УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ НОВОПОКРОВСКИЙ РАЙОН
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЦЕНТР ТВОРЧЕСТВА
«РОДНЫЕ ИСТОКИ» СТАНИЦЫ НОВОПОКРОВСКОЙ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ НОВОПОКРОВСКИЙ РАЙОН

Принята на заседании
педагогического совета
ЦТ «Родные истоки».
Протокол № 3
от «30» марта 2026 года

Утверждаю
директор МАУДО ЦТ «Родные истоки» В.А. Мышкин
Приказ № 35
от «30» марта 2026 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ

«Развитие физических данных»

Уровень программы: ознакомительный.
Срок реализации программы: 1 года (72 ч).
Возрастная категория: от 8 до 17 лет.
Форма обучения: очная
Вид программы: модифицированная
Программа реализуется на бюджетной основе
ID-номер Программы в Навигаторе: 55510

Автор-составитель:
Охтенко Кристина Сергеевна
Педагог дополнительного образования

Ст. Новопокровская,2026 г.

Паспорт программы.

№	«Развитие физических данных»	
1	Возраст учащихся	8 - 17 лет.
2	Срок обучения	1 год.
3	Количество часов (общее)	72 ч.
4	Количество часов в год	72 ч.
5	ФИО педагога	Разжигаев Денис Николаевич
6	Уровень программы	Ознакомительный
7	Продолжительность 1 занятия (по САНПИНу)	45 мин.
8	Количество часов в день	2 часа
9	Периодичность занятий (в неделю)	1 раз

Содержание.

Введение.		2
1	**Раздел №1**. Комплекс основных характеристик образования.	3
1.1	Пояснительная записка программы.	3
1.2	Цели и задачи программы.	7
1.3	Содержание программы.	8
1.4	Планируемые результаты.	9
2	**Раздел №2**. Комплекс организационно-педагогических условий.	10
2.1	Календарный учебный график.	10
2.2	Условия реализации программы.	12
2.3	Формы аттестации.	12
2.4	Оценочные материалы.	13
2.5	Методические материалы.	13
3	Раздел 3 Воспитательная работа	16
	Список литературы.	19

Введение.

Программа «Развитие физических данных» – это система специально подобранных физических упражнений, комплексов и приемов, применяемых для развития физических возможностей, физического воспитания и совершенствования способностей учащегося. Объем применяемых упражнений позволяет воздействовать на весь организм в целом, а так же развивать отдельные группы мышц, силу, быстроту движений, выносливость, гибкость, чувство равновесия, координацию движений. На уроке обязательно нужна сбалансированная физическая нагрузка, т.е. комбинирование подвижных и статических упражнений. Подавать материал необходимо так, чтобы учащиеся охотно воспринимали его, пусть даже в форме некой игры, с элементами соревнования. Это способствуют не только физическому развитию детей, совершенствованию их двигательных навыков, но и воспитывают в них волю, формируют определенные моральные качества личности.

Раздел №1. Комплекс основных характеристик образования, объем, содержание, планируемые результаты.

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Нормативно-правовая база

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
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. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030г., утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31марта 2022 г. № 678-р;
4. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
5. Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей (утв. приказом Министерства просвещения РФ «Об утверждении Целевой модели региональных систем дополнительного образования детей» от 03.09.2019 № 467);
6. 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»;
7. Постановление Правительства РФ от 11 октября 2023 года № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ.
8. Письмо Министерства образования и науки РФ №09-3242 от18.11.2015г. «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;
9. Разработка и реализация раздела о воспитании в составе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы. Методические рекомендации. ФГБНУ «Институт изучения детства, семьи и воспитания» //Москва: Институт изучения детства, семьи и воспитания РАО, 2023.
10. Устав и локальные акты МАУДО ЦТ «Родные истоки» МО Новопокровский район

<u>Физкультурно-спортивная направленность:</u>

Программа по «Развитию физических данных» способствует физическому воспитанию детей, располагает большим разнообразием упражнений, средств и методов, с помощью которых можно оказывать положительное воздействие на организм учащегося, способствовать развитию мышечного аппарата, формировать необходимые двигательные

навыки. На уроке необходимо учитывать физиологические особенности организма, поскольку мышцы еще недостаточно развиты. Неправильное положение тела, долгое стояние, сидение могут неблагоприятно отразиться на формировании скелета и привести к нарушению осанки. Занятия по «Развитию данных» способствуют укреплению мышц, выработке правильной красивой осанки, уделяется внимание постановке корпуса, верхней и нижней выворотности.

Новизна программы:

Новизна данной программы заключается в том, что она направлена не только на укрепление здоровья, развитие общефизических и спортивных качеств учащегося, но и на развитие творческих способностей детей с разной физической подготовкой. Введение в учебный процесс такого предмета, как «Развитие физических данных», продуктивно повлияет на развитие физических данных учащихся. Так как гимнастические упражнения, отвечающие задачам хореографического обучения, позволяют ускорить исправление физических недостатков, помогают развить профессиональные данные у детей, и подготавливают учащихся к основному предмету – классический танец.

Актуальность программы:

Актуальность темы здоровья и физического развития детей была, есть и будет во все время. В системе физического воспитания «Развитию физических данных» принадлежит ведущая роль в деле укрепления здоровья. Данная программа разработана для развития природных хореографических способностей, позволяющих успешно заниматься хореографией в дальнейшем. Предлагаемый комплекс упражнений способствуют укреплению мышц спины, брюшного пресса, внутренней группы мышц бёдер, а также голеностопных связок, коленных и тазобедренных суставов, что в итоге способствует развитию природных хореографических способностей, а именно выворотности, гибкости, подъёма, танцевального шага.

Педагогическая целесообразность:

Упражнения для «Развития данных» позволяют не только развить природные хореографические способности, но и способствует более правильному исполнению движений классического экзерсиса. Важным является наличие музыкального сопровождения для исполнения всех элементов. Это создаёт особую атмосферу, подчёркивает серьёзность освоения упражнений и воспитывает музыкальность и выразительность у детей во время исполнения сложных элементов.

Отличительные особенности программы:

Отличительной особенностью данной образовательной программы от программы «Гимнастика» Еламкова Н.Ф. является то, что она разработана исходя из технических и физических способностей обучающихся. Комплекс физических упражнений эффективно будет воздействовать как на учащихся 8-ми летнего возраста, так и на учащихся в возрасте 17-ти лет.

Адресат программы:

Возрастная группа учащихся, на которых ориентирована программа от 8 до 17 лет. В группу принимаются желающие, которые прошли отбор у педагога и были зачислены в детский хореографический ансамбль «Русский стиль», а так же не имеющих противопоказаний по состоянию здоровья.

- Количество детей в группе - от 12 до 20 человек.
- Содержание программы разработано с учётом возрастных, индивидуальных и психофизиологических особенностей учащихся.

Физиологический и психологический портрет учащегося в возрасте 8-11 лет: Этот возраст отличаются большой жизнерадостностью, внутренней уравновешенностью, постоянным стремлением к активной практической деятельности. Эмоции занимают важное место в психике этого возраста, им подчинено поведение ребят. Дети этого возраста весьма дружелюбны, легко вступают в общение. Их увлекает совместная коллективная деятельность. Они легко и охотно выполняют поручения и отнюдь не безразличны к той роли, которая им при этом выпадает. Неудача вызывает у них резкую потерю интереса к делу, а успех сообщает эмоциональный подъем. Далекие цели, неконкретные поручения и беседы "вообще" здесь неуместны. Из личных качеств они больше всего ценят физическую силу, ловкость, смелость, находчивость, верность ,готовы соревноваться буквально во всем. Их захватывают игры, содержащие тайну, приключения, поиск, они весьма расположены к эмоционально окрашенным обычаям жизни.

Физиологический и психологический портрет учащегося в возрасте 12-17 лет: Резко возрастает значение коллектива, его общественного мнения, отношений со сверстниками, оценки ими его поступков и действий. Он стремится завоевать в их глазах авторитет, занять достойное место в коллективе. Заметно проявляется стремление к самостоятельности и независимости, возникает интерес к собственной личности, формируется самооценка, развиваются абстрактные формы мышления. Часто он не видит прямой связи между привлекательными для него качествами личности и своим повседневным поведением.

В этом возрасте ребята склонны к творческим и спортивным играм, где можно проверить волевые качества: выносливость, настойчивость, выдержку.

В программе предусмотрено **участие детей с особыми образовательными потребностями:** одарённых детей, детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), детей, находящихся в трудной жизненной ситуации.

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 (приложение 1). Дети данной категории изучают те же темы, что и основной состав группы, но выполняют более сложные работы, участвуют в конкурсах за пределами образовательной организации.

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.

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.

Уровень программы, объём и сроки:

Уровень программы: ознакомительный.

Объем: в год 72 часа.

Срок освоения программы: 1 год. (72 ч)

Форма обучения - очная.

Программа может быть реализована с применением **дистанционных образовательных технологий.** В условиях дистанционного обучения цели и задачи программы не меняются, изменяется только формат взаимодействия педагога с учащимися. Обучение с использованием дистанционных технологий обеспечивает возможность непрерывного обучения для детей, находящихся в тех жизненных ситуациях, когда у ребёнка нет возможности присутствовать лично на занятии по какой-либо уважительной причине, в том числе для часто болеющих детей и для всех детей в период сезонных карантинов. Формы дистанционного обучения по программе: чат-занятие – учебные занятия, осуществляемые с использованием чат-технологий. веб-занятия - дистанционные уроки, семинары, деловые игры, проектные работы и другие формы учебных занятий, проводимых с помощью средств телекоммуникаций и других возможностей Интернет; видео занятие; электронные экскурсии; сайты по данному направлению. Применяя электронное обучение с дистанционными образовательными технологиями, используются для проведения формы занятий: занятие в форме презентации, занятие в форме видеоролика, тесты, анкета, игра, для коллективного обсуждения используется официальный сайт учреждения в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», российский мессенджер «Max».

Контроль успеваемости осуществляется посредством фото-видео, аудио отчетов отправляемых обучающимися по итогам занятия.

Консультирование по выполнению домашних заданий предполагается с использованием мессенджера.

Режим занятий – в неделю 1 раз по 2 часа.

Особенности организации образовательного процесса

Состав группы: постоянный.

Занятия для детей проводятся как групповые, так и используется индивидуальный подход к каждому учащемуся. Основой являются практические занятия, а так же, для более успешного усвоения программы детьми, используются самостоятельный вид подготовки дома. Педагогом постоянно используется метод ролевой игры для заинтересованности учащегося.

ДООП с учётом социально-экономического компонента направлена на раннюю профориентацию, на основе изучения дефицитов и потребностей региона. Данная программа способствует получению навыков и умений, необходимых хореографу, актерскому мастерству, режиссерской деятельности и др. Также она помогает детям формировать такие качества, как ответственность, умение работать в команде, патриотизм и активную гражданскую позицию. Это может повысить уровень социальной ответственности среди молодёжи, что в свою очередь будет способствовать их участию в проектах, направленных на улучшение жизни района. Программа также способствует выявлению и развитию лидерских качеств у учащихся, что может привести к формированию новых лидеров в различных сферах жизни района, включая бизнес и общественную деятельность.

1.2. Цель и задачи программы:

Цель: создание условий для развития способностей, заложенных в ребенке природой, для дальнейшего его саморазвития, самосовершенствования, воспитания физически развитой личности.

Задачи:

Предметные результаты:

1. Совершенствовать физические данные;
2. Скорректировать физические недостатки.

Личностные результаты:

1. Развить мышечную память;
2. Формирование ровной осанки.

Метапредметные результаты:

1. Выработать стремление к четкому, правильному, красивому выполнению упражнений.
2. Повысить интерес учащихся к освоению более сложных упражнений.

1.3 Содержание программы.
Учебный план.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Введение.	2	2	-	
Тема 1.	Разогрев.	26	5	21	
Тема 2.	Работа в паре.	10	2	8	
Тема 3.	Закачивание мышц спины.	14	2	12	Открытое занятие
Тема 4.	Развитие прыгучести.	16	2	14	
Тема 5.	Вращения	4	1	3	Итоговое занятие
	Итого:	**72**	14	58	

Содержание учебного плана:

Введение.

Теория: Техника безопасности и правила поведения при пожаре, на дорогах, в танцевальном классе. Беседа о техники безопасности на уроке, при выполнении упражнений и танцевальных элементов.

Тема 1.Разогрев.

Теория: Комбинации упражнений для разогрева тела и мышц учащегося.

Практика:

- Поклон с knicks.
- Кардио разогрев на середине зала.
- Разогрев статический.
- Комбинация быстрой смены рук.

Тема 2. Работа в паре.

Теория: Силовая закачка мышечной ткани.

Практика:

- « Складочка » с кубиком.
- « Складочка » в паре
- « Бабочка » с кубиком.
- « Бабочка » в паре.
- « Лягушка » 90^{o} с кубиком.
- « Шпагаты » с кубиками и наклоном.
- « Шпагаты » с кубиками и перегибами.
- « Шпагаты» у стены в паре.
- « Шпагаты » с гимнастической резинкой.
- « Свечка » на время.
- « Флажок » на время.
- Силовая комбинация с прыжками.

- Отжимания в паре.
- Планка в паре.
- Боковая закачка в паре.

Тема 3. Закачивание мышц спины.

Теория: Силовой комплекс упражнений на развитие мышц спины.

Практика:

- «Самолетик» в паре, с зависанием.
- « Складочка назад» в паре, с кубиком.
- « Мостик » второй сложности.
- Переворот вперёд.
- Переворот назад.
- Переворот на локтях.
- Перекат через грудь.

Тема 4. Развитие прыгучести.

Теория: Силовы прыжки на развитие выносливости.

Практика:

- Saute через кубик.
- Saute на правой, левой ноге через кубик.
- Поджатые через кубик.
- Прыжок по II позиции с ударом, через кубик.
- Прыжок с толчком вверх от лавки.
- Боковое маховое.
- Saute point,flex.
- Saute по переменно.
- Saute в повороте по точкам

Тема 5. Вращения.

Теория: Развитие вестибулярного аппарата.

Практика:

- Tour на середине.

1.4. Планируемые результаты:

Предметные результаты:

1. Совершенствование физических способностей;
2. Воспитать физически и укрепить здоровье.

Личностные результаты:

1. Формирование мышечной памяти;
2. Формирование осанки.

Метапредметдые результаты:

1. Сформируется стремление к четкому, правильному, красивому выполнению упражнений.
2. Сформируется устойчивый интерес учащихся к освоению более сложных упражнений.

Раздел №2. Комплекс организационно-педагогических условий.

2.1. Календарный учебный график.

«Развитие физических данных»

п/п	Дата		Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
	По плану	По факту					
1			Вводное занятие. Техника безопасности.	1	Практическое занятие	КАБ №16	
			Задачи, план работы объединения, правила поведения.	1			
Тема 1. Разогрев.							
2			Подготовка к упражнению.	1	Практическое занятие	КАБ №16	
			Поклон с knicks.	1			
3			Подготовка к упражнению.	1	Практическое занятие	КАБ №16	
			Кардио разогрев на середине зала.	1			
4			Подготовка к упражнению.	1	Практическое занятие	КАБ №16	
			Разогрев статический.	1			
5			Подготовка к упражнению.	1	Практическое занятие	КАБ №16	
			Комбинация быстрой смены рук.	1			
Тема 2. Работа в паре.							
6			Подготовка к упражнению.	1	Практическое занятие	КАБ №16	
			«Складочка » с кубиком.	1			
7			Подготовка к упражнению.	1	Практическое занятие	КАБ №16	
			« Складочка » в паре.	1			
8			Подготовка к упражнению.	1	Практическое занятие	КАБ №16	
			« Бабочка » с кубиком.	1			
9			Подготовка к упражнению.	1	Практическое занятие	КАБ №16	
			« Бабочка » в паре.	1			
10			Подготовка к упражнению.	1	Практическое занятие	КАБ №16	
			« Складочка » с кубиком.	1			
11			Подготовка к упражнению.	1	Практическое занятие	КАБ №16	
			« Лягушка » 90^{o} с кубиком.	1			
12			Подготовка к упражнению.	1	Практическое занятие	КАБ №16	
			« Шпагаты » с кубиками и наклоном.	1			
13			Подготовка к упражнению.	1	Практическое занятие	КАБ №16	
			« Шпагаты » с кубиками и перегибами.	1			
14			Подготовка к упражнению.	1	Практическое	КАБ	

			« Шпагаты» у стены в паре.	1	занятие	№16	
15			Подготовка к упражнению.	1	Практическое занятие	КАБ №16	
			« Шпагаты » с гимнастической резинкой.	1			
16			Подготовка к упражнению.	1	Практическое занятие	КАБ №16	
			« Свечка » на время.	1			
17			Подготовка к упражнению.	1	Практическое занятие	КАБ №16	Открытое занятие
			« Флажок » на время.	1			
18			Подготовка к упражнению.	1	Практическое занятие	КАБ №16	
			Силовая комбинация с прыжками.	1			
19			Подготовка к упражнению.	1	Практическое занятие	КАБ №16	
			Отжимания в паре.	1			
20			Подготовка к упражнению.	1	Практическое занятие	КАБ №16	
			Планка в паре.	1			
21			Подготовка к упражнению.	1	Практическое занятие	КАБ №16	
			Боковая закачка в паре.	1			
Тема 3. Закачивание мышц спины.							
22			Подготовка к упражнению.	1	Практическое занятие	КАБ №16	
			«Самолетик» в паре, с зависанием.	1			
23			Подготовка к упражнению.	1	Практическое занятие	КАБ №16	
			« Складочка назад» в паре, с кубиком.	1			
24			Подготовка к упражнению.	1	Практическое занятие	КАБ №16	
			« Мостик » второй сложности.	1			
25			Подготовка к упражнению.	1	Практическое занятие	КАБ №16	
			Переворот вперёд	1			
26			Подготовка к упражнению.	1	Практическое занятие	КАБ №16	
			Переворот назад.	1			
27			Подготовка к упражнению.	1	Практическое занятие	КАБ №16	
			Переворот на локтях.	1			
28			Подготовка к упражнению.	1	Практическое занятие	КАБ №16	
			Перекат через грудь.	1			
Тема 4. Развитие прыгучести.							
29			Подготовка к упражнению.	1	Практическое занятие	КАБ №16	
			Saute через кубик.	1			
30			Подготовка к упражнению.	1	Практическое занятие	КАБ №16	
			Saute на правой, левой ноге через кубик.	1			
31			Подготовка к упражнению.	1	Практическое	КАБ	

			Поджатые через кубик.	1	занятие	№16	
32			Подготовка к упражнению.	1	Практическое занятие	КАБ №16	
			Прыжок по II позиции с ударом, через кубик.	1			
33			Подготовка к упражнению.	1	Практическое занятие	КАБ №16	
			Прыжок с толчком вверх от лавки.	1			
34			Подготовка к упражнению.	1	Практическое занятие	КАБ №16	
			Боковое маховое.	1			
Тема 5. Вращения.							
35			Подготовка к упражнению.	1	Практическое занятие	КАБ №16	
			Tour на середине.	1			
36			Подготовка к упражнению.	1	Практическое занятие	КАБ №16	Итоговое занятие
			Итоговый урок.	1			
			Итого:	**72**			

2.2.Условия реализации программы:

Материально-техническое обеспечение:

- Занятие проводится в хорошо вентилируемом зале с нескользким покрытием.
- Помещение оборудовано станками и зеркалами, чтобы каждый учащийся смог проверить правильность исполняемого им танцевального движения.
- Для занятий используется аппаратура для работы с фонограммами.
- Учащимся должно быть отведено помещение для переодевания.
- Репетиционная форма одежды устанавливается: гимнастический купальник, шорты, футболки и лосины для мальчиков, балетки.
- Оборудование: гимнастические коврики, кубики для растяжки стоп и растяжки ног, скакалки.

Кадровое обеспечение

Для реализации данной программы требуется педагог, обладающий профессиональными знаниями в хореографии, знающий специфику работы в УДО.

2.3. Формы аттестации:

Контроль знаний, умений, навыков учащихся обеспечивает оперативное управление учебным процессом и выполняет обучающую, проверочную, воспитательную и корректирующую функцию. Разнообразные формы контроля успеваемости учащихся позволяют объективно оценить успешность и качество образовательного процесса.

Оценка качества реализации программы «Развитие физических данных» включает в себя: текущий контроль успеваемости, промежуточную

и итоговую аттестацию учащихся. Итоговый контроль проводится на контрольных уроках для родителей.

Первичный контроль: При приёме в хореографический коллектив главным критерием отбора являются природные физические данные: шаг, гибкость, выворотность, музыкальность, слух, подъем (гибкость стопы), координация. Все эти качества можно развить в дальнейшем, упражнения воздействуют на весь организм и развивают силу мышц, нагрузка регулируется с учетом пола, возраста и уровня физической подготовленности.

Промежуточная аттестация определяет успешность развития учащегося и степень освоения им учебного материала на данном этапе. Промежуточная аттестация проводится в счет аудиторного времени, предусмотренного на учебный предмет.

Итоговая аттестация. При прохождении итоговой аттестации учащийся должен продемонстрировать знания, умения и навыки в соответствии с программными требованиями. Требования к содержанию итоговой аттестации учащихся определяются образовательной организацией. По завершению программы ««Развитие физических данных» » проводится открытый урок.

2.4.Оценочные материалы:

Установление соответствия достижения планируемых результатов освоения учащимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Кисточка» проходит без дифференцированной оценки, предполагает принцип достаточности предъявленных знаний, умений, навыков – «зачет» / «незачет».

Критерии оценивания на зачете:

- «Зачтено» выставляется учащемуся, который демонстрирует знания программного материала, понимание, сущность и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений. Показывает не только наличие теоретических знаний, но и демонстрирует практические умения и навыки.
- «Не зачтено» выставляется учащемуся, который не может продемонстрировать знания программного материала. Практические умения и навыки не сформированы.

Результаты освоения учащимися программы фиксируются в зачетном листе (приложение 2) в виде обозначений – «З»(зачет), «НЗ» (незачет).

2.5.Методические материалы:

В обучении программы ««Развитие физических данных» » применяются такие методы обучения как: использования слов, наглядного восприятия и практические методы.

1. Словесный метод:

Метод использования слова — универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: объясняется техника движений в

связи с музыкой, обсуждается характер музыки и движения, пояснение игровых приемов, сравнение, пояснение для чего выполняется данное упражнение. Этот метод хорошо применяется в сочетании с наглядными и практическими методами.

2. Наглядный метод:

Методы наглядного восприятия способствуют более быстрому усвоению учащимися программы обучения, повышение интереса к изучаемым упражнениям. К этому методу относится: показ упражнений, простукивание ритма и темпа движений, который помогает закрепить мышечную память и запоминать движения. Музыка должна сопровождаться показом движений преподавателем, заранее выученными и отработанными, условными жестами, мимикой.

3. Практический метод:

Практические методы основаны на активной деятельности самих учащихся. Этот метод освоения упражнений, метод обучения движений. Однако использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. Особенно важно при использовании практического метода неоднократно повторять движения по отдельности. Отрабатывать отдельно и последовательно музыкально - ритмичные движения (повороты, наклоны, подскоки, прыжки) и упражнения, а затем включать постепенно в игры, танцы и этюды.

4. Ступенчатый метод:

Ступенчатый метод используется для освоения упражнений и танцевальных движений разного уровня сложности. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения, улучшения выразительности и правильности исполнения движения.

5. Игровой метод:

Игровой метод используется при проведении музыкально — ритмических игр. Он подразумевает под собой раскрытие творческого потенциала ребенка и помогает ему раскрепоститься в своих движениях и эмоциях, в окружении других учащихся.

В программе «Развитие физических данных» предусмотрены общепедагогические методы, связанные с музыкально-эстетическим обучением и воспитанием детей. Уроки «Развития физических данных» ориентированы на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных. Направлена программа на воспитание хореографической культуры у учащихся и привитие начальных навыков в искусстве танца. Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка. Предложенные методы работы являются наиболее продуктивными при реализации поставленных задач и целей учебного предмета.

Современные педтехнологии:

1.Технология обучения в сотрудничестве. Данная технология позволяет организовать обучение учащихся в тех формах, которые традиционно применяются на занятиях хореографией. Технология обучения в сотрудничестве на занятиях по «Развитию физических данных» включает индивидуально-групповую работу. Учащиеся разбиваются на мини-группы по несколько человек, им дается определенное задание на растяжку в паре. Это эффективная работа для усвоения нового материала каждым ребенком. В педагогической деятельности используем следующие формы занятий:

-индивидуальная форма;

- групповая форма;

- парная форма.

2. Игровые технологии. Учитывая психологию детей данного возраста, ведущей деятельностью является игра, многие занятия выстраиваю в форме танцевальных и музыкальных игр. Речь идет не только об использовании игры для разрядки и отдыха, а о том, чтобы сделать ее органичным компонентом занятия, средством намеченной педагогом цели. Способности детей, такие как, выворотность, гибкость, растяжка, воспитываются в условиях игры, мышечные ощущения у учащихся закрепляются и легче усваиваются детьми, не вызывая сложностей.

Алгоритм построения урока:

Алгоритм построения урока:

1. Вводная часть - 15 мин. В неё входит поклон, построение, разминка, разогрев. Перестроение на основную часть урока.

2.Основная часть на середине- 40мин. Работа на середине. Упражнения для развития физических данных. Разучивание комбинаций.

3.Работа на развитие прыгучести 30 мин. Работа на середине. Развитие прыгучести, развитие вестибулярного аппарата. Работа над хореографическими постановками.

4. Заключительная часть. -5 мин. Построение и поклон. Короткий анализ урока и выставление поощрительных медалей.

Раздел 3. Воспитательная работа

3.1. Воспитательная деятельность в ходе реализации программы
Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания детей

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.

Задачи воспитания детей заключаются в усвоении ими знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций, которые выработало российское общество (социально значимых знаний); формировании и развитии личностных отношений к этим нормам, ценностям, традициям (их освоение, принятие); приобретении соответствующего этим нормам, ценностям, традициям социокультурного опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений, применения полученных знаний.

Целевые ориентиры воспитания детей по программе:

- освоение детьми понятия о своей российской культурной принадлежности (идентичности);
- уважения к художественной культуре, искусству народов России;
- восприимчивости к разным видам искусства, ориентации на творческое самовыражение, реализацию своих творческих способностей в искусстве, на эстетическое обустройство своего быта в семье, общественном пространстве;
- этнической, национальной принадлежности;
- стремления к сотрудничеству, уважение к старшим;
- ответственности;
- воли и дисциплинированности в творческой деятельности;
- опыта представления в работах российских традиционных духовно-нравственных ценностей, исторического и культурного наследия народов России; опыта художественного творчества как социально значимой деятельности.

Формы и методы воспитания

Основной формой воспитания и обучения детей в системе дополнительного образования 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 способным и к нравственному выбору; участвуют в освоении и формировании среды своего личностного развития, творческой самореализации.

Практические занятия детей, способствует усвоению и применению правил поведения и коммуникации, формированию позитивного и конструктивного отношения к событиям, в которых они участвуют, к членам своего коллектива.

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

Условия воспитания, анализ результатов

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского коллектива в организации дополнительного образования детей в соответствии с нормами и правилами работы организации.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за обучением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, 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.

Анализ результатов воспитания по программе предусматривает получение общего представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижения в достижении определённых в программе целевых ориентиров воспитания, влияния реализации программы на коллектив учащихся: что удалось достичь, а что является предметом воспитательной работы в будущем.

3.2. Календарный план воспитательной работы.

п/п	Название события, мероприятия	Сроки	Форма проведения	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
	01.-02.09. День открытых дверей.	сентябрь	Мероприятие на уровне ЦТ	Фото – материал с участием детей
1.	Международный	октябрь		Фото – материал с

	день пожилых людей.		Беседа	участием детей
2.	Мастер-класс для детей ко дню матери.	ноябрь	Мастер-класс	Фото – материал с участием детей
3.	«День народного единства»	ноябрь	Праздник на уровне Центра творчества	Фото – материал с участием детей
4.	Новогодние мероприятие	декабрь	Игровое мероприятие	Фото - материал
5.	27.01. День освобождения ст. Новопокровской от немецко-фашистских захватчиков	январь	Беседа	Фото - материал
	Встречи с родителями – представителями различных профессий	Январь-апрель	Беседа	Фото - материал
6.	«День защитника Отечества»	февраль	Праздник на уровне Центра творчества	Фото и видеоматериалы с выступлением детей
7.	«Международный женский день 8 Марта»	март	Праздник на уровне Центра творчества	Фото и видеоматериалы с выступлением детей
8.	12.04. День космонавтики. 22.04. Всемирный день Земли	апрель	Праздник на уровне Центра творчества	Фото и видеоматериалы с выступлением детей
	09.05. День Победы.	май	Праздник на уровне Центра творчества	Фото и видеоматериалы с выступлением детей
	1.06. День защиты детей. Церемония награждения лучших учащихся ЦТ «Будь первым»	июнь	Праздник на уровне Центра творчества	Фото и видеоматериалы с выступлением детей

21	май	Проведение бесед по правилам поведения на дорогах, в общественных местах в летнее время, по правилам поведения у водоемов.	Профилактика	Учащиеся Родители	Охтенко К.С. Социальный педагог
22	июнь	1.06. День защиты детей. Церемония награждения лучших учащихся ЦТ «Будь первым»	Воспитательная среда	Учащиеся	Охтенко К.С. Педагог - организатор ЦТ

Список литературы

Основная учебная педагогическая литература:

1. Ашарин Б.А. «Теория и методика физического воспитания» - учебное пособие - М. «просвещение», 1979г. '
2. Боброва Г.А. «Художественная гимнастика в школе» - М., «Физкультура и спорт», 1978г.
3. Ванкова М., Чипрянова М. «Обучение детей художественной гимнастике» - М., «Физкультура и спорт», 1985г.
4. Иванова О.А., Шарабарова И.Н. «Занимайтесь ритмической гимнастикой» - М., «Советский спорт», 1988г.
5. Коробейнщов Н.К., М.А., Николенко И.Г. «Физическое воспитание» - учебное пособие - М., 1989г.
6. Лисицкая Г.С. «Аэробика на все вкусы» - М., «Просвещение» 1994 г.
7. Лукьяненко В.П. «Физическая культура: основа занятий» - учебное пособие - М., «Советский спорт» 2003 г.
   М., 1977г.
8. Михайлова Э.И., Иванова Ю.И. «Ритмическая гимнастика» - справочник - «Московская правда», 1987г.
9. Под ред. Чеснокова Н.Н. «Всероссийская Олимпиада школьников по физической культуре» - М.,АПК и ППРО 2006г.
10. Родиченко В.С. и др. «Твой Олимпийский учебник» - учебное пособие - М., «Физкультура и спорт» 2004г.

11. Розин Е.Ю. «Спортивная гимнастика» - программа для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва и школ высшего спортивного мастерства,
12. Таджиев М.У. «Вольные упражнения гимнастов» - методические рекомендации - Л., 1988г.
13. Фирилева Ж.Е. «Методическая разработка и материалы к проведению занятий по ритмической гимнастике в школе» - Д., 1988г.
14. Чесноков Н.Н. «Олимпиада по предмету Физическая культура» - М., «Физическая культура» 2005г.

Литература, рекомендуемая для детей:

1. Буц, Л.М. Для вас девочки/ Л.М. Буц – М. Физкультура и спорт.– 1988 г.
2. Иванова О.А., Дикаревич Л.М. Аэробика плюс сила и гибкость: физкультура для всех // Здоровье. 1993. № 1. С. 42–43.
3. Мавроматия Д. «Упражнения в художественной гимнастике» Физкультура и спорт 1972г.
4. Прокопов, К.М. Клубные танцы: она / К.М. Прокопов – М. Аст. – 2005 г.
5. Укран М.Н. «Спортивная гимнастика» Физкультура и спорт.1971 г.
6. Филин В.П. «Тренировка юных спортсменов». Физкультура и спорт. 1965г.

Приложение 1

Индивидуальный образовательный маршрут учащегося
объединения «_____»
_____ направленности

1. Фамилия, имя, отчество учащегося
2. Возраст, дата рождения
3. Год обучения в детском объединении, год вступления в объединение
4. Характеристика личностных качеств (краткая):
5. Основания для создания индивидуального образовательного маршрута: способствовать наиболее полной реализации индивидуальных творческих способностей (наличие достижений).
6. Этапы образовательного маршрута.

Этап / цель	**Содержание**	**Предполагаемый результат**
Начальный этап Цель: выявить индивидуальные интересы и творческие потребности на данном этапе	1. Беседы и наблюдения за учащимся во время занятий. 2. Проведение анкетирования по изучению мотивации и способностей учащегося. 3. Выявление индивидуальных желаний и интересов. 4. Занятия.	1. Развитие индивидуального интереса 2. Подготовка к мероприятиям, раскрывающим творческие возможности. 3. Участие в конкурсах.
Этап развития Цель: способствовать дальнейшему развитию и реализации способностей учащегося	Проведение методик по изучению уровня самооценки и притязаний, по изучению темперамента. 2. Продолжение занятий. 3. Усложнение видов деятельности, подготовка к участию в конкурсе.	1. Высокий уровень участия в муниципальных и региональных конкурсах. 2. Развитие способностей, самооценки и стремления к достижению цели.
Этап саморазвития Цель: содействовать выходу деятельности учащегося на новый, более высокий уровень	Совместный подбор и обсуждение нового материала. 2. Индивидуальная работа.	1. Высокий уровень участия в конкурсах разного уровня. 2. Развитие субъектной позиции и креативности.

Учебно-тематический план

№ п/п	Дата, время	Тема занятия, количество часов	Содержание занятия (краткое)	Используемые технологии, формы и методы	Предполагаемый результат занятия

Приложение 2

Зачетный лист по выполнению программы.

Группа _____ Дата_____

№	Ф.И. учащегося	задания теоретические	задания практические				результат
		1	2	3	4	5	
1							
2							
3							
4							
5							

1. Знание терминов и определения упражнений.
2. Правильная постановка рук, ног, корпуса.
3. Умение простукивать ритм.
4. Эмоциональное донесение настроения в игре.
5. Правильное исполнение упражнений.