

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЕМ
АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ПАВЛОВСКИЙ РАЙОН

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования «Дом детского творчества»
станции Атаманской муниципального образования Павловский район
(МБОУ ДО ДДТ ст. Атаманской)

Принята на заседании
педагогического совета
от «31» 08 2026 г.
Протокол № 1

Утверждаю:
директор МБОУ ДО
ДДТ ст. Атаманской
 В.Н. Кахикало
приказ № 161
от «31» 08 2026 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

«Азбука здоровья»

Уровень программы: ознакомительный

Срок реализации программы: 1 год: 72 часа

Возрастная категория: от 5 до 7 лет

Состав группы: до 12 человек

Форма обучения: очная

Вид программы: модифицированная

Программа реализуется на бюджетной основе

ID-номер Программы в Навигаторе: 9671

Автор-составитель:
Котышева Валентина Григорьевна,
педагог дополнительного образования

ст. Атаманская, 2026

Содержание

1	Раздел 1 «Комплекс основных характеристик образования: объём, содержание, планируемые результаты»	3
1.1	Пояснительная записка	3
1.2.	Цель и задачи программы	11
1.3.	Учебный план	11
1.4	Планируемые результаты и способы определения их результативности	13
2	Раздел 2 «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»	15
2.1	Календарный учебный график	15
2.2	Рабочая программа воспитания	19
2.3	Условия реализации программы	25
2.4	Формы аттестации	26
2.5	Оценочные материалы	27
2.6	Методические материалы	29
2.7	Список литературы	32
3	Приложение	34

Раздел 1 «Комплекс основных характеристик образования: объём, содержание, планируемые результаты»

1.1 Пояснительная записка

Хореографическое искусство обладает редкой возможностью воздействия на мировоззрение учащегося. Посредством знакомства с танцем можно осуществить, как эстетическое, так и физическое воспитание, развивать художественный вкус, формировать общую культуру. Занятия танцем учат красоте, выразительности движений, развивают силу и ловкость, благоприятно влияют на здоровье. Кроме того занятия требуют напряжённого усилия, собранности, способствуют развитию трудолюбия учащегося, закалывают характер.

Перечень **нормативно-правовой базы** для разработки программы:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).
2. Федеральный закон Российской Федерации от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся.
3. Федеральный закон Российской Федерации от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации».
4. Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».
5. Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации».
6. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утверждённая распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года N 678-р (с дополнениями и изменениями).
7. Национальный проект «Молодежь и дети» (разработан в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 7 мая 2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»).
8. Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации, Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».
9. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
10. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

11. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.06.2026 года № 19 «Об утверждении СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

12. Постановление Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 г. № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

13. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), письмо Минобрнауки от 18.12.2015 г. № 09-3242.

14. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 7 мая 2020 г. № ВБ-976/04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий».

15. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 29.09.2023 г. № АБ-3935/06 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно-технологического и культурного развития страны»).

16. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (РМЦ ДОД КК, 2024).

17. Программа воспитания МБОУ ДО ДДТ ст. Атаманской.

18. Устав МБОУ ДО ДДТ ст. Атаманской, локальные акты.

Программа имеет **художественную направленность**, так как ориентирована на развитие творческих способностей учащихся, формирование и воспитание нравственных качеств личности через приобщение к миру искусства хореографии.

Программа **направлена на социально-экономическое развитие** муниципального образования и региона в целом. Одним из приоритетных направлений социально-экономического развития муниципального образования Павловский район является обеспечение доступности и повышения качества образования, в том числе через дальнейшее развитие дополнительного образования. Программа направлена на обеспечение доступности дополнительного образования, так как предусматривает возможность сетевой формы реализации, обучение детей с ограниченными

возможностями здоровья, а также находящихся в трудной жизненной ситуации, одарённых и талантливых детей с различными образовательными возможностями. В рамках реализации программы учащиеся знакомятся с различными современными профессиями, что способствует ранней профориентации. Основной акцент уделяется профессиям, востребованным в муниципальном образовании и в регионе.

Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность

Новизна программы. Данная программа ориентирована на учащихся, которые впервые знакомятся с понятием «коллектив», поэтому детские танцы, предложенные в программе, способствуют развитию учащихся в социуме. За счёт интеграции искусства танца и спорта (упражнения из акробатики, гимнастики), осуществляется разностороннее развитие детей дошкольного возраста, с учётом возможностей и состояния здоровья учащихся, расширение функциональных возможностей развивающегося организма. В программе представлены нетрадиционные виды упражнений и креативная гимнастика (пальчиковая гимнастика, упражнения дыхательной гимнастики А.Н. Стрельниковой, самомассаж по М. Норбекову).

Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий, что придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и усвоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей учащегося.

Актуальность данной программы заключается в удовлетворении спроса родителей и учащихся в творческой реализации посредством танца, а также способствует физической подготовке дошкольников к ответственному периоду в их жизни - обучению в школе. Предложенный материал программы является стимулом для повышения мотивации к ведению здорового образа жизни с раннего детства.

Педагогическая целесообразность данной программы состоит в том, что дошкольник учится реализовывать своё творчество в коллективе. Ведь именно детство особенно восприимчиво к прекрасному - музыке, танцу. И это позволяет смотреть на хореографическое воспитание как на важный и нужный процесс развития учащихся. Знакомясь с искусством хореографии, ребёнок познаёт себя, свои физические возможности, свой потенциал. Искусство танца многогранно: оно способствует развитию памяти, чувству ритма, физической культуре, прививает любовь к прекрасному. Все эти навыки помогут ребёнку при переходе из дошкольника в школьника.

Отличительные особенности программы состоят в том, что параллельно с развитием музыкальности, пластичности и другими танцевальными качествами, делается упор и на физическую подготовку учащегося за счёт нестандартной подборки упражнений (дыхательной гимнастики по А.Н. Стрельниковой, самомассаж по методу М. Норбекова, профилактика плоскостопия). Учитывая дошкольный возраст ребёнка, синтез

искусства танца и различных оздоровительных упражнений предложен в игровой форме. Данный программный материал способствует развитию как в социуме, так и индивидуальных качеств личности.

Данная программа является **модифицированной**.

Адресат программы

Программа ориентирована на девочек и мальчиков в возрасте от 5 до 7 лет.

Особенность детей данного возраста - интерес и тяга к красивому, эстетически ценному. Ведущее значение приобретает развитие воображения. Дошкольник активно познаёт окружающий его мир, хочет разобраться, понять, наблюдает явления, события. В этот период активно развиваются память, мышление, речь, воображение. Именно на данном возрастном этапе, когда происходит формирование опорно-двигательного аппарата, закладываются основы функциональных возможностей организма.

В этом возрасте ребёнок не может объективно оценить свои физические возможности, это необходимо учитывать при подборе упражнений и при их выполнении. Ведущим у дошкольников является конкретно-образное мышление, необходимо использовать в своей работе сравнение, наглядность, показ. Это игровой возраст, для него характерны жизнерадостность, подвижность, доверчивость. Возбуждение сильнее, чем торможение. Игра – ведущая деятельность в дошкольном возрасте.

В составе группы могут обучаться **талантливые (одарённые) дети, дети с ограниченными возможностями здоровья, дети-инвалиды, дети, находящиеся в трудной жизненной ситуации**, если для их обучения не требуется создания специальных условий. Эти дети могут заниматься с основным составом объединения.

При приеме в объединение одаренных детей может быть разработан индивидуальный учебный план в пределах образовательной программы, исходя из индивидуальных возможностей и потребностей ребенка, принятого на обучение. Дети данной категории изучают те же темы, что и основной состав группы, но выполняют более сложные работы, участвуют в конкурсах за пределами учреждения.

Дети с ограниченными возможностями здоровья принимаются после собеседования с родителями (законными представителями) с целью установления уровня трудностей у ребенка и выстраивания индивидуального учебного плана, если в этом будет необходимость. Для этого по каждой теме программы предусмотрены более простые задания, которые будут доступны детям.

Дети, находящиеся в трудной жизненной ситуации, могут испытывать трудности в адаптации и коммуникации, эмоциональные зажимы, психологические травмы, эмоциональный дискомфорт. При необходимости разрабатывается индивидуальный учебный план для каждого ребёнка, в зависимости от готовности ребёнка к взаимодействию, эмоционального состояния, интересов ребёнка, имеющего проблемы.

В программе предусмотрена возможность занятий по **индивидуальной образовательной траектории** (по индивидуальному учебному плану) для детей с особыми образовательными потребностями (приложение):

- детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья;
- талантливых (одаренных, мотивированных) детей;
- детей, находящихся в трудной жизненной ситуации.

Работа по индивидуальным образовательным траекториям включает в себя следующие этапы:

- диагностика уровня развития и интересов ребенка;
- определение целей и задач, видов деятельности;
- определение времени;
- разработка учебно-тематического плана;
- разработка содержания, форм работы и оценивания знаний.

Пол учащегося, наличие способностей, степень предварительной подготовки и уровень образования по данной программе значения не имеют. Набор на обучение по программе осуществляется независимо от способностей и умений при отсутствии медицинских противопоказаний. На втором году обучения могут зачисляться вновь прибывшие учащиеся при успешном прохождении тестирования.

Занятия в объединении проводятся по группам. Количество учащихся в группах определяется Уставом учреждения. Состав групп – разновозрастной.

Уровень программы, объём и сроки реализации

Программа реализуется на **ознакомительном** уровне. Предполагается освоение первоначальных знаний, умений и навыков в области хореографии. Продолжительность образовательного процесса – 36 календарных недель. Срок освоения программы – 1 год. Общее количество учебных часов за весь период обучения - 72 часа.

Распределение количества часов по годам обучения:

1 год обучения - 72 часа.

Форма обучения по данной программе – очная.

Возможна реализация программы или отдельных её тем с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий по санитарно-эпидемиологическим и другим основаниям. Необходимым минимальным условием использования дистанционных образовательных технологий является наличие интернет-браузера и подключения к сети Интернет. В этом случае реализуется как отложенное во времени, так и в режиме реального времени взаимодействие учащегося с педагогом посредством использования образовательной платформы Сферум, которая объединяет функционал мессенджера и сервиса для видеоконференцсвязи.

Программа может быть реализована в сетевой форме, что обуславливает эффективность использования имеющихся материально-технических и инфраструктурных ресурсов организаций-партнёров. Реализация программы в сетевой форме возможно в следующих форматах:

- очный формат;
- дистанционный формат;
- смешанный формат.

Примерная форма договора представлена в приложении 5.

Режим занятий

1 год обучения (72 часа): 2 раза в неделю по 1 часу.

Продолжительность одного занятия - 30 минут.

Также педагог может переносить занятия по времени или по дням недели в связи с проводимыми конкурсами, методическими мероприятиями или по иным причинам на основании письменного заявления, по согласованию с руководителем. При необходимости занятия могут проводиться чаще в целях своевременного завершения обучения по программе. Все изменения расписания согласовываются и утверждаются приказом директора.

Особенности организации образовательного процесса

Учебные группы формируются из учащихся дошкольного возраста от 5 до 7 лет (мальчиков и девочек). Такая организация учебного процесса способствует развитию коммуникативных качеств, эстетических норм поведения, развитию нравственных качеств.

Основной состав группы постоянный. Учебные занятия проводятся группами.

Виды занятий: практические, игровые, конкурсы, концерты и др.

Их выбор зависит от цели и задач занятия, определённых педагогом.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы - содействие эстетическому и физическому развитию учащихся посредством знакомства с хореографической деятельностью.

Задачи программы

Образовательные:

1. Развивать познавательный интерес к искусству хореографии.
2. Способствовать приобретению определённых хореографических навыков.
3. Научить выполнять танцевальные этюды, танцы.

Личностные:

1. Воспитывать уважительное отношение к творчеству как своему, так и других людей.
2. Формировать навыки культуры общения и поведения в социуме.
3. Прививать навыки здорового образа жизни.

Метапредметные:

1. Способствовать реализации двигательной активности.
2. Воспитывать умение трудиться, доводить начатое дело до конца.
3. Способствовать развитию коммуникативных качеств, ответственности.

1.3. Содержание программы Учебный план

№	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
Раздел 1 «Техника танца» (34 ч.)					
1.1	Вводное занятие	1	-	1	Игра
1.2	Партерная гимнастика	15	1	14	
1.3	Общая физическая подготовка (ОФП)	18	1	17	Эстафета
Раздел 2 «Детская хореография» (38 ч.)					
2.1	Игроритмика	11	1	10	
2.2	Детская хореография	20	2	18	
2.3	Профориентационная работа	4	-	4	
2.4	Воспитательная работа	2	-	2	
2.5	Итоговое занятие	1	-	1	Концерт
	Итого	72	5	67	

Содержание учебного плана Раздел 1 «Техника танца» (34 ч.)

1.1 Вводное занятие.

Практика: инструктаж по технике безопасности. Знакомство с группой. Музыкальная игра «Я твой друг».

Форма аттестации/контроля: игра.

1.2. Партерная гимнастика.

Теория: понятия: постановка корпуса, позиции ног, упражнения на выразительность работы рук.

Практика: выполнение упражнений выполняемых сидя и лежа на полу, соответствующих положению ног в VI позиции по I позиции, упражнения на выразительность работы рук.

1.3. Общая физическая подготовка.

Теория: терминология физических упражнений и их значение: «кувырки», «перекат», «змейка», «шпагат», «мост». Причины травматизма, техника безопасности. Теоретические понятия правильного выполнения упражнений : на силу, равновесия, ловкости.

Практика: упражнения на развитие различных групп мышц: «кувырки», «перекат», «змейка», «шпагат», «мост». Эстафеты, командные игры. Силовые упражнения, упражнения на развитие ловкости, равновесия.

Форма аттестации/контроля: эстафета.

Раздел 2. «Детская хореография (38 ч.)

2.1. Игроритмика.

Теория: понятия – ритмические упражнения, ритмический рисунок.

Практика: построение в линию, колонну по два, по одному, в круг, из круга. Удары в ладоши, и другие приёмы для выражения музыкального ритма (2/4, 4/4). Выполнение ритмических упражнений, применяя импровизацию (показ животного, предмета, природных явлений и др.)

2.2. Детская хореография.

Теория: теоретические понятия: названия танцевальных элементов, хореографических рисунков. Теоретические понятия о правильной последовательности выполнения танцевальных связок, элементов.

Практика: положение рук в парах, хореографические элементы, танцевальные элементы в парах, притопы, подскоки, танцевальные композиции, танцы. Выполнение танцевальных этюдов, танцев.

2.3. Профориентационная работа.

Теория: знакомство учащихся с профессиями в различных сферах жизни (профессии в сфере искусства, технологических компетенций и др.).

2.4. Воспитательная работа.

Практика: в стране безопасности. Будь на свете всех добрее.

2.5. Итоговое занятие.

Практика: выполнение изученных танцев.

Форма аттестации/контроля: концерт.

1.4. Планируемые результаты и способы определения их результативности

Предметные результаты

Учащиеся будут владеть:

- определёнными хореографическими навыками;
- выполнять танцевальные этюды и танцы;
- интересоваться искусством хореографии.

Личностные результаты

У учащихся будут развиты:

- уважительное отношение к творчеству как своему, так и других людей;
- сформированы навыки культуры общения и поведения в социуме;
- мотивированы на ведение здорового образа жизни.

Метапредметные результаты

Учащиеся научатся:

- реализации двигательной активности;
- умению трудиться, доводить начатое дело до конца.
- владеть коммуникативными качествами, ответственности.

Результаты реализации программы предъявляются на основании критериев оценивания теоретических знаний и практических навыков и умений, а так же развития личностных характеристик учащихся.

Оценивание проводится по уровневой системе (высокий, средний, низкий). Критерии составляются и корректируются педагогом с учётом темы, особенностей контингента учащихся.

Критерии оценивания теоретических знаний

Оценка	Критерии
Высокий	Учащийся знает изученный материал, даёт ответы, демонстрирующие полное владение материалом. Владеет терминами, зная их значение.
Средний	Учащийся в целом знает материал, но может допускать незначительные неточности.
Низкий	Учащийся фрагментарно знает изученный материал. Апеллирует терминами не точно, путает их значения.

Критерии оценивания практических навыков и умений

Оценка	Критерии
Высокий	Учащийся умеет самостоятельно выполнить задание. Видна нацеленность на конечный результат. Результат не требует исправлений.
Средний	Учащийся выполняет задание с допущением незначительных ошибок. Результат требует незначительной корректировки.
Низкий	Учащийся выполняет задание со значительными ошибками, необходима помощь и направление педагога.

Развитие личностных качеств учащихся определяется путём систематического наблюдения в различных видах деятельности.

Результат освоения программы фиксируется также во время участия в концертных программах.

Формы контроля и подведения итогов результативности программы

С целью обеспечения результативности обучения по программе применяются следующие виды контроля:

- вводный – на первом занятии при поступлении на обучение;
- текущий – после изучения темы;
- итоговый – по окончании обучения по программе.

Данные виды контроля осуществляются в форме выполнения элементарных упражнений, участия в концерте. По итогам контроля педагог вносит данные на каждого учащегося в диагностическую карту. Подведение итогов реализации программы осуществляется в виде итоговой аттестации в форме, определённой педагогом.

Раздел 2 «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»

2.1. Календарный учебный график на 2026 – 2027 учебный год

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата		Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
			План	Факт			
	Раздел 1 «Техника танца» (34 ч.)						
1.1	Вводное занятие	1					
1	Инструктаж по технике безопасности. Знакомство с группой. Музыкальная игра «Я твой друг».	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	Игра
1.2	Партерная гимнастика	15					
2	Упражнения сидя на полу для развития стопы. Подвижная игра.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
3	Упражнения лёжа на спине. Пальчиковый массаж.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
4	Упражнения лёжа на животе. Пальчиковый массаж.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
5	Упражнения на развитие выворотности ног.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
6	Партерная гимнастика.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
7	Упражнения для шейного отдела позвоночника «Чистка пёрышек».	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
8	Упражнения для шейного отдела позвоночника «Черепашка».	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
9	Упражнения для растягивания мышц ног. Шпагаты.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
10	Упражнения для укрепления мышц спины.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	

11	Упражнения для стопы по I позиции.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
12	Повторение упражнений для стопы по I позиции.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
13	Тандю батман по I позиции.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
14	Повторение тандю батман по I позиции.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
15	Упражнения для развития мышц стопы.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
16	Прогон изученных упражнений.				Практическая работа.	Каб. № 4	
1.3	Общая физическая подготовка	18					
17	Техника безопасности. Игровые упражнения на укрепление мышц спины.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
18	Игровые упражнения на укрепление мышц пресса.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
19	Игровые упражнения на укрепление мышц рук.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
20	Игровые упражнения на укрепление мышц ног.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
21	Игровые упражнения на укрепление мышц стопы.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
22	Эстафета на развитие ловкости.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
23	Эстафета на развитие скорости.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
24	Эстафета на развитие выносливости.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
25	Парные упражнения на развитие гибкости. Игра на внимание.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	

26	Упражнения для развития мышц спины на шведской стенке. Подвижная игра.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
27	Упражнения для развития мышц рук на шведской стенке. Игра на развитие ловкости.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
28	Знакомство с гимнастическим мостом. Танцевальная игра.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
29	Выполнение гимнастического моста с помощью педагога.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
30	Выполнение гимнастического моста самостоятельно (страховка педагога).	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
31	Кувырки. Игра на внимание.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
32	Упражнения на укрепление мышц рук. Игра на развитие ловкости.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
33	Упражнения на укрепление мышц спины. Игра на развитие быстроты реакции.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
34	Выполнение изученных элементов. Игра на внимание.	1			Практическая работа.	Каб. № 4	Эстафета
Раздел 2 «Детская хореография» (38 ч.)							
2.1	Игроритмика	11					
35	Упражнения на развитие музыкальности, чувства ритма.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
36	Экзерсис на развитие выразительности, положения корпуса головы (игра «Путешествие»).	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
37	Изучение позиций ног (игра	1			Беседа, практическая	Каб. № 4	

	«Угадай, кто я?») Разновидности прыжков.				работа.		
38	Танец-игра «Раз ладошка». Упражнения дыхательной гимнастики. Музыкальная игра «Паровозит».	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
39	Упражнения на развитие музыкальности, чувства ритма. Игра «Прыг-скок».	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
40	Упражнения на развитие хореографической памяти.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
41	Определение музыкального размера $\frac{3}{4}$ с помощью хлопков.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
42	Определение музыкального размера $\frac{2}{4}$ с помощью притопов.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
43	Определение музыкального размера $\frac{4}{4}$ с помощью шагов вперёд.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
44	Повторение определение музыкального размера $\frac{2}{4}, \frac{3}{4}, \frac{4}{4}$.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
45	Повторение изученного	1			Практическая работа.	Каб. № 4	
2.2	Детская хореография	20					
46	Бег и его разновидности. Музыкальная игра.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
47	Бег и его разновидности. Упражнения дыхательной гимнастики.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
48	Хороводный шаг, боковой приставной шаг. Подвижная игра.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
49	Подскоки. Перескоки.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	

50	Галоп (правый, левый.) Пальчиковый самомассаж.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
51	Прыжковые элементы в паре.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
52	Профессии в сфере образования.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
53	Изучение танца «Пчёлки» (1-4 такт).	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
54	Изучение танца «Пчёлки»: танцевальный рисунок № 1.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
55	Изучение танца «Пчёлки» (4-8 такт).	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
56	Изучение танца «Пчёлки»: повторение 1-8 такт.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
57	Изучение танца «пчёлки»: повторение 4-8 такт.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
58	Изучение танца «Пчёлки»: повторение 8-16 такт.Финал	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
59	Повторение ключевых движений.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
60	Танцевальный этюд «Домовёнок»: изучение 1-4 тактк	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
61	Танцевальный этюд «Домовёнок»: фигура № 1	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
62	Танцевальный этюд «Домовёнок»: повторение 1-4 такта, изучение фигуры № 2	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
63	Танцевальный этюд «Домовёнок»: повторение 1-6 такта, отработка фигур.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
64	Танцевальный этюд «Домовёнок»:	1			Беседа, практическая	Каб. № 4	

	прогон фигур, элементов.				работа.		
65	Повторение ключевых движений.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
2.3	Профориентационная работа	1					
66	Знакомимся с профессией педагога.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
67	Танец и профессия.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
68	Профессии в сфере медицины.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
69	Профессии моей семьи.	1			Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
2.4	Воспитательная работа	2					
70	В стране безопасности.				Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
71	Будь на свете всех добрее.				Беседа, практическая работа.	Каб. № 4	
2.3	Итоговое занятие	1					
72	Итоговое занятие. Отчётный концерт	1			Практическая работа.	Муз. зал	Концерт
	Итого	72					

Даты начала и окончания учебных периодов/этапов – учебный год начинается 1 сентября и заканчивается 31 мая.

Количество учебных недель – программа предусматривает обучение в течение 36 недель.

Продолжительность каникул – в период осенних, зимних и весенних каникул занятия проводятся по расписанию.

В летний период реализуются краткосрочные дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы.

Сроки контрольных процедур - обозначены в календарном учебном графике согласно учебному плану.

2.2. Рабочая программа воспитания

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«Азбука здоровья»

Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания детей

В соответствии с законодательством Российской Федерации общей **целью воспитания** является развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению; взаимного уважения; бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде (Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ст. 2, п. 2).

Задачами воспитания по программе являются:

- усвоение детьми знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций, которые выработало российское общество (социально значимых знаний); информирование детей, организация общения между ними на содержательной основе целевых ориентиров воспитания;
- формирование и развитие личностного отношения детей к чтению, книге, к собственным нравственным позициям и этике поведения в учебном коллективе;
- пробуждение у учащегося любознательности, исследовательских интересов;
- приобретение детьми опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений в составе учебной группы, применение полученных знаний, организация активностей детей, их ответственного поведения, создание, поддержка и развитие среды воспитания детей, условий физической безопасности, комфорта, активностей и обстоятельств общения, социализации, признания, самореализации, творчества при освоении предметного и метапредметного содержания программы.

Целевые ориентиры воспитания

Основные целевые ориентиры воспитания в программе определяются приоритетами, заданными «Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года» и Указом Президента России В.В.Путина от 9.11.2022 года № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».

К нравственным ориентирам, формирующим мировоззрение, передаваемым от поколения к поколению, нашедшим свои уникальные проявления в развитии многонационального народа России, относятся:

1. Жизнь.

2. Достоинство.
3. Права и свободы человека.
4. Патриотизм.
5. Гражданственность.
6. Служение отечеству и ответственность за его судьбу.
7. Высокие нравственные идеалы.
8. Крепкая семья.
9. Созидательный труд.
10. Приоритет духовного над материальным.
11. Гуманизм.
12. Милосердие.
13. Справедливость.
14. Коллективизм.
15. Взаимопомощь и взаимоуважение.
16. Историческая память и преемственность поколений.
17. Единство народов России.

Формы и методы воспитания

Основной формой воспитания и обучения детей является *учебное занятие*. В ходе учебных занятий в соответствии с предметным и метапредметным содержанием программ учащиеся: усваивают информацию, имеющую воспитательное значение; получают опыт деятельности, в которой формируются, проявляются и утверждаются ценностные, нравственные ориентации; осознают себя способными к нравственному выбору; участвуют в освоении и формировании среды своего личностного развития, творческой самореализации.

Практические занятия (конструирование, подготовка к конкурсам, выставкам, участие в коллективных творческих делах) способствуют усвоению и применению правил поведения и коммуникации, формированию позитивного и конструктивного отношения к событиям, в которых они участвуют, к членам своего коллектива.

Участие в проектах способствует формированию умений в области целеполагания, планирования и рефлексии, укрепляет внутреннюю дисциплину, даёт опыт долгосрочной системной деятельности.

В *коллективных играх* проявляются и развиваются личностные качества: эмоциональность, активность, нацеленность на успех, готовность к командной деятельности и взаимопомощи.

Итоговые мероприятия: конкурсы, выставки способствуют закреплению ситуации успеха, развивают рефлексивные и коммуникативные умения, ответственность, благоприятно воздействуют на эмоциональную сферу учащихся.

В воспитательной деятельности по программе используются методы воспитания: метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение), метод положительного примера (педагога и других взрослых, детей); метод упражнений (приучения); методы одобрения и осуждения поведения детей,

педагогического требования (с учётом преимущественного права на воспитание детей их родителей (законных представителей), индивидуальных и возрастных особенностей детей) и стимулирования, поощрения (индивидуального и публичного); метод переключения в деятельности; методы руководства и самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки детей в воспитании; методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

Условия воспитания, анализ результатов

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского коллектива на основной учебной базе реализации программы в учреждении в соответствии с нормами и правилами работы организации.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, в коллективе, их отношением к педагогам, к выполнению своих заданий по программе. Косвенная оценка результатов воспитания, достижения целевых ориентиров воспитания по программе проводится путём опросов родителей в процессе реализации программы (отзывы родителей) и после её завершения (итоговые исследования результатов реализации программы за учебный период, учебный год).

Анализ результатов воспитания по программе не предусматривает определение персонифицированного уровня воспитанности, развития качеств личности конкретного ребёнка, а получение общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижения в достижении определённых в программе целевых ориентиров воспитания, влияния реализации программы на коллектив обучающихся: что удалось достичь, а что является предметом воспитательной работы в будущем. Результаты, полученные в ходе оценочных процедур (опросов) используются только в виде агрегированных усреднённых и анонимных данных.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Наименование события, мероприятия	Срок	Форма проведения	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
1	В стране безопасности.	Сентябрь	Игра	Фотоотчет, заметка на сайте учреждения
2	Новый год приходит к нам	Декабрь	Праздник на уровне учреждения	Фотоотчет, заметка на сайте учреждения
3	Будь на свете всех добрее	Январь	Игра	Фотоотчет, заметка на сайте учреждения
4	Победный май	Май	Акция на уровне учреждения	Фотоотчет, заметка на сайте учреждения

2.3. Условия реализации программы

Кабинет для занятий оборудован одноместными столами, стульями. Занятия проходят при соблюдении светового, теплового режимов, требований пожарной безопасности и санитарно-эпидемиологических требований.

Материально-техническое обеспечение:

- хореографический зал;
- станки хореографические;
- зеркала;
- обувь сценическая;
- DVD-плеер;
- музыкальный центр;
- видеокамера;
- фотоаппарат;
- мультимедийное оборудование (экран, проектор);
- ноутбук.

Информационное обеспечение:

1. <http://www.horeograf.com>.
2. [http:// www.musical-sad.ru](http://www.musical-sad.ru).
3. <http://www.nsportal.ru>.
4. <http://www.secret-terpsihor.com.ua>.
5. [http://www.Woman Advice.ru](http://www.WomanAdvice.ru).

Также в образовательном процессе используются видео мастер-классов, различный аудиоматериал.

Кадровое обеспечение

Данную программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий высшее образование и стаж работы в данном направлении 20 лет.

Также программу может реализовывать педагог, имеющий высшее образование или среднее профессиональное образование, соответствующее специфике данной программы.

2.4. Формы аттестации

С целью обеспечения результативности обучения по программе применяются следующие виды контроля:

- вводный - на первом занятии при поступлении на обучение;
- текущий - после обучения раздела;
- итоговый по окончании обучения по программе.

Подведение итогов проводится в вариативных формах:

- выполнение определённых движений, упражнений, танцев (в зависимости от изученной темы программы);
- участие в концертной программе.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: диагностическая карта, видеоматериал с участием в концертных программах. Аттестация учащихся по данной программе не предусмотрена.

2.5. Оценочные материалы

В качестве оценочных материалов используются критерии оценивания теоретических знаний и практических умений, предусмотренных содержанием программы.

Перечень диагностических методик для оценки эффективности реализации программы:

1. Перечень примерных упражнений по теме «Вводное занятие» (Приложение №1).

2. Перечень примерных упражнений по теме «Общая физическая подготовка» (Приложение №2)

3. Параметры концертной деятельности по теме «Итоговое занятие».

Для оценки эффективности занятий применяются следующие показатели:

– степень помощи, которую оказывает педагог учащимся при выполнении заданий: чем помощь педагога меньше, тем выше самостоятельность учащихся и, следовательно, выше развивающий эффект занятий;

– поведение учащихся на занятиях: живость, активность, заинтересованность детей обеспечивают положительные результаты занятий;

– результаты выполнения заданий, где выявляется, справляются ли учащиеся с этими заданиями самостоятельно или требуется помощь педагога.

2.6. Методические материалы

Формы, приёмы и методы организации учебно-воспитательного процесса

Процесс обучения по программе носит ознакомительный характер. Здесь необходимо подбирать тематику занятий, бесед, фото- и видеоматериалов, репертуар с целью приобщить учащегося к ведению здорового образа жизни не только развитием физических данных, а так же с помощью танцевальной деятельности; основу которой составляют не только танцевальные элементы, но и подбор танцевальных игр, партерной гимнастики, дыхательной гимнастики, пальчиковой гимнастики; благоприятно влияющих на учащегося. Необходимо постоянно менять учебный материал с учётом психологических возрастных особенностей (дети не могут концентрировать внимание продолжительное время). За счёт игровой подачи, занятия по хореографии дают возможность осваивать простые, а затем и более сложные танцевальные комбинации, тренировать пространственно-мышечное чувство, память, двигательный навык, умение общаться в коллективе.

Систематические занятия по разделам программы могут благотворно влиять на осанку дошкольника: скорректировать излишний изгиб в пояснице, учащийся становится более стройным, изящным. Танцы приобщают к миру прекрасного, способствуют развитию хорошего вкуса. Основная задача при

этом - не только научить учащегося конкретным танцам или владению физическими упражнениями, а развить в нём творческую активность.

Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Нетрадиционные виды упражнений представлены игропластикой, пальчиковой гимнастикой, музыкально-подвижными играми и играми-путешествиями. Игровой метод придаёт учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и усвоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей учащихся.

На начальном этапе обучения по данной программе с целью активизации образовательного процесса целесообразно использовать:

- методы, направленные на формирование положительной мотивации к обучению (создание ситуации успеха, через выполнение заданий посильных для всех учащихся, изучение нового материала с опорой на старые знания; положительный эмоциональный настрой через создание доброжелательной атмосферы доверия и сотрудничества на занятии; рефлексия через оценку собственной деятельности и деятельности других ребят; необычное, интересное, неожиданное начало занятия);
- приём состязательности при организации работы в группах;
- сочетание личностно-ориентированного и дифференцированного подходов.

Методы обучения, используемые на занятиях, обеспечивают их эффективность и мотивацию к занятиям. В реализации данной программы в зависимости от темы, цели, типа и вида занятия применяются следующие методы:

1. Основные:

словесный- рассказ, пояснения, беседы; это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка;

практический - выполнение упражнений, танцевальных связок, танцев, прослушивание музыкального репертуара; заключается в многократном выполнении конкретного музыкально-ритмического движения;

наглядный - демонстрация видео-, фотоматериалов, выразительный показ под счёт, с музыкой.

2. Проблемно-поисковый метод обучения- постановка задачи перед учащимися и поиск её решения. Этот метод позволяет более осмысленно и ответственно подходить к выполнению танцевальной комбинации.

3. Метод игры- учитывая возраст учащихся, именно на нём строится большая часть занятия (игровая разминка, соревнования между небольшими группами, игровые задания на развитие сценического образа, мимики и т.д.). Основным методом обучения хореографии детей дошкольного возраста является игра, так как игра – это основная деятельность, естественное состояние детей дошкольного возраста. Игра применяется как средство мотивации к занятиям. Каждая ритмическая игра имеет в своей основе

определенную цель, какое-либо задание. Игровой метод придаёт учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и усвоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей учащихся

В программе широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга учащегося, его пространственно-образное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

Очень часто на занятиях происходит синтез перечисленных методов, так как это позволяет более эффективно вести процесс обучения.

Теоретическая часть программы имеет целью ознакомление, овладение специальной терминологией, практическая часть - овладение навыками программного материала.

Физическое воспитание ребёнка синтетично по своей природе, существование которого невозможно без межпредметных связей. Объединение различных дисциплин: основы хореографии, музыкальная грамота, физическая культура, танцевальные игры, способствуют формированию у учащихся эстетического восприятия окружающего мира, развитию художественного вкуса, стремления к здоровому образу жизни.

Дидактический и лекционный материал (примерный):

- подборка видео- и аудиоматериалов;
- подборка музыкальных произведений;
- теоретические сведения по всем разделам программы (научно-популярная литература, материалы сети Интернет);
- подборка упражнений для развития и укрепления мышц;
- материалы для диагностики и усвоения программы (диагностическая таблица, сценарии).
- мультимедийные презентации (для ознакомления с новыми движениями, с играми и т.д.);
- подборки упражнений (общеразвивающих, строевых, ритмических и т.д.), танцевальных элементов.

Основные формы и средства обучения

1. Практическая игра.
2. Самостоятельное выполнение физических упражнений, комбинаций танцев.
3. Просмотр и анализ дидактического материала.
4. Участие в концертных программах.

Примерная схема построения типового занятия:

1. Организационный момент (поклон, создание психологического настроя, мотивация на учебную деятельность).
2. Комплекс упражнений для разогрева мышц.

3. Повторение опорных знаний (проверка усвоения материала предыдущего занятия – опрос, творческие задания).

4. Ознакомление с новым материалом (устный рассказ, показ, демонстрация презентаций, фото- и видеоматериалов и др. дидактических средств обучения, мотивирующих к познанию).

5. Осмысление и закрепление материала (использование тренировочных упражнений, творческих заданий, самостоятельная работа, коррекция ошибочных представлений).

6. Подведение итогов занятия (поклон, анализ и оценка достижения цели, причин некачественной работы, определение перспектив деятельности, уборка рабочего места).

При реализации программы или отдельных её тем педагог планирует свою педагогическую деятельность с учетом системы дистанционного обучения, создаёт простейшие, нужные для учащихся, ресурсы и задания; выражает своё отношение к работам учащихся в виде аудиорецензий, устных онлайн-консультаций.

Формы проведения виртуальных занятий:

- игра (предоставление упражнений в формате видео для повторения).

2.7. Список литературы

Список литературы для педагога

Дополнительная литература

1. Зарецкая Н.В. Дошкольное воспитание и развитие. Танцы для детей. – М.: - Айрис Пресс, 2007.

2. Зарецкая Н.В., Роот З. Танцы в детском саду. – М.: Айрис пресс, 2004.

3. Норбеков М. Работай над собой. – М.: АСТ, 2014.

4. Орлова Л. Дыхательная гимнастика по Стрельниковой. – М.: АСТ, 2007.

5. Фирилева Ж.Е. Сайкина Е.Г. СА-ФИ-ДАНСЕ. Танцевально – игровая гимнастика для детей. Учебное пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений.

6. Фирилева Ж.Е. Сайкина Е.Г. Лечебно-профилактический танец «ФИТНЕС-ДАНС».

Тема: «Вводное занятие»

Игра «Цепочка»

Цель: методом наблюдения выявить :умения учащихся реагировать на смену ритма музыки, координацию, ловкость, владение своим телом, коммуникативные качества.

Участники становятся в колонну и двигаются «змейкой». Их руки находятся в постоянном сцеплении, которое по команде педагога принимает различные формы: руки на плечи, на пояс, накрест, за руки, под руки т.д.

При этом ведущий меняет предлагаемые обстоятельства: «двигаемся по узкой тропинке на носочках», «идем по болоту – ступаем осторожно», «перешагиваем лужи» и т.д

В - высокий уровень. Учащийся хорошо владеет своим телом (уверенно держится на носочках, на одной ноге), развита координация (держит строй, при перестроении держит линию), движения совпадают с ритмом музыки, коммуникабелен.

С - средний уровень. Учащийся слабо владеет своим телом (держится на носочках с двух ног, не держится на одной ноге), неточно развита координация (держит строй, но при перестроении может потерять линию), движения совпадают с музыкой с подсказкой педагога, коммуникабелен.

Н - низкий уровень. Учащийся не владеет своим телом (не держится на носочках с двух ног, на одной ноге), не развита координация (не держит строй, при перестроении теряет линию, переходя в другую), движения не совпадают с музыкой даже с подсказкой педагога, не коммуникабелен.

Тема: «Общая физическая подготовка»

Эстафета

Цель: методом наблюдения выявить: умения обучающихся правильно выполнять кувырки, «змейки», прыгать с двух ног, через гимнастическую скамейку, умение работать в команде (коммуникативный навык).

1. Учащиеся делятся на две команды. Участники каждой команды выполняют :кувырки вперёд, прохождение через обруч, прыжок через гимнастическую скамейку, затем дотронуться до предмета и бегом возвратиться назад, передав « ход» следующему участнику.

2. Учащиеся делятся на две команды. Участники каждой команды «змейкой» двигаются вперёд, кидают мяч в обруч и возвращаются прыжками с двух ног, передают «ход» следующему участнику.

Описание упражнений

Кувырок вперёд

Упражнение выполняется из упора присев. Опираясь руками впереди ступней на полшага, слегка разогнув ноги, начать толчок. Перенести тяжесть тела на руки, одновременно согнуть их, наклонить голову вперед и, до конца разгибая ноги, закончить толчок стопами. Перевернувшись, перекатиться вперед через голову в положении плотной группировки, коснувшись пола сначала затылком, затем шеей, лопатками, спиной и тазом. Перекатываясь на спине, сразу после касания стопами пола опуститься на ноги.

Основные ошибки:

1. Медленное переворачивание и задержка в завершающей фазе кувырка. Причина - слабый толчок ногами или его отсутствие.

2. Опора головой о пол. Это случается, когда голова не наклонена вперед или руки при опоре расположены слишком близко к ногам.

3. Неправильное завершение кувырка (преждевременное вставание до прихода в присед), вследствие этого - потеря равновесия назад.

«Змейка»

Упражнение выполняется движением с последовательным касанием пола (опоры) отдельными частями тела без переворачивания через голову. Корпус при этом вытянут.

Основные ошибки

1. Раскачивания на месте. Это случается, если не опираться на руки и не проталкивать свой корпус вперед.

2. Излишнее поднимание таза. Это случается при неправильном распределении перемещения корпуса.

В - высокий уровень. Учащийся правильно выполняет: кувырок, «змейку», уверенно перепрыгивает через препятствие (гимнастическая скамейка), владеет ловкостью (попадает мячом в обруч), проявляет хорошую скорость в беге, коммуникабелен.

С - средний уровень. Учащийся выполняет самостоятельно, но с небольшими ошибками: кувырок, «змейку», уверенно перепрыгивает через препятствие (гимнастическая скамейка), бросает мяч в обруч (может не попасть), проявляет хорошую скорость в беге, коммуникабелен.

Н - низкий уровень. Учащийся выполняет с помощью педагога: кувырок, «змейку»; неуверенно перепрыгивает через препятствие (гимнастическая скамейка) может понаблюдать за работой педагога, не может добросить мяч в обруч, скорость в беге низкая, не владеет навыком работы в команде (может пропустить «ход»).

Итоговое занятие

Концерт

Учащиеся выполняют танцы на основе изученных хореографических элементов, движений.

Описание основных хореографических элементов

Исходные позиции ног:

Основная стойка – пятки вместе, носки врозь. Для детей старшего возраста носки ног максимально развернуты в стороны (в хореографии – 1-я позиция), для младшего возраста – под углом 45° («домиком»).

«Узкая дорожка» - пятки и носки вместе, ступни ног параллельны (для всех возрастных групп) в хореографии – 6-я позиция.

«Широкая дорожка» - ступни ног – на ширине плеч, параллельны.

Сесть на колени – низко опустившись, сесть на оба колена. Колени крепко прижаты к полу.

Исходные позиции рук:

Внизу – руки опущены вдоль тела.

Вперед – руки вытянуты на уровне груди (параллельно полу).

Вверху – руки максимально подняты вверх над головой. В младшем возрасте высота рук произвольная.

В стороны – плечи и руки составляют одну прямую линию.

Руки могут быть **открытыми** – ладони вверх («к солнышку»).

Руки могут быть **закрытыми** – ладони вниз (смотрят в пол).

«Поясок» - ладони на талии, большие пальцы – сзади, остальные – впереди. Плечи и локти слегка отведены назад.

«Кулачки на бочок» - пальцы рук слегка сжаты в кулачки, которые ставятся на талию тыльной стороной внутрь.

«Полочка» - руки согнуты в локтях, сложены перед грудью. На левой руке лежит правая (кисть правой руки лежит на локте левой и наоборот).

«Матрешка» - руки (полочкой), указательный палец правой (левой) руки делает «ямочку» на одноименной щеке. Левая (правая) ладонь поддерживает локоть другой руки и чуть отведена вперед (на весу).

«Юбочка» - большим, указательным и средним пальцами (щепотью) обеих рук взять края юбочки и развести руки в стороны – вверх.

Положения рук в паре:

Дети стоят рядом (смотрят в одну сторону):

«Стрелка» - руки соединены в позиции «Вперед» от величины угла меняется название «стрелки»: узкая, широкая.

«Воротики» - руки соединены в позиции «Вверх». Ладонь девочки подкладывается снизу под ладонь закрытой руки мальчика.

«Плетень» - руки соединены крест-накрест.

«Бантик» - то же, но локти округлены и приподняты вперед - вверх, руки не напряжены.

«Саночки» - мальчик стоит перед девочкой к ней спиной и подает ей обе руки назад. Девочка стоит лицом к спине мальчика и берет его за руки.

Дети стоят, соединив одноименные плечи (смотрят в разные стороны):

«Бараночка» - одноименные руки соединены накрест в локтевых сгибах, кисть сжата в кулачок. Свободные руки в любой из перечисленных позиций.

Движения рук

«Ветерок» - плавные перекрестные движения рук над головой. В работе участвуют плечо, предплечье, кисть.

Виды шага

Шаг на всей ступне (топающий) – выполняется с очень небольшим продвижением вперед: колени чуть согнуты, корпус прямой, ноги ставятся на всю ступню с легким притопом, от пола их почти не поднимают, но и не шаркают. Ребенок движется как бы «на колесиках» руки можно поставить кулачками на пояс.

Переменный шаг – выполняется на 2 такта в двухдольном размере или 1 такт в четырехдольном. В основе шага – хороводный шаг. На «раз» и «два» 1-го такта – длинные поочередные шаги с носка правой (левой) ноги. На «раз» и «два» 2-го такта – три коротких поочередных шага с носка другой ноги. На «и» пауза. Следующий шаг начинается с носка левой ноги.

Боковой приставной шаг – на «раз» - вправо (влево), на «два» - левая (правая) нога приставляется к опорной. Носки ног вместе или врозь, в зависимости от исходного положения («узкая дорожка» или основная стойка).

Прыжки

На одной ноге:

«Точка» - исходное положение ног – основная стойка, руки в любой позиции. После толчка, приземлиться в ту же точку, ставя ногу сначала на носок, затем на всю ступню. Другая нога (неопорная) согнута в колене и отведена назад. Опорную ногу менять.

«Часики» - техника та же, только прыжок выполняется с поворотом вокруг своей оси. Опорная нога равномерно (как стрелка часов) поворачивается по окружности. На 8 прыжков ребенок должен сделать полный оборот – 360°.

На «раз, два» - левым плечом вперед,

На «три, четыре» - спиной,

На «пять, шесть» - правым плечом,

На «семь, восемь» - лицом.

«Лесенка» - техника та же, что и в «точке», но продвигаясь вперед или назад на определенное количество прыжков (ступенек лесенки).

На двух ногах:

Подскок – поочередное подпрыгивание на правой и левой ноге.

Амплитуда прыжка зависит от характера музыки. Выполнять его можно на месте, с продвижением вперед или назад, а также с поворотом вокруг своей оси («часики»).

Прыжки с отбрасыванием ног назад – на «раз» - прыжок-«точка» опорной ногой, одновременно неопорная нога сгибается в колене и отбрасывается назад, пяткой кверху. Неопорная нога может удерживаться на весу или ставиться сзади на носок пяткой кверху. На «два» - смена опорной ноги.

Танцевальные движения

Исходное положение для всех вариантов (если не оговаривается дополнительно): ноги в основной стойке, руки в любой позиции.

«Качель маленькая» - дети стоят, взявшись за руки и слегка качая ими из стороны в сторону.

«Качель большая – то же, только сильно раскачивают руками из стороны в сторону.

«Пружинка» - стоя на месте, легко, часто, непрерывно приседать. Колени при этом слегка разводятся в стороны. Спина – прямая. Это движение можно выполнять из 6-й позиции ног (на «узкой дорожке»). В этом случае колени ног не разводятся.

Притоп – стоя на левой ноге, ритмично притоптывать правой, чуть пружиня обеими.

Приседание – техника та же, только на «раз» - приседание, на «два» - возвращение в исходное положение. Амплитуда зависит от возраста детей. Полное приседание выполняется только в подготовительной группе. При этом пятки ног отрываются от пола, а колени разводятся в стороны, спина прямая, крепкая.

Полуприседание с поворотом корпуса – сделать полуприседание, поворачивая корпус вправо (влево) на 90°. Разворачивая корпус прямо, принять исходное положение.

«Распашонка» - на «раз» полуприседание с хлопком «ладушки» согнутыми в локтях руками впереди-вверху. На «два» - выпрямиться и поставить правую (левую) ногу в «точку» впереди-справа на пятку. Одновременно вытянуть руки по диагонали: правая – в сторону-вниз, левая – в сторону-вверх. На 2-й такт то же с другой ноги.

«Самоварчик» - на «раз» - полуприседание и хлопок-«ладушки» согнутыми в локтях руками перед грудью. На «два» - выпрямиться, левую руку вытянуть в сторону-вверх, правой – хлопнуть по внутренней стороне голени левой ноги, согнутой в колене и поднятой вверх под углом 90°.

«Топотушки» - исходное положение – ноги вместе, чуть присев, руки сжаты в кулачки на поясе (подбоченившись). Часто поочередно топтать ногами на месте.

Поворот вокруг себя (кружение) – стоя лицом к зрителям начинать движение вправо. Легко на носочках повернуться на месте вокруг себя и остановиться в исходном положении.

«Расческа» - дети стоят в шахматном порядке. На расстоянии друг от друга лицом в одном направлении.

1-й вариант: вначале вторая шеренга проходит вперед сквозь первую, останавливаясь чуть впереди. Затем первая (оказавшись позади) проходит вперед сквозь вторую, останавливаясь чуть впереди, и т.д.

2-й вариант: первая шеренга идет назад, одновременно вторая – движется.

В - высокий уровень. Учащийся правильно выполняет: танцевальные движения, хореографические рисунки. Ритмичен, движения согласованы с музыкой и другими участниками танца.

С - средний уровень. Учащийся выполняет: танцевальные движения, хореографические рисунки с незначительными ошибками. Ритмичен, движения согласованы с музыкой и другими участниками танца.

Н - низкий уровень. Учащийся выполняет: танцевальные движения, хореографические рисунки с грубыми ошибками. Не ритмичен, движения не согласованы с музыкой и другими участниками танца.

Примерная форма индивидуального образовательного маршрута по
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
художественной направленности «Азбука здоровья»

ФИО учащегося, возраст _____
Творческое объединение _____
Год обучения в объединении _____
Руководитель _____
Основания для разработки ИОМ _____
Срок реализации ИОМ _____
Цель _____
Задачи _____

№	Наименование темы/мероприятия	Дата	Содержание деятельности	Результат

**Примерная форма договора
о сетевой форме реализации
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

ст. Атаманская

«___» _____ 202__ г.

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «Дом детского творчества» станицы Атаманской муниципального образования Павловский район, осуществляющее образовательную деятельность на основании лицензии на осуществление образовательной деятельности от _____ г. № _____, выданной _____, именуемое в дальнейшем «Базовая организация», в лице директора Кахикало Валентины Николаевны, действующего на основании Устава, с одной стороны, и _____, именуемое в дальнейшем «Организация-участник», в лице директора _____, действующего на основании Устава, с другой стороны, именуемые по отдельности «Сторона», а вместе - «Стороны», заключили настоящий договор (далее – Договор) о нижеследующем.

1. Предмет Договора

1.1. Предметом настоящего Договора является реализация Сторонами дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы художественной направленности «Азбука здоровья» (далее – Программа) с использованием сетевой формы.

1.2. Программа утверждается Базовой организацией и согласовывается с Организацией-участником.

1.3. Программа реализуется в период с 01.09.202__ г. по 31.05.202__ г.

2. Осуществление образовательной деятельности при реализации Программы

2.1. Программа реализуется Базовой организацией с участием Организации-участника.

2.2. Организация-участник предоставляет следующие ресурсы, необходимые для реализации Программы: учебный кабинет, столы ученические – 10 шт., стол для педагога – 1 шт., стулья для учащихся – 12 шт., стул для педагога – 1 шт., ноутбук, мультимедийная система (экран, проектор).

2.3. Организация-участник предоставляет помещение для проведения учебных занятий по Программе согласно расписанию, утверждённому Базовой организацией и согласованному с Организацией-участником.

2.4. Число учащихся по Программе составляет ___ человек (приложение 1).

При изменении состава учащихся Базовая организация должна незамедлительно проинформировать Организацию-участника.

2.5. Расписание занятий по реализации Программы, в том числе время, место реализации определяются приложением 2 к настоящему Договору.

2.6. Освоение учащимися Программы в Организации-участнике сопровождается осуществлением текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестацией, проводимой в формах, определенных учебным планом Программы, и в порядке, установленном локальными нормативными актами Базовой организации.

2.7. Итоговая аттестация по Программе проводится Базовой организацией.

3. Финансовое обеспечение реализации Программы

3.1. Заключение настоящего Договора не влечёт возникновения финансовых обязательств Сторон. Обязательства имущественного характера, связанные с реализацией настоящего Договора, принимаются и реализуются Сторонами в порядке, установленном законодательством Российской Федерации.

4. Срок действия Договора

4.1. Настоящий Договор вступает в силу со дня его заключения.

4.2. Настоящий Договор заключен на период реализации Программы, предусмотренной пунктом 1.3 настоящего Договора.

4.3. Реализация Программы по настоящему Договору начинается с даты, определённой календарным учебным графиком Программы.

4.4. Завершение действия Договора наступает после завершения реализации Программы 31.05.2026 г.

5. Права и обязанности сторон

5.1. Базовая организация обязуется:

5.1.1. Создавать условия для совместного согласования с Организацией-участником Программы.

5.1.2. Использовать помещения, оборудование, иное имущество Организации-участника по Договору, обеспечивать его сохранность с учётом естественного износа, а также гарантировать целевое использование имущества.

5.1.3. Информировать Организацию-участника об изменении состава учащихся в течение срока действия Договора.

5.2. Организация-участник обязуется:

5.2.1. Предоставить Базовой организации ресурсы согласно пункту 2.2 для реализации Программы с учётом расписания.

5.2.2. Осуществлять иные действия, не противоречащие целям заключения настоящего Договора.

5.3. Стороны совместно:

5.3.1. Разрабатывают Программу (при необходимости).

5.3.2. Утверждают и/или согласовывают расписание занятий.

5.3.3. Обеспечивают доступ к основным сведениям об организациях: уставам, другим документам, регламентирующим организацию и осуществление образовательной деятельности, права и обязанности учащихся при реализации Программы.

5.3.4. Создают учащимся необходимые условия для освоения Программы.

5.3.5. Проявляют уважение к личности учащихся, не допускают физического и психологического насилия.

5.3.6. Во время реализации Программы несут ответственность за жизнь и здоровье учащихся.

6. Ответственность Сторон

6.1. В случае неисполнения или ненадлежащего исполнения обязательств Стороны несут ответственность в соответствии с законодательством Российской Федерации.

6.2. Стороны освобождаются от ответственности за частичное или полное неисполнение обязательств по Договору, если такое неисполнение является следствием обстоятельств непреодолимой силы (форс-мажорных обстоятельств): стихийных природных явлений (землетрясения, наводнения), войн, революций, ограничительных и запретительных актов государственных органов, непосредственно относящихся к выполнению настоящего Договора. Указанные обстоятельства должны возникнуть после заключения Договора, носить чрезвычайный, непредвиденный и непредотвратимый характер и не зависеть от воли Сторон.

6.3. О наступлении и прекращении вышеуказанных обстоятельств Сторона, для которой создалась невозможность исполнения обязательств по настоящему Договору, должна немедленно известить другую Сторону в письменной форме, приложив соответствующие подтверждающие документы.

6.4. В случае наступления форс-мажорных обстоятельств в трёхдневный срок исполнение обязательств по Договору отодвигается соразмерно времени, в течение которого будут действовать такие обстоятельства и их последствия.

7. Заключительные положения

7.1. Условия, на которых заключен Договор, могут быть изменены по соглашению Сторон или в соответствии с законодательством Российской Федерации.

7.2. Договор может быть расторгнут по соглашению Сторон или в судебном порядке по основаниям, предусмотренным законодательством Российской Федерации.

7.3. Действие Договора прекращается в случае прекращения осуществления образовательной деятельности Базовой организации, приостановления действия или аннулирования лицензии на осуществление образовательной деятельности Базовой организации, прекращения деятельности Организации-участника.

7.4. Все споры, возникающие между Сторонами по настоящему Договору, разрешаются Сторонами в порядке, установленном законодательством Российской Федерации.

7.5. Настоящий Договор составлен в двух экземплярах, по одному для каждой из сторон. Все экземпляры имеют одинаковую юридическую силу. Изменения и дополнения настоящего Договора могут производиться только в письменной форме и подписываться уполномоченными представителями Сторон.

7.6. К Договору прилагаются и являются его неотъемлемой частью:

приложение 1 – Список учащихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Основы фотографии», реализуемой в сетевой форме;

приложение 2 - Расписание занятий по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Основы фотографии», реализуемой в сетевой форме.

8. Реквизиты и подписи Сторон

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «Дом детского творчества» станицы Атаманской муниципального образования Павловский район _____

Адрес: _____

Тел. _____

e-mail: _____

Адрес: 352065, Российская Федерация, Краснодарский край, Павловский район, станица Атаманская, ул. Октябрьская, д. № 31
Тел./факс 8 (86191) 4-95-84
e-mail: domtv2009@mail.ru

Директор _____

Директор МБОУ ДО ДДТ
ст. Атаманской

В.Н. Кахикало

Приложение 1
к Договору
№ __ от «__» августа 202__ г.

Список
учащихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«Азбука здоровья», реализуемой в сетевой форме

№ п/п	Ф.И.О. обучающегося	Дата рождения
Группа 1 А-2026		
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		

Директор МБОУ ДО ДДТ
ст. Атаманской
_____/В.Н. Кахикало/

Директор _____
_____/_____/

Приложение 2
к Договору
№ ____ от «__» августа 202__ г.

Расписание занятий по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программе «Азбука здоровья», реализуемой в сетевой форме

Ф.И.О. педагогического работника	Расписание	Место реализации Программы
Период: с 01.09.202__ г. по 31.05.202__ г.		

Директор МБОУ ДО ДДТ
ст. Атаманской
_____/В.Н. Кахикало/

Директор _____
_____/_____/