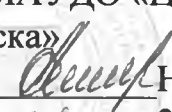


Комитет по делам образования города Челябинска  
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
«Центр детского творчества Гармония г. Челябинска»

Принята на заседании  
Методического совета  
от « 30 » 08 20 22 г.  
Протокол № 1

Утверждаю:  
Директор МАУДО «ЦДТ Гармония  
г. Челябинска»  
  
Н.А. Андреева  
« 30 » 08 20 22 г.

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
физкультурной-спортивной направленности**

**«Здоровячок»**

Возраст обучающихся: 5–7 лет  
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:  
Ошанина Марина Владимировна,  
педагог дополнительного образования

г. Челябинск, 2022

## Пояснительная записка

Дошкольный и младший школьный возраст являются одним из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития, формируется личность ребенка. В период от трех до семи лет ребенок интенсивно растет, и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период.

Обучение танцам требует достаточной физической подготовки. К 5 годам у ребенка уже развиты все основные функции двигательной системы. Дыхание – важнейшая функция организма. Тренированность дыхательной мускулатуры определяет физическую работоспособность и выносливость человека.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Будь здоров» включает в себя гимнастические, дыхательные упражнения и танцевальные элементы, отвечающие задачам хореографического обучения. Актуальностью данной программы является использование здоровьесберегающих компонентов.

Данная программа позволяет ускорить исправление физических недостатков и развитие творческих способностей у детей дошкольного возраста. Сочетание элементов хореографии и дыхательной гимнастики является **новизной** данной программы.

Так как образовательная программа рассчитана на детей дошкольного и младшего школьного возраста, на занятиях используются ОФП, дыхательная восстановительная гимнастика, упражнения на растяжку. Программа предусматривает изучение теоретического материала, проведение практических занятий.

Ведущим видом деятельности в этом возрасте является игра, следовательно, содержание программы построено на игровых приемах. Основная форма работы: обучающие и развивающие занятия в группах. В конце учебного года обучающиеся проходят аттестацию в форме открытого занятия (концерта), где показывают свои навыки и умения по программе.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Здоровячок» относится к **физкультурно-спортивной направленности** и рассчитана на детей 5-7 лет.

**Цель** — оздоровление учащихся путём повышения психической и физической подготовленности опорно-двигательного аппарата.

### **Задачи**

*Образовательные:*

- формировать у учащихся навыки здорового образа жизни;
- формировать выразительные двигательские навыки, умение легко, грациозно и координировано танцевать, а также ориентироваться в ограниченном сценическом пространстве;
- формировать личностные качества: силу, выносливость, смелость, волю, ловкость, трудолюбие, упорство и целеустремленность;

- сформировать ежедневный комплекс оздоровительных физических упражнений;

*Развивающие:*

- развитие танцевально-ритмической координации и выразительности;
- развитие творческих способностей детей (внимание, мышление, воображение, фантазию);
- развитие слуха, темпо- метро-ритма, знание простых музыкальных форм, стиля и характера произведения;

*Воспитательные:*

- воспитание общей музыкальной культуры,
- воспитание коммуникативных способностей детей,
- воспитание интереса к изучению родной национальной хореографической культуры;

Время не стоит на месте, новые прогрессивные технологии прочно входят в нашу жизнь и открывают новые горизонты для творчества. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Будь здоров» направлена на предоставление возможности детям попробовать себя в различных видах танцевального творчества с элементами оздоровительной программы, что является отличительной особенностью.

Форма обучения – очная, групповая. На обучение по программе «Здоровячок» отводится 37 часов в год, 1 раз в неделю по 1 академическому часу (продолжительность занятия – 20-25 минут).

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Здоровячок» основана на принципе «от простого к сложному». Весь материал подобран исходя из возрастных особенностей детей.

Программа предусматривает коллективные формы работы (открытые занятия, сюжетно-игровые занятия, праздники, игровые программы и др.).

Темы занятий могут варьироваться в течении учебного года, в зависимости от их актуальности на данный период.

Для реализации программы используются методы дифференцированного и индивидуального подхода к обучающимся: нравственное ориентирование личности, эмоционально-образная направленность, создание педагогических условий для самореализации.

## Планируемые результаты

В результате освоения программы учащиеся должны *знать*:

- о способах и особенностях движений, передвижений тела;
- комплекс ежедневных упражнений, и умение его использовать.

*уметь*:

- правильно дышать в момент исполнения упражнения;
- сознательно исполнять упражнение, знать для чего оно необходимо;
- развить координационные и силовые способности, гибкость, растяжку, сформировать правильную осанку;
- самостоятельно заниматься физическими упражнениями.

Личностные результаты:

- формирование уважительного отношения к своему здоровью;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста в процессе творческой деятельности.

Метапредметные результаты:

- формирование умения правильно выполнять физические и творческие упражнения;
- владение основами здорового образа жизни;
- соблюдать дисциплину и технику безопасности на занятии;
- умение организовать сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками.

**Календарный учебный график  
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей  
программы «Здоровячок»**

Этапы образовательного процесса	1 год обучения
Продолжительность освоения программы	37 недель
Начало учебного года	01 сентября 2022 г.
Окончание учебного года	31 мая 2023 г.
Продолжительность учебного года (учебные часы)	37 недель (37 часов)
Входной контроль знаний	сентябрь – октябрь 2022 г.
Текущий контроль успеваемости	В течение всего периода освоения программы
Промежуточная аттестация обучающихся	Май 2023 г.
Итоговая аттестация	Май 2023 г.
Продолжительность учебных занятий	20 мин.
Новогодние праздники	31 декабря 2022г.– 08 января 2023г.
Каникулы летние	-
Дополнительные дни отдыха, связанные с государственными праздниками	04.11.2022; 23.02.2023; 08.03.2023; 01.05.2023, 09.05.2023

**Учебный план  
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей  
программы «Здоровячок»**

<b>№</b>	<b>Темы занятий</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Форма аттестации</b>
1.	Вводное занятие «Вместе веселей».	1	Входной мониторинг
2.	«Веселый человечек». Части тела человека. Дыхание в хореографии.	1	
3.	«Делай как я». Танцевальные шаги, бег.	2	
4.	«Жираф». Гибкость шеи, плечевого сустава.	2	
5.	«Я на солнышке лежу». Подвижность голеностопного сустава. Эластичность мышц голени и стопы.	2	
6.	«Кошка». Гибкость позвоночника.	4	
7.	«Танцующая кошка». Гибкость и сила спины.	3	
8.	«Мы пингвины». Выворотность ног и танцевальный шаг.	8	
9.	«Фитнес детям» Брюшной пресс. Укрепление брюшного пресса.	3	
10.	«Сильные и ловкие». Элементы акробатики.	3	
11.	«Веселые зайчики». Прыжки.	3	
12.	«Доктор Айболит». Расслабление, самомассаж.	4	
			Промежуточная аттестация по итогам текущего контроля
13.	«Здравствуй лето!» (открытое занятие).	1	Итоговая аттестация
	<b>Итого:</b>	<b>37</b>	

## СОДЕРЖАНИЕ

### **Тема 1. Вводное занятие «Вместе веселей».**

*Теория:* Знакомство: «Для чего нужно заниматься гимнастикой».

*Практика:* Техника безопасности и правила поведения в зале. Входной мониторинг (Приложение 2)

### **Тема 2. «Веселый человечек». Части тела человека. Дыхание в хореографии.**

*Теория:* Части тела человека. Правильное дыхание. Дыхание в хореографии.

*Практика:* Упражнения на дыхание, иллюстративный материал «Части тела»

### **Тема 3. «Делай как я». Танцевальные шаги, бег.**

*Теория:* Что такое танец, танцевальный шаг, бег.

*Практика:* Правила выполнения упражнений: танцевальных, дыхательных. Упражнения на дыхание; танцевальные упражнения: с носка стопы, шаги на пятках, шаги с подъемом ноги, согнутой в колене, на месте и в продвижении, легкий.

### **Тема 4. «Делай как я». Танцевальные шаги, бег.**

*Теория:* Понятие «Координация», танцевальный шаг, бег.

*Практика:* Упражнения на дыхание; танцевальные упражнения: с носка стопы, шаги на пятках, шаги с подъемом ноги, согнутой в колене, на месте и в продвижении, легкий бег с пальцев вытянутой стопы, согнутых в коленях, на месте и в продвижении, бег с подниманием вперед ног, согнутых в коленях.

### **Тема 5. «Жираф». Гибкость шеи, плечевого сустава.**

*Теория:* Понятие «Гибкость тела». Элементарное строение шеи,

*Практика:* Игра «Жираф». Упражнения для развития гибкости шеи. Упражнения на дыхание.

### **Тема 6. «Жираф». Гибкость шеи, плечевого сустава.**

*Теория:* Понятие «Гибкость тела». Элементарное строение плечевого сустава.

*Практика:* Игра «Жираф». Упражнения для развития гибкости шеи. Правильный поворот и наклон. Упражнения на дыхание.

### **Тема 7. «Я на солнышке лежу». Подвижность голеностопного сустава. Эластичность мышц голени и стопы.**

*Теория:* Развитие подвижности стопы у детей. Укрепление голеностопного и тазобедренного суставов.

*Практика:* Упражнения для улучшения подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц голени и стопы. Исполнение упражнений в темпе музыки. Упражнения на дыхание.

### **Тема 8. «Я на солнышке лежу». Подвижность голеностопного сустава. Эластичность мышц голени и стопы.**

*Теория:* Развитие подвижности стопы у детей, её выворотности. Развитие выворотности, подвижности и укрепления голеностопного и тазобедренного суставов.

*Практика:* Развивающая игра «Мягкие лапки». Упражнения для улучшения подвижности голеностопного сустава и эластичности мышц голени и стопы. Исполнение упражнений в темпе музыки. Упражнения на дыхание.

**Тема 9. «Кошка». Гибкость позвоночника.**

*Теория:* Понятие гибкости.

*Практика:* Танец «Кошка». Правильное исполнение движений, развитие гибкости и пластичности. Упражнения на дыхание.

**Тема 10. «Кошка». Гибкость позвоночника.**

*Теория:* Части тела.

*Практика:* Танец «Кошка» (отработка). Упражнения для развития гибкости тела. Развитие гибкости и пластичности тела. Упражнения на дыхание.

**Тема 11. «Кошка». Гибкость позвоночника.**

*Теория:* Строение позвоночника.

*Практика:* Танец «Кошка». Упражнения для развития гибкости позвоночника. Упражнения для улучшения гибкости позвоночника. Правильное исполнение движений, развитие гибкости и пластичности. Упражнения на дыхание.

**Тема 12. «Кошка». Гибкость позвоночника.**

*Теория:* Понятие гибкости. Части тела. Строение позвоночника.

*Практика:* Танец «Кошка». Упражнения для развития гибкости позвоночника. Упражнения для улучшения гибкости позвоночника. Правильное исполнение движений, развитие гибкости и пластичности. Упражнения на дыхание.

**Тема 13. «Танцующая кошка». Гибкость и сила спины.**

*Теория:* Укрепление мышц спины.

*Практика:* Танец «Березка». Упражнение для укрепления мышц спины. Упражнения на дыхание.

**Тема 14. «Танцующая кошка». Гибкость и сила спины.**

*Теория:* Исправление осанки.

*Практика:* Танец «Кошка». Упражнения для развития гибкости и силы спины. Упражнения на исправление осанки. Упражнения на дыхание.

**Тема 15. «Танцующая кошка». Гибкость и сила спины.**

*Теория:* Укрепление мышц спины, исправление осанки.

*Практика:* Танец «Кошка», танец «Березка». Упражнения для развития гибкости и силы спины. Упражнения для укрепления мышц спины, упражнение на исправление осанки. Упражнения на дыхание.

**Тема 16. «Мы пингвины». Выворотность ног и танцевальный шаг.**

*Теория:* Понятие «Выворотность».

*Практика:* Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага. Упражнения на дыхание.

**Тема 17. «Мы пингвины». Выворотность ног и танцевальный шаг.**

*Теория:* Развитие подвижности стопы у детей, её выворотности.

*Практика:* Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага. Упражнения на дыхание. Шаги на полупальцах с вытянутыми коленями

**Тема 18. «Мы пингвины». Выворотность ног и танцевальный шаг.**



*Теория:* Развитие подвижности стопы у детей.

*Практика:* Упражнения на дыхание. Бег с отбрасыванием ног назад, шаг и бег на месте и в движении.

**Тема 19. «Мы пингвины». Выворотность ног и танцевальный шаг.**

*Теория:* Выворотность стопы. Особенности развития стопы.

*Практика:* Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага. Упражнения на дыхание. Шаги на полупальцах с вытянутыми коленями, бег с отбрасыванием ног назад, шаг и бег на месте и в движении.

**Тема 20. «Мы пингвины». Выворотность ног и танцевальный шаг.**

*Теория:* Правила создания комплекса упражнений для стоп.

*Практика:* Различные комплексы упражнений для стоп. Упражнения на дыхание.

**Тема 21. «Мы пингвины». Выворотность ног и танцевальный шаг (закрепление).**

*Теория:* Понятие «Выворотность». Развитие подвижности стопы у детей, её выворотности. Развитие подвижности стопы у детей, её выворотности.

*Практика:* Игра «Сказочный лес». Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага. Упражнения на дыхание. Шаги на полупальцах с вытянутыми коленями, бег с отбрасыванием ног назад, шаг и бег на месте и в движении.

**Тема 22. «Мы пингвины». Выворотность ног и танцевальный шаг (закрепление).**

*Теория:* Понятие «Выворотность». Развитие подвижности стопы у детей, её выворотности. Развитие подвижности стопы у детей, её выворотности.

*Практика:* Игра «Путешественники». Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага. Упражнения на дыхание. Шаги на полупальцах с вытянутыми коленями, бег с отбрасыванием ног назад, шаг и бег на месте и в движении.

**Тема 23. «Мы пингвины». Выворотность ног и танцевальный шаг (закрепление).**

*Теория:* Понятие «Выворотность». Развитие подвижности стопы у детей, её выворотности. Развитие подвижности стопы у детей, её выворотности.

*Практика:* Игра «У медведя». Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага. Упражнения на дыхание. Шаги на полупальцах с вытянутыми коленями, бег с отбрасыванием ног назад, шаг и бег на месте и в движении.

**Тема 24. «Фитнес детям» Брюшной пресс. Укрепление брюшного пресса.**

*Теория:* Укрепление брюшного пресса

*Практика:* Упражнения на дыхание. Танец «Буратино». Упражнения на укрепление брюшного пресса.

**Тема 25. «Фитнес детям» Брюшной пресс. Укрепление брюшного пресса.**

*Теория:* Укрепление брюшного пресса. Комплекс упражнений для верхнего пресса.

*Практика:* Упражнения на дыхание. Танец «Буратино». Упражнения на укрепление верхнего брюшного пресса.

**Тема 26. «Фитнес детям» Брюшной пресс. Укрепление брюшного пресса.**

*Теория:* Комплекс упражнений для нижнего пресса.

*Практика:* Упражнения на дыхание. Танец «Буратино». Упражнения на укрепление нижнего брюшного пресса.

**Тема 27. «Сильные и ловкие». Элементы акробатики.**

*Теория:* Понятие «Акробатика».

*Практика:* Правила выполнения упражнений: кувырок вперед, группировка: лежа на спине, сидя и в приседе. Упражнения на дыхание.

**Тема 28. «Сильные и ловкие». Элементы акробатики.**

*Теория:* Основные элементы акробатики.

*Практика:* Правила выполнения упражнений: кувырок вперед, группировка: лежа на спине, сидя и в приседе; перекат назад: в группировке, согнувшись и прогнувшись; акробатические элементы. Упражнения на дыхание.

**Тема 29. «Сильные и ловкие». Элементы акробатики.**

*Теория:* Элементы акробатики.

*Практика:* Правила выполнения упражнений: кувырок вперед, группировка: лежа на спине, сидя и в приседе; перекат назад: в группировке, согнувшись и прогнувшись; акробатические элементы: «мостик» (лежа), «шпагат», стойка на руках, «березка». Упражнения на дыхание.

**Тема 30. «Веселые зайчики». Прыжки.**

*Теория:* Понятие «Прыжок».

*Практика:* Упражнения на развитие прыгучести. Упражнения на дыхание.

**Тема 31. «Веселые зайчики». Прыжки.**

*Теория:* Виды прыжков.

*Практика:* Упражнения на дыхание. Разминка. Упражнения на координацию движения с музыкой.

**Тема 32. «Веселые зайчики». Прыжки.**

*Теория:* Особенности выполнения прыжковых упражнений.

*Практика:* Упражнения на дыхание. Упражнения на координацию движения с музыкой. Выполнение различных видов прыжков:

1. Подскоки по первой прямой позиции с вытягиванием стоп: на месте, с продвижением вперед, назад и из стороны в сторону.

2. Перескоки с ноги на ногу на месте и в продвижении с положением стопы на щиколотке, затем у колена.

**Тема 33. «Доктор «Айболит». Расслабление, самомассаж.**

*Теория:* Понятие «Релаксация».

*Практика:* Упражнения на дыхание. Упражнения на расслабление.

**Тема 34. «Доктор «Айболит». Расслабление, самомассаж.**

*Теория:* Понятие «Самомассаж».

*Практика:* Упражнения на дыхание. Игра «Угадай где мяч». Упражнения на расслабление, самомассаж.

**Тема 35. «Доктор «Айболит». Расслабление, самомассаж.**

*Теория:* Комплекс расслабляющих упражнений.

*Практика:* Упражнения на дыхание. Игра «Тряпичная кукла». Упражнения на расслабление, самомассаж. Сильное расслабление мышц организма, сопровождающееся удалением нервного напряжения.

**Тема 36. «Доктор «Айболит». Расслабление, самомассаж.**

*Теория:* Релаксация. самомассаж (закрепление).

*Практика:* Упражнения на дыхание. Игра «Кто летает». Упражнения на расслабление, самомассаж. Сильное расслабление мышц организма, сопровождающееся удалением нервного напряжения.

**Тема 37. «Здравствуй лето!» (открытое занятие).**

*Практика:* Оценка знаний учащихся осуществляется показом всех разделов пройденной программы.

## Условия реализации программы

**Материально-технические условия.** Для успешной реализации программы необходимо:

- просторный кабинет с зеркалами;
- музыкальный инструмент или музыкальный центр, музыкальные носители;

### **Информационное обеспечение:**

*Нормативно-правовые акты и документы:*

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в РФ».
2. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04 сентября 2014 г. № 1726-р.).
3. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 г. № 196);
4. Положение о разработке дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы МАУДО «ЦДТ гармония г. Челябинска»

*Интернет-источники:*

1. <http://www.gallery.balletmusic.ru/> - Виртуальная галерея «Танец от древнейших времен до наших дней»
2. <http://www.psychology.nm.ru/tren04.html> - Терапия искусством: танцевально-двигательные тренинги
3. [http://horeografiya.com/index.php?route=product/product&path=18&product\\_id=118](http://horeografiya.com/index.php?route=product/product&path=18&product_id=118) – Хореография для всех
4. <http://horeograf.ucoz.ru/> - Хореограф – детская хореография, методика работы с детьми
5. <http://www.rsl.ru> - Российская государственная библиотека.
6. <http://www.gnpbu.ru>- Государственная научная педагогическая библиотека им. К. Д. Ушинского.
7. <http://lib.ru> - Библиотека Максима Мошкова.
8. <http://www.cofe.ru/read-ka> - Детский сказочный журнал «Почитай-ка»
9. [http://www.education.rekom.ru/4\\_2000/aldoshina.htm](http://www.education.rekom.ru/4_2000/aldoshina.htm) - Клубная деятельность младших школьников. Социальные и методические аспекты работы с детьми 7-10 лет в досуговой деятельности.
10. <http://www.voron.boxmail.biz> - Детские сказки, авторская коллекция детских сказок в стихах, стихотворений, словарей, энциклопедий и пр.

### **Кадровое обеспечение:**

Педагог дополнительного образования.

## Формы аттестации

Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Здоровячок» предусматривает входной мониторинг, промежуточную и итоговую аттестации обучающихся.

Входной мониторинг осуществляется в форме просмотра уровня физической подготовки обучающихся, на первых занятиях. Входной мониторинг также используется в начале второго года обучения для определения уровня подготовленности к усвоению программы.

А также Входной мониторинг позволяет определить уровень развития творческих и физических способностей детей.

В течении всего учебного года для определения уровня усвоения учащимися учебного материала, педагогом используется педагогическое наблюдение и самостоятельная работа обучающихся как форма текущего контроля.

Так как дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Здоровячок» рассчитана на 1 год обучения в ней предусмотрены промежуточная аттестация (по итогам текущего контроля) и итоговая аттестация в конце всего курса обучения по программе, которая проводится в форме открытого занятия (концерта).

Уровень освоения обучающимися программы осуществляется путем оценивания следующих критериев: практические умения и навыки, теоретическая подготовка, формирование творческого мышления, работоспособность на занятии, которые отражены в таблице «Критерии уровня достижения обучающихся» (Приложение 1).

Результативность обучения дифференцируется по четырем уровням (оптимальный, достаточный, средний, недостаточный). Результаты фиксируются в «Мониторинговой карте уровня достижений обучающихся» (Приложение 2).

## Методические материалы

Первые годы обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Будь здоров» совпадают с развитием всего организма ребенка. У детей формируется скелет, мышечная система, развиваются внутренние органы. Это обстоятельство накладывает на педагога особую ответственность при определении объема учебной нагрузки учащихся на каждом занятии.

Структура всех занятий имеет единую форму. Занятие делится на три части: подготовительную часть, основную часть и заключительную часть. Однако это не ограничивает вариативности проведения занятий. Они могут отличаться дозировкой частей занятия и движений, амплитудой и темпом исполнения движений.

Широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), метод театрализации.

В первый год обучения гимнастике, когда у ребенка 5-7 лет еще не окреп позвоночный столб и слабо развиты мышцы и связочный аппарат, упражнения основной части занятия выполняются на полу (лежа и сидя). В дальнейшем можно чередовать исходное положение с другими упражнениями: лежа на полу, сидя на полу, стоя лицом к станку, стоя на середине зала и др.

Важная роль отводится музыкальному оформлению занятия. Многие педагоги относятся к звучащей на занятиях музыке как к положительному фону, помогающему дисциплинировать учащихся, сосредоточить их внимание. Действительно, устанавливая единый для всех темп и ритм исполнения движений, музыка несет функцию организатора. Музыка, являясь импульсом к движению, дает эмоциональный заряд, помогает повысить работоспособность, вырабатывает характер, четкость и законченность исполнения, то есть несет художественно-воспитательную функцию. В связи с этим высокие требования предъявляются к подбору музыкального материала.

На занятиях по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Будь здоров» осуществляется комплексное, методически направленное воздействие на личность ребенка, которое помогает ему достичь чувства комфорта в окружающем мире.

### **Основные приемы обучения.**

- качественный показ;
- словесное (образное) объяснение;
- сравнение, контраст, повторение;
- инструктирование;
- корректирование.

### **Основные методы обучения.**

- **объяснительно-иллюстративный:** способствует созданию прочной информационной базы для формирования умений и навыков. Дети приобретают знания в готовом виде, которые излагает педагог;

- **репродуктивный:** при нем обучающиеся сами воспроизводят известный им по опыту материал. Этот метод позволяет осуществить контроль над тем, как обучающиеся усваивают знания, овладевают умениями и навыками.

## Список литературы для педагога

1. Головкина, С.Н. Уроки классического танца в старших классах. / С.Н.Головкина. – [Электронный ресурс] <https://b-ok.xyz/dl/3249235/65407d>
2. Гусев, Г.П. Методика преподавания народного танца. Упражнения у станка. Учебное пособие для вузов искусств и культуры / Г.П.Гусев. – [Электронный ресурс] <https://drive.google.com/file/d/0VxxUM7OhcPg-V2hpT3ZzWjJCNVk/view>
3. Захаров, Р.В. Слово о танце. / Р.В.Захаров. – М.: Изд-во Молодая гвардия, 1979. – 160 с.
4. Зими́на, А.Н. Основы музыкального воспитания и развития детей младшего возраста / А.Н. Зими́на. М. - [Электронный ресурс] <https://nsportal.ru/blog/detskii-sad/all/2011/11/11/posobie-osnovy-muzykalnogo-vozpitaniya-i-razvitiya-detey-mladshego>
5. Информационная справка по вопросам деятельности ДШИ / Багаева И.М.; Маяровская Г.В., – [Электронный ресурс] <http://tnu.podelise.ru/docs/index-368408.html>
6. Костровицкая, В.С. Школа классического танца / В.С.Костровицкая, А.А.Писарев. – [Электронный ресурс] <https://b-ok.xyz/book/3583613/bc0d12>
7. Никитин, В.Ю. Модерн, джаз танец. История. Методика. Практика. / В.Ю.Никитин. – М.: РАТИ (ГИТИС), 2000. – 438 с.
8. Смирнов, И.В. Искусство балетмейстера. / [Электронный ресурс] <https://xn----7sbgxiccc0a0ahbaombe.xn--80acgfbsl1azdqr.xn--p1ai/file/7ff8faf1bac16e0f6f6fb66d4701accс>



## Список литературы для обучающихся и родителей

1. Гришков, В.И. Детские подвижные игры. / Сост. В.И.Гришков. – Новосибирск: Новосибирское книжное издательство, 1992. – 96 с.
2. Пуртова, Т.В. Учите детей танцевать. / [Электронный ресурс] <https://ru.b-ok.xyz/book/3187926/b9df6e>
3. Ермолаева-Томина, Л.Б. Психология художественного творчества / [Электронный ресурс] [https://www.studmed.ru/ermolaeva-tomina-lb-psiologiya-hudozhestvennogo-tvorchestva\\_a0df82210d4.html](https://www.studmed.ru/ermolaeva-tomina-lb-psiologiya-hudozhestvennogo-tvorchestva_a0df82210d4.html)
4. Пасютинская, В. Путешествие в мир танца / [Электронный ресурс] [https://rusneb.ru/catalog/000200\\_000018\\_RU\\_NLR\\_bibl\\_1863633/](https://rusneb.ru/catalog/000200_000018_RU_NLR_bibl_1863633/)
5. Меднис, Н.В. Введение в классический танец. Учебное пособие / [Электронный ресурс] <https://ru.b-ok.cc/book/2917864/c6f0ca>
6. Савенков, И.А. Одаренные дети в детском саду и школе: Учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений / И.А.Савенков. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 232 с.
7. Хамзин, Х. Сохранить осанку – сберечь здоровье. / Х.Хамзин.– М.: Изд-во Знание, 1980. – 95 с.
8. Шефер, И.В. Друзи с гимнастикой. / И.В.Шефер – М.: Изд-во Физкультура и спорт, 1976. – 47 с.

**Критерии уровня достижений обучающихся**

Параметры	Распределение по уровням подготовки			
	Оптимальный (5 баллов)	Достаточный (4 балла)	Средний (3 балла)	Недостаточный (2 балла)
Уровень практических умений и навыков (владение разнообразными техническими приемами)	Учащийся овладел на 100 - 80% умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период; не испытывает особых трудностей; выполняет практические задания с элементами творчества	У учащегося объём усвоенных умений и навыков составляет 79 - 60%; в основном, выполняет практические задания на репродуктивном уровне;	У учащегося объём усвоенных умений и навыков составляет 59 - 30%; выполняет практические задания на репродуктивном уровне	Ребёнок овладел менее чем 30%, предусмотренных умений и навыков; ребёнок в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога.
Уровень теоретической подготовки	Учащийся освоил практически весь объём знаний 100 - 80%, предусмотренных программой за конкретный период; специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием	У учащегося объём усвоенных знаний составляет 79 - 60%; специальные термины употребляет осознанно, но не в полном объеме;	Успешное освоение учащимся 59% - 30% содержания образовательной программы; специальные термины употребляет не всегда осознанно и не в полном объеме;	Учащийся овладел менее чем 30% объёма знаний, предусмотренных программой; ребёнок, как правило, избегает употреблять специальные термины
Формирование творческого мышления (четкость, гибкость мышления, оригинальность, изобретательность)	Учащийся проявляет ярко выраженный интерес к творческой деятельности, к достижению наилучшего результата, коммуникабелен, активен, склонен к самоанализу, генерирует идеи	Устойчивый интерес к творческой деятельности, стремится к выполнению заданий педагога, к достижению результата в обучении, инициативен	Учащийся несамостоятелен, нуждается в дополнительном контроле педагога, инициативу проявляет редко	Учащийся пассивен, безынициативен, неудачи способствуют снижению мотивации, нет стремления к совершенствованию в выбранной сфере деятельности, не может работать самостоятельно
Работоспособность на занятии	Активен на протяжении всего занятия	Активен большую часть занятия	Редко проявляет активность	Пассивен на занятии



## Сводная мониторинговая карта уровня достижений обучающихся по программе «Здоровячок»

Учебный год \_\_\_\_\_

ФИО педагога \_\_\_\_\_

№ п/п	Группы	Количество детей	Полугодия	Уровни	Ключевые параметры				Итого:	Процентное соотношение	
					Уровень практических умений и навыков	Уровень теоретической подготовки	Формирование творческого мышления	Работоспособность на занятии			
1			1 п.	о							
				д							
				с							
				н							
			2 п.	о							
				д							
				с							
				н							
2			1 п.	о							
				д							
				с							
				н							
			2 п.	о							
				д							
				с							

				н						
3			1 п.	о						
				д						
				с						
				н						
			2 п.	о						
				д						
				с						
				н						

Вывод и рекомендации на 20.../20.... учебный

год \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

