействие на основные мышечные группы: четырехглавая мышца бедра, ягодичные мышцы, мышцы задней группы бедра.

Используемое оборудование: с собственным весом, с гантелями, с бодибаром, с набивным мячом. Движение: И.п.: стойка ноги врозь, стопы параллельны, взгляд направлен вперед. На вдохе выполнить шаг назад на носок и согнуть ноги в коленных суставах до угла 90° , на выдохе – вернуться в И.П.

Вариации: выпады вперед и в стороны в динамике (со сменой ног и в статике, когда ноги не меняются). Методические указания те же: спина выпрямлена, колено не выходит за пределы стопы, угол сгибания в коленных суставах не менее 90° .

«Наклоны» (становая тяга).

Упражнение: односуставное. Рабочий сустав: тазобедренный. Воздействие на основные мышечные группы: мышцы задней группы бедра, ягодичные мышцы, мышцы разгибатели позвоночника. Оборудование: с собственным весом, гантели, бодибар, набивной мяч. Движение: И.п.: стойка ноги врозь, хват на ширине плеч (если с бодибаром), взгляд направлен вперед. На вдохе выполнить сгибание в тазобедренном суставе до угла 90° бедро-корпус, на выдохе – вернуться в И.п. Методические указания: спина прямая (сохранять естественные изгибы позвоночника), ход рук с отягощением или без вдоль бедра, не блокировать коленные суставы.

Комплекс ОФП №4 «Упражнения на развитие силовой выносливости»
«Диагональное скручивание».

Упражнение: многосуставное. Рабочие суставы: межпозвонковые соединения. Воздействие на основную мышечную группу: прямая мышца живота и косые мышцы живота. Движение: И.п.: лежа на спине, руки за головой, ноги согнуты, стопы на полу. На выдохе – выполнить сгибание и одновременно поворот туловища, оторвав лопатки от пола, на вдохе вернуться в И.п.

Методические указания: поясница прижата к полу (коврику), таз зафиксирован, исключить инерцию и движение в шейном отделе позвоночника.

«Планка».

Выполнение: И.п.: упор лежа на предплечья, удержание И.п. Методические указания: не прогибаться в пояснице, живот подтянут. Облегченный вариант – с колен.

«Полный сед».

Упражнение: многосуставное. Рабочие суставы: межпозвонковые соединения, тазобедренный сустав. Воздействие на основную мышечную группу: прямая мышца живота, мышцы-сгибатели бедра. Движение: И.п.: лежа на спине, ноги согнуты в коленях, стопы на полу, на выдохе – выполнить полный сед, на вдохе вернуться в И.п. Методические указания: исключить инерцию и движение в шейном отделе позвоночника.

Методические рекомендации и дозировка к выполнению упражнений: В зависимости от уровня физической подготовленности и состояния здоровья количество повторений варьируется от 15 до 30 раз в одну серию. При достижении высокого уровня выполнения упражнений (упражнение выполняется свободно 25-30 раз за одну серию), необходимо менять исходное положение и/или использовать отягощения.

Комплекс ОФП 5

1. Поднимаясь на носки, развести руки в стороны (5–8 раз).
2. Круговые движения руками в обе стороны (по 6–8 раз).
3. Разведя руки в стороны и встав на носки, поднимать поочередно ноги (10–12 раз).
4. Присесть; вставая, принять положение «ласточки» (6–8 раз).
5. Бег на месте (8–10 с).
6. Наклоны туловища вправо и влево со скольжением рук по бокам и бедрам (10–12 раз).
7. Различные приседания: руки вперед, ноги вместе на ширине плеч и т. п. (10–12 раз).
8. Подскоки: ноги врозь и скрестно (30–40 с).
9. Потягивание и расслабление рук, наклон.
10. Круговые движения туловища 5–6 раз в каждую сторону.
11. Сгибать и разгибать руки в упоре о стул, стол (6–8 раз).
12. Лежа поднимать одну или обе ноги (6–8 раз).
13. Лежа скрещивать ноги и разводить в стороны (10–12 раз).

14. Лежа выполнять движение ногами – «велосипед» (от 30 с до 1 мин).

15. Прыжки со скакалкой 2–3 мин на месте и в движении. После паузы повторить.

16. Спокойная ходьба.

Основные приемы игры на ударных инструментах. (16 ч)

Специфика музыки как вида искусства (отражение действительности в звуковых образах). Масштабы её художественных возможностей (отображение картин природы, быта, народной жизни, внутреннего мира человека). Выразительные средства музыки (мелодия, лад, гармония, ритм, темп, тембр и т.д.); взаимодействие выразительных средств в музыкальном произведении. Основная стойка с инструментом, звукоизвлечение, приемы игры. Основные приемы игры на ударных инструментах. Музыкальный звук. Его свойства и качества. Звук как физическое явление. Источники звука у разных инструментов. Музыкальные звуки и шумы (скрип, скрежет, шуршание и т.п.). Свойства музыкального звука – высота, длительность, сила, тембр. Разнообразие тембровой окраски звуков, издаваемых различными музыкальными инструментами. Показ разнообразных приемов игры на барабане. Постановка рук при игре на ударных инструментах. Преодоление мышечной зажатости рук. Тренировка мышц кистей рук при игре.

Простые ритмические перестроения. Дефиле.(16 ч)

Дефиле, или подиумный шаг. Понятие «дефиле» как свободное движение по подиуму на основе музыки, выстроенное в композицию в соответствии с замыслом демонстрации модели. Походка. Типы походок. Осанка формирует походку. Походка и здоровье. Правильная походка, критерии походки. Спортивно-оздоровительный момент походки. Походка и возраст Походка и настроение. Рекомендации к выработке правильной походки.

Виды построения: «шеренга», «колонна». Дефиле – его разновидности, предъявляемые к нему требования. Особенности движения в режиме «дефиле». Барабанные палочки, жонглирование ими, как средство украшения дефиле.

Дефиле

Основная позиция в статике:

- положение ног в 3-й закрытой позиции; развернутость носков наружу, согнутое колено, нога на носке; положение рук; свободно-пластичное вдоль тела; положение головы; прямо, взгляд вперед, подбородок горизонтально полу;
- положение плечевого пояса: расслабленно, плечи опущены, лопатки разведены;
- осанка: подтянутая, спина напряжена, живот втянут. Характеристика основного шага:
- шаг с каблука, прямой ноги;
- умеренность ширины шага, «линия пятки»;
- чуть заметные движения плечевого пояса в противовес выносу бедра;
- движения рук помогают общему движению.

Практика

- Просмотр видеозаписи движения.
- Наблюдение за походками учащихся. Анализ. Изображение разнообразных походок людей в импровизации.
- Демонстрация походок.
- Пластические этюды на изображение походок: походка и возраст; походка и настроение; походка и груз.
- Сравнение с обычной ходьбой под музыку, с хлопками и без.
- Отработка упражнений.

Игра на маршевом барабане, дефиле с маршевым барабаном. (12 ч) Упражнение на постановку рук с барабанными палочками для игры на малом барабане (в правой руке и в левой руке, в обеих руках одновременно); на отработку ударов (одиночных, двойных, тройных, четверных); на расслабление кистей рук, локтевого сустава и предплечья с малом барабаном и с барабанными палочками в руках. Ритмические упражнения на малом барабане в соответствии с длительностью звучания нот. Разучивание строевых и эстрадных маршей на малом барабане; Упражнения на отработку прохода маршем без игры на барабане и с игрой на нём. Под военный марш по кругу, шеренге и в колонне по два, по четыре. Отработка равнения в шеренге и в колонне, перестроение в зависимости от рисунка дефиле и от данной маршевой музыки. Упражнения на формирование навыков жонглирования барабанными палочками.

Подготовка к концертной деятельности. Правила поведения во время выступления, на концерте, на сцене и за кулисами. (2 ч)

Социальная практика (8 ч) Отчетный концерт; участие в родительской конференции; «Алло мы ищем таланты»; Фестиваль «военно-патриотической песни».

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение программы.

1. Материально-техническая база: кабинет, музыкальные инструменты, концертные костюмы.
2. Наглядный материал (стенды); уголок безопасности; наглядные пособия.
3. Методическая литература: журналы по детскому творчеству, энциклопедии.
4. Технические средства: компьютер, телевизор, DVD плеер, музыкальный центр, аудио и видеозаписи.
5. Информационные средства: литература, цифровые образовательные ресурсы, интерактивные презентации, электронные иллюстрации.
6. Дистанционные ресурсы: Ресурсная интернет - платформа РЭШ, Ресурсная интернет- платформа ZOOM, WhatsApp.

При реализации программы используются такие дистанционные образовательные технологии, как:

1. SKYPE
2. Телефон
3. Видеоуроки, видеоконференции
4. Чат
5. Презентации
6. Выход в интернет (интернет сайты)
7. Электронная почта (переписка)

**Список литературы
Для педагога**

1. Вперед, пешеходы Гайс И. - Журнал «Физкультура и здоровье», 1986, № 1. стр. 41-43.
2. Иванова О. А, Шарабарова И. И. Занимайтесь ритмической гимнастикой. - М., Советский спорт, стр. 17-18.
3. Каргин А.С. Работа с самодеятельным оркестром русских народных инструментов. – М.: Музыка, 1982.
4. Маталаев Л.Н. Основы дирижерской техники: Методическое пособие. – М.: Сов. композитор, 1986.
5. Михеева Л.В. Музыкальный словарь в рассказах. – М.: 1988.
6. Оркестр ударных инструментов Карла Офра под ред. Л.А. Баренбойма Л. 1970.
7. Педагогика. Учебное пособие для студентов пед. вузов и пед. колледжей. под ред. П.И. Пидкасистого. – М.: Российское педагогическое агентство, 1995.
8. Попова Т.В. Пути к музыке. М., «Знание», 1973.
9. Тихомиров Г.В. Инструменты русского народного оркестра – 3-е изд. – М.: Музыка, 1983.
10. Тютюнникова Т.Э. Уроки музыки. Система обучения К.Офра. М.»Астрель» 2000.
11. Фридкин Г.А. Музыкальная грамота. М., «Сов. Россия», 1970.

Для учащихся

1. Глейхман В. Организация работы начинающего самодеятельного оркестра русских народных инструментов. – М., 1976.
2. Ибрагимов Т. Еще раз о ходьбе. - Журнал «Физкультура и здоровье», 1986, №1, стр. 45.
3. Колодницкий Г. А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. - М., Тандем, 1998.
4. Медушевский В.В., Очаковская О.О.. Энциклопедический словарь юного музыканта. Библиотечная серия. – М.: Педагогика, 1985.

Для родителей

1.Крунтяева Т.С., Молокова Н.В., Ступель А.М. / Словарь иностранных музыкальных терминов. – 4-е изд. – Л.: Музыка, 1984.

2.Кряжева Н. Л. Развитие эмоционального мира детей. Популярное пособие. - Ярославль, Академия развития, 1996.

3.Хайрова Ю. Босиком за здоровьем. - Журнал «Физкультура и здоровье», 1986, № 1, стр. 43-45.

4.Чунин В. Современный русский народный оркестр. М., 1981.

Календарный учебный график

8. Продолжительность учебного года

Начало учебного года	Окончание учебного года	Продолжительность учебного года
01.09.2020	21.05.2020	36 недель (180 дней)

9. Сроки и продолжительность учебных периодов

Учебный период	Начало и окончание полугодия	Количество учебных недель по 5-дневной учебной недели	Праздничные дни
1 полугодие	01.09.2020-29.12.2020	17 недель (85 дней)	04.011.2020
2 полугодие	11.01.2021-21.05.2021	19 недель (95 дней)	23.02.2021 08.03.2021 03.05.2021 10.05.2021

10.Сроки и продолжительность каникул

Каникулы	Начало и окончание каникул	Количество каникулярных дней
Зимние	30.12.2020-10.01.2021	12 дней

11.Продолжительность уроков – 40 минут

12.Проведение промежуточной аттестации:

промежуточная аттестация проводится по полугодиям в соответствии с Положением о формах, периодичности, порядке текущего контроля промежуточной аттестации.

13.Итоговая аттестация:

сроки проведения итоговой аттестации обучающихся проводится по окончании прохождения программы.