

Управление образования администрации города Коврова Владимирской области
**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №55 (МБДОУ №55)**

Рассмотрено

Советом МБДОУ №55

Протокол №3 от 26.05.2024 г.

Утверждаю

Заведующий МБДОУ №55

Е.А.Холодилова

Принято

Решением Педагогического Совета

МБДОУ №55

Протокол №5 от 27.05.2024 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа «Ласточки- гимнасточки»**

направленность-физкультурно-спортивная

уровень программы-ознакомительный

возраст обучающихся-4-5 лет

Срок реализации-1 год

Авторы -составители:

Ермакова Александра Сергеевна, старший воспитатель,
Трофименко Светлана Георгиевна, инструктор по физической культуре

г.Ковров,2024 г.

СОДЕРЖАНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ
«ЛАСТОЧКИ-ГИМНАСТОЧКИ»

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик программы»		Ст.
1.1	Пояснительная записка	3
1.2	Цель и задачи программы	8
1.3	Содержание программы	9
1.4	Планируемые результаты	20
Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»		
2.1	Календарный учебный график	20
2.2	Условия реализации программы	21
2.3	Формы аттестации	21
2.4	Оценочные материалы	22
2.5	Методические материалы	23
2.6	Список используемой литературы	23

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Нормативно-правовое обеспечение

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 персонифицированного 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 персонализированного 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»;
12. Положение о предоставлении дополнительных платных образовательных услуг в МБДОУ №55 г.Коврова (Принято Советом МБДОУ №55 от 29.04.2022 протокол № 2)

Актуальность

Рост популярности ЗОЖ и художественной гимнастики в городе Коврове вызывает заинтересованность родителей в том, чтобы их дети занимались данным видом спорта. Поскольку не все семьи могут определить ребенка в секцию художественной гимнастики за пределами дошкольного учреждения, возникла необходимость в организации дополнительного образования на базе МБДОУ №55 по физкультурно-оздоровительному направлению.

Результаты анкетирования среди родителей (законных представителей) воспитанников показали востребованность подготовки детей среднего дошкольного возраста к поступлению в спортивную школу.

Новизна

Содержание программы доступно для детей с разным уровнем физических возможностей.

При реализации программы используется нетрадиционный инвентарь для художественной гимнастики: две ленты (длина 50 см).

В процессе обучения дети осваивают музыкально-ритмический танец с элементами аэробики.

Разработаны тестовые нормативы, показывающие физическую подготовленность детей на конец учебного периода (на этапе завершения программы).

Педагогическая целесообразность

Программа педагогически целесообразна, т.к. обучение по данной программе:

1.приобщает детей среднего дошкольного возраста к занятиям художественной гимнастикой;

2.способствует освоению базовых компетенций для поступления в спортивную секцию по направлению-художественная гимнастика: развитие музыкально-двигательных и хореографических навыков;

3.развивает социально-коммуникативные навыки;

3. осуществляет коррекцию осанки и стопы.

Сроки реализации программы

- один год (период с сентября по май месяц включительно).

Возраст детей, участвующих в реализации Программы -девочки 4-5 лет.

Психолого-педагогические особенности возрастной категории обучающихся

Содержание занятий строится с учетом специфических видов детской деятельности: игровой, двигательной и музыкальной-ритмической.

Структура занятия предполагает частую смену видов деятельности, так как дети 4-5 лет долго не могут выполнять одни и те же задания.

В возрасте 4-5 лет скелет ребёнка пока ещё остаётся гибким, поэтому на занятиях даются незначительные силовые нагрузки. Особое внимание уделяется укреплению опорно-двигательного аппарата: мышечного корсета.

Формы занятий

1. фронтальная; 2. работа по подгруппам; 3. индивидуальная.

Режим и продолжительность занятий

Занятия проводятся 8 раз в месяц, **2 занятия в неделю**. Продолжительность одного занятия: **30 минут** (в месяц- 240 минут).

Количество занятий и учебных часов в неделю и за год:

- Общее количество занятий в год–72.
- Общее количество занятий в неделю-2.
- Общее количество часов в год-36.

- Общее количество часов в неделю- 1.

Количество обучающихся в объединениях, их возрастные категории

Количество детей в группе: 10 – 12 человек.

Возраст: девочки 4-5 лет

1.2 Цель и задачи программы

Цель: Сформировать у девочек среднего дошкольного возраста базовый уровень физической подготовленности в художественной гимнастике, посредством специальных гимнастических упражнений.

Задачи

Личностные:

- Воспитывать осознанное отношение к занятиям художественной гимнастикой.
- Воспитывать эстетическое отношение к художественной гимнастике как виду спорта.

Метапредметные:

- Формировать дружный коллектив детей, объединённых общей целью.
- Формировать у девочек 4-5 лет такие качества личности как, ответственность, организованность, работоспособность, нацеленность соревновательную деятельность и достижение результата.
- Поддерживать интерес и стремление демонстрировать свои успехи в занятиях художественной гимнастикой (показательные выступления).

Предметные:

- Формировать представление о художественной гимнастике как о виде спорта.
- Обучать основным и специальным физическим, хореографическим упражнениям, элементам техники предметов (мяч, скакалка, две ленточки, обруч).
- Обучать музыкально-двигательным и акробатическим элементам.
- Сохранять и укреплять здоровье, приобщать детей к основам здорового образа жизни.
- Способствовать гармоничному развитию личности.
- Учить детей контролировать правильное положение спины и стопы.

1.3 Содержание программы

1.3.1 Учебный план

	Наименование разделов	Общее количество часов	Материал обучения		Формы контроля
			Теория	Практика	
1	История художественной гимнастики	1	1	-	Беседа/ Викторина Правила ТБ
2	ОРУ	10	1	9	Наблюдение с фиксацией результатов/диагностика
3	Хореографическая подготовка	5	1	4	
4	Акробатическая подготовка	6	1	5	
5	Техника работа с предметами	6	1	5	
6	Музыкально-двигательная подготовка	5	1	4	
7	Гимнастические композиции: -упражнение без предмета -упражнение со скакалкой -упражнение с обручем -упражнение с мячом -упражнение с двумя лентами	34 10 5 5 5 4	2	32	
8	Подвижные игры	3	-	3	
9	Соревнования по нормативам ОФП	1	-	1	Наблюдение с фиксацией результатов (соответствие нормативам)
10	Показательные	1	-	1	Открытый показ для

	выступления				родителей
ИТОГО: 72 ч.					

1.3.2 Содержание учебного плана

№	тема	цель	содержание
1	История появления художественной гимнастики	заинтересовать детей, дать представление о виде спорта	просмотр видеоматериала, практическое ознакомление с инвентарем
2	ОРУ в движении и на месте, акробатические элементы, подвижная игра	подготовить организм детей к специальной физической нагрузке	обучение упражнениям для развития двигательных качеств, элементам акробатики
3	ОРУ в движении и на месте, акробатика, подвижная игра	развитие координационных навыков, обучение акробатическим элементам	упражнения на развитие двигательных качеств (равновесия, прыжки, элементы гибкости тела)
4	ОРУ в движении и на месте, акробатические элементы, подвижная игра	развитие двигательных качеств, обучение акробатическим элементам	обучение боковым кувырмам, технике работы с обручем
5	ОРУ в движении и на месте, акробатические элементы, подвижная игра	ознакомление с техникой работы с мячом, повторение ОРУ	базовые элементы техники работы с обручем и мячом
6	ОРУ в движении и на месте, под музыку, акробатические элементы,	обучение музыкально-двигательным навыкам, перестроение "змейкой"	выполнение разминки под музыку, упражнения на развитие двигательных качеств

	подвижная игра		
7	танцевальная разминка”летка-енка”, ”элементы без предмета”, игра с предметами на выбор (обруч, мяч)	обучение выполнению упражнений под музыку, работа с предметами	упражнения на развитие двигательных качеств, элементы техники работы с мячом
8	ознакомление с классической хореографией, игра-фантазия “балет”	просмотр видео материалов, импровизация с элементами хореографии	позиции рук и ног классической хореографии, танец под музыку, ОРУ
9	базовые элементы	обучение элементам упражнения “без предмета”	равновесия, прыжки, повороты, волны, танцевальные шаги, ОРУ
10	ОРУ, акробатика, подвижная игра	обучение перестроению “в шахматном порядке”, элементам акробатики	разминка под музыку, боковые кувырки, мосты, стойки на лопатках, упражнения с обручем
11	элементы классической хореографии, техника работы с обручем и мячом	закрепление выполнения базовых элементов	позиции рук и ног, приемы владения предметами, ОРУ
12	танцевальная разминка ”леткаенка”, ”элементы без предмета”, игра с предметами на выбор (обруч, мяч)	обучение движениям под музыку, элементам из композиции	ОРУ, прыжки, повороты, волны, равновесия, танцевальные шаги
13	элементы классической хореографии, техника работы с	закрепление выполнения базовых элементов	позиции рук и ног, приемы владения предметами, ОРУ

	обручем и мячом		
14	танцевальная разминка "летка-енка", "элементы без предмета", игра с предметами на выбор (обруч, мяч)	обучение движениям под музыку, элементам из композиции	ОРУ, прыжки, повороты, волны, равновесия, танцевальные шаги
15	элементы классической хореографии, техника работы с обручем и мячом,	закрепление выполнения базовых элементов	позиции рук и ног, приемы владения предметами, ОРУ
16	техника безопасности при работе с предметами, работа со скакалкой, выполнение акробатических элементов с оцениванием	ознакомление с техникой работы со скакалкой, повторение акробатических элементов	прыжки на скакалке, манипуляции с предметом, боковые кувырки, мосты, "березки"
17	хореография, акробатика, подвижная игра, хореография, акробатика, подвижная игра	повторение пройденного материала, элементы композиции "без предмета"	позиции рук и ног, прыжки, повороты, равновесия, элементы акробатики, танцевальные шаги
18	танцевальная разминка, упражнения с предметами	выполнение заданий под музыку, работа с предметами	ОРУ, техника работы с обручем, мячом (базовые элементы)
19	техника безопасности при работе с	ознакомление с техникой работы со скакалкой, повторение	беседа с детьми, прыжки на скакалке, манипуляции с предметом, боковые кувырки,

	предметами, работа скакалкой, выполнение акробатических элементов оцениванием	со с	акробатических элементов	мосты, "березки"
20	танцевальная разминка, упражнения предметами	с	выполнение заданий под музыку, работа с предметами	ОРУ, техника работы с обручем, мячом (базовые элементы)
21	хореография, акробатика, подвижная игра		обучение музыкально- двигательным навыкам, акробатическим элементам	импровизация под музыку, кувырок вперед, полушпагат, ОРУ
22	работа предметами, музыкально- двигательная игра	с	научить произвольному перестроению на разминке, связкам элементов с мячом и обручем,	ОРУ, соединения элементов, повторение акробатических элементов
23	хореография, композиция предмета	без	ознакомление композицией, закрепление материала	с ОРУ в партере, повторение базовых элементов
24	работа предметами, музыкально- двигательная игра	с	научить произвольному перестроению на разминке, связкам элементов с мячом и обручем	ОРУ, соединения элементов, повторение акробатических элементов
25	танцевальная разминка, упражнения предметами	с	выполнение заданий под музыку, работа с предметами	ОРУ, техника работы с обручем, мячом (базовые элементы)
26	хореография, композиция	без	ознакомление композицией,	с ОРУ в партере, повторение базовых элементов

	предмета	закрепление материала	
27	танцевальная разминка, упражнения с предметами	выполнение заданий под музыку, работа с предметами	ОРУ, техника работы с обручем, мячом (базовые элементы)
28	танцевальная разминка, упражнения с предметами	выполнение заданий под музыку, работа с предметами	ОРУ, техника работы с обручем, мячом (базовые элементы)
29	композиции без предмета, скакалкой, подвижная игра	обучение выполнению композиций	прыжки, повороты, волны, равновесия в комбинации с музыкой и танцевальными шагами
30	композиции с мячом, обручем, подвижная игра	обучение выполнению композиций	технические группы, элементы тела, сочетание с музыкой
31	музыкально-ритмическая композиция с 2 лентами, подвижная игра	обучение выполнению композиции, повторение акробатических элементов	выполнение перестроений, работа с лентами (круги, взмахи), базовые элементы
32	танцевальная разминка, упражнения с предметами	выполнение заданий под музыку, работа с предметами	ОРУ, техника работы с обручем, мячом (базовые элементы)
33	композиции без предмета, скакалкой, подвижная игра	обучение выполнению композиций	прыжки, повороты, волны, равновесия в комбинации с музыкой и танцевальными шагами
34	композиции с мячом, обручем, подвижная игра	обучение выполнению композиций	технические группы, элементы тела, сочетание с музыкой

35	музыкально-ритмическая композиция с лентами, подвижная игра	2	обучение выполнению композиции, повторение акробатических элементов	выполнение перестроений, работа с лентами (круги, взмахи), базовые элементы
36	композиции без предмета, скакалкой, подвижная игра	со	обучение выполнению композиций	прыжки, повороты, волны, равновесия в комбинации с музыкой и танцевальными шагами
37	композиции с мячом, обручем, подвижная игра		обучение выполнению композиций	технические группы, элементы тела, сочетание с музыкой
38	музыкально-ритмическая композиция с лентами, подвижная игра	2	обучение выполнению композиции, повторение акробатических элементов	выполнение перестроений, работа с лентами (круги, взмахи), базовые элементы
39	композиции без предмета, скакалкой, подвижная игра	со	обучение выполнению композиций	прыжки, повороты, волны, равновесия в комбинации с музыкой и танцевальными шагами
40	композиции с мячом, обручем, подвижная игра		обучение выполнению композиций	технические группы, элементы тела, сочетание с музыкой
41	музыкально-ритмическая композиция с лентами, подвижная игра	2	обучение выполнению композиции, повторение акробатических элементов	выполнение перестроений, работа с лентами (круги, взмахи), базовые элементы
42	композиции без предмета, скакалкой, подвижная игра	со	обучение выполнению композиций	прыжки, повороты, волны, равновесия в комбинации с музыкой и танцевальными шагами

43	композиции с мячом, обручем, подвижная игра	обучение выполнению композиций	технические группы, элементы тела, сочетание с музыкой
44	музыкально-ритмическая композиция с 2 лентами, подвижная игра	обучение выполнению композиции, повторение акробатических элементов	выполнение перестроений, работа с лентами (круги, взмахи), базовые элементы
45	композиции без предмета, со скакалкой, подвижная игра	обучение выполнению композиций	прыжки, повороты, волны, равновесия в комбинации с музыкой и танцевальными шагами
46	композиции с мячом, обручем, подвижная игра	обучение выполнению композиций	технические группы, элементы тела, сочетание с музыкой
47	музыкально-ритмическая композиция с 2 лентами, подвижная игра	обучение выполнению композиции, повторение акробатических элементов	выполнение перестроений, работа с лентами (круги, взмахи), базовые элементы
48	элементы классической хореографии, техника работы с обручем и мячом,	закрепление выполнения базовых элементов	позиции рук и ног, приемы владения предметами, ОРУ
49	техника безопасности при работе с предметами, работа со скакалкой, выполнение акробатических элементов с оцениванием	ознакомление с техникой работы со скакалкой, повторение акробатических элементов	беседа с детьми, прыжки на скакалке, манипуляции с предметом, боковые кувырки, мосты, "березки"

50	танцевальная разминка, упражнения с предметами	выполнение заданий под музыку, работа с предметами	ОРУ, техника работы с обручем, мячом (базовые элементы)
51	композиции без предмета, скакалкой, подвижная игра	обучение выполнению композиций	прыжки, повороты, волны, равновесия в комбинации с музыкой и танцевальными шагами
52	композиции с мячом, обручем, подвижная игра	обучение выполнению композиций	технические группы, элементы тела, сочетание с музыкой
53	музыкально-ритмическая композиция с 2 лентами, подвижная игра	обучение выполнению композиции, повторение акробатических элементов	выполнение перестроений, работа с лентами (круги, взмахи), базовые элементы
54	танцевальная разминка, упражнения с предметами	выполнение заданий под музыку, работа с предметами	ОРУ, техника работы с обручем, мячом (базовые элементы)
55	композиции без предмета, скакалкой, подвижная игра	обучение выполнению композиций	прыжки, повороты, волны, равновесия в комбинации с музыкой и танцевальными шагами
56	композиции с мячом, обручем, подвижная игра	обучение выполнению композиций	технические группы, элементы тела, сочетание с музыкой
57	музыкально-ритмическая композиция с 2 лентами, подвижная игра	обучение выполнению композиции, повторение акробатических элементов	выполнение перестроений, работа с лентами (круги, взмахи), базовые элементы
58	композиции: музыкально-	закрепление выполнения элементов	выполнение упражнений на оценку, отработка элементов

	ритмическая, без предмета, обручем, подвижная игра	соответствии с музыкой	
59	композиции: музыкально-ритмическая, скакалкой, мячом	закрепление выполнения элементов в соответствии с музыкой	выполнение упражнений на оценку, отработка элементов
60	музыкально-ритмическая композиция с лентами, подвижная игра	обучение выполнению композиции, повторение акробатических элементов	выполнение перестроений, работа с лентами (круги, взмахи), базовые элементы
61	композиции: музыкально-ритмическая, без предмета, обручем, подвижная игра	закрепление выполнения элементов в соответствии с музыкой	выполнение упражнений на оценку, отработка элементов
62	композиции: музыкально-ритмическая, скакалкой, мячом	закрепление выполнения элементов в соответствии с музыкой	выполнение упражнений на оценку, отработка элементов
63	музыкально-ритмическая композиция с лентами, подвижная игра	обучение выполнению композиции, повторение акробатических элементов	выполнение перестроений, работа с лентами (круги, взмахи), базовые элементы
64	композиции: музыкально-ритмическая, без предмета, обручем, подвижная игра	повторение элементов в соответствии с музыкой	выполнение упражнений на оценку, отработка элементов

65	композиции: музыкально- ритмическая, со скакалкой, мячом	повторение элементов в соответствии с музыкой	выполнение упражнений на оценку, отработка элементов
66	ознакомление с тестовыми нормативами	выполнение заданий в соответствии с методическими требованиями	ОРУ, упражнения на оценку, контроль качества выполнения
67	выполнение тестовых нормативов	выполнение заданий в соответствии с методическими требованиями	ОРУ, упражнения на оценку, контроль качества выполнения
68	соревнования по тестовым нормативам	выполнение заданий в соответствии с методическими требованиями, подведение результатов	ОРУ, выполнение упражнений на оценку
69	подготовка к показательным выступлениям	настроить детей на демонстрацию своих достижений	ОРУ, выполнение композиций: музыкально ритмической, без предмета, с обручем
70	подготовка к показательным выступлениям	настроить детей на демонстрацию своих достижений	ОРУ, выполнение композиций: музыкально-ритмической, со скакалкой, с мячом
71	показательные выступления	проверка усвоения программы, показ результатов работы родителям	ОРУ, элементы хореографии, музыкально-ритмическая композиция, упражнения: без предмета, с обручем, с мячом
72	итоговое занятие, повторение пройденного материала	оценить достижения детей, заинтересовать перспективами дальнейшего обучения	ОРУ базовые, конкурс любимых элементов, подвижные игры- эстафеты с предметами

ОРУ в движении: в строевые упражнения (построение в шеренгу, ходьба в колонне по заданию, перестроение в круг, в “шахматном порядке”). Бег с выполнением заданий (“ножницы”, с ускорением и т.д.).

ОРУ стоя на месте: повороты и наклоны головы, отведение рук вверх, в стороны, прогибы, отжимания от пола с коленей, наклоны туловища, выпады, прыжки, подскоки. Цель: развитие пространственно-координационных навыков, развитие двигательных качеств, подготовка организма детей к дальнейшей нагрузке. Упражнения на дыхание: “ветерок”, “деревце”, “снежинка. Цель: расслабление и восстановление организма после физической нагрузки.

Хореографические упражнения: позиции “балерины” (рук и ног), танцевальные шаги, повороты, прыжки, равновесия. Цель: научить базовым элементам художественной гимнастики, развивать культуру движения.

Акробатика: мосты, кувырки, равновесия, стойка на лопатках, переворот боком, полушпагаты, “складки”, элементы гибкости. Цель: развитие координации, силы, гибкости, обучение элементам вида спорта.

Упражнение без предмета: волны, танцевальные шаги, наклоны, прыжки, равновесия.

Упражнение с мячом: каты, отбивы, броски-ловли, манипуляции с предметом в сочетании с музыкой и движениями тела.

Упражнение со скакалкой: прыжки, вращения, манипуляции с предметом в соединении с музыкой.

Упражнение с обручем: вращения, проходы в обруч, выходы, передачи предмета, броски, манипуляции в соединении с музыкой.

Композиция с ленточками: круги, взмахи, “змейки”, перестроения под музыку.

Подвижные игры: «Сказка», «Догонялки», «Зоопарк», импровизация с предметами (под музыку)

Показательные выступления: упражнение без предмета, с обручем, с мячом и другой группой, четверками, парами.

1.4 Планируемые результаты

Планируемые результаты:

Личностные

- Наблюдается осознанное отношение к занятиям художественной гимнастикой и эстетическое отношение к художественной гимнастике как виду спорта.
- У детей сформированы такие качества личности как, ответственность, организованность, работоспособность, нацеленность соревновательную деятельность и достижение результата.

Метапредметные

- Сформирован дружный коллектив детей, объединённых общей целью.

Предметные

- Демонстрируют свои успехи в занятиях художественной гимнастикой (показательные выступления, тестовые нормативы).
- Сформировано представление о художественной гимнастике как о виде спорта.
- Имеют навыки выполнения основных и специальных физических, хореографических упражнениям, владеют элементам техники предметов (мяч, скакалка, две ленточки, обруч).
- Умеют выполнять музыкально-двигательные и акробатические элементы.
- Стараются контролировать правильное положение спины и стопы.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

№	Год обучения	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Объем учебных часов	Режим работы
1	1 год	36	36	36	2 раза в неделю по 30 минут

2.2. Условия реализации программы

Кадровое обеспечение. Педагог дополнительного образования, имеющий высшее или среднее профессиональное образование без предъявления требований к стажу педагогической работы или лицо, обладающее достаточным практическим опытом, знаниями, умениями и выполняющее качественно и в полном объеме возложенные на него должностные обязанности.

Информационное обеспечение.

Размещение на сайте МБДОУ №55 и на информационных стендах детского сада информации и краткой презентации Программы.

Материально-техническое обеспечение.

Спортивный зал с мягким ковровым покрытием, соответствует требованиям 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.

Магнитофон/ноутбук и флеш-носитель.

Скакалки мягкие по количеству детей -10-12 шт.

Мяч по количеству детей -10-12 шт.

Лента атласная по 2 шт. на ребенка -20-24 шт.

Обручи по количеству детей -10-12 шт.

Мат мягкий – 2 шт.

- перед каждым занятием осуществляется влажная уборка помещения и сквозное проветривание.

2.3. Формы аттестации

Цель аттестации:

Определение уровня физической подготовленности и степени освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Ласточки-гимнасточки».

Методы диагностики:

Определение уровня физической подготовленности и степени освоения Программы осуществляется через сдачу нормативов ОФП и СФП, а так же по результатам показательных выступлений.

Параметры оценки (нормативы):

1. «Мост» из и.п. лёжа на спине (стоя)
2. «Складка» из и.п. сидя на полу
3. «Полушпагат» (правая/левая нога)
4. «Ласточка» (правая/левая нога)
5. Отжимания из и.п. лежа на полу (с коленей)
6. Поднимание согнутых ног в висе на гимнастической стенке (или сед в группировку из и.п. лежа на спине)

Тесты 1-4 оцениваются по 5-бальной системе; тесты 5-6 выполняются по 10 раз- это 5 баллов (меньшее количество оценивается соответственно). Минимальное количество баллов за нормативы-22.

Визуально оценивается самостоятельное выполнение детьми:

- без предмета;
- со скакалкой;
- с обручем;
- с мячом.

Сформированность представления о художественной гимнастике как о виде спорта оценивается по результатам мини-викторины «Знатоки художественной гимнастики».

2.4 Оценочные материалы

Ф.И.О	Нормативы						Итоговое количество баллов в
	«Мост»	«Складка»	«Полушпагат»	«Ласточка»	Отжимания	Поднимание согнутых ног	
1							
2							

Ф.И.О.	Нормативы							Выводы	
	Самостоятельное выполнение детьми:				Умение выполнять элементы под музыку	Владение акробатическими элементами	Владение предметами		Контроль за положением спины и стоп
	без предмета	со скакалкой	с обручем	с мячом					
1									
2									
3									

2.5 Методические материалы

–особенности организации образовательного процесса – очно

- **методы обучения**- словесный, наглядный практический, репродуктивный, игровой.
- **методы воспитания**- убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.
- **формы организации образовательного процесса**: индивидуально-групповая и групповая.
- **формы организации учебного занятия** - беседа, игра, открытое занятие, практическое занятие.
- **педагогические технологии** – здоровьесберегающие технологии (подвижные игры, дыхательная гимнастика)
- **алгоритм учебного занятия** –беседа, разминка, ОРУ, упражнения с предметами и без, игра, релаксационные упражнения (дыхательная гимнастика).
- дидактические материалы** – *не предусмотрено*

2.6. Список использованной литературы

Ссылки на используемые источники:

- <http://vfrg.ru/> -сайт Всероссийской Федерации художественной гимнастики (видео-фрагменты соревнований)
- <https://catalog.prosv.ru/attachment/f7f832e0e742bb67ed5c3ed7e558c82387c5ea7f.pdf> - Винер И.А. Программа дополнительного образования. Гармоничное развитие детей средствами гимнастики

Список литературы для педагогов

1. Винер И.А. Программа дополнительного образования. Гармоничное развитие детей средствами гимнастики / И. А. Винер, Н. М. Горбулина, О. Д. Цыганкова; под. ред. И. А. Винер. — 2-е изд. — М. : Просвещение, 2021.

Список литературы для дошкольников и их родителей/Ссылки на источники

- Загадки о спорте для дошкольников <https://infourok.ru/zagadki-o-sporte-dlya-doshkolyat-1832403.html>
- Загадки про гимнастику <https://www.kidsclever.ru/content/zagadki-pro-gimnastiku>
- Стихи о художественной гимнастике <https://detstih.ru/blog/stihi-pro-hudozhestvennyu-gimnastiku>