



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД № 25»**

Принято на заседании
педагогического совета
Протокол № 1 от 30.08.2022 г.
Председатель педагогического совета
 О.В. Пронина

«Утверждаю»
Заведующая  А.В.Казеннова
Приказ № 65-А от 01.09.2022 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа «Ласточка»**

(Программа ориентирована на детей от 5 до 6 лет; срок реализации программы: 1 год)

Составитель:

Педагог дополнительного образования

Лукьянова Т.Г.

Рязань 2022 г.

Пояснительная записка

Ритмическая гимнастика (ритмика) — система музыкально-ритмического воспитания, созданная Эмилем Жак-Далькрозом. Метод заключается в развитии чувства ритма — чувства времени, иными словами, развитии координации между нервной и мускульной деятельностью человека, что помогает достичь автоматизма в самых сложных движениях. Система Далькроза способствует развитию и упражнению внимания и памяти. Работа над созданием и оформлением метода ритмического воспитания относится к 1900—1912 гг.; первоначальное название — *faire les pas* («делать шаги»), затем ритмическая гимнастика, но поскольку из-за слова «гимнастика» метод начали путать с обыкновенной спортивной гимнастикой, Далькроз остановился на слове «ритмика». В настоящее время употребляются оба слова.

Художественная гимнастика как вид спорта для женщин формировалась в течение многих лет. Значительный вклад в научное обоснование физического воспитания девушек внес французский физиолог и педагог Жорж Демени. Он доказал целесообразность применения динамических упражнений, упражнений на растягивание и расслабление мышц, танцевальных шагов, упражнений с предметами (булавами, палками, венками и др.), способствующих приобретению гибкости, ловкости, хорошей осанки, умению двигаться плавно и грациозно.

Программа «Ритмическая гимнастика и элементы художественной гимнастики» имеет физкультурно-спортивную направленность, модифицирована на программах В.С.Зинченко «Художественная гимнастика: программа для детско-юношеских спортивных школ» и Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина "Са-фи-дансе."

Занятия направлены на развитие движений, совершенствование двигательных навыков и физических качеств.

Новизна. В сочетании традиционных подходов и использовании современных технических средств обучения.

Актуальность программы определяется интересом со стороны дошкольников и родителей к занятиям ритмической и художественной гимнастикой.

Данная образовательная программа педагогически целесообразна, так как при реализации её разделов ребёнок совершенствует двигательные способности, укрепляет здоровье.

Занятия ритмической и художественной гимнастикой позволяют ребенку развивать творческие способности, формировать красивые манеры, походку, осанку, выразительность движений. У детей укрепляется здоровье, укрепляются мышцы, улучшается работа органов дыхания, кровообращения, а также в процессе занятий дети избавляются от стеснительности, зажатости и комплексов. В танцах дети самоутверждаются, проявляют индивидуальность, получая результат своего творчества.

Цель и задачи дополнительной образовательной программы

Цель – создание оптимальных условий для всестороннего, полноценного развития двигательных способностей и укрепления здоровья дошкольников.

Задачи:

Образовательные:

- создавать условия для реализации потребности детей в двигательной активности;
- развивать двигательных способностей и физических качеств детей;
- развивать гибкости и пластичности, путём освоения гимнастических упражнений;
- формировать у детей умения и навыков правильного выполнения упражнений художественной гимнастики;

- обучать простейшим способам контроля за физической нагрузкой, показателями физического развития и физической подготовленности.

Воспитательные:

- воспитывать чувства уверенности в себе;
- воспитывать потребность в здоровом образе жизни;
- воспитывать здоровых, дисциплинированных детей, стремящихся к занятиям физической культурой.

Оздоровительные:

- укреплять физическое и психическое здоровье детей.
- формировать правильную осанку, походку, своды стоп, укреплять все группы мышц.
- совершенствовать функции организма, повышать его защитные свойства и устойчивость к различным заболеваниям.

Для решения поставленных задач требуется соблюдение следующих правил:

Активизация двигательного режима ребёнка.

Путем контроля через родителей – за рациональным режимом.

Создание наилучших эстетических условий дома и в детском саду.

Обеспечение систем врачебного контроля, самоконтроля.

Спецификой данной программы является то, что она включает в себя, помимо упражнений общей направленности, ещё и упражнения специальной направленности, комплексы упражнений подвижные игры для формирования правильной осанки.

Отличительной особенностью программы является то, что она даёт возможность педагогу совместить ритмические танцы с элементами художественной гимнастики, а каждому ребёнку попробовать свои силы в различных видах танцевального творчества.

Возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программы 4-6 лет, воспитанники средней и старшей групп детского сада. Прием детей осуществляется на основании письменного заявления родителей и медицинского заключения о состоянии здоровья ребенка. Допускается возможность перевода обучающихся из одной группы в другую в процессе обучения и по мере усвоения программного материала, так же усложнение или упрощение материала с индивидуальным подходом к каждому обучающемуся, так же возможны смещение некоторых тем на другие этапы обучения.

Сроки реализации дополнительной образовательной программы

Программа рассчитана на двухгодичный цикл обучения детей в возрасте 4–6 лет. Занятия первого и второго года обучения проводятся 2 раза в неделю по 20 - 25 мин.

Год обучения	Общее кол-во учебных часов	Кол-во учебных часов в неделю	Кол-во занятий в неделю
1 год	72	2	2
2 год	72	2	2

Формы и режимы занятий:

Формы занятий:

- традиционное занятие;
- комбинированное занятие;
- практическое занятие;
- игра, праздник, конкурс;
- открытое занятие.

Формы организации деятельности воспитанников на занятии:

- фронтальная;
- в парах;

- групповая;
- индивидуально–групповая.

Режим занятий:

Подготовительная и начальная ступени обучения являются базовыми, позволяют заложить основы упражнений. В этих группах занимаются до 12 человек включительно. Занятия проводятся два раза в неделю по два учебных часа.

Длительность одного учебного часа для детей 4–5-и лет составляет 20 мин., 5–6-и лет составляет 25 мин. Основание – нормативные требования СанПиНа.

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности.

К концу первого года дети:

- будут знать назначение спортивного зала и правил поведения в нём;
- будут уметь ориентироваться в зале, строиться в шеренгу, колонну, круг, врассыпную;
- будут уметь выполнять комплексы упражнений первого года обучения под музыку;
- будут уметь выполнять ритмические танцы и комплексы упражнений под музыку;
- овладеют навыками ритмической ходьбы;
- будут иметь представления о художественной гимнастике, выполнять упражнения с различными предметами первого года обучения.

К концу второго года дети:

- будут владеть навыками передвижений по залу;
- приобретут определённый запас движений;
- смогут передать характер музыкального произведения в движении;
- овладеют основами хореографических упражнений под музыку.
- уметь выполнять упражнения художественной гимнастики с предметами и без предметов по плану второго года.

Способы определения результативности

Система определения результатов деятельности обучающихся при переходе со ступени на ступень осуществляется через различные формы зачетов. Для контроля усвоения приобретенных знаний, умений, навыков по полугодиям используются следующие формы:

- открытое занятие;
- творческое занятие.

Для фиксации результатов используется информационная карта.

Оценку, должен осуществлять педагог с помощью метода наблюдения и метода включения детей в выполнение ритмических комплексов и групповых упражнений. Оценка деятельности детей происходит по следующим направлениям:

- акробатические упражнения: спортивный элемент «шпагат», спортивный элемент «мостик».
- нормативные данные: наклон вперёд из положения стоя; прогибание лёжа на животе.
- техническая подготовка: прыжки через скакалку; вращение обруча на кисти руки.
- специальные данные: способность к артистизму, способность к импровизации.

Результаты оценки помогают выявить уровень физического и творческого развития и роста детей. На каждом году обучения свои рамки (свой уровень) - это вызывает стремление ребенка подняться в своих знаниях, умениях и навыках на более высокую ступень.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы.

В ходе реализации программы дети выступают на открытых мероприятиях (календарные праздники). Это позволяет детям почувствовать себя успешными, развивать уверенность в себе и в своих способностях, что приводит к раскрытию творческого потенциала.

По результатам деятельности в течение года дважды проводится диагностика освоения программы (начальная и итоговая), выявляется их уровень успешности, что позволяет анализировать эффективность методов и приемов, применяемых в работе с детьми, проводить их корректировку.

Информационная карта освоения детьми образовательной программы

Название программы, ее длительность _____

Фамилия, имя, отчество педагога _____

Фамилия, имя воспитанника _____

Года обучения по программе _____

№	Параметры результативности освоения программы	Оценка педагогом результативности освоения программы		
		1 балл (низкий уровень)	2 балла (средний уровень)	3 балла (высокий уровень)
1.	Освоение теории			
2.	Освоение практической деятельности			
3.	Опыт творческой деятельности			
4.	Опыт эмоционально-ценностных отношений			
5.	Опыт социально-значимой деятельности			
Общая сумма баллов:				

Оценка результативности освоения программы в целом (оценивается по общей сумме баллов):

1-4 балла – программа в целом освоена на низком уровне;

5-10 баллов – программа в целом освоена на среднем уровне;

11-15 баллов – программа в целом освоена на высоком уровне.

Учебно-тематический план.

Перечень основных разделов программы	Количество учебных часов по годам обучения:						Всего часов по разделам:
	1 год			2 год			
	Всего:	Из них:		Всего:	Из них:		
		Теоретические	Практические		Теоретические	Практические	
Ритмическая гимнастика	20	1	19	20	1	19	40
Элементы художественной гимнастики	20	1	19	20	1	19	40
Партерная гимнастика	16	1	15	16	1	15	32
Играя, танцуем	14	1	13	14	1	13	28

Выступления	2	1	1	2	1	1	4
Итого часов по годам обучения:	72	5	67	72	5	67	144

Содержание образовательной программы дополнительного образования.

Содержание учебных разделов 1 года обучения

Ритмическая гимнастика

Теория: музыкально-ритмическое воспитание детей - универсальное средство для развития у детей музыкального слуха, памяти, внимания, выразительности движений.

«Ритмика» включает ритмические упражнения, музыкальные игры, музыкальные задания по слушанию и анализу танцевальной музыки, поскольку недостаточное музыкальное развитие детей обычно является основным тормозом в развитии их танцевальных способностей. Упражнения этого раздела должны способствовать развитию музыкальности: формировать музыкальное восприятие, представления о выразительных средствах музыки, развивать чувство ритма. Следует развить умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, определять ее характер, метроритм, умение согласовывать музыку с движением.

Практика:

Упражнения:

Определение и передача в движении:

1-характера музыки (спокойный, торжественный);

2-темпа (умеренный);

3-сильных и слабых долей.

Упражнения на развитие ориентации в пространстве.

ходьба: бодрая, маршеобразная, спокойная, умение пройти под музыку;

бег (легкий, стремительный, широкий);

танцевальный шаг (выворотное положение ноги, с носка на пятку);

подскоки на месте и с продвижением вперед с вытянутой и сокращенной стопой;

Упражнения на развитие «мышечного чувства» и отдельных групп мышц.

упражнения для пальцев и кистей рук: сгибание кистей вниз–вверх, руки вытянуты в стороны на уровне плеч;

движение рук. Имитация «Полоскание»;

«пушинка» - схватить пух пальцами;

прослушивание простейших ритмических рисунков;

поклон. Поклон дисциплинирует ребенка и приучает к правилам хорошего тона.

Девочки – I свободная позиция ног, руки в IV позиции.

«Раз» - шаг правой ногой в сторону, голова прямо.

«Два» - подставить левую ногу в I позицию.

«Три» - demi – plie, подбородок опустить вниз

«Четыре» - исходное положение.

Элементы художественной гимнастики.

Теория: Элементы художественной гимнастики расширяют общий кругозор; развивают любовь к искусству. Они способствуют развитию координации движений, танцевальности, ритмичности, раскрепощенности, эмоциональности, совершенствованию двигательных качеств. Они доступны при любом возрасте. Качество исполнения упражнений (выразительность, артистичность и т. п.) диктует необходимость формирования способности к самоконтролю и коррекции мышечных усилий, устойчивости внимания, умения концентрировать и распределять внимание, быстроты реагирования, быстроты мышления, сообразительности, самокритичности, настойчивости.

Практика:

Упражнения:

1. Подбрасывание и ловля мяча; отбивание мяча; броски мяча поочередно правой и левой рукой; перекаты мяча.
2. Хваты обруча; повороты обруча; вращения обруча в лицевой, боковой, горизонтальной плоскости;
3. Прыжки через скакалку; махи и круги скакалкой сложенной вдвое.
4. Выполнение лентой кругов, спиралей, змеек.

Партерная гимнастика

Теория: термин «партерная гимнастика» появился не так давно. Его возникновение связано с развитием нетрадиционных видов гимнастики. Слово партер произошло от французского *parterre* (по земле): слово *par* — по, а слово *terre* — земля. Под «партерной» гимнастикой понимают выполнение различного рода упражнений в положении сидя, лежа, на боку, из различных упоров.

Практика:

Упражнения:

- упражнение на подвижность голеностопного сустава;
- упражнение на развитие шага;
- упражнение на развитие гибкости;
- упражнение на укрепление позвоночника;
- упражнение на развитие и укрепление брюшного пресса;
- упражнение на развитие выворотности ног;
- упражнение на развитие мышц паха;
- растяжка ног (вперед, в сторону);
- наклоны корпуса к ногам;
- упражнение на полу (шпагат)

Играя, танцуем

Теория: Игры долгие годы остаются главным и любимым занятием всех детей. Правильно используя игры можно многого добиться в воспитании детей. Ребенок моделирует в игре свои отношения с окружающим миром, проигрывает различные ситуации - в одних он лидирует, в других подчиняется или осуществляет совместную деятельность с другими детьми и взрослыми. Через игру можно научить детей танцевать. В искусстве танца игра, по мнению И. Хейзинга, присутствует в еще большей мере. «О каком бы народе или эпохе не шла речь, - пишет он, - всегда можно сказать в самом полном смысле слова, что Танец есть сама Игра, более того, представляет собой одну из самых чистых и совершенных форм игры».

Практика:

- игра «ниточка и иголочка»;
- игра «кот и мыши»;
- игра «лягушки и цапли».

Выступления

(Одна из форм оценки качества знаний).

Теория: детям объясняется правила поведения на выступлениях.

Практика:

- дни здоровья;
- утренники.

Содержание учебных разделов 2 года обучения.

Ритмическая гимнастика

Теория: на данном этапе дается более сложный материал для развития у детей музыкального слуха, памяти, внимания, выразительности движений. Следует развивать умение ориентироваться в маршевой и танцевальной музыке, определять ее характер, метроритм, умение согласовывать музыку с движением.

Практика:

Является повторением первого года обучения с усложнением изучаемого материала.

Упражнения:

Определение и передача в движении:

1-характера музыки (спокойный, торжественный);

2-темпа (умеренный);

3-сильных и слабых долей.

Упражнения на развитие ориентации в пространстве.

- ходьба: бодрая, маршеобразная, спокойная, умение пройти под музыку;

бег (легкий, стремительный, широкий);

танцевальный шаг (выворотное положение ноги, с носка на пятку);

подскоки на месте и с продвижением вперед с вытянутой и сокращенной стопой;

галоп;

галоп по кругу, по диагонали, в парах.

Упражнения на развитие «мышечного чувства» и отдельных групп мышц:

упражнения для пальцев и кистей рук: сгибание кистей вниз–вверх, руки вытянуты в стороны на уровне плеч;

движение рук, имитация «Полоскание»;

«пушинка» - схватить пух пальцами;

прослушивание сложных ритмических рисунков;

поклон с выводом ноги в сторону.

Элементы художественной гимнастики.

Теория: Повторение и закрепление ранее пройденного материала с дальнейшим усложнением.

Практика:

Упражнения:

1. Броски мяча под руку; мяча; перебрасывание мяча друг другу различными способами, стоя попарно выкруты мяча.

2. Вращение обруча на одной кисти руки с передачей из руки в руку; перекаты обруча по полу на беге, шагах, в парах.

3. Прыжки через скакалку вращая вперед и назад;

4. Выполнение связок с гимнастической лентой из изученных элементов.

Партерная гимнастика

Теория: объясняется правильное исполнение упражнений партерной гимнастики.

Практика:

упражнение на развитие подвижности стопы;

упражнение на подвижность голеностопного сустава;

упражнение на развитие шага;

упражнение на развитие гибкости;

упражнение на укрепление позвоночника (лодочка, корзинка, стрела);

упражнение на развитие и укрепление брюшного пресса (подъем ног на 90 градусов);

упражнение на развитие выворотности ног;

упражнение на развитие мышц паха;

растяжка ног (вперед, в сторону);

наклоны корпуса к ногам;

упражнение на полу (шпагат).

«корзинка»;

«лодочка»;

мостик и полумостик;

Учебно - тематический план.

Нед	Зан	Цель	Двигательные навыки и упражнения	Дополнительное оборудование	Учеб часы
I	1-2	-Ознакомить детей с работой кружка. -Инструктаж с детьми о правилах безопасности на занятиях ритмической и художественной гимнастики.		Иллюстрации, книги о художественной гимнастике; Видеофильм.	8
II	3-4	-Диагностика физической подготовленности детей	«шпагат», «мостик», «берёзка», кувырок вперёд».	Гимнастическая скамейка, гимнастическая стенка, секундомер, сантиметр, гимнастический мат	
III	5-6	-Диагностика физической подготовленности детей	-наклон вперёд из положения стоя; -подъём туловища из положения лёжа; -шпагат; -мост.	Гимнастическая скамейка, гимнастическая стенка, секундомер, сантиметр, гимнастический мат	
IV	7-8	-Учить детей правильной постановке рук в 1 и 2-ой позиции; -Учить детей правильной постановке ног в 1 и 2-ой позиции. Учить выполнению упражнений партерной гимнастики	Постановка 1 и 2-ой позиции ног; Постановка 1 и 2-ой позиции рук. Упражнения партерной гимнастики	Гимнастическая стенка, мат, опора. Коврики	
2					
I	1-2	- Изучение хореографического движения «Деми-плие» -Учить детей правильной постановке рук в 3 и 4-ой позиции; -Учить детей	Хореографическое движение «Деми-плие» Постановка 3-й и 4-й позиции ног; Постановка 3 и 4-ой позиции рук. Упражнения на растяжку ног «Бабочка»		

		правильной постановке ног в 3 и 4-ой позиции; -Упражнять в растяжке	Упражнения для рук и плечевого пояса «Зеркало», «На лопатки» «Паучки»		8
II	3-4	-Учить детей правильной постановке ног в 3 и 4-ой позиции; -Упражняться в растяжке; -Учить выполнять элементы лентой	Упражнение «Полушпагат» Выполнение лентой кругов и змеек.	Ленты	
III	5-6	Изучение «Гранд-плие» -Учить удерживать равновесие в упражнении «Берёзка»; -Упражнять в заданиях на гибкость -Упражнять в растяжке.	Упражнение «Берёзка» с поддержкой; Упражнение на гибкость «Змейка»; «Гранд-плие» в 1 и 2-ой позиции ног; Хореографическая композиция с лентами «В мире животных»	Гимнастическая стенка, мат, опора. Ленточки гимнастические	
IV	7-8	-Упражнять в переводе скакалки вперёд-назад -Учить начинать и заканчивать движения в полном соответствии с музыкой. Знакомить с упражнениями партерной гимнастики.	Перевод скакалки вперёд-назад.	Скакалки	
3					
I	1-2	-Учить детей правильной постановке ног в 5 и 6-ой позиции; -Упражнять в заданиях на гибкость; -Учить выполнять элементы лентой	Постановка 5-й и 6-й позиции ног; Упражнение на гибкость «Корзинка» Выполнение лентой спиралей и змеек.	Опора Ленты	8
II	3-4	-Упражнять в удерживании равновесия в упражнении «Берёзка» без поддержки Учить выполнять упражнения с мячом	Упражнение «Берёзка» без поддержки; Броски мяча вверх отбивание об пол.	Гимнастическая стенка, мат, мяч	
III		-Разучивание	«Батман» из 3-е позиции	Скакалки	

	5-6	«Батмана»; -Знакомство со скакалкой.	ног; Махи и круги скакалкой сложенной вдвое		
IV	7-8	-Учить точно и правильно воспроизводить характер музыки по средством движения.	Хореографическая композиция «Метель»;	Ленты гимнастические Шарфы	
4					
I	1-2	Изучить продольный шпагат на правую и левую ногу -Учить выполнять элементы лентой	Продольный шпагат на правую и левую ногу; Прыжок «Наскок» Прыжок«Полушпагатом»	Гимнастическая стенка, мат, опора. Ленточки гимнастические Мячи большого диаметра по количеству детей.	8
II	3-4	-Учить гимнастическим упражнениям с мячом			
III	5-6	-Изучение прыжка «Наскок» Разучить йога-комплекс «Кошка, собака, змея, мышка»			
IV	7-8	-Изучение прыжка «Полушпагатом»	Хореографическая композиция «Солнечный зайчик»		
5					
I	1-2	-Продолжать развивать гибкость, используя упражнение «Мостик»; -Обучать длинному кувырку вперед	Упражнение «Мостик» с положения лёжа на спине; Длинный кувырок вперед	Гимнастические маты	8
II	3-4	3. Упражнять в растяжке на продольные шпагаты Упражняться в гимнастических заданиях с мячом.	Продольный шпагат на правую и левую ногу Прыжок «Полушпагатом» с мячом	Мячи большого диаметра по количеству детей	
III	5-6	-Изучение прыжка «Поворотом»	Прыжок «Поворотом»		
IV	7-8	- Совершенствовать хореографические композиции	Хореографическая композиции «Рыбки»		
6					
I		-Продолжать	Совершенствовать	Гимнастические	

	1-2	обучение длинному кувырку вперёд; Упражняться в гимнастических заданиях с мячом.	длинный кувырок вперёд Перенос мяча под коленом при выполнении «Гранд-батмана»	маты; Ленты Мячи	8
II	3-4	-Продолжать развивать гибкость используя упражнение «мостик»	Упражнение «мостик» с положения стоя		
III	5-6	-Повторить хореографические упражнения «Деми-плие», «Гранд-плие» сохраняя правильную осанку Упражнять в выполнении связок с лентой.	«Деми-плие» и «Гранд-плие» Выполнение связок с лентой.	Лента	
IV	7-8	-Учить передавать музыкальное настроение при помощи движений	Хореографическая композиция «Солнечный зайчик»		
7					
I	1-2	-Продолжать развивать гибкость -Упражнять в гимнастических заданиях с мячом.	«Мостик» с положения стоя; Подброс мяча одной рукой и ловля его в воздухе другой рукой	Гимнастические маты; Ленты Мячи	8
II	3-4	Совершенствовать прыжок «Полушпагатом».	Прыжок «Полушпагатом» с подбросом обруча.		
III	5-6	-Обучать упражнениям с обручем.	Вращение обруча на кисти с передачей из руки в руку	Обручи по количеству детей	
IV	7-8	-Выступление с хореографической композицией на празднике здоровья	Хореографическая композиция «Солнечный зайчик»	Ленты Мячи	
8					
I	1-2	Закрепление пройденного материала; «Батман» и «Гранд-батман»	«Батман», «Гранд-батмана»,		

II	3-4	-Совершенствовать упражнения на гибкость, растяжку и координацию: «шпагат», «мостик», «берёзка», «длинный кувырок вперёд», «стойка на голове».	«шпагат», «мостик», «берёзка», «длинный кувырок вперёд».	Гимнастические маты	8
III	5-6	-Совершенствовать гимнастические прыжки: прыжок «Полушпагатом»; прыжок «Наскок»; прыжок «Поворотом»	прыжок «Наскок», прыжок «Поворотом» прыжок «Полушпагатом»	Гимнастические маты	
IV	7-8	-Совершенствовать хореографические композиции	Хореографическая композиция «Рыбки»	Ленты Мячи	
9					
I	1-2	Закрепление пройденного материала; «Батман» и «Гранд-батман»	«Батман», «Гранд-батмана»,		8
II	3-4	-Диагностика физической подготовленности детей	-«шпагат», -«мостик», -«берёзка», -кувырок вперёд. -прыжок через скакалку	Гимнастическая скамейка, гимнастическая стенка, секундомер, сантиметр, гимнастический мат	
III	5-6	-Диагностика физической подготовленности детей	-наклон вперёд из положения стоя; -подъём туловища из положения лёжа; -вращение обруча на руке.	Гимнастическая скамейка, гимнастическая стенка, секундомер, сантиметр, гимнастический мат	
IV	7-8	-Выступления на праздниках	Хореографическая композиция «Рыбки»		
					Всего учебных часов: 72

Играя, танцуем.

Теория: Этот раздел повторяет материал прошлого года обучения с некоторым усложнением изучаемого материала.

Практика:

игра» делай как я»;

игры на развитие ловкости;

игры для развития творческой фантазии.

Выступления (одна из форм оценки качества знаний)

Открытое занятие в середине учебного года и в заключении учебного года. Дети должны показать умения и навыки, приобретенные за время первого года обучения.

Методическое обеспечение образовательной программы

Формы организации деятельности воспитанников на занятии:

- фронтальная;
- в парах;
- групповая;
- индивидуально–групповая;
- ансамблевая.

Приемы и методы организации образовательного процесса:

- словесный (устное изложение, беседа и т. д.);
- наглядный (показ видеоматериалов, иллюстрации, наблюдение, показ педагогом);
- практический (упражнения).

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- объяснительно-иллюстративный – дети воспринимают и усваивают готовую информацию;
- репродуктивный – дети воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности.

Приемы:

- игра;
- беседа;
- показ видеоматериалов;
- показ педагогом;
- наблюдение.

Дидактический материал, используемый в процессе организации занятий:

Фотографии, литература по хореографии, ритмике, пластике, танцу, видео – аудиозаписи, правила поведения на сцене, словари терминов.

Список литературы:

Л. Кечеджиева.. Обучение детей художественной гимнастике. Москва, 1985

Художественная гимнастика: учебник / под общ. ред. Л.А.Карпенко. – Москва, ВФХГ, 2003. - 382 с.

В.С.Зинченко Художественная гимнастика: программа для детско-юношеских спортивных школ - Москва.: ФиС, 1972. - 92 с.

А.И. Буренина "Ритмическая мозаика" - Санкт-Петербург, 2000 г.

М.А.Михайлова, Н.В.Воронина «Танцы, игры, упражнения для красивого движения» Ярославль. Академия развития, 2000 г..

Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина "Са-фи-дансе" Санкт-Петербург "Детство-пресс" 2001 г.

Т.Т. Ротерс Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика Москва "Просвещение" 1989 г.

Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов " Ритмические упражнения, хореография и игры", Москва "Дрофа" 2003г.,
М.Ю. Картушина "Быть здоровыми хотим", Москва творческий центр "Сфера" 2004 г.
О.Н. Моргунова Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ Воронеж ТЦ "Учитель" 2005 г.
О.Б. Казина "Весёлая физкультура для детей и их родителей" Академия развития, 2005 г.
Контроль физического состояния детей дошкольного возраста Творческий центр Москва, 2005 г.
Т.О. Крусева, Справочник инструктора по физической культуре Ростов-на-Дону Феникс 2005 г.