

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 1
г. Коврова Владимирской области

Принята
На Педагогическом совете МАДОУ №1
протокол № 4 от 25.08.2023

Утверждена
Заведующий МАДОУ № 1

Рассмотрена
На Совете МАДОУ
протокол № 4 от 25.08.2023

_____ А.В.Мацола
приказ № 103 от 25.08.2023

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ФИЗКУЛЬТУРНО-
СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ЭСТЕТИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА»**

Направленность программы: **физкультурно-спортивная**

Уровень программы: **ознакомительный**

Программа рассчитана на детей 5 - 7 лет

Срок реализации – 1 год

Составитель программы:

Елизарова Ксения Александровна, педагог дополнительного образования

Ковров

2023

Содержание

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы	3
1. Пояснительная записка	
2. Цели и задачи	5
3. Содержание программы	6
4. Планируемые результаты	11
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий.	12
2.1. Календарный учебный график	
2.2. Условия реализации программы	12
2.3. Формы аттестации	12
2.4. Оценочные материалы	13
2.5. Методические материалы	13
2.6. Список использованной литературы	14

Раздел 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1 Пояснительная записка

Направленность программы: дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа *физкультурно-спортивной* направленности.

Актуальность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы (*далее Программа*) *«Эстетическая гимнастика» физкультурно-спортивной направленности* обоснована нормативно-правовыми документами, на основе которых составлена программа:

Основные документы в сфере дополнительного образования детей:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Письмо Министерства образования РФ от 18 июня 2003 г. № 28-02-484/16 «Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей»;
3. Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
4. Приказ Министерства Просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
5. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г №678-р "Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года"
6. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
8. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30 ноября 2016 г. № 11);
9. Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)»;
10. Письмо Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Минобрнауки России от 18.08.2017 № 09-1672 «Методические рекомендации по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, разработанные в рамках реализации приоритетного проекта «Доступное дополнительное образование для детей» Институтом образования ФГАУ ВО «Национальный исследовательский университет «Высшая школа

экономики» совместно с ФГБОУ ВО «Московский государственный юридический университет имени О.Е. Кутафина»;

11. Распоряжение Администрации Владимирской области от 02 августа 2022 года № 735-р «Об утверждении Плана работы и целевых показателей Концепции развития дополнительного образования детей во Владимирской области до 2030 года».

Нормативно-правовое обеспечение внедрения целевой модели развития дополнительного образования на федеральном уровне:

1. Паспорт Национального проекта «Успех каждого ребенка» Федерального проекта «Образование»;
2. Постановление Правительства РФ от 26 декабря 2017 г. № 1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования» (с изменениями и дополнениями);
3. Письмо Минобрнауки России от 03.07.2018 № 09-953 «О направлении информации» (вместе с «Основными требованиями к внедрению системы персонализированного финансирования дополнительного образования детей в субъектах Российской Федерации для реализации мероприятий по формированию современных управленческих и организационно-экономических механизмов в системе дополнительного образования детей в рамках государственной программы Российской Федерации "Развитие образования»);
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 15 апреля 2019 г. № 170 «Об утверждении методики расчета показателя национального проекта «Образование» «Доля детей в возрасте от 5 до 18 лет, охваченных дополнительным образованием»;
5. Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
6. Письмо Минфина России от 6 августа 2019 г. № 12-02-39/59180 «О порядке и условиях финансового обеспечения дополнительного образования детей в негосударственных образовательных организациях»;
7. Распоряжение Министерства просвещения Российской Федерации № Р-136 от 17 декабря 2019 г. «Об утверждении методических рекомендаций по приобретению средств обучения и воспитания в целях создания новых мест в образовательных организациях различных типов для реализации дополнительных общеразвивающих программ всех направленностей в рамках региональных проектов, обеспечивающих достижение целей, показателей и результата федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование», и признании утратившим силу распоряжения Минпросвещения России от 1 марта 2019 г. №Р-21 «Об утверждении рекомендуемого перечня средств обучения для создания новых мест в образовательных организациях различных типов для реализации дополнительных общеразвивающих программ всех направленностей»;
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 6 марта 2020 г. № 84 «О внесении изменений в методику расчета показателя национального проекта «Образование» «Доля детей в возрасте от 5 до 18 лет, охваченных дополнительным образованием»;
9. Методические рекомендации для субъектов Российской Федерации МР-81/02-вн от 28.06.2019, утвержденные заместителем министра просвещения РФ М.Н. Раковой, по вопросам реализации основных и дополнительных общеобразовательных программ в сетевой форме;

10. Письмо Министерства образования и науки РФ от 29 марта 2016 г. № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»;
11. Письмо Министерства просвещения РФ от 07.05.2020 № ВБ-976-04 «Методические рекомендации по реализации курсов, программ воспитания и дополнительных программ с использованием дистанционных образовательных технологий»;
12. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 02.02.2021 № 38 "О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей"
13. Об утверждении методик расчета показателей федеральных проектов национального проекта "Образование"

Нормативно-правовое обеспечение внедрения целевой модели развития дополнительного образования во Владимирской области:

1. Паспорт регионального проекта «Успех каждого ребенка»;
2. Распоряжение Администрации Владимирской области от 09 апреля 2020 № 270-р «О введении системы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей на территории Владимирской области»;
3. Распоряжение Администрации Владимирской области от 20 апреля 2020 № 310-р «О создании Регионального модельного центра дополнительного образования детей Владимирской области»;
4. Распоряжение Департамента образования администрации Владимирской области от 28 апреля 2020 № 470 «Об исполнении распоряжения администрации Владимирской области от 20.04.2020 № 310-р»;
5. Распоряжение Администрации Владимирской области от 18 мая 2020 № 396-р «О создании Межведомственного совета по внедрению и реализации Целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей во Владимирской области»;
6. Распоряжение Администрации Владимирской области от 28 апреля 2020 № 475 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей во Владимирской области»;
7. Распоряжение Департамента образования администрации Владимирской области от 14 марта 2020 «Об утверждении медиаплана информационного сопровождения внедрения целевой модели развития системы дополнительного образования детей Владимирской области в 2020 году»;
8. Постановление Администрации Владимирской области от 09.06.2020 №365 "Об утверждении Концепции персонифицированного дополнительного образования детей на территории Владимирской области".
9. Распоряжение Департамента образования Владимирской области от 30 июня 2020 № 717 «Об исполнении постановления администрации Владимирской области от 09.06.2020 № 365»
10. Приказ управления образования № 284 от 6 июля 2020 г. «О реализации распоряжения департамента образования администрации Владимирской области от 30.06.2020 г. №

717 «Об исполнении постановления администрации Владимирской области от 09.06.2020 г. № 365»;

11. Постановление администрации г. Коврова № 1009 от 15.06.2020 г. «Об утверждении программы ПФДО детей в г. Коврове»;

Уровень МАДОУ:

- Устав МАДОУ
- Локальные акты МАДОУ.
-

Своевременность, необходимость, соответствие потребностям времени

Эстетическая гимнастика – сложно координационный вид спорта. Специфика ее проявляется в выполнении большого количества сложно-технических движений свободного характера, которые объединяются в композицию.

Для развития вида сегодня характерны тенденции омоложения спортсменов, усложнения упражнений, обострения конкурентной борьбы.

Правила соревнований с учетом современных тенденций развития эстетической гимнастики, предъявляют повышенные требования к технической сложности композиций, совершенной хореографии и абсолютной музыкальности ее построения. Разработка данной программы вызвана необходимостью совершенствования учебно-тренировочного процесса в связи с ростом требований к подготовке гимнасток. Для решения этих задач необходима прочная основа двигательного потенциала гимнасток, а также эстетическое чутье, основанное на музыкальности и хореографичности (уже в детском возрасте).

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Эстетическая гимнастика» **модифицирована** и разработана на основе Программы «Гимнастика для детей 4-7 лет» Л. Г. Верховиной.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Эстетическая гимнастика» (далее Программа) носит системный характер, включает в себя диагностику и анализ состояния здоровья и уровня способностей ребенка, т.е. является гибкой, отвечает возрастным особенностям и индивидуальным потребностям детей.

Весь учебный материал программы распределен в соответствии с возрастным принципом комплектования групп и рассчитан на последовательное расширение области теоретических знаний и практических умений и навыков обучающихся.

Программа разработана в соответствии с анатомо-физиологическими особенностями развития всех органов и систем детей 5-7 лет.

Данная образовательная программа рассчитана на 1 год обучения (для детей в возрасте 5– 7 лет).

Количество детей в группе – 10-15 человек.

Формы обучения и режим занятий

Формы обучения - очная с постоянным составом групп.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 30 минут

На полное освоение программы отводится 72 академических часа.

Обучение проводится в форме групповых занятий по общей программе, однако это не исключает необходимости индивидуального подхода к обучающимся.

Содержание материала программы излагается в соответствии с уровнями образования (годами обучения). Для каждого из этих уровней определены цели и задачи, конкретизирующие общую цель обучения.

1.2 Цель и задачи программы

Цель: формирование физических, хореографических, музыкальных способностей обучающихся, создание благоприятных условий для раскрытия способностей формирующейся личности, развития в дальнейшем стремления к спортивному самосовершенствованию и укреплению здоровья.

Задачи:

Личностные (воспитательные);

- формировать интерес обучающихся к двигательной деятельности;
- воспитывать самостоятельному выполнению физических упражнений;
- воспитывать доброжелательные отношения со сверстниками в совместной двигательной деятельности;
- формировать элементарные умения самоорганизации в двигательной направленности.

Метапредметные (развивающие);

- развивать самоконтроль и самооценку при выполнении физических упражнений;
- развивать адаптационные возможности и способствовать улучшению работоспособности детского организма;
- развивать пространственные ориентировки в статике и динамике;
- развивать творческие способности детей, духовное, нравственное физическое совершенствование.

Предметные (обучающие);

- обучить правильным двигательным умениям и навыкам выполнения отдельных двигательных действий;
- обучить эффективным приемам работы по формированию скоростно-силовых качеств, гибкости, силы, ловкости, выносливости, прыгучести и т.д. (с применением специальных методических приемов);
- обеспечивать усвоение общей структуры двигательной деятельности, понимание общего способа выполнения физических упражнений и связи «цель-результат».

1.3 Содержание программы

Учебно – тематический план

№ п/п	Название разделов, тем	Всего часов	Теория	Практика
	Образовательный модуль «Юные надежды гимнастики»	31	7	24
1	Вводное занятие	1	1	-
2	РАЗДЕЛ 1.Общая физическая подготовка	9	-	9
3	Упражнения в ходьбе и беге	2	-	2
4	Упражнения для мышц шеи	2	-	2
5	Упражнения для мышц туловища	2	-	2
6	Упражнения для мышц ног	2	-	2
7	Игры, игровые упражнения	1	-	1
8	РАЗДЕЛ 2.Специальная физическая подготовка	8	2	6
9	Упражнения для развития прыгучести	3	1	2
10	Упражнения для развития координации	2	-	2
11	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств	3	1	2
12	РАЗДЕЛ 3. Хореография	13	4	9
13	Балетная гимнастика	2	1	1
14	Постановка корпуса и рук	3	3	3
15	Танцевальные этюды	2	-	2
16	Импровизация под музыку	3	-	3
	Образовательный модуль «Юные надежды гимнастики»	41	3	38
17	РАЗДЕЛ 4. Техника эстетической гимнастики	21	1	20
18	Движения и серии движений тела	3	1	2
19	Равновесия	4	-	4
20	Прыжки	4	-	4
21	Волны	2	-	2
22	Взмахи	4	-	4
23	Изгибы	4	-	4
24	РАЗДЕЛ 5. Акробатика	20	2	18
25	Кувырок вперед	3	-	3
26	Кувырок назад	3	-	3
27	Мост	3	-	3
28	Кувырок вперед с прямых ног	4	1	3
29	Березка	2	-	2
30	Полушпагат, шпагат	2	-	2
31	Стойка на груди	3	1	2
32	Соревнования и показательные выступления	4	-	4
33	Итоговое занятие	2	-	2
	Итого:	72	10	62

Задачи обучения

1. Укрепление здоровья и гармоническое развитие форм и функций организма обучающихся.
2. Разносторонняя общая физическая подготовка.
3. Освоение подготовительных, подводящих и простейших базовых элементов эстетической гимнастики.
4. Развитие интереса и потребности к регулярным занятиям эстетической гимнастикой.
5. Формирование потребности в здоровом образе жизни.

Содержание

Образовательный модуль «Юные надежды гимнастики»

Тема. Вводное занятие

Теория: Знакомство с программой: целями, задачами, разделами. Вводная беседа о гимнастике. Правила поведения в объединении, техника безопасности на занятиях, режим работы, игры на знакомство.

Раздел 1. Общая физическая подготовка

Тема №1. Упражнения в ходьбе и беге

Теория: Разновидности ходьбы, бега, шага. Знакомство с расположением зала

Практика: Строевые упражнения: понятие «строй», «шеренга», «колонка», «направляющий», «замыкающий». Передвижение по залу: в обход, противходом, змейкой, спиралью, по диагонали. Фигурные построения: ряды, колонны, круги.

Движения строевым и походным шагом. Обозначение шага на месте и в движении.

Движения бегом: переходы с бега на шаг, с шага на бег, повороты в движении. Перемена направления. Границы площадки, углы, середина, центр. Движение в обход, противходом, по диагонали, змейкой.

Тема №2. Упражнения для мышц шеи

Теория: Строение и функции организма человека: краткие сведения в доступной форме об опорно-мышечном аппарате; строение и функции внутренних органов, органов дыхания, кровообращения, пищеварения и нервной системы.

Практика: Выполнение общеразвивающих упражнений на мышцы шеи и рук. Наклоны и круговые движения головой в различных направлениях; маховые, пружинящие движения туловищем из различных исходных положений, упражнения на растягивание во всех направлениях; расслабление; наклоны; прогибы; упражнения с наибольшими отягощениями.

Тема №3. Упражнения для мышц туловища

Теория: Строение и функции организма человека: краткие сведения в доступной форме об опорно-мышечном аппарате

Практика: Выполнение общеразвивающих упражнений на мышцы туловища из разных исходных положений. Круговые движения туловищем в стойке ноги врозь, в стойке на коленях. Поднимание туловища из положения лежа на животе (спине) на полу (скамейке), ноги закреплены за гимнастическую стенку или удерживаются партнером.

Тема №4. Упражнения для мышц ног

Теория: Строение и функции организма человека: краткие сведения в доступной форме об опорно-мышечном аппарате

Практика: Выполнение общеразвивающих упражнений на мышцы ног и различные виды прыжков на месте. сгибание и разгибание стоп, и круговые движения стопой.

Полуприседы и приседы в быстром и медленном темпе; ходьба на пальцах, пятках, на внешней и внутренней стопах; выпады вперед, назад, в сторону. Прыжки на двух ногах, из приседа, через гимнастическую скамейку (сериями слитно). Максимальное растягивание и расслабление ног, маховые и круговые движения из различных исходных положений,

упражнения в седе для развития выворотности ног, пассивное растягивание с помощью партнера или на снарядах.

Тема №5. Игры, игровые упражнения

Теория: Знакомство с разновидностями игр (сюжетные, подвижные, игры-знакомства) и их правилами.

Практика: Использование игр и занятий в игровой форме («Пластилин», «Белые медведи и т.д.) Сюжетные игры: «Веселая бабочка» – свободная ходьба и бег с размахиванием руками. «Веселые воробышки» – подскоки на двух ногах. «Резвые мышата» – ползание на коленях. «Догоняй-ка» – дети бегают друг за другом.

Раздел 2. Специальная физическая подготовка

Тема №6. Упражнения для развития прыгучести

Теория: прыгучесть- скоростно-силовое качество, проявляющееся в высоте отталкивания, ее развитию способствуют упражнения на развитие силы, скорости и высоты отталкивания, а также прыжковой выносливости.

Практика: Выполнение спортивных эстафет используя разновидность прыжков гимнастики. Выполнение прыжковых упражнений из разных и.п. выпрямившись, прогнувшись, со сменой ног (спереди, сзади)

Тема №7. Упражнения для развития координации

Теория: Координация - способность к целесообразной организации мышечной деятельности и ловкость - способность осваивать новые движения и перестраивать деятельность в соответствии с обстановкой.

Практика: Выполнение отдельных элементов в усложненных условиях (без зрительной ориентировки, на уменьшенной площади опоры).

Тема №8. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств

Теория: Способность преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счет мышечных усилий в статических и динамических движениях.

Практика: Существуют упражнения на силу мышц рук, ног, туловища: сгибание и разгибание, отведение и приведение, круговые движения, бег, прыжки, выпады, приседы. Различные прыжки со скакалкой с постепенным увеличением продолжительности и скорости (второй год обучения). Различные эстафеты и игры с бегом и прыжками, используя мячи, обручи и др. предметы. Прыжки на месте и с продвижением на одной, двух ногах (высоту прыжка постепенно увеличивать). Прыжки с предметами в руках и с грузами.

Раздел 3. Хореография

Тема №9. Балетная гимнастика

Теория: Знакомство с красивой осанкой, позициями ног, развитие выворотности и школы движений

Практика: Классическая разминка в партере

Тема №10. Постановка корпуса и рук

Теория: Формирование правильного понимания красоты поз, линий, положений и движений тела, развивая культуру движений, а также воспитывая музыкальность, ритмичность, эмоциональность и выразительность.

Практика: Выполнение на середине зала упражнений на постановку корпуса и красивых рук.

Тема №11. Танцевальные этюды

Теория: Формирование умений понимать музыку и выполнять движения в соответствии с ее характером, темпом, ритмом, динамикой. Знакомство с элементами музыкальной грамоты; формирование умения слушать и понимать музыку, различать средства музыкальной выразительности; развитие умения согласовывать движения с музыкой и средствами музыкальной выразительности; совершенствования творческих способностей - поиска соответствующих музыке движений.

Практика: Разучивание танцевальных композиций для показательных выступлений и конкурсов

Тема №12. Импровизация под музыку

Теория: Двигательно обогащает гимнасток, содействует разнообразию их деятельности и расширению средств выразительности в соревновательных программах.

Практика: Выполнение танцевальных движений и комбинаций под музыку в заданной теме или образе.

Образовательный модуль «Юные надежды гимнастики»

Раздел 4. Техника ЭГ

Тема №13. Движения и серии движений тела

Теория: Знакомство с процессом формирования знаний, умений и навыков выполнения, свойственных виду спорта упражнений и совершенствование их до максимально возможного уровня.

Практика: Обучение обязательным элементам программы ЭГ (движения тела, равновесная, повороты, прыжки, и т.д.)

Тема №14. Равновесия

Теория: Равновесия как технические элементы - это стойки на одной ноге или колене с разными положениями туловища, рук, и опорной ноги в условиях, требующих умения сохранять устойчивость.

Практика: Обучение выполнениям простых равновесий и поворотов.

Тема №15. Прыжки

Теория: Прыжки - это безопорные (полетные) положения тела гимнастки в результате отталкивания. Очень сложный вид движения, как по технической, так и по физической подготовке.

Практика: Обучение технике выполнения прыжка по фазам.

Тема №16. Волны

Теория: Волна характеризуется последовательным сгибанием и разгибанием суставов, когда во время сгибания одних суставов, в других - завершается разгибание и "гребень" волны постепенно переходят от одних суставов к другим вдоль линии волны.

Практика: Обучение разных видов волн по фазам.

Тема №17. Взмахи

Теория: знакомство с техникой выполнения взмаха

Практика: Взмах тела может выполняться вперед, из стороны в сторону и в

горизонтальной плоскости (по кругу).

Тема №18. Изгибы

Теория: Знакомство с техникой исполнения изгиба

Практика: Выполнения изгиба вперед, в сторону, назад с четкой формой.

Раздел 5. Акробатика

Тема №19. Кувырок вперед

Теория: Знакомство с техникой кувырка вперед из и.п. упор присев.

Практика: Выполнение поводящих упражнений и кувырка в целом.

Тема №20. Кувырок назад

Теория: Знакомство с техникой кувырка назад из и.п. упор присев.

Практика: Выполнение поводящих упражнений и кувырка в целом.

Тема №21. Мост

Теория: Знакомство с техникой исполнения упражнения с и.п. лежа на спине

Практика: Выполнение элемента с полу с помощью, а затем и самостоятельно.

Тема №22. Кувырок вперед с прямых ног

Теория: Знакомство с техникой кувырка вперед из и.п. стоя.

Практика: Выполнение поводящих упражнений и кувырка в целом.

Тема №23. Березка

Теория: Знакомство с техникой исполнения элемента и также изучение группировки.

Практика: Выполнение подводящих упражнений, а затем исполнение в целом.

Тема №24. Полушпагат, шпагат.

Теория: Знакомство с техникой исполнения полушпагата и шпагат сидя на полу с опорой и без, с прогибом и наклоном, с вращением в разных плоскостях

Практика: Выполнение полушпагата и шпагата.

Тема №25. Стойка на груди

Теория: Знакомство с техникой исполнения стойки на груди с опорой на руки.

Практика: Выполнение элемента с опорой и без.

Раздел 6. Соревнования и показательные выступления

Практика: Участие в соревнованиях и показательных выступлениях муниципального и городского уровня, а также участие в хореографических конкурсах
Итоговое занятие.

Подведение итогов обучения за год. Контрольное (итоговое) тестирование.

1.4 Планируемые результаты

Личностные (воспитательные)

У обучающихся будут сформированы:

- интерес о к двигательной деятельности;
- интерес к самостоятельному выполнению физических упражнений;
- доброжелательное отношение со сверстниками в совместной двигательной деятельности;
- элементарные умения самоорганизации в двигательной направленности.

Метапредметные (развивающие);

У обучающихся будут развиты:

- самоконтроль и самооценка при выполнении физических упражнений;
- адаптационные возможности и способствовать улучшению работоспособности организма;
- пространственные ориентировки в статике и динамике;
- творческие способности детей, духовное, нравственное физическое совершенствование.

Предметные (обучающие);

У обучающихся будут сформированы:

- правильные двигательные умения и навыки выполнения отдельных двигательных действий;
- скоростно-силовые качества, гибкость, сила, ловкость, выносливость, прыгучесть и т.д.
- понимание общего способа выполнения физических упражнений и связи «цель-результат».

Раздел 2 КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Содержание	Возрастные группы
	5 - 7 лет
Количество возрастных групп	1
Организованное начало и окончание образовательной деятельности	01.09.2023. – 31.05.2024.
Предельно допустимая длительность	30 мин
Недельная нагрузка	1 ч 00 мин
В том числе во 2 половину дня	1ч 00 мин
График каникул	01.01.2024.-10.01.2024.
Сроки проведения мониторинга достижения планируемых результатов освоения ДООП	10.05.2024- 25.05.2024.
Летний оздоровительный период	Каникулы 01.06.2024.- 31.08.2024. (14 недель)

2.2 Условия реализации программы Перечень учебно-методического обеспечения

Материально-технические условия.

Помещения для осуществления образовательной деятельности (спортивный зал 102 кв.м.) оборудовано в соответствии с Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28.

Методические условия:

- концертные костюмы
- музыкальный центр, CD диски, музыкальные инструменты, плакаты.

Кадровое обеспечение: Педагог дополнительного образования.

2.3. Формы аттестации

Для достижения цели и задач программы применяются такие формы отслеживания образовательных результатов, как

- педагогический анализ;
- проведение открытых занятий для родителей;
- выступление на праздниках МАДОУ;
- участие в конкурсах и концертах танцевального творчества;

2.4. Оценочные материалы

Педагогический анализ (диагностика) проводится 2 раза в год (вводный – в сентябре, итоговый – в мае).

При определении уровня освоения обучающимся программы используется 25-ти балльная система оценки освоения программы:

- минимальный уровень – до 14 баллов,
- средний уровень – от 15 до 19 баллов,
- максимальный уровень – от 20 до 25 баллов

ФИО обучающегося	Музыкальное оформление номера	Техника, синхронность исполнения номера	Костюмирование	Артистизм	Выразительность и эмоциональность	Итоговый балл

2.5. Методические материалы

Принципы, методы и формы организации образовательного процесса

При организации образовательного процесса используются следующие основные принципы:

1. Общепедагогические принципы: воспитывающего обучения, сознательности и активности занимающихся, наглядности, систематичности, доступности и индивидуализации, прочности и прогрессирования.
2. Спортивные: направленности на спортивные достижения, единства всех сторон подготовки, постепенности повышения требований.
3. Методические: опережающее развитие физических качеств, ранее освоение сложных элементов; соразмерности – оптимального и сбалансированного развития физических качеств.

В работе применяются следующие методы обучения:

1. Наглядный - выполнении упражнений ориентации на образец, копирование предложенного образца;
2. Словесный и наглядный - объяснение и показ упражнений;
3. Словесный – объяснение, после которого следует самостоятельное выполнение упражнений;
4. Практический - самостоятельное составление и выполнение упражнений. Воспитание творческой личности гимнастки проводится с использованием активных инновационных форм обучения: уроки-сказки, путешествия («Волшебная страна волн», «Мир гимнастики»); уроки-конкурсы (открытые занятия, показательные выступления); уроки творчества (работа детей над образом в гимнастике, взаимодействие в паре); уроки – «работа над ошибками».

Основными средствами в освоение программы являются:

- средства общей физической и специальной подготовки;
- изучение элементов упражнений;
- имитационные упражнения (подводящие);
- игры (сюжетные, подвижные, музыкальные).

2.6 Список литературы для педагога

1. Железняк, Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте/ Ю.Д. Железняк, П.К. Петров - М.: Академия, 2011. - 264 с.
2. Здоровье формирующее физическое развитие. Развивающие двигательные программы для детей 5-6 лет / Науч. ред.М. М Безруких. - М.: Владос, 2011. - 336 с.
3. Зимонина, В.Н. Воспитание ребенка-дошкольника: Развитого, организованного, самостоятельного, инициативного, неболеющего, коммуникабельного, аккуратного. Расту здоровым: Програм. - метод, пособие для педагогов дошк. образоват. учреждений/ В.Н. Зимонина. - М.: Владос, 2013. - 304 с.

4. Кожухова, Н.Н. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста: Схемы и таблицы/ Н.Н. Кожухова, Л.А. Рыжкова, М.М. Борисова. - М.: Владос, 2013. - 192 с.
5. Кожухова, Н.Н. Воспитатели по физической культуре в дошкольных учреждениях. - М.: Академия, 2012. - 316 с.
6. Куцакова, Л.В. Воспитание ребенка-дошкольника: Развитого, образованного, самостоятельного, инициативного, неповторимого, культурного, активно-творческого: В мире прекрасного: Программно-метод. пособие/ Л.В. Куцакова, СИ. Мерзлякова. - М.: Владос, 2013. - 368 с: ил.
7. Маланов, СВ. Развитие умение и способностей у детей дошкольного возраста. Теоретич. и метод, материалы: Учеб. - метод, пособие/ СВ. Маланов. - Рос. Акад. образования
8. Программа «Гимнастика для детей 4-7 лет» Л. Г. Верхозина

Список литературы для родителей и детей

Куцакова, Л.В. Воспитание ребенка-дошкольника: Развитого, образованного, самостоятельного, инициативного, неповторимого, культурного, активно-творческого: В мире прекрасного: Программно-метод. пособие/ Л.В. Куцакова, СИ. Мерзлякова. - М.: Владос, 2013. - 368 с: ил.

Пронумеровано, прошнуровано

и скреплено печатью

16 (шестнадцать) листов

Заведующий МАДОУ № 1

_____ А.В.Мацола