

Муниципальное учреждение дополнительного образования  
«Перспектива»

Рассмотрена на заседании  
педагогического совета  
протокол № 2  
от « 11 » ноября 2024 г.



Утверждаю  
Директор МУДО  
«Перспектива»  
И.Г. Вертеев  
« 11 » ноября 2024 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности  
«Танцующая гимнастика»  
Возраст обучающихся: 5-9 лет  
Срок реализации - 2 года

Составитель:  
педагог дополнительного образования  
Клюева Лариса Орестовна

Городской округ город Переславль-Залесский  
г. Переславль – Залесский, 2024 г.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

1	Пояснительная записка	3
2	Учебно-тематический план	8
3	Содержание программы	9
4	Обеспечение программы	14
4.1.	Методическое обеспечение программы	14
4.2.	Материально-техническое обеспечение	17
5.	Контрольно-измерительные материалы и мониторинг образовательных результатов	18 20
6.	Список информационных источников	22
7.	Приложение 1. Календарный учебный график	24

## 1. Пояснительная записка.

Современная физкультурно-оздоровительная работа – это постоянное движение вперед, пополнение арсенала используемых средств и методов тренировки. Основным средством, как и раньше, являются физические упражнения, вспомогательными – различные приспособления, которые помогают разнообразить эти упражнения и сделать их более интересными и занимательными, и методы интеграции с различными видами искусства.

Данная программа включает в себя обязательный минимум информации, позволяющий существенно расширить знания, умения и навыки в области физической культуры и хореографии в процессе сотрудничества педагога и ребенка.

Понимание физических возможностей своего тела способствует воспитанию уверенности в себе, предотвращает проявление различных психологических комплексов, что особенно важно, когда ребёнок идёт в первый и второй классы - в период адаптации к школе. Перегруженность современного ребёнка «информационными технологиями» ведёт к дефициту двигательной активности. **Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцующая гимнастика»** (далее ДООП) представляет собой вариант программы активной деятельности, пытаясь частично восполнить её дефицит. Именно гимнастика и танец, имея свой выразительный язык, обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного и физического развития.

ДООП «Танцующая гимнастика» имеет **физкультурно-спортивную направленность**. Она приобщает детей дошкольного и младшего школьного возраста к здоровому образу жизни и формирует жизненно важные навыки гармонизации физического состояния и правильного отношения к своему здоровью.

**Актуальность программы** состоит в том, что она отвечает потребностям современных детей, ориентирована на решение актуальных проблем. Занятия гимнастикой и танцам учат обучающихся красоте и выразительности движений, силе и ловкости, развивают и совершенствуют их мышечно-двигательный аппарат, дыхательную и сердечно-сосудистую системы. Материал подобран на основании изучения потребностей детей, с учетом их возрастных особенностей, возможностей и интересов.

**Педагогическая целесообразность:** данная программа дает возможность общения детей, снятия напряжения и агрессии, позволяет научиться выстраивать отношения в группе, решает вопрос свободного времени.

**Новизна** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Танцующая гимнастика»: развиваясь и прогрессируя, педагогика ищет новые пути к созданию максимально благоприятных условий для раскрытия физических возможностей и развития интеллектуальных способностей ребёнка через интеграцию – привлечение искусства в физкультурное образование детей младшего возраста.

**Отличительной особенностью** данной образовательной программы является то, что в неё включены элементы художественной гимнастики, акробатики, и хореографии которые направлены на сохранение и развитие гибкости и эластичности позвоночного столба, подвижности суставов. Развитие чувства

равновесия, способность легко владеть своим телом, на развитие творческой двигательной деятельности.

С 2020 года в программы включаются интернет технологии, информационные и блочно- модульного обучения, позволяющие перевести обучение на индивидуальную работу с отдельными обучающимися. Интернет технологии, используемые при обучении, основаны на использовании глобальных и компьютерных сетей и обеспечивают доступ обучающихся к информационным образовательным ресурсам независимо от своего местонахождения, делают занятия более насыщенными, эмоциональными, помогают в развитии интересов обучающихся к спорту, хореографии. Важным этапом в реализации Интернет технологии является наличие автоматизированного электронного сервиса, обеспечивающего возможность постоянного удалённого доступа к учебно-методическим материалам, получения текущей информации о процессе обучения (off-line) общении и т.д.

**Адресат программы:** программа рассчитана на детей дошкольного и младшего школьного возраста 5 – 9 лет.

**Объём и срок реализации программы.**

Год обучения	Кол-во занятий в неделю	Кол-во часов в одном занятии	Кол-во часов в неделю	Кол-во учебных недель	Итоговое кол-во часов
1 год	2	1	2	36	72
2 год	2	1	2	36	72

**Режим занятий:** занятия проводятся 2 раза в неделю, продолжительность одного занятия 45 минут.

**Место проведения :** МУ ДО ДЮСШ ул. Свободы, д. 40, зал (каб.24)

**Условия набора:** учебные группы формируются на основе свободного набора ,не предусматривает конкурсного отбора и не требует базовых знаний, но требуется медицинский допуск от врача. Возможен дополнительный прием обучающихся в течение года, после прохождения первоначальной диагностики и получения медицинского доступа.

Занятия проводятся в группах при сочетании принципов группового и индивидуального подходов. Наполняемость в группах составляет 12-22 человека.

Весь учебный материал программы распределен и рассчитан на последовательное расширение теоретических знаний и практических умений и навыков занимающихся.

**Цель учебной программы:**

обучить детей гимнастике, акробатике и спортивному танцу в доступной для них форме.

На каждом году обучения решаются следующие **задачи:**

**обучающие:**

формировать систему знаний, умений, навыков по предметам: ритмика, художественная гимнастика, акробатика, танец (пополнить практические знания в области ритмических движений и дать представление об общих закономерностях, о связи форм и линий движений с содержанием музыки)

развивать и обогащать языковой словарь через знание специальной танцевальной терминологии

расширять границы музыкального развития через изучение основных музыкальных

характеристик музыкального сопровождения

**развивающие:**

развивать и укрепить ОДА, формируя тем самым красивую осанку и походку  
совершенствовать психомоторные способности: развитие мышечной силы, подвижности  
в различных суставах (гибкости), выносливости, скоростных, силовых и  
координационных способностей.

содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти  
внимания, умению согласовывать движения с музыкой.

формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и  
изящности танцевальных движений.

содействовать воспитанию умения эмоционального выражения, раскрепощенности и  
творчества в движении.

развивать коммуникативные и волевые качества личности

развивать все виды памяти – слуховой, зрительной, мышечной

**воспитательные:**

развивать мотивации к активному и здоровому образу жизни

обеспечивать эмоциональную разгрузку обучающихся, воспитать культуру эмоций

прививать культуру безопасной жизнедеятельности

формировать негативное отношение обучающихся к вредным привычкам

**Ожидаемые результаты.**

**В сфере познавательных универсальных учебных действий будут являться умения:**

- ориентироваться в понятиях «здоровый образ жизни», «гимнастика»,  
характеризовать значение занятий по оздоровлению, влиянию музыки на занятия и  
самочувствие;
- раскрывать понятия: синхронно, выворотно, музыкально, ритмично;
- характеризовать роль и значение занятий с оздоровительной направленностью в  
режиме труда и отдыха;

**В сфере личностных универсальных учебных действий будет формироваться:**

- установка на здоровый образ жизни;
- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так  
и поступков окружающих людей в игровой деятельности;
- эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им в процессе  
знакомства с играми на развитие сенсорной чувствительности;

**В сфере регулятивных универсальных учебных действий будут являться умения:**

- соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий;
- оценивать правильность выполнения действия;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и  
других людей;
- проявлять инициативу в творческом сотрудничестве при составлении комплексов  
упражнений, игровых ситуаций;
- организовывать и проводить игры, утреннюю зарядку с музыкальным  
сопровождением;

**Коммуникативные универсальные учебные действия:**

Обучающийся научится:

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- договариваться и приходить к общему решению в работе по группам, микрогруппам, парам;
- контролировать действия партнёра в парных упражнениях;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь при проведении диагностики;

Благодаря систематическим занятиям по ДООП «Танцующая гимнастика» дети избавятся от неуклюжести, угловатости, излишней застенчивости. Дети станут более гибкими, выносливыми. Повысится техника выполнения движений и выразительность в моторике. У детей появится положительный эмоциональный отклик на физическую активность. Занятия гимнастикой и танцем являются безусловным фактором формирования осознанной потребности маленького человека в культурных движениях, в культурной физической нагрузке.

Программа включает в себя теоретические курсы и практические занятия по разделам:

- Художественная гимнастика
- Хореография
- Акробатика
- Музыкально-ритмические упражнения
- Эстрадно – спортивный танец
- ОФП – общая физическая подготовка
- Игры
- Контрольно-зачетные занятия

## 2. Учебный план.

### 2.1. Учебно-тематический план I года обучения:

№/п	Тема	Теория	Практика	Всего
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	0,5	0,5	1
2.	Гимнастика	4,5	14,5	19
3.	Хореография	5	12,5	17,5
4.	Музыкально-ритмические упражнения	1,5	3,5	5
5.	Акробатика	3	8	11
6.	Общая физическая подготовка	3	10	13
7.	Игры	-	3,0	3,0
8.	Контрольно-зачетные занятия	-	2,5	2,5
	Всего:	17,5	54,5	72

**Цель:** Развитие устойчивого интереса к занятиям гимнастикой и хореографией.

**Задачи:**

- сохранение и укрепление здоровья;
- формирование правильной осанки;
- освоение техники выполнения базовых элементов и упражнений;
- развитие чувства ритма, музыкальности;
- воспитание коммуникативных качеств.

### 2.2. Учебно-тематический план II года обучения:

№/п	Тема	Теория	Практика	Всего
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	0,5	0,5	1
2.	Художественная гимнастика	5	12	17
3.	Хореография	5	11	16
4.	Музыкально-ритмические упражнения	1,5	3,5	5
5.	Эстрадно-спортивный танец	2	4	6
6.	Акробатика	2	8	10
7.	Общая физическая подготовка	2	8	10
8.	Игры	-	3,0	3,0
9.	Контрольно-зачетные занятия	-	2,5	2,5
10.	Концертно-конкурсная деятельность	-	1,5	1,5
	Всего:	18	54	72

**Цель:** Закрепление основных двигательных навыков и умений.

**Задачи:**

- сохранение и укрепление здоровья;
- совершенствование основных умений 1 года обучения;
- развитие координации движений;
- укрепление костно-мышечного аппарата и подготовка его к выполнению сложных элементов;

- воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями в свободное время;
- развитие толерантности.

### **3. Содержание учебной программы.**

#### **3.1. Содержание программы I года обучения**

1. **Вводное занятие.** Инструктаж по ТБ. Игры на знакомство, сплочение коллектива.

2. **Гимнастика:**

- танцевальные шаги: (с носка, на носках, на пятках, с перекатом пятки на носок, приставные, острые, пружинные шаги.)
- прыжки: на двух ногах, на правой и левой ноге, подскоки, с подниманием ног вперед, в стороны, назад; из приседа вверх.
- упражнение на расслабление: шеи, рук, туловища, ног (выполнять последовательно).
- равновесия: выполняются на месте, на двух ногах, на носках, с закрытыми глазами.
- ОРУ: наклоны головы и туловища вперед, в сторону, назад; круговые движения головой, руками, туловищем; повороты туловища, головы вправо, влево; выпады.
- повороты: выполняются на месте (на 90<sup>0</sup>, 180<sup>0</sup>, 360<sup>0</sup>) на двух ногах, с переступанием;
- упражнения на внимание: выполнение каких-либо заданий под счет или под хлопки педагога; изменения направления бега под хлопки; повтор детьми упражнений, показанных педагогом в медленном и быстром темпе.
- скакалка: способы хватов и складывания скакалки, выкруты, прыжки (вперед, назад, на двух и на одной ноге), вращение скакалки в разных плоскостях;
- мяч: различные хватки мяча, поднимания, опускания, передача мяча из одной руки в другую (впереди, за спиной, над головой, под ногами), удары мяча о пол, перекал мяча по спине, передача и броски мяча.

3. **Хореография:**

- изучение основных позиций рук (I, II, III), ног (I, III, VI).
- упражнения у опоры: поднимание на полу пальцы на двух ногах, на одной ноге.
- плие (деми-, гран- из одной позиции).
- батман тэндю – вперед, в сторону, назад из одной позиции.
- пордэбра вперед, в сторону, назад.
- прыжки из 1 позиции в 1ю
- растяжка

4. **Музыкально-ритмические упражнения:**

- Прослушивание музыкального материала.
- Характер музыки.
- Создание образов, задания на развитие воображения.
- Ритмические упражнения.
- Выполнение упражнений в различном темпе (быстро, медленно).

5. **Акробатика:**

- упражнения на гибкость: мост лежа, по стенке, стоя; стойка на лопатках; перекал из моста через грудь.
- упражнения из положения стоя: стойка на руках (у стенки, без опоры), колесо.

- Упражнения на растяжку: выпады на полу вперед, в сторону; шпагаты на полу, с низкой скамейки.

#### 6. Общая физическая подготовка (ОФП):

- упражнения для плечевого пояса и рук: рывки, выкруты, маховые движения, круговые движения.
- упражнения для туловища: упражнения лежа на спине, поднимание ног за голову; поднимание туловища; упражнения лежа на животе, поднимание туловища, лодочки, качалочки, группировки.
- упражнения для ног: приседы, полу приседы, прыжки.

#### 7. Игры:

- игры на внимание, сообразительность, быстроту и ловкость.
- эстафеты, разминные поединки: в беге, прыжках, переносе предметов и т.д.
- «День и ночь», «Гроза», «Однажды в порт корабль пришел», «Рыба-кит», «Мауси-Котауси» и т.д.
- игровые иммитации различных животных, основных упражнений.

#### 8. Контрольно-зачетные занятия:

Нормативы	Критерии оценки
• мост (лежа, стоя)	- прямые руки, ноги
• шпагаты на полу	- касание пола
• пружинный, приставной шагаи	- прямые ноги, натянутые носки
• прыжки на скакалке вперед, назад	- к-во раз и чистота исполнения
• перекаат мяча по спине	- правильность выполнения, ловля.

К концу первого года обучения учащиеся должны освоить базовую часть программы по ритмике, гимнастике, акробатике, знать основы хореографии. Должны обладать достаточно развитыми физическими качествами, соответствующие возрасту:

- сила
- гибкость
- выносливость
- координация
- ловкость
- быстрота

#### Ожидаемые результаты обучения.

**По окончании I-го года обучающиеся должны:**

##### Иметь:

- навыки общения в рамках определенной предметной области;
- навыки эффективного взаимодействия в коллективе.

##### Уметь:

- выполнять различные танцевальные шаги;
- выполнять равновесия, упражнения на расслабление;
- выполнять простые элементы со скакалкой и мячом;
- выполнять шпагаты на полу, (на правую, левую ноги, поперечный);
- выполнять мост лежа и стоя, перекаат назад из моста через грудь;
- освоить технику выполнения базовых элементов и упражнений;
- выполнять упражнения под музыку в различном темпе;

- создавать образ согласно характеру музыки.

### 3.2. Содержание II года обучения

1. **Вводное занятие.** Инструктаж по ТБ. Игры на сплочение коллектива

2. **Художественная гимнастика:**

- танцевальные шаги: галоп, полька, вальсовые шаги; острый шаг и бег; бег с вальсовым шагом; широкий шаг и бег.
- прыжки: со сменой ног, с высоким подниманием ног, закрытые, открытые, с подскоком одной ногой на две.
- повороты: одноименный поворот на  $360^{\circ}$  толчком с двух ног на носке одной ноги, другу к щиколотке опорной; повороты на двух ногах, переступанием на  $360^{\circ}$
- равновесия: медленное поднятие на носки в различных стойках с последующим опусканием на всю стопу, круглый присед без опоры; поднятие прямой и согнутой ноги вперед, назад с различным положением рук; переднее равновесие, заднее равновесие.
- волны: лицом к опоре выполнять боковую и переднюю волну, держась руками за опору.
- упражнения на пружинность и расслабление.
- мяч: выполнение перекатов по рукам и спине, перехватов; броски двумя и одной рукой перед собой, над головой, составление упражнений и отработка.
- скакалка: совершенствование прыжков (простые, двойные), обучение простейшим манипуляциям; броски со скакалкой в лицевой и боковой плоскости; составление упражнений.

3. **Хореография:**

Основные упражнения классического танца:

- рэливэ на полу пальцы.
- батманы: тэндю, - тэндю-жете, - фондю.
- плие: дэми-, гран, - с рэливэ и пордэбра из II и V позиций.
- прыжки из I, II, V позиций у опоры.
- повороты на  $180^{\circ}$  у опоры на двух и одной ноге.
- работа с руками: на плавность и мягкость.
- упражнения на координацию движений и соответствие движений музыке.

4. **Музыкально-ритмические упражнения:**

- Прослушивание музыкального материала.
- Характер музыки.
- Упражнения на согласование движений с музыкой.
- Ритмические рисунки.

5. **Эстрадно – спортивный танец:**

- элементы русского народного танца: русские шаги; связки с движением рук; основной ход.
- элементы эстрадных танцев.
- разучивание танцевальных комбинаций.
- постановка и разучивание эстрадно-спортивных танцев.

6. **Акробатика:**

- упражнения на гибкость из положения стоя: перевороты вперед; назад через грудь; совершенствование колеса и стойки на руках.

- упражнения на растяжку на гибкость: выполнение моста с уменьшением расстояния между кистями и стопами; стойка на груди.

- упражнения в группировке: кувырок вперед, назад; перекаты вправо, влево.

### **7. Общая физическая подготовка (ОФП):**

- упражнения для укрепления мышц рук: отжимания от стен, от высокого стула, ходьба на руках в парах, держа идущего на руках за ноги.

- упражнения для укрепления мышц ног: приседание с небольшим грузом; поднимания на носки, пистолеты, прыжки из приседа вверх.

- упражнения для укрепления мышц живота: поднимание ног за голову, лежа на спине; поднимание туловища, лежа на спине, руки за голову.

- упражнения для укрепления мышц спины: поднимание туловища и ног лежа на животе; лодочки с удержанием до 1 минуты.

- Увеличивать количество подходов и повторений (2 подхода по 10 раз)

### **8. Игры:**

#### **а) музыкально подвижные игры**

Теория: понятие - пространственная координация; порядковые упражнения - рисунки танца, композиции и игр в пространстве зала, сцены: змейка, шахматы, спираль; перестроения –переходы в шеренгах

Практика:картотека игр- Космонавты, жонглёры, птичий двор; коллективно-порядковые упражнения : «ворота», «змейка», «звёздочка».

#### **б) музыкально ритмические игры**

Теория: усвоить понятие «музыкальный жанр – марш, песня, танец», уметь различать. Характер музыки.

Практика: игры- дирижёр, оркестр, гулливеры-лилипуты, «зоопарк»

Ритмический диктант – прохлопать ритмический рисунок танцевальной мелодии.

### **9. Контрольно-зачетные занятия:**

<u>Нормативы</u>	<u>Критерии оценки</u>
• шпагаты, мост	- касание пола со скамейки
• держание ног, махи	- прямые ноги, максимальная амплитуда
• перевороты вперед, кувырки вперед, стойка на груди	- прямые ноги, удержание 5 сек.
• броски предметов (10 из 10)	- ловля – 10 раз.

**10. Концертно-конкурсная деятельность:** участие в мероприятиях и конкурсах различных уровней организации ( проводимых образовательной организацией, на муниципальной, региональном уровнях)

К концу 2 года обучения дети должны обладать хорошим уровнем развития физических качеств. Кроме этого дети должны овладеть специфическими качествами необходимыми для овладения элементами хореографии.

Должны строго соблюдать технику безопасности при выполнении упражнения. На этом этапе дети уже должны принимать активное участие в деятельности.

Дети должны выполнять усложненные упражнения ритмической гимнастики, исполнять несложные танцевальные этюды.

**Ожидаемые результаты обучения.**

**По окончании I-го года обучающиеся должны:**

**Иметь:**

- Навыки принятия и понимания позицию другого человека.
- Привычку к самостоятельным занятиям.

**Уметь:**

- Делать повороты на 360°.
- Держать равновесие.
- Выполнять основные упражнения классического танца.
- Владеть техникой выполнения базовых акробатических элементов.
- Выполнять броски с мячом и со скакалкой.

## 4. Обеспечение программы.

### 4.1. Методическое обеспечение программы.

Занятия проводятся на основе общих методических принципов. Используются методы наглядности (показ упражнения, демонстрация наглядных пособий), игровой и соревновательный методы. При изучении общеразвивающих упражнений, комплексов и игр показ должен быть целостным и образцовым, а объяснение - элементарным и простым.

#### **Формы организации деятельности учащихся на занятии.**

- фронтальная (беседа, показ, объяснение)
- групповая: организация работы в малых группах (парах); при off line занятиях
- индивидуально - групповая (при репетиционной работе)
- коллективная (ансамблевая), при участии во флешмобах и творческих показах
- индивидуальная (при дистанционном обучении)

#### **Возможные формы занятий:**

**традиционное занятие** по схеме – строевые упражнения, разминка – разогрев, разучивание новых гимнастических и танцевальных элементов, повторение и закрепление ранее изученных,

**занятие тренинг, репетиция** – отработка творческих номеров до совершенства,

**занятие викторина** – как компонент диагностики на выявление теоретических знаний

**занятие конкурс** – как компонент промежуточной диагностики

**занятие концерт** – показательные номера на культурно массовых мероприятиях учреждения

**занятие фестиваль** - исполнение творческих номеров на городских мероприятиях

**занятие беседа**– по истории танца, и развитию спортивного движения, по итогам прошедшего мероприятия –концерта, фестиваля, праздника, по соблюдению техники безопасности на уроке, как составная часть видео уроков (просмотр спортивных соревнований и танцевального материала, исполняемого как обучающимися, так и другими танцевальными коллективами)

**занятие праздник** – на котором обучающиеся являются активными участниками игрового действия

**занятие модульное** – с использованием Интернет технологий

В образовательную программу включены регулярные беседы с родителями для своевременного выявления проблем ребенка. Вовлечение родителей в учебно-воспитательный процесс способствует увеличению его эффективности.

Программа может быть реализована с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, согласно Положения о реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий МУ ДО «Ювента».

#### 4.2. Материально-техническое обеспечение программы.

- Спортивный зал, оборудованный вентиляционной системой вентиляции, хореографическим станком и спортивным инвентарём для гимнастики и ОФП;
- Комната для переодевания;
- Ноутбук с акустической колонкой ;
- Видео- и фонотека;

Спортивный инвентарь:

<i>Наименование</i>	<i>Кол-во шт.</i>
гимнастические коврики	20 шт.
гимнастические палки	20 шт.
гимнастические маты	4 шт.
скакалки	20 шт.
скамейка гимнастическая	4 шт.
комплекс для групповых занятий (с подвесным стеллажом)	1 шт.
доска наклонная навесная	2 шт.
гимнастический мостик	4 шт.
гимнастическое бревно	2 шт.
гимнастическая стенка	1 шт.

## 5. Контрольно-измерительные материалы и мониторинг образовательных результатов.

С момента поступления ребенка в объединение проводится педагогический мониторинг с целью выявления уровня развития, формирования навыков и умений. Видами контроля являются вводный (в начале учебного года, перед началом работы над темой), итоговый (в конце каждого учебного года, модуля программы, после завершения темы). Результаты контроля фиксируются в диагностических картах. Диагностика проводится путем наблюдения, зачета.

Форма контроля включает в себя: контрольные занятия, сдача нормативов, самоконтроль, участие в конкурсах, соревнованиях, показательных выступлениях.

Проведение педагогической диагностики развития ребенка необходимо для:

выявления начального уровня развития музыкальных и двигательных способностей ребенка, состояния его эмоциональной сферы;

планирования индивидуальной работы;

оценки эффекта педагогического воздействия.

В процессе промежуточной диагностики (2 раза в год) педагог оценивает проявления детей, условно ориентируясь на лучшие показатели, выявленные для данного возраста.

Форма фиксации результатов:

№	ФИ обучающегося	Входной контроль	Итоговый контроль

### Оценка уровня развития:

Высокий уровень(В)	Средний уровень (С)	Низкий уровень (Н)
3 балла	2 балла	1 балл
обучающийся при показе правильно выполняет упражнения, знает их последовательность; движения четкие и правильные; движения рук и ног скоординированы; развито чувство равновесия; изменяет движения в соответствии со сменой темпа музыки;	обучающийся требует повтора показа упражнений несколько раз, делает ошибки в последовательности упражнений; движения недостаточно четкие; делает ошибки в координации рук и ног;	обучающийся выполняет движения только с помощью взрослого; координация движений рук и ног нарушена; не развито чувство равновесия; не изменяет движения в соответствии со сменой темпа музыки; не проявляет самостоятельность и творчество (эмоции)

<p>проявляет самостоятельность и творчество (эмоции) при выполнении упражнений;</p>	<p>иногда теряет чувство равновесия; иногда изменяет движения в соответствии со сменой темпа музыки; иногда проявляет самостоятельность и творчество (эмоции) при выполнении упражнений;</p>	<p>при выполнении упражнений.</p>
---	--	-----------------------------------

## 6. Список информационных источников.

### Список литературы для педагога:

1. Программы для внешкольных учреждений. Спортивные кружки и секции.- М.: Просвещение, 1986.
2. И.А. Винер. Программа дополнительного образования «Гармоничное развитие детей средствами гимнастики».- М: Просвещение, 2011 г.
3. Художественная гимнастика. Под ред. Л.П.Орлова.- М.: Физкультура и спорт, 1973.
4. Б.М. Собинов. Танцующая гимнастика.- М.: Сов. Россия, 1972.
5. Гимнастика с методикой преподавания. Под ред. Н.К. Меньшикова. – М.: Ф и С, 1990.
6. В.М. Смолевский, В.И. Ивлиев. Нетрадиционные виды гимнастики. – М.: Просвещение, 1992.
7. Т.Т. Роттерс. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика.- М.: Просвещение, 1989.
8. В.С. Костровицкая, А.А. Писарев. Школа классического танца. 4-е изд.- СПб.: Искусство, 2004.  
танец. – М.: Искусство, 1987.
9. Г.П.Гусев. Методика преподавания народного танца. - М.: ВЛАДОС, 2003.
10. С.С. Полятков. Основы современного танца. – Ростов н/Д: Феникс, 2005.
11. П.С. Гольдина. Из опыта работы педагогов доп. образования музыкальных и хореографических коллективов.- М.: ГОУ ЦВР «На Сумском», 2003.
12. Анатомия, физиология, психология человека. Под ред. А.С. Батуева.- СПб.: Питер, 2001.
13. А.Г. Хрипкова, Д.В. Колесов. Гигиена и здоровье.- М.: Просвещение, 1984.
14. Л.А. Венгер, В.С. Мухина «Психология», М., «Просвещение», 1988.
15. Н.И. Шарова. Детский танец. – СПб.: Лань, 2011.

### Перечень нормативно-правовых документов

#### Федеральный уровень

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года».
3. Указ Президента Российской Федерации от 29 мая 2017 г. № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства».
4. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 6 июля 2018 г. N 1375, об утверждении Плана основных мероприятий до 2020 года, проводимых в рамках Десятилетия детства.
5. План основных мероприятий до 2020 года, проводимых в рамках Десятилетия детства, утвержденный распоряжением Правительства РФ от 6 июля 2018 г. № 1375-р.
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
7. Приказ Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки РФ от 14 августа 2020 г. N 831 "Об утверждении Требований к структуре официального сайта

образовательной организации в информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" и формату представления информации".

8. Приказ Минздравсоцразвития России от 26 августа 2010 г. N 761н "Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования».

9. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 5 мая 2018 г. N 298 н «Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

10. Стратегия инновационного развития Российской Федерации на период до 2020 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 8 декабря 2011 г. № 2227-р.

11. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р.

12. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р.

13. Концепция общенациональной системы выявления и развития молодых талантов на 2015-2020 годы (утверждена Президентом Российской Федерации 3 апреля 2012 г. № Пр-827) и комплекс мер по ее реализации (утвержден Правительством Российской Федерации 27 мая 2015 г. № 3274пП8).

14. Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования», утвержденной Постановлением Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 года № 1642.

16. Национальный проект «Образование», утвержденный на заседании президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 г. № 16).

17. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 3 сентября 2018 года № 10).

18. План мероприятий по реализации федерального проекта "Учитель будущего", приложением № 1 протокола заседания проектного комитета по национальному проекту "Образование" от 07 декабря 2018 г. № 3.

19. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении Санитарных правил 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".

20. Методические рекомендации Минпросвещения РФ по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий

21. Приказ Министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017 г. N 816 "Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ"

22. Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 N 467 "Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей"  
(Зарегистрировано в Минюсте России 06.12.2019 N 56722)
23. ПИСЬМО МИНОБРНАУКИ РФ от 11 декабря 2006 г. N 06-1844 О ПРИМЕРНЫХ ТРЕБОВАНИЯХ К ПРОГРАММАМ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ
24. Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»

Региональный уровень

1. Постановление Правительства Ярославской области от 06.04.2018 №235-п О создании регионального модельного центра дополнительного образования детей
2. Постановление правительства № 527-п 17.07.2018 О внедрении системы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей (Концепция персонифицированного дополнительного образования детей в Ярославской области)
3. Приказ департамента образования ЯО от 27.12.2019 №47-нп Правила персонифицированного финансирования ДОД
4. Методические рекомендации по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

**для обучающихся:**

1. Н.А. Васютин. Выступают юные гимнасты.- М.: Дет. лит., 1979.
2. Спорт. Музыка. Грация. Художественная гимнастика. 3-е изд. – М.: Физкультура и спорт, 2004.
3. А.А.Бирюков. Самомассаж.- М.: Ф и С, 1982.
4. Т.К.Васильева. Секрет танца.- СПб.: ТОО «Диамант», ООО «Золотой век», 2007.
5. А Г Хрипкова, Д.В. Колесов. Гигиена и здоровье.- М.: просвещение, 1994.
6. С.С.Полятков. Основы современного танца. – Ростов н/Д.: Феникс, 2005.
7. В.М. Смолевский, В.И. Ивлиев. Нетрадиционные виды гимнастики. – М.: Просвещение, 2002.
8. В.С. Костровицкая, А.А. Писарев. Школа классического танца. 4-е изд.- СПб.: Искусство, 2004.
9. З.Я. Роот «Танцевальный калейдоскоп».- М: «Аркти», 2004
10. Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина. Фитнес-данс.- СПб.: ДЕТСТВО\_ПРЕСС, 2010.
11. Н.Александрова. Балет. Танец. Хореография. Краткий словарь танцевальных терминов и понятий. – СПб.: Лань, 2011.

### Календарный учебный график 1го года обучения

<b>Дата начала обучения</b>	<b>Дата окончания обучения</b>	<b>Кол-во учебных недель</b>	<b>Кол-во часов в год</b>	<b>Место проведения</b>	<b>Режим занятий</b>
01.09.	31.05.	36	72	МУ ДО ДЮСШ ул. Свободы, д. 40, зал (каб.24)	2 раза в неделю по 1 часу

### Календарный учебный график 2го года обучения

<b>Дата начала обучения</b>	<b>Дата окончания обучения</b>	<b>Кол-во учебных недель</b>	<b>Кол-во часов в год</b>	<b>Место проведения</b>	<b>Режим занятий</b>
01.09.	31.05.	36	72	МУ ДО ДЮСШ ул. Свободы, д. 40, зал (каб.24)	2 раза в неделю по 1 часу