

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА КЕРЧИ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
города Керчи Республики Крым «Детский сад комбинированного вида
№ 2 «Капелька»

УТВЕРЖДЕНО

УТВЕРЖДАЮ

на Педагогическом совете
МБДОУ г. Керчи РК
«Детский сад комбинированного вида № 2 «Капелька»

Заведующий МБДОУ г. Керчи РК
«Детский сад комбинированного вида № 2 «Капелька»

Протокол № 1
от «21» августа 2015 г.



Приказ № 79
от «21» августа 2015 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «Художественная гимнастика»

Направленность	<u>физкультурно-спортивная</u>
Срок реализации программы	<u>2 года</u>
Тип программы	<u>общеразвивающая</u>
Вид программы	<u>модифицированная</u>
Уровень	<u>стартовый</u>
Возраст обучающихся	<u>5-7 лет</u>
Составитель	<u>Гладкова Екатерина Николаевна,</u> <u>педагог дополнительного образования</u>

г. Керчь
2015 г.

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Нормативно-правовая основа программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа составлена в соответствии с:

В настоящее время основой для разработки Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Художественная гимнастика» (далее - Программа) является следующая нормативно-правовая база:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции);

2. Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в действующей редакции);

3. Указ Президента Российской Федерации от 24.12.2014 г. № 808 «Об утверждении Основ государственной культурной политики» (в действующей редакции);

4. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р;

5. Стратегия научно-технологического развития Российской Федерации, утверждённая Указом Президента Российской Федерации от 01.12.2016 г. № 642 (в действующей редакции);

6. Федеральный проект «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. № 3;

7. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» (в действующей редакции);

8. Национальный проект «Образование» - ПАСПОРТ утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);

9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 г. № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;

10. Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей» (в действующей редакции);

11. Приказ Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (в действующей редакции);

12. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. № 474 «О национальных целях развития России до 2030 года»;

13. Федеральный закон Российской Федерации от 13.07.2020 г. № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (в действующей редакции);

14. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

15. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

16. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (в действующей редакции);

17. Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;

18. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года» (в действующей редакции);

19. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

20. Об образовании в Республике Крым: закон Республики Крым от 06.07.2015 г. № 131-ЗРК/2015 (в действующей редакции);

21. Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 03.09.2021 г. № 1394 «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей Республики Крым»;

22. Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях

«Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;

23. Распоряжение Совета министров Республики Крым от 11.08.2022 г. № 1179-р «О реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Крым»;

24. Постановление Совета министров Республики Крым от 20.07.2023 г. № 510 «Об организации оказания государственных услуг в социальной сфере при формировании государственного социального заказа на оказание государственных услуг в социальной сфере на территории Республики Крым»;

25. Постановление Совета министров Республики Крым от 17.08.2023 г. № 593 «Об утверждении Порядка формирования государственных социальных заказов на оказание государственных услуг в социальной сфере, отнесенных к полномочиям исполнительных органов Республики Крым, и Формы отчета об исполнении государственного социального заказа на оказание государственных услуг в социальной сфере, отнесенных к полномочиям исполнительных органов Республики Крым»;

26. Постановление Совета министров Республики Крым от 31.08.2023 г. № 639 «О вопросах оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ» в соответствии с социальными сертификатами»;

27. Письмо Минпросвещения России от 19.03.2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;

28. Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 31.07.2023 г. № 04-423 «О направлении методических рекомендаций для педагогических работников образовательных организаций общего образования, образовательных организаций среднего профессионального образования, образовательных организаций дополнительного образования по использованию российского программного обеспечения при взаимодействии с обучающимися и их родителями (законными представителями)»;

29. Письмо Минпросвещения России от 01.06.2023 г. № АБ-2324/05 «О внедрении Единой модели профессиональной ориентации» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации профориентационного минимума для образовательных организаций Российской Федерации, реализующих образовательные программы основного общего и среднего общего образования», «Инструкцией по подготовке к реализации профориентационного минимума в образовательных организациях субъекта Российской Федерации»);

30. Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 29.09.2023 г. № АБ-3935/06 «Методические рекомендации 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»;

31. Уставом МБДОУ г. Керчи Республики Крым «Детский сад комбинированного вида № 2 «Капелька»;

32. Нормативными локальными актами, регламентирующими порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам.

Программа является **модифицированной** и составлена на основе авторской программы И. А. Винер «Физическая культура. Гимнастика», рекомендованной Министерством просвещения РФ.

Направленность Программы «Художественная гимнастика» - физкультурно-спортивная, поскольку направлена на улучшение физического развития и оздоровление детей, основным средством которой являются упражнения с лентой, обручем, мячами, различные по своему характеру, оформленные танцевальными движениями.

Актуальность Программы обусловлена направленностью на физическое развитие ребенка, сохранение здоровья детей, заботу о гармоническом единстве всех составляющих жизни ребенка – физических, психических и духовных сил, вершиной которых является его активное проявление в разных видах движений.

Новизна Программы заключается в модернизации содержания работы с детьми на основе внедрения инновационных педагогических программ и технологий, форм и методов работы, комплексировании различных образовательных областей, использовании упражнений художественной гимнастики.

Педагогическая целесообразность Программы объясняется тем, что гимнастика является одним из важнейших звеньев в воспитании ребенка, содействует разностороннему физическому развитию, стимулирует деятельность нервной, сердечно - сосудистой и дыхательной систем, значительно расширяет возможности опорно-двигательного аппарата. Художественная гимнастика лучшее средство формирования правильной осанки ребенка.

Отличительные особенности Программы. Художественная гимнастика - сложно координационный вид спорта. Специфика данного вида спорта требует развития и совершенствования, прежде всего, координации движений.

Основное содержание программы составляют упражнения с предметами и без предметов, акробатика и вольные упражнения под музыку, которые помогают детям освоить элементы художественной гимнастики. Отличительной особенностью художественной гимнастики является связь с музыкой и элементами танца, эмоциональная выразительность движений, их красота и грациозность, что в значительной мере способствует эстетическому воспитанию. Программа ориентирует на поддержание положительного эмоционального отношения детей к занятиям на всех этапах обучения, стремлению к тому, чтобы упражнения доставляли им удовольствие и радость, побуждали их к самостоятельности, стремлению научиться владеть своим телом. Дети учатся осознавать ценность здорового образа жизни, бережно относиться к своему здоровью, знакомятся с элементарными правилами техники безопасности.

Адресат Программы: обучающиеся девочки в возрасте от 5 лет до 7 лет.

Движущими силами развития психики дошкольника являются противоречия, которые возникают в связи с развитием целого ряда потребностей ребенка. Важнейшие из них: потребность в общении, с помощью которого усваивается социальный опыт; потребность во внешних впечатлениях, в результате чего происходит развитие познавательных способностей, а также потребность в движениях, приводящих к овладению целой системой разнообразных навыков и умений.

В процессе совместной деятельности дети приобретают опыт руководства другими детьми и опыт подчинения. Ведущим видом деятельности дошкольника является ролевая игра, в которой формируется поведение, опосредованное образом другого человека. Также большое значение и влияние на умственное развитие дошкольника оказывает обучение, в котором важнейшую роль играет распределение функции между участниками процесса учения.

Объём Программы. Программа рассчитана на 2 года и предполагает среднюю сложность предлагаемого материала для освоения содержания. Общее количество часов, необходимых для освоения программы составляет 144 часа.

Срок реализации Программы рассчитан на 2 года.

Таблица 1

Реализация Программы

Уровень обучения	Год обучения	Количество учащихся в группе	Количество часов в неделю	Объем программы	Возраст учащихся
стартовый	1 год	10 человек	2 часа	72 часа	5– 6 лет
стартовый	2 год	10 человек	2 часа	72 часа	6– 7 лет

Уровень Программы – стартовый.

Формы обучения и виды занятий.

Обучение по Программе происходит в очном формате. Изучение некоторых тем возможно с использованием дистанционных технологий.

Особенности организации образовательного процесса.

Занятия проводятся в группе, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом.

Учебно-тематический материал Программы распределён в соответствии с принципом последовательного и постепенного расширения теоретических знаний, практических, умений и навыков.

Представленные в Программе темы создают целостную систему подготовки обучающихся.

В данной Программе руководитель, исходя из интересов детей, уровня их подготовки и конкретных задач, может изменить последовательность изложения материала, самостоятельно распределить часы и определить конкретные формы занятий.

Наполняемость в группе составляет 10 человек. Состав группы – постоянный.

Режим занятий. Занятия проводятся согласно расписанию, 2 часа в неделю, 72 часа в год.

1.2 Цель и задачи Программы

Цель: формирование единого образовательного пространства МБДОУ для повышения качества образования и реализации процесса становления личности в разнообразных развивающих средах; формирование навыков выразительности, пластичности, грациозности и изящества движений, посредством гимнастических упражнений.

Задачи:

Обучающие задачи:

- познакомить воспитанников с историей возникновения гимнастики, техникой безопасности при выполнении гимнастических и акробатических упражнений основными правилами и понятиями;
- учить моделировать разные акробатические упражнения, танцевальные шаги и упражнения с предметами в процессе двигательной активности;
- привить устойчивый интерес детей к занятиям спортом;

Развивающие задачи:

- формировать представления о физической культуре в целом и о гимнастике в частности;
- развивать основные физические качества, повышать функциональные возможности организма, двигательное воображение и творческую фантазию;
- укреплять здоровье и повышать работоспособность дошкольников;

- способствовать формированию правильной осанки, музыкального слуха и чувства ритма ребенка.

Воспитательные задачи:

- воспитывать настойчивость, трудолюбие, целеустремлённость, волю к победе, эмоциональную устойчивость;
- развивать интерес к самостоятельным занятиям физической культурой и спортом.

1.3. Воспитательный потенциал Программы

Для решения реальных проблем сообщества страны, учащиеся привлекаются к получению знаний, через включение в коллективные общественно полезные практики и мероприятия. Ежегодно обучающиеся принимают участие в праздниках и развлечениях дошкольного образовательного учреждения, а так же в городских конкурсах и мероприятиях.

Воспитанники участвуют в подготовке тематических мероприятий: «Спартакиада», «Осенняя сказка», «День художественной гимнастики», «Новый год шагает по планете», «Праздник мам», «День Победы», «Школа здоровья маленьких крымчан».

1.4. Содержание Программы

Таблица 2

Учебный план

1 год обучения

№ занятия	Содержание занятий в плане	Количество часов			Формы аттестации и контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие. Диагностика.	4		4	Педагогическое наблюдение
2	Знакомство с гимнастикой	2	2		Педагогическое наблюдение
3	Упражнения в равновесии	12	2	10	Педагогическое наблюдение
4	Акробатика	12	2	10	Педагогическое наблюдение
5	Упражнения с гимнастическим мячом	8	2	6	Педагогическое наблюдение
6	Упражнения с гимнастической лентой	8	2	6	Педагогическое наблюдение

7	Упражнения с гимнастическим обручем	8	2	6	Педагогическое наблюдение
8	Упражнения с гимнастической скакалкой	8	2	6	Педагогическое наблюдение
9	Хореографическая подготовка	4	2	2	Педагогическое наблюдение
10	Вольные упражнения под музыку	4	2	2	Педагогическое наблюдение
11	Итоговое занятие	2		2	Педагогическое наблюдение
	Итого часов	72	18	54	

2 год обучения

№ занятия	Содержание занятий в плане	Количество часов			Формы аттестации и контроля
		всего	теория	практика	
1	Диагностика.	4		4	Педагогическое наблюдение
2	История и виды современной гимнастики	2	2		
3	Упражнения в равновесии	12		12	
4	Акробатика	12		12	
5	Упражнения с гимнастическим мячом	8	2	6	
6	Упражнения с гимнастической лентой	8	2	6	
7	Упражнения с гимнастическим обручем	8	2	6	
8	Упражнения с гимнастической скакалкой	8	2	6	
9	Хореографическая подготовка	4	2	2	
10	Вольные упражнения под музыку	4	2	2	
11	Итоговое занятие	2		2	
	Итого часов	72	14	58	

Содержание учебного плана

1 год обучения.

1. Вводное занятие. Диагностика (4 часа).

Цель: выявить уровень физической подготовленности детей.

Теория. Правила техники безопасности. Постановка задач на год.

Практика. Диагностика оценки вестибулярного аппарата. Диагностическая оценка координации движений. Диагностика оценки физического состояния.

2. Знакомство с гимнастикой (2 часа).

Цель: познакомить детей с историей и видами художественной гимнастики.

Теория. История гимнастики. Просмотр видеоролика.

3. Упражнения в равновесии (12 часов).

Цель: Развивать равновесие, осваивать различные виды движений на гимнастической скамейке.

Теория. Ознакомление с ходьбой «гимнастическим» шагом на гимнастической скамейке, правильным положением рук, спины.

Практика.

Обучение упражнениям на растяжку мышц на гимнастической скамейке, растяжка плечевого пояса, мышц спины, прыжки, шаги, повороты.

4. Акробатика (12 часов).

Цель: Развивать у детей мышечную силу, равновесие и гибкость.

Теория. Ознакомление с акробатикой, как интересным динамичным видом спорта, который развивает координацию движений.

Практика. Упражнения для развития гибкости, выносливости, координации, силы, быстроты: группировки и перекаты, переворот в сторону, упражнения «петушок», «ласточка», «шпагат», «полушпагат», «берёзка», «ракета», «мост» из положения стоя, «верблюд», «ежик», «коробочка», «корзинка» и др. в сочетании с музыкой или заданным ритмом.

5. Упражнения с гимнастическим мячом (8 часов).

Цель: Ознакомить и совершенствовать с упражнениями с гимнастическим мячом.

Теория. Ознакомление с гимнастическими композициями с мячом.

Практика. Обучение удержанию мяча и передачам его из руки в руку, перекаты, подбрасывание, обучение акробатическим упражнениям с мячом, составление композиций.

6. Упражнения с гимнастической лентой (8 часов).

Цель: Совершенствовать перестроения в движении, согласованных передвижений в ходьбе и беге с выполнением заданий.

Теория. Ознакомление с гимнастическими композициями с лентой.

Практика. Обучение работе с лентой (длина 4 метра). Обучение вращениям гимнастической лентой: восьмёрка, «юбочка», круг, змейка, спираль и другие в сочетании с танцевальными и акробатическими движениями.

7. Упражнения с гимнастическим обручем (8 часов).

Цель: учить согласованию движения с выполнением заданий.

Теория. Ознакомление с гимнастическими композициями с обручем.

Практика. Обучение правильному положению обруча, совершенствование умений вращать, катать, подбрасывать и выполнять упражнения с обручем. Вращение в разных плоскостях и броски, катание, подбрасывание обруча.

8. Упражнения с гимнастической скакалкой (8 часов).

Цель: Развивать выносливость.

Теория. Ознакомление с гимнастическими композициями со скакалкой.

Практика. Совершенствование прыжков через скакалку. Вращения скакалкой в разных плоскостях под музыку.

9. Хореографическая подготовка (4 часа).

Цель: Формировать у детей танцевальные движения.

Теория. Ознакомление с хореографическими композициями в художественной гимнастике.

Практика. Обучение: шаг с носка, на носках, полуприседы на одной ноге, другую вперёд на пятку, перекаты с пятки на носок, пружинистые полуприседы, приставной шаг в сторону, шаг с небольшим подскоком, комбинации из танцевальных шагов.

10. Вольные упражнения под музыку (4 часа).

Цель: Формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества движений.

Теория. Ознакомление с вольными упражнениями.

Практика. Вольные упражнения с гимнастической лентой.

11. Итоговое занятие (2 часа).

Цель: выявить динамику развития за первый год обучения.

Практика. Диагностика оценки вестибулярного аппарата. Диагностическая оценка координации движений. Диагностика оценки физического состояния.

2 год обучения.

1. Диагностика (4 часа).

Цель: выявить уровень физической подготовленности детей.

Теория. Правила техники безопасности. Постановка задач на год.

Практика. Диагностика оценки вестибулярного аппарата. Диагностическая оценка координации движений. Диагностика оценки физического состояния.

2. История и виды современной гимнастики (2 часа).

Цель: продолжить знакомство детей с историей и видами художественной гимнастики.

Теория. История гимнастики. Просмотр видеоролика «Лучшие гимнастки».

3. Упражнения в равновесии (12 часов).

Цель: продолжить развивать равновесие, осваивать различные виды движений на гимнастической скамейке.

Практика. Обучение ходьбе «гимнастическим» шагом на гимнастической скамейке, правильное положение рук, спины. Обучение упражнениям на растяжку мышц на гимнастической скамейке, растяжка плечевого пояса, мышц спины. Прыжки, шаги, повороты.

4. Акробатика (12 часов).

Цель: продолжить развивать у детей мышечную силу, равновесие и гибкость.

Практика. Упражнения для развития гибкости, выносливости, координации, силы, быстроты: группировки и перекаты, кувырки, переворот в сторону, упражнения «петушок», «ласточка», «шпагат», «полушпагат», «берёзка».

5. Упражнения с гимнастическим мячом (8 часов).

Цель: учить и совершенствовать упражнения с гимнастическим мячом.

Теория. Ознакомление с гимнастическими композициями с мячом.

Практика. Обучение удержанию мяча и передачам его из руки в руку; перекаты, подбрасывание, обучение акробатическим упражнениям с мячом, составление композиций.

6. Упражнения с гимнастической лентой (8 часов).

Цель: Совершенствовать умения перестраиваться в движении, согласовать передвижения в ходьбе и беге с выполнением заданий. Продолжить разучивание учебной комбинации.

Теория. Продолжение знакомства с гимнастическими композициями с лентой.

Практика. Совершенствование работы с лентой (длина 5 метров). Вращение гимнастической лентой разными способами (восьмёрка, «юбочка», круг, змейка, спираль и другие) в сочетании с танцевальными движениями. Упражнения с лентой. Различные вращения в разных плоскостях.

7. Упражнения с гимнастическим обручем (8 часов).

Цель: Совершенствовать согласованные движения с выполнением заданий.

Теория. Ознакомление с гимнастическими композициями с обручем.

Практика. Вращение, прокатывание, броски обруча. Упражнения с обручем. Различные виды удерживания; передачи и броски обруча; вращение в разных плоскостях и на талии, руке, прыжки.

8. Упражнения с гимнастической скакалкой (8 часов).

Цель: Развивать выносливость, координацию.

Теория. Ознакомление с гимнастическими композициями со скакалкой.

Практика. Упражнения со скакалкой. Различные виды удерживания, передачи и вращения скакалки, сложенной вдвое в различных плоскостях; прыжки с проходом в скакалку; комбинации вращений скакалки.

9. Хореографическая подготовка (4 часа).

Цель: Продолжать формировать у детей танцевальные движения.

Теория. Ознакомление с хореографическими композициями в художественной гимнастике.

Практика. Перекаты с пятки на носок; пружинистые полуприседы; приставной шаг в сторону; шаг с небольшим подскоком; комбинации из танцевальных шагов; сочетание шагов с носка и шагов с небольшим подскоком; мягкий высокий шаг на носках; приставной и скрестный шаг в сторону; попеременный шаг, шаг польки, комбинации из танцевальных шагов.

10. Вольные упражнения под музыку (4 часа).

Цель: Формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества движений.

Теория. Продолжение ознакомления с вольными упражнениями.

Практика. Вольные упражнения с обручем.

11. Итоговое занятие (2 часа).

Цель: выявить динамику развития за первый год обучения.

Практика. Диагностика оценки вестибулярного аппарата. Диагностическая оценка координации движений. Диагностика оценки физического состояния.

1.5. Планируемые результаты

К концу обучения воспитанники продемонстрируют следующие результаты.

Обучающие. Обучающиеся будут:

- знать историю возникновения гимнастики,
- знать технику безопасности при выполнении гимнастических и акробатических упражнений, основные правила и понятия;
- уметь моделировать разные акробатические упражнения, танцевальные шаги и упражнения с предметами в процессе двигательной активности;
- выполнять простейшие строевые упражнения;
- выполнять простые танцевальные шаги;
- выполнять базовые элементы с предметами художественной гимнастики;
- выполнять простые специальные упражнения художественной гимнастики;
- распознавать характер музыкального произведения;
- проявлять устойчивый интерес к детям к занятиям спортом

Развивающие. У обучающихся будет:

- сформированы представления о физической культуре в целом и о гимнастике в частности;
- развиты основные физические качества, двигательное воображение и творческая фантазия; работоспособность дошкольников;
- сформирована правильная осанка, музыкальный слух и чувство ритма ребенка;
- сформированы навыки самостоятельной работы.

Воспитательные. У обучающихся будет:

- сформированы адекватная самооценка, самообладание, выдержка, уважение к чужому мнению;
- сформированы такие черты как усидчивость, настойчивость, трудолюбие, целеустремлённость, волю к победе, эмоциональная устойчивость;
- развита мотивация к познанию, интерес к самостоятельным занятиям физической культурой и спортом.

Результатом реализации программы по художественной гимнастике следует считать:

- развитие двигательных навыков, повышение двигательной активности ребенка дошкольника,
- улучшение зрительно - пространственной координации движений, повышение соматических показателей здоровья воспитанников, проявление активности, самостоятельности в разных видах двигательной деятельности.

Эти навыки способствуют развитию предпосылок:

1. Развитие двигательных способностей за счет внедрения в образовательный процесс спортивной секции по художественной гимнастике;
2. Выполнение гимнастических, музыкально – гимнастических, сценических комбинаций на высоком техническом уровне;
3. Повышение соматических показателей здоровья ребенка;
4. Вовлечение родителей в образовательное пространство ДОУ, повышение их педагогической компетентности в образовательной области «физическое развитие».

Результаты соответствуют целевым ориентирам возможных достижений ребенка в образовательной области «Физическое развитие», направлении «Художественная гимнастика».

2. Комплекс организационно – педагогических условий

2.1 Календарный учебный график

Календарный учебный график построен, исходя из следующего:

- ✓ начало учебного года – 2 сентября 2024 года, конец учебного года – 29 мая 2025 года;
- ✓ продолжительность учебного года 36 недель;
- ✓ объем программы 72 часа в год.

Учебные занятия проводятся согласно расписанию.

Таблица 4

Календарный учебный график
1 год обучения

месяц	сентябрь				октябрь				ноябрь			декабрь				январь				февраль				март				апрель				май				
Недели обучения	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
Кол-во часов	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Аттестация/ Формы контроля	Входная диагностика																															Итоговая диагностика, аттестация				
Всего часов 72	8				8				8			8				8				8				8				8				8				

2 год обучения

месяц	сентябрь				октябрь				ноябрь			декабрь				январь				февраль				март				апрель				май				
Недели обучения	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
Кол-во часов	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Аттестация/ Формы контроля	Входная диагностика																															Итоговая диагностика, аттестация				
Всего часов 72	8				8				8			8				8				8				8				8				8				

2.2 Условия реализации Программы

Материально - техническое обеспечение:

Занятия проходят как в групповых помещениях, так и в специально оборудованных.

Оснащение МБДОУ соответствует требованиям:

- санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам;
- правилам пожарной безопасности;
- средства обучения и воспитания в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями развития детей;
- оснащенность помещений развивающей предметно-пространственной средой;
- наличие учебно-методического комплекта, оборудования, оснащение.

Музыкальный и спортивный залы

Занятия, досуги, праздники и развлечения проводятся в специально оборудованных залах. В физкультурном зале имеется оборудование для реализации образовательной области «Физическое развитие». В музыкальном зале имеется оборудование «Музыкальный кабинет», проектор, экран.

Условия для занятий кружков и секций.

1. Подбор традиционного и нетрадиционного материала и инструментов для творческой и спортивной деятельности детей.
2. Систематизация литературно-художественного материала с целью активизации деятельности детей, расширения об окружающем.
3. Составление фонотеки - подбор классических произведений, детского репертуара для музыкального фона, сопровождающего деятельность детей.
4. Подбор развивающих, релаксационных, подвижных игр для работы кружков и секций.
5. Непрерывность, т.е. последовательность цепи образовательных задач на протяжении всего процесса овладения творческими и спортивными умениями и навыками.

№	Наименование оборудования.	Количество
Учебно – практическое оборудование.		
1	Палка гимнастическая с лентой (для художественной гимнастики)	17шт
2	Бревно гимнастическое напольное	1шт

3	Скакалка короткая гимнастическая	20шт
4	Палки гимнастические	30шт
5	Спортивные комплексы	2шт
6	Стенка гимнастическая	4шт
7	Коврики (индивидуальные)	20шт
8	Мостик гимнастический	1шт
9	Мат поролоновый	5шт
10	Мат черный большой	2шт
11	Мат чёрный малый	4шт
12	Фитболы	10шт
13	Мяч гимнастический	17шт
14	Скамейка гимнастическая	2шт
15	Бум гимнастический	1шт
16	Обруч большой гимнастический	17шт
17	Обруч средний гимнастический	20шт
18	Обруч малый гимнастический	20шт
Технические средства обучения		
1	Музыкальный центр	1
2	Ноутбук	1
Экранно – звуковые пособия		
1	Аудиозаписи музыкальные	

Информационное обеспечение.

Для успешной реализации программы необходимо наличие:
- компьютера с учебными фильмами;

- информационных носителей (CD и DVD-диски, флеш-накопители);
- журналы, книги.

Интернет – источники:

1. <http://vfrg.ru/>
2. <https://multiurok.ru/>
3. <https://www.xn--d1abkefqip0a2f.xn--p1ai>

Кадровое обеспечение.

Программу реализует педагог дополнительного образования Гладкова Екатерина Николаевна, педагогический стаж работы – 7 лет. Педагог соответствует нормам профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», утвержденных Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

Методическое обеспечение.

Особенности организации образовательного процесса.

Обучение по Программе происходит в очном формате. Изучение некоторых тем возможно в дистанционном режиме.

Реализация Программы предполагает использование учебно-методического комплекса, позволяющего достигать уровня образовательной подготовки воспитанников, предусмотренного требованиями образовательных стандартов. Учебно-методический комплекс включает разноуровневые дидактические материалы, позволяющие дифференцировать и индивидуализировать образовательный процесс с учетом особенности личности детей.

Входящие в состав методического комплекса электронные образовательные ресурсы и программно-технологические комплексы обеспечивают возможность обогащения содержания образования воспитанников с использованием ИКТ.

1. Наличие утвержденной Программы.
2. Наглядные пособия, образцы.
3. Специальная литература.

Руководители кружков пользуются учебным материалом методических пособий .

Используемые педагогические технологии:

- **развивающее обучение** – при развивающем обучении обучающийся самостоятельно приобретает какую – либо информацию, самостоятельно приходит к решению проблемы в результате анализа своих действий;

- **игровое обучение** – влияет на формирование произвольности поведения и всех психических процессов – от элементарных до самых сложных. Выполняя игровую роль, обучающийся подчиняет этой задаче все

свои сиюминутные действия. В условиях игры они лучше сосредотачиваются и запоминают, чем по прямому заданию взрослого.

Методы, в основе которых лежит способ организации занятий:

- словесные: объяснения, в форме образных выражений и сравнений, рассказ, беседы, команды, распоряжения и указания;
- наглядные: показ изучаемого движения в целостном виде, с разделением на части; анализ его с помощью наглядных пособий, жестов;
- практические: предусматривают многократное повторение движений, сначала по элементам, а затем полностью; обучение в облегченных или усложненных условиях, изучение движений в игровой и соревновательной деятельности, выполнение контрастных движений; помощь, идеомоторные, музыкальные.

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности обучающихся:

- объяснительно - иллюстративные (обучающиеся усваивают и воспроизводят готовую информацию);
- репродуктивные (обучающиеся воспроизводят полученные знания).

Методы воспитания:

- поощрение (устное, дипломы и грамоты);
- мотивация (настрой обучающегося на достижение цели).

Формы обучения и виды занятий.

№	Формы занятий	Задачи занятия	Особенности построения занятия
1	Традиционный тип	Ознакомление с новым программным материалом	Обучение гимнастическим упражнениям, знакомство с правилами техники безопасности, содержанием, техникой различных видов движений.
	Смешанного характера	Разучивание новых элементов и совершенствование освоенных ранее.	Организация дифференцированного обучения с учетом здоровья детей, двигательной активности, уровня освоения двигательных навыков.
	Вариативного характера	Формирование двигательного воображения	На знакомом материале, но с включением усложненных вариантов двигательных заданий
2	Занятие тренировочного типа	Направленно на развитие двигательных и функциональных возможностей детей.	Включает большое количество циклических, музыкально-ритмических движений, дифференцированные двигательные задания на развитие быстроты реакции, ловкости и выносливости.
3	Игровое занятие	Направленно на формирование двигательного воображения.	Построено на основе разнообразных движений
4	Занятие по интересам	Направленно на развитие двигательных способностей, формирование	Детям предоставляется возможность самостоятельного выбора движений с предметами гимнастики.

		индивидуальности, развитие творчества, инициативности и самостоятельности.	
5	Контрольно-проверочное занятие	Направленно на выявление количественных и качественных результатов в основных видах движений и в развитии физических качеств.	Участвуют воспитатели и методист. Составляются «Протоколы оценки физических качеств и двигательной подготовленности детей» с учетом коэффициента двигательного развития каждого ребенка. Проводится 2 раз в год. Можно проводить в виде соревнований.
6	Занятие «Забочусь о своем здоровье»	Направленно на приобщение к ценностям здорового образа жизни, получение представления о своем теле и своих физических возможностях.	Обучение приемам расслабления, аутотренингу, самомассажу, проведению закаливающих и гигиенических процедур, оказанию медицинской помощи, страховки.
7	Занятие-соревнование	Направленно на развитие инициативности, самовыражения, уверенности в своих силах, опирающиеся на разнообразный моторный опыт.	Личное и командное первенство.

Педагогические технологии.

Занятия проводятся в группах, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом.

Алгоритм учебного занятия:

1. Водная часть разминка (3 -5 минут)

Построение, сообщение задач, разминка в ходьбе, у гимнастической стенки

Цель – подготовить ребенка к занятию.

1. Упражнения по «кругу»: спортивные виды ходьбы и бега (с носка, на носках, на пятках, в приседе, бег, бег с высоким подниманием бедер, с захлестыванием голени);
2. Формы ходьбы и бега (мягкий, перекатный, пружинный, высокий, острый, широкий);
3. Танцевальные шаги, соединения и комбинации;
4. Общеразвивающие упражнения, преимущественно для развития подвижности в суставах ног – голеностопных, коленных и тазобедренных («снизу вверх») и туловища – шеи, плечевых суставов, грудного и поясничного отдела позвоночника («сверху вниз»);

- 5.Хореографические упражнения;
- 6.Специфические упражнения (волны, взмахи, расслабления);
- 7.Упражнения в равновесии;
- 8.Соединения наклонов, равновесий, поворотов, волн и взмахов;
- 9.Прыжки.

2. Основная часть (10 - 15 минут, в зависимости от возраста)

Упражнения: акробатические, с предметами, на растяжку и гибкость, вольные.

Цель – обучение различным упражнениям художественной гимнастики.

- 1.Изучение и совершенствование техники элементов, соединений, частей и соревновательных комбинаций в целом;
- 2.Музыкально-двигательная подготовка: задания на согласование движений с музыкой, музыкальные игры и творческая импровизация.

3. Заключительная часть (2 -5 минут, в зависимости от длительности обучения)

- 1.Общая физическая подготовка :упражнения преимущественно на развитие силы мышц брюшного пресса, спины и ног, на развитие общей и специальной выносливости (прыжковой, равновесной и др.);
- 2.Самостоятельная двигательная активность детей, игры, подведение итогов, домашнее задание, индивидуальные беседы.

Методические материалы.

Методические разработки

Наглядные дидактические пособия по художественной гимнастике пособия.

Дидактические игры «Виды спорта», «Назови спортивный атрибут», «Назови движения».

Комплекс схем-упражнений по выполнению движений.

Терминологический словарь.

Картотека упражнений на формирование силы и быстроты, равновесия, прыгучести.

Дидактические материалы.

План-схемы спортивных тренировок.

Нормативы общей физической и специальной подготовки.

2.3 Формы аттестации и контроля

Формы контроля: входной, текущий и итоговый контроль.

Контроль усвоения учебного материала, умений и навыков проходит в течение всего периода обучения.

Входной контроль – проводится при наборе, в виде собеседования, где изучаются отношения обучающегося к выбранной деятельности, его способности в этой области, личные качества ребенка.

Формы текущего контроля: открытые занятия, соревнования.

Формы итогового контроля: итоговое занятие, соревнования.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов.

По окончании обучения, на основе данных Диагностической карты оценки ЗУН обучающихся, педагог составляет аналитическую справку, в которой отражает уровень освоения обучающимися Программы. Так же подтверждением успешной реализации Программы являются грамоты, дипломы, протоколы соревнований, отзывы детей и родителей.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов.

Успешной реализации Программы должны способствовать различные виды групповой и индивидуальной работы: открытые занятия, соревнования, конкурсы.

2.4. Список литературы

Литература для педагогов:

1. Винер И.А. Физическая культура. Гимнастика.- М.: Просвещение, 2011,-31с.
2. Винер – Усманова И. Художественная гимнастика. Теория и методика. - М.: Человек, 2015,120с.
3. Верховзина Л. Г. Гимнастика для детей 5 – 7 лет. –М: Издательство Учитель, 2013, -126с.
4. Кантан В.В. Раннее физическое развитие ребёнка. - СПб.: КОРОНА принт,2001, -272с.
5. Карпенко Л. А. Теория и методика физической подготовки в художественной и эстетической гимнастике. – М: Советский спорт, 2014, -264 с.
6. Кудрявцев В.Т. Педагогика оздоровления. –М: Лика – Пресс, 2000, - 296 с.

7. Потапчук А.А. Двигательный игротренинг для дошкольников. - М.: Сфера, 2009, - 176 с.
8. Сосина В. Хореография в гимнастике. –М: Олимпийская литература, 2009, - 136 с.
9. Смолевского В.М. опыт работы педагога «Гимнастика». - М.: Физкультура и спорт, 1987, -336 с.
10. Тарасова Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста. - М.: ТЦ Сфера, 2005, - 167 с.
11. Яковлева Т. С. Здоровый образ жизни. Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду. - М.: Школьная пресса, 2007, - 136 с.

Литература для детей и родителей:

1. Алябьева, Е. А. Нескучная гимнастика. Тематическая утренняя зарядка для детей 5-7 лет / Е.А. Алябьева. - М.: Сфера, 2015. - 144 с.
2. Как расти здоровым. Развивающая игра-лото. 4-7 лет. - М.: ИП Бурдина С. В., 2016. - 599 с.
3. Учимся правильно питаться. - М.: Учитель, 2007. - 176 с.

Интернет – источники:

1. <http://vfrg.ru/>
2. <https://www.maam.ru/>
3. <http://ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/hudozhestvennaya-gimnastika/>

3. Приложения

3.1. Оценочные материалы

Оценочные материалы (*Приложение1*):

- особенности педагогической диагностики,
- протокол обследования навыков детей в секции художественной гимнастики (диагностика оценки вестибулярного аппарата, диагностическая оценка координации движений, диагностика оценки физического состояния,
- формы подведения итогов реализации программы.

3.2. Методические материалы

Методическая литература и методически разработанные материалы для обеспечения образовательного процесса (*Приложение2*):

- планы-конспекты отчетных занятий;
- годовой план воспитательной работы;
- сценарии воспитательных мероприятий.
-

3.3. Календарно-тематическое планирование (*Приложение3*)

3.4. Лист корректировки (*Приложение4*)

3.5. План воспитательной работы (*Приложение5*)

Оценочные материалы.

Особенности педагогической диагностики.

Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов обеспечивает комплексный подход к оценке итоговых и промежуточных результатов освоения программы, позволяет осуществлять оценку динамики достижений детей.

В процессе мониторинга исследуются уровень подготовленности детей по гимнастике путем наблюдений за ребенком, критериально-ориентированного тестирования.

Мониторинг проводится 2 раза в год. Возможна периодичность мониторинга, которая обеспечивает полную оценку динамики достижений детей, сбалансированность методов, не приводит к переутомлению воспитанников и не нарушает ход образовательного процесса.

Получаемая в ходе мониторинга информация, является основанием для прогнозирования деятельности, осуществления необходимой коррекции, инструментом оповещения родителей о состоянии и проблемах, выявленных у ребенка.

В качестве критериев оценки выбран ряд контрольных упражнений из программного материала. Для проведения контрольных упражнений необходим секундомер, с помощью которого фиксируются временные показатели, вспомогательные средства обучения, протокол обследования навыков упражнений в разных возрастных группах.

Протокол обследования навыков детей в секции художественной гимнастики.

Диагностика оценки вестибулярного аппарата.

№	ФИ	Повороты вокруг себя с закрытыми глазами (10 сек.)		Стоять на бревне, лежащем на полу (30сек.)		Оценка	
		начало	конец	начало	конец	начало	конец
1.							
2.							

	Начало года	Конец года
В-высокий	В- %	В- %
С-средний	С- %	С- %
Н-низкий	Н- %	Н- %

Диагностическая оценка координации движений

№	Ф И	простые				Средней трудности				Повышенной трудности				оценка	
		«петушок »		«ласточка »		«кольцо »		«стрела »		«переворот от в сторону»		«стойка на руках»		Начало года	Конец года
		Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г	К.г	Н.г	К.г	Н.г.	К.г.	Н. г	К.г		
						.	.	.	.			г	.		

Начало года.

Конец года.

В- %

В- %

С- %

С- %

Н- %

Н- %

Диагностика оценки физического состояния

№	Ф И	Бег 30 сек.		Прыжки в длину с места		Шпагат		Мост		Наклоны вперед		Удержания подъема ног		Поднятие ног в висе		оценка
		Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	Н.г.	К.г.	
1.																

Начало года.

Конец года.

В- %

В- %

С- %

С- %

Н- %

Н- %

При оценке двигательных навыков детей, учитываются следующие критерии:

Высокий уровень (В) – означает правильное выполнение, т. е. навык сформирован, автоматизирован. Ребенок сам выполняет упражнение.

Средний уровень (С) – говорит о промежуточном положении, т.е. недостаточно правильном выполнении упражнения. Ребенок выполняет с помощью.

Низкий уровень (Н) – указывает на неправильное выполнение движения. Ребенок не выполняет упражнение.

Формы подведения итогов реализации программы:

- участие в мероприятиях МБДОУ,
- участие в муниципальных соревнованиях «Веселые старты», фестивале «Веселые нотки», семинарах для педагогов, на различных праздниках и досугах.

Контроль.

В целях обеспечения контроля качества результатов освоения воспитанниками Программы применяются следующие виды контроля:

- текущий контроль процесса формирования знаний, умений и навыков;
- тематический контроль, состоящий в оценке качества освоения разделов и тем учебных программ;
- итоговый контроль, состоящий в оценке качества освоения содержания программы.

Контроль качества результатов освоения Программы осуществляется в формах анализа процесса и результатов деятельности детей.

В целях обеспечения гарантий прав обучающихся на получение дополнительного образования в процессе реализации Программы осуществляется система мер по профилактике не усвоения материала, состоящая в диагностике и коррекция пробелов в знаниях и сформированности умений и навыков. Процесс диагностики и коррекции пробелов в знаниях и сформированности умений и навыков включает индивидуальные занятия, разработке рекомендаций родителям и воспитателям ДОУ.

Планы-конспекты отчетных занятий.

Конспект учебно-тренировочного занятия по художественной гимнастике.

Цель:

Формирование интегративного качества - способность управлять своим поведением и планировать свои действия, направленные на достижение поставленной цели.

Задачи:

1. Развивать физические качества: пластичность, ловкость, выносливость.
2. Формировать рефлексивную деятельность.
3. Воспитывать уверенность в себе, активность и самостоятельность.

Предварительная работа:

1. Интеграция с основной образовательной деятельностью: беседа воспитателя с детьми о физических качествах животных, рассматривание иллюстраций с животными, солдата.
2. Просмотр видео с выступлениями гимнасток.
3. Подбор музыкального произведения для креативной гимнастики с музыкальным руководителем.
4. Консультация с психологом на тему «Развитие эмоциональности детей».

Дидактические материалы и оборудование:

Гимнастические коврики (по количеству детей), скакалка (по количеству детей), музыка, иллюстрации и картинки с животными, видео.

Ход занятия:

Вводная часть

1. Построение в одну шеренгу. Обратить внимание на осанку при построении.
2. Упражнения, на профилактику плоскостопия используя хореографические позиции ног «Клоун, солдатик, плакса»
При слове «клоун» - 1-я позиция ног. «Солдат» - 6-я позиция ног. «Плакса» - носки внутрь, пятки врозь.

Подготовительная часть

1. Общеразвивающие упражнения:
-ходьба на носках по кругу

-упражнения для развития общей выносливости (бег с выбрасыванием прямой ноги вперед, галоп боком, бег с за хлестом)

-базовые упражнения на развитие силы гибкости тела (упражнение для мышц плечевого пояса, туловища, ног): повороты головы, сгибание и разгибание пальцев ног и свода стопы, вращение в плечевом суставе, махи ногами.

2. Комплекс упражнений для развития гибкости тела:

«Бабочка» И. п. – сидя, ноги согнуты в коленях, стопы прижаты друг к другу. Прижимание колен к полу.

«Кошечка» И. п. – стоя на четвереньках, прогнуть и выгнуть спинку.

«Кобра» И. п. – лежа на животе, руки поставить у груди. Поднять грудную клетку как можно выше, выпрямляя руки.

«Коробочка» И. п. – лежа на животе, руки подтянуты к груди. Прогнуться назад головой, одновременно сгибая ноги. Достать носками до головы.

«Корзиночка» И. п. – лежа на животе взяться руками за голень, поднять ноги и грудную клетку одновременно вверх.

Обучение акробатическим упражнениям:

- стойка на лопатках
- группировка и кувырок назад
- мостик
- шпагаты

Обратить внимание на дыхание.

Спина прямая.

Танцевальные шаги начинаем с правой ноги. Напомнить про осанку, положение рук.

Упражнения выполняются на индивидуальных ковриках.

Вспомогательные упражнения, с помощью которых совершенствуется мастерство спортсменок независимо от их возраста.

Основная часть

1. Методика обучения специальным элементам художественной гимнастики.

- «Казачок» (равновесие с опорой на согнутую ногу в коленном суставе с ногой на 90 градусов)
- Поворот на 360 градусов с ногой на пассе.

2. Методика обучения владению предметом.

- Скакалка

Составление танцевальной комбинации со скакалкой (с помощью тренера/самостоятельно) под веселую танцевальную музыку. 5 мин.

Специальные упражнения, из которых составляются соревновательные и произвольные комбинации.

При выполнении элементов уточнить положение тела, рук и головы.

Спортивно – танцевальные комбинации для массовых выступлений на физкультурно – оздоровительных мероприятиях.

Гимнасты строятся в круг на вытянутые руки в стороны:

1. Упр. «Ласточка» на счёт 1,2,3,4,5.
2. Упр. Стойка на коленях, руки в стороны (счет).
3. Упр. Сесть на право, руки влево (счет).
4. Упр. Стойка на коленях, руки в стороны (счет).
5. Упр. Сесть налево, руки вправо (счет).
6. Упр. Стойка на коленях, руки в стороны (счет).
7. Упр. Стойка на коленях, руки в стороны (счет).
8. Упр. «Казачек» (счет).
9. Упр. Стойка на коленях, руки в стороны (счет).
10. Упр. «Корзиночка» (счет).
11. Упр. Позиция ног «Солдатык» руки в стороны, волна (счет).

Заключительная часть

1. Игры по креативной гимнастике.

В процессе обучения большое внимание уделяется развитию левого полушария головного мозга (отвечает за восприятие наглядно – образной информации). Для развития «творческого» правого полушария используется креативная гимнастика.

С помощью пантомимы обыграть предмет или ситуацию, которую загадывает тренер:

«Ручеек», «Бабочка», «Росток»,

«Веселая елочка» - изобразить эмоции: грусть, радость маленькой елочки.

«Зеркало» - участники делятся по парам. Один из партнеров - зеркало. Задача зеркала точно копировать и повторять движения партнера, являясь его отражением. Потом игроки меняются.

2. Упражнения на расслабление и релаксацию. (Под спокойную музыку расслабиться, спокойный вдох-выдох.)

3. Построение и рефлексия. Предложить детям оценить себя, выбрав наклейку (Маленькую или большую).

Конспект открытого занятия.

Тема: Работа с предметом – обруч

Цель: обучить правильной технике выполнения элементов с обручем

Задачи:

Обучающие:

- совершенствовать технику выполнения основных элементов с обручем - вращения, вертушки, каты, броски;
- учить броску обруча с вращением и ловли в кувырок назад после вращения с переходом на пол

Развивающие:

- развивать чувство красоты движений;
- развивать координационные способности, ловкость

Воспитательные:

- воспитывать волевые качества, трудолюбие;

Инвентарь: магнитофон, гимнастическая стенка, обручи, скакалки, коврики

Части занятия	Содержание	дозировка	Организационно-методические указания
1.	Подготовительная	14 мин.	
	1. Построение. Сообщение задач занятия 2. Упражнение на внимание: 1. Шаг левой вперед; 2. Приставить правую; 3. Скрестный поворот направо; 4. Шаг правой назад; 5. Приставить левую; 6. Скрестный поворот влево. 1. Движение в обход налево, ходьба с носка, на носках, на пятках, по первой позиции, в выкручиванием рук в плечевых суставах 2. Бег легкий, со сменой направления, с выбрасыванием ног вперед поочередно, высоко поднимая бедро 3. Движение шагом «польки», «галопа», мелкие прыжки 4. Перестроение в колонны по три.	3 раза 3 круга 3 круга 2 круга 1 круга	Обратить внимание на форму Каждый раз ускоряя темп, следить за точностью выполнения Корпус держать прямо Следить за правильностью дыхания Тянуть стопу, пальцы

	5. Вращение (туры), вращение с переходом на пол, перекаты по полу «валяшка» 6. Прыжки с поворотом. «Казак» 7. «Волны»		Следить за положением головы Толчок, стопа, носки, колени Обратить внимание на руки, плавность, высокие полупальцы, колени чуть согнуты
2.	Основная часть	27 мин	
	Комплекс упражнений с обручем (в кругу) 1. Вращение обруча в боковой плоскости, на кисти, на локте (правая, левая рука) 2. Броски из вращения, ловля во вращении 3. Вращение обруча в горизонтальной плоскости на кисти, передача 4. Прыжки с вращением назад, вращение на ноге, прыжки через обруч, передача обруча без помощи рук на вращении в «пассе» 5. Вертушки на ладони 6. Обратный кат по полу, кат по телу 7. Перекаты по разведенным рукам на равновесии Бросок обруча в наклонной плоскости и ловля в кувырок назад после вращения 1. Бросок с вращением, ловля 2. То же, ловля в кувырок 3. То же, ловля на полу ногами 4. Бросок с вращением на прыжке, «шене», ловля 5. То же, вращение с переходом на	4-6 4-6 4-6 4-6 4-6 4-6	Стоим на полупальцах Следить за силой и точностью броска Обращать внимание на красоту движения Следить за четкостью Кат без подпрыгиваний Показ ребенком, объяснение Исправлять ошибки

	пол, ловля 6. Бросок обруча с вращением и ловля в кувырок назад после вращения с переходом на пол		
3.	Заключительная часть	4 мин	
	Игра «Фантастическое животное» Подведение итогов Домашнее задание: Поднимание корпуса из положения лежа – 100 раз; Поднимание корпуса из положения лежа на животе – 100 раз		Отметить отличившихся, указать, кому надо постараться

Сценарии воспитательных мероприятий.

Тематический день «День художественной гимнастики».

Цель: познакомить детей с различными гимнастическими видами спорта.

Задачи:

продолжать знакомить детей с видами спорта;

закрепление навыка игры в эстафеты;

развитие физических качеств (ловкости, быстроты, координации);

развивать интерес к спорту, здоровому образу жизни

воспитывать любовь к спорту, интерес к результатам своих достижений;

формировать желания к занятию спортом.

Предварительная работа: беседа с детьми о гимнастике-спортивной, художественной.

Место проведения: спортивный зал

Инвентарь: гимнастические маты, гимнастические ленты, мягкие модули, конусы, степплатформы, музыкальный центр, жетоны.

Ход праздника

Под музыку «Спортивный марш» дети друг за другом входят в спортивный зал, обходят круг, садятся на скамьи полукругом лицом к гостям и жюри.

Ведущий: Здравствуйте, дорогие участники соревнований, уважаемые гости и члены жюри!

Сегодня мы собрались на Всероссийский ежегодный праздник «День гимнастики»! Гимнастика — это не только один из наиболее популярных видов физической культуры и спорта, но и один из древнейших. Еще древнегреческий философ Платон писал: «*Боги подарили людям два вида искусств — музыку и гимнастику*». В Древней Греции гимнастические упражнения входили в систему обязательного физического воспитания юношей и подготовки к Олимпийским играм.

Ребята, а вы знаете в каком городе прошли первые состязания в России по гимнастике?

Дети: в Москве.

Какие виды гимнастики вы знаете?

Дети: художественная и спортивная.

Ведущий: Многие видели на экранах телевизоров выступления спортсменов художественной гимнастики с мячом, лентой, булавой. Выступления спортсменов по спортивной гимнастике на снарядах, брусьях, кольцах. Вашему вниманию представляем выступление юных гимнасток.....

1-й ребенок.

Гимнастика — красочный

Зрелищный спорт,

В ней стройность нужна,

Позабудьте про торт.

2-й ребенок.

На кольцах и брусках,

Верхом на коне —

Программа гимнастов

Опасна вдвойне.

3-й ребенок.

Коль выбран нелегкий

Гимнастики путь,

Участник старается

Ярко блеснуть.

Ведущий:

Перед началом состязаний приветствуем команды. Команда.....(участники состязаний произносят название команды и речевку).

Ведущий:

Начинаем подготовку.

Выходи на тренировку!

Дети становятся врассыпную по всему залу лицом к ведущему. Взрослый показывает движения, которые дети повторяют вслед за ним. Музыкально-ритмическая композиция «Веселая зарядка» муз. и сл. В. Высоцкого.

Ведущий: Приглашаю команды на первую эстафету.

Эстафета «Опорный прыжок».

Команды строятся за линиями старта, расположенными на расстоянии от друг друга.

По команде «На старт! Внимание! Марш!» первые игроки команд выполняют следующее задание: добегают до степплатформы, прыгают на нее и с нее, оббегают конусовидную стойку, и по прямой возвращаются в свою команду, передают касанием ладони о ладонь следующему игроку, становятся в конец колонны. Побеждает команда, быстрее выполнившая задание.

Эстафета «Пробежка с лентами».

Команды строятся за линиями старта, расположенными на расстоянии друг от друга. Между линиями старта и ориентирами расставляются на равном расстоянии друг от друга по четыре конусовидных стойки.

По команде «На старт! Внимание! Марш!» первые игроки с ленточкой в руке оббегают расставленные в шахматном порядке конусовидные стойки, огибают ориентир и по прямой возвращаются в свою команду, передают ленточку следующему игроку, становятся в конец колонны. Побеждает команда, быстрее выполнившая задание.

Эстафета «Внимательный гимнаст».

Команды игроков строятся за линии старта в колонны по одному. В руках первых игроков команд находятся по малому мячу. Напротив каждой команды на одинаковом расстоянии друг от друга кладутся по три обруча. В первом обруче-набивной мяч, втором — резиновый мяч, третьем-колючий мячик.

По команде ведущего «Беги, не зевай, предметы меняй!» игроки, стоящие в командах первыми, бегом направляются к первому обручу, останавливаются около него, кладут в обруч малый мяч, берут из него набивной, с набивным бегут ко второму обручу. Около второго обруча игроки вновь останавливаются, кладут в него набивной мяч, берут из него резиновый мяч, и бегут к третьему обручу. Около третьего обруча игроки вновь останавливаются, кладут в него резиновый мяч и берут из него колючий мяч. По прямой бегом возвращаются в свои команды, передают мячи следующим игрокам. Следующие игроки по очереди выполняют те же действия. Побеждает команда, игроки которой быстрее, без ошибок выполняют задание.

Эстафета «Прыжки на фитболе».

Команды строятся за линиями старта, расположенными на расстоянии друг от друга. Напротив команд ставятся ориентиры: конусовидные стойки.

По команде «На старт! Внимание! Марш!» первые игроки прыгают на фитболе, огибают ориентир и по прямой возвращаются в свою команду, передают фитбол следующему игроку, становятся в конец колонны. Побеждает команда, быстрее выполнившая задание.

Эстафета «Скамейка, мяч и обруч».

Команды строятся за линиями старта, расположенными на расстоянии друг от друга. Первые игроки команд выполняют следующее задание: добегают до гимнастической скамьи, идут по ней, переступая через медболы. Затем спрыгивают со скамьи в обруч и прыгают дальше на двух ногах из обруча в обруч. Обежав конусовидную стойку, бегом по прямой возвращаются в свои команды, передают эстафету ладонь в ладонь следующему игроку. Становятся в конец колонны. Побеждает команда, быстрее выполнившая задание.

Ведущий: Пока жюри подводит итоги приглашаю поиграть в игру «По планете мы шагаем». Дети команд встают в круг посередине зала. Рядом с кругом ведущий становится немного в стороне. Он держит в руках четыре кружка желтого, красного, зеленого и синего цветов. Игроки идут по кругу друг за другом одновременно со словами ведущего (дети могут повторять текст вслед за ведущим):

По планете мы шагаем,

Никогда не унываем!

Вместе весело шагать

И движенья выполнять!

По окончании текста дети останавливаются, ведущий поднимает какой-либо из цветных кружков. Играющие в зависимости от цвета кружков выполняют следующие движения:

Желтый цвет-приседают, руки за голову;

Красный-поднимаются на носки руки вверх;

Зеленый выполняют наклон, руки отводят назад;

Синий-выполняют прыжки на двух ногах на месте.

Ведущий:

Жюри нам объявит
Сейчас результаты,
И лучшим спортсменам
Вручим мы награды.

Главный судья соревнований подводит итоги соревнований, объявляет победителя (или результаты сводят к ничьей за счет дополнительных баллов – за старание, волю к победе и т.п.)

Ведущий вручает командам грамоты.

Гости, члены жюри аплодируют юным спортсменам. Под фонограмму «Спортивного марша» дети проходят круг почета по спортивному залу, затем выходят из него.

3.3. Календарно-тематическое планирование.

УТВЕРЖДЕНО
на Педагогическом совете
МБДОУ г. Керчи РК
«Детский сад комбинированного вида № 2
«Капелька»

Протокол № _____
от « ____ » _____ 20 ____ г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ г. Керчи РК
«Детский сад комбинированного вида № 2
«Капелька»

Приказ № _____
« ____ » _____ 20 ____ г.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

занятий по программе дополнительного образования «Художественная гимнастика»
20____/20____ учебного года в МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад комбинированного вида № 2 «Капелька»

Группа № 1 расписание: среда, пятница

Педагог: _____

Количество часов в неделю - 2 ч., на год – 72 ч.

Планирование составлено на основе авторской программы И. А. Винер «Физическая культура. Гимнастика».

Тематическое планирование составила _____

Название объединения Художественная гимнастика Группа № 1

№ п/п	Название темы занятий	Количество часов	Дата по расписанию		Примечание (корректировка)
			По плану	По факту	
1.	Вводное занятие. Диагностика.	4			
2.	Знакомство с гимнастикой	2			
3.	Упражнения в равновесии	12			
4.	Акробатика	12			
5.	Упражнения с гимнастическим мячом	8			
6.	Упражнения с гимнастической лентой	8			
7.	Упражнения с гимнастическим обручем	8			
8.	Упражнения с гимнастической скакалкой	8			
9.	Хореографическая подготовка	4			
10.	Вольные упражнения под музыку	4			
11.	Итоговое занятие	2			
	ИТОГО	72 час			

УТВЕРЖДЕНО
на Педагогическом совете
МБДОУ г. Керчи РК
«Детский сад комбинированного вида № 2
«Капелька»

Протокол № _____
от « ____ » _____ 20 ____ г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ г. Керчи РК
«Детский сад комбинированного вида № 2
«Капелька»

Приказ № _____
« ____ » _____ 20 ____ г.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

занятий по программе дополнительного образования «Художественная гимнастика»
на 20____ /20____ учебного года в МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад комбинированного вида № 2 «Капелька»

Группа № 2 расписание: среда, пятница

Педагог: _____

Количество часов в неделю - 2 ч., на год – 72 ч.

Планирование составлено на основе авторской программы И. А. Винер «Физическая культура. Гимнастика».

Тематическое планирование составила _____

Название объединения Художественная гимнастика Группа № 2

№ п/п	Название темы занятий	Количество часов	Дата по расписанию		Примечание (корректировка)
			По плану	По факту	
1.	Диагностика.	4			
2.	История и виды современной гимнастики	2			
3.	Упражнения в равновесии	12			
4.	Акробатика	12			
5.	Упражнения с гимнастическим мячом	8			
6.	Упражнения с гимнастической лентой	8			
7.	Упражнения с гимнастическим обручем	8			
8.	Упражнения с гимнастической скакалкой	8			
9.	Хореографическая подготовка	4			
10.	Вольные упражнения под музыку	4			
11.	Итоговое занятие	2			
	ИТОГО	72 час			

43

**План воспитательной работы
на 20 ____ -20 ____ учебный год.**

№	Тема	Мероприятие	Форма участия	Дата
1	«Я- керчанин»	Тематическое развлечение «С днем рождения, любимый город!»	Индивидуальные и групповые номера	сентябрь
2	«Мы со спортом дружим»	Спартакиада «Веселые старты»	Индивидуальные и групповые номера	Октябрь
		Подготовка спортивного концерта для младших и средних дошкольников ДОУ	Индивидуальные и групповые номера	
3	«Вместе весело живется. День народного единства»	Тематическое занятие «День народного единства»	Индивидуальные и групповые номера	Ноябрь
4	«Новый год идет по свету»	Открытое занятие	Занятие-тренировка	Декабрь
		Новогодний праздник	Индивидуальные и групповые номера	
5	«Я живу в Крыму»	Тематическое занятие «День республики Крым»	Индивидуальные и групповые номера	Январь
6	«Защитники Отечества»	Спортивное развлечение «Военные игры»	Индивидуальные и групповые номера	Февраль
7	«Весенние праздники»	Музыкальный праздник «8 марта- женский день»	Индивидуальные и групповые номера	Март
8	«День рождения детского сада»	Досуг «День рождения детского сада»	Индивидуальные и групповые номера	Апрель
		Тематический день «День художественной гимнастики»	Спортивный концерт	
9	«День Победы»	Спортивный праздник «День Победы»	Индивидуальные и групповые номера	Май

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 133397933100110045794213742499444592196809849330

Владелец Шишлевская Елена Вадимовна

Действителен с 25.08.2025 по 25.08.2026