ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ
АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ГОРОД КРАСНОДАР

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА И ИСКУССТВ «ЮБИЛЕЙНЫЙ»

Принята на заседании
педагогического совета
МБОУ ДО ЦДТиИ «Юбилейный»
от «23» июня 2025г.
Протокол № 5

УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ ДО ЦДТиИ «Юбилейный»
_____ Т.С.Касьянова
от «23» июня 2025г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

ХУДОЖЕСТВЕННОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«Здоровье и гибкость»

Уровень программы: ознакомительный

Срок реализации программы: 36 часов

Возрастная категория: 5 - 16 лет

Состав группы: до 15 человек

Форма обучения: очно-дистанционная

Вид программы: модифицированная

Программа реализуется на бюджетной основе: муниципальное задание,
социальный сертификат

ID-номер Программы в АИС «Навигатор»: 76742

Автор-составитель:
Сергеева Юлия Владимировна,
педагог дополнительного образования

г. Краснодар, 2025

РАЗДЕЛ 1 «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ОБРАЗОВАНИЯ: ОБЪЕМ, СОДЕРЖАНИЕ, ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ»

Пояснительная записка

Ценность каждого человека - это его здоровье. Чтобы ребенок вырос здоровым, разносторонним, физически развитым и современным – это одна из ведущих задач, стоящих перед учреждением дополнительного образования.

В последнее время увеличилось количество детей, имеющих нарушение опорно-двигательного аппарата и искривления позвоночника.

Основное содержание программы составляют упражнения гимнастики с предметами и без предметов, которые ориентируют учащегося на поддержание положительного эмоционального отношения к занятиям на всех этапах обучения, 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. Программа является подготовительной базой для занятий детей ритмикой, а впоследствии и хореографией.

Здоровье и гибкость развивает у детей хорошую осанку, красивую походку, пластичность движений, силу, выносливость, гибкость. Программа содержит достаточное количество разнообразных движений и упражнений.

Программа определяет содержание и организацию образовательного процесса для детей дошкольного возраста. Содержание программы обеспечивает разностороннее физическое развитие детей с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Нормативно-правовой базой для создания программы послужили следующие документы:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Федеральный закон Российской Федерации от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" по вопросам воспитания обучающихся".

3. Федеральный закон Российской Федерации от 13 июля 2020 года № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере».

4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года № 678-р.

5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03 сентября 2019 года № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (с изменениями и дополнениями).

7. Приказ Минтруда России от 22 сентября 2021 года № 652 н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (зарегистрирован Минюстом России 17 декабря 2021 года, регистрационный № 66403).

8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

9. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 года № 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».

10. Письмо Минпросвещения России от 29.09.2023 N АБ-3935/06 "О методических рекомендациях" (вместе с "Методическими рекомендациями по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно-технологического и культурного развития страны")

11. Устав и локальные акты образовательной организации.

Направленность программы: художественная

Актуальность: сохранение здоровья детей, забота о гармоническом единстве всех составляющих жизни ребенка – физических, психических и духовных сил, работа по улучшению физического развития. Оздоровление детей, и улучшение их физического развития.

Новизна: комплексный, гибкий подход к оздоровлению ребенка, модернизации содержания работы с детьми на основе внедрения инновационных педагогических технологий, современных форм и методов работы.

Педагогическая целесообразность: данной образовательной программы обусловлена тем, что здоровье и гибкость является одним из важнейших направлений в воспитании ребенка, содействует разностороннему физическому развитию, значительно расширяет возможности опорно-двигательного аппарата. Здоровье и гибкость лучшее средство формирования правильной осанки детей.

Отличительная особенность программы заключается в том, что ДООП «Здоровье и гибкость» является ознакомительной в комплексе программ дошкольников хореографического отделения, которая формирует основы понимания хореографии на начальном этапе и содержит 2 направления.

Направления работы:

Теоретическое: знакомство детей с историей возникновения гимнастики, техникой безопасности при выполнении гимнастических упражнений.

Практическое: обучение детей технике выполнения гимнастических упражнений, владеть предметами гимнастики.

Отличительные особенности дополнительной образовательной программы от существующих образовательных программ:

Дополнительная образовательная программа «Здоровье и гибкость», обеспечивает разностороннее развитие детей в возрасте 5 – 16 лет, позволяет учитывать индивидуально-личностные особенности ребенка, его развития и выстраивать образовательный процесс с полным учетом этих особенностей. Занятия по данной программе, формируются из различных сборников, которые перечислены в списке литературы, включая авторские наработки и методики.

Адресат программы: для учащихся 5 – 16 лет

Уровень программы: ознакомительный

Форма обучения: очно-дистанционная

Объем и сроки реализации: – 36 часов

Условия приема детей: запись на программу в обязательном порядке осуществляется через систему заявок на сайте «Навигатор дополнительного образования детей Краснодарского края» <https://p23.навигатор.дети/>.

-В программе предусмотрено участие детей с особыми образовательными потребностями: талантливых, одаренных, мотивированных детей, и детей, находящихся в трудной жизненной ситуации. Обучающиеся могут быть приняты на обучение по программе после собеседования (по согласованию сторон). Для них педагог проводит занятия по индивидуальной образовательной траектории, которая обсуждается с родителями данных категорий детей.

-Программа направлена на социально-экономическое развитие муниципального образования и региона в целом, так как отражает задачи общественного и государственного запроса на разностороннее развитие компетенций детей, в том числе в рамках реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года, предусматривающей оздоровление нации, способствующей экономическому и социальному здоровью страны.¹

- В программе предусмотрено при необходимости, использование дистанционных и (или) комбинированных форм взаимодействия в образовательном процессе. При необходимости, возможна адаптация и реализация программы в виде видеоуроков, а также дистанционная оценка и мониторинг результатов обученности детей.

- В программе предусмотрено использование сетевой формы реализации: «Образец договора о сетевой форме реализации образовательных программ»

---

1. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года. Единый национальный портал дополнительного образования детей: электронный ресурс. URL: <https://dop.edu.ru/docs/koncepciya-razvitiya-dopolnitelnogo-obrazovaniya-detej-do-2030-goda-verzhdennaya-rasporyazheniem-pravitelstva-rossijskoj-federacii-ot-31-marta-2022-g-678-r/> Дата обращения к сайту: 05.05 2025

(Приложение 1). При реализации программы в сетевой форме на обучение по данной программе принимаются учащиеся образовательной организации - сетевого партнера, на базе которого реализуется программа.

1.2 Цель и задачи

Цель: Формирование навыков выразительности, пластичности, грациозности и изящества движений, посредством гимнастических упражнений. Воспитание здорового образа жизни.

Задачи:

Образовательные:

- учить моделировать разные акробатические упражнения, танцевальные шаги и упражнения с предметами в процессе двигательной активности;
- способствовать формированию правильной осанки, музыкального слуха и чувства ритма ребенка;

Личностные:

- развивать интерес к самостоятельным занятиям физической культурой и спортом;
- формировать представления о физической культуре в целом и о здоровье и гибкости в частности.

Метапредметные:

- укреплять здоровье и повышать работоспособность детей;
- развивать основные физические качества;

Особенности организации образовательного процесса.

Продолжительность образовательного процесса и режим занятий:

Возрастная группа	Продолжительность Занятия (видеоурока)	Количество часов		
		В неделю	В месяц	Всего часов
Группа 5 - 16 лет	30 минут	3	12	36

Формы проведения образовательной деятельности, типы 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.	Игровое занятие	Направленно на формирование двигательного воображения.	Построено на основе разнообразных движений
3.	Занятие по интересам	Направленно на развитие двигательных способностей, формирование индивидуальности, развитие творчества, инициативности и самостоятельности. Направленно на развитие инициативности, самовыражения, уверенности в своих силах, опирающиеся на разнообразный моторный опыт.	Детям предоставляется возможность самостоятельного выбора движений с предметами гимнастики.
5.	Контрольное занятие	Направленно на выявление количественных и качественных результатов в основных видах движений и в развитии физических качеств.	Проводится 3 раза
6.	Занятие «Забочусь о своем здоровье»	Направленно на приобщение к ценностям здорового образа жизни, получение представления о своем теле и своих физических возможностях.	Обучение здоровьесберегающим приемам и упражнениям.

Обязательным условием для успешного выполнения программы является тесная работа с родителями детей. Педагог обучает родителей, как правильно

выполнять упражнение, сообщает об успехах и трудностях детей, проводит консультативную работу и родительские собрания.

Содержание программы Учебный план

№	Раздел	Кол-во часов	Теоретический	Практический
1	Диагностика	4	-	4
2	История и виды современной гимнастики	8	8	-
3	Хореографическая подготовка	10	4	6
4	Вольные упражнения под музыку	10	2	8
5	Итоговое занятие	4	-	4
		36 часов	14	22

Содержание учебного плана

1.Диагностика. Выявить уровень физической подготовленности детей. Правила техники безопасности на занятиях.

Практика

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

2.История гимнастики и виды современной гимнастики.

Теория. Познакомить детей с историей гимнастики. Олимпийскими играми. Видами гимнастики. История гимнастики. Просмотреть видеоролик.

Знания о физической культуре

Физическая культура и её базовая составляющая – гимнастика.

Понятие «физическая культура». Гимнастика – базовая составляющая физической культуры. Гимнастика как основа физической культуры человека. Олимпийские виды спорта. Распорядок дня. Личная гигиена. Профилактика травматизма во время занятий гимнастикой. Одежда, инвентарь и место для самостоятельных занятий гимнастическими упражнениями.

История развития и современная гимнастика.

Из истории возникновения и развития Олимпийских игр и гимнастики. Виды современной гимнастики.

Гимнастические упражнения (с предметами и без предметов).

Гимнастическая ходьба, бег, прыжки, повороты, наклоны, вращения, упоры как жизненно важные способы передвижения человека. Гимнастические упражнения, их влияние на физическое развитие. Виды гимнастических разминок. Основные способы удержания и передачи гимнастических предметов. Работа с предметами как средство развития моторики.

3. Хореографическая подготовка.

Теория. Формировать у детей танцевальные движения и правильность их исполнения. Как развивать равновесие. Различные виды движений. Правильное положение рук, спины. Упражнения и методика для развития у детей чувства ритма и двигательных способностей. Учить детей выполнять движения под музыку красиво, свободно, координационно.

Обучать упражнениям для развития гибкости, выносливости, координации, силы, быстроты.

Практика. Научить и совершенствовать:

- 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.
- Обучение упражнениям на растяжку мышц, растяжка плечевого пояса, мышц спины,
- Равновесия, прыжки, шаги, повороты.

Виды упражнений:

- хлопки по счёту;
- притопы на каждый счёт;
- притопы с хлопками поочередно;
- поднимание и опускание рук вперёд по счёту под музыкальное сопровождение;
- произвольные упражнения на воспроизведение музыки;
- выполнение простых движений руками в различном темпе (руки в сцеплении вверх, вниз);
- шаги вперёд, руки в сцеплении вверху, внизу;
- приседания с движениями рук;
- подскоки с вытянутыми руками вверх – поочередно;
- плавные движения рук вниз, вверх, в стороны, вниз;
- плавные движения рук поочередно вверх, вниз;

Учить:

- 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;
- шаг польки.

4. Вольные упражнения под музыку.

Теория. Описание танцевальных движений. Методика их исполнения.

Основы хореографической подготовки и музыкального восприятия, как средства эстетического воспитания. Основные танцевальные движения. Ритм и пластика в движении под музыку.

Дыхательные упражнения. Формировать у детей сознательное стремление к здоровью. Развивать навык собственного оздоровления.

Содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма. Учить детей правильно расслабляться. Просмотр видеоролика.

Практика.

Упражнения:

- «волны шипят»;
- упражнение на осанку в сед «по-турецки»;
- «шарик надуваем»;
- дыхательные упражнения с подниманием рук вверх. Вдох – поднимаем руки вверх, выдох – опускаем.

Релаксация.

Упражнения:

- «спокойный сон»;
- «мы лежим на мягкой травке»;
- «море волнуется»;
- «дует ветерок»

Формировать навык выразительности, пластичности, грациозности и изящества движений в танцевальных импровизациях в различном музыкальном сопровождении с использованием фантазии и творчества.

5. Итоговое занятие. Практика.

Демонстрация изученных элементов и вольных упражнений под музыкальное сопровождение.

Ожидаемые результаты:

- Результатом реализации программы по гимнастике следует считать:
- развитие двигательных навыков, повышение двигательной активности ребенка, улучшение пространственной координации движений, повышение показателей здоровья учащихся,
- проявление активности, самостоятельности в разных видах двигательной деятельности.

А так же учащиеся:

- укрепят здоровье и повысят работоспособность;
- разовьют основные физические качества;
- научатся моделировать разные акробатические упражнения, танцевальные шаги и упражнения с предметами в процессе двигательной активности;

- сформируют правильную осанку, музыкальный слух и чувства ритма;
- разовьют интерес к самостоятельным занятиям физической культурой и спортом;
- сформируют представления о физической культуре в целом и о здоровье и гибкости в частности.

Эти навыки способствуют развитию предпосылок для последующей программы на хореографическом отделении художественной направленности:

1. Развитие двигательных способностей за счет внедрения в образовательный процесс гимнастических упражнений;
2. Выполнение музыкально – гимнастических комбинаций;
3. Повышение показаний здоровья ребенка;
4. Вовлечение родителей в образовательное пространство Центра творчества.

Формы отслеживания образовательных результатов:

Система мониторинга

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

В процессе мониторинга исследуются уровень подготовленности детей по гимнастике путем наблюдений за ребенком, а также применяется диагностика оценки вестибулярного аппарата, координации движений и физического состояния.

Мониторинг проводится 2 раза: начальный и итоговый. Возможна периодичность оценивания, которая обеспечивает полную оценку динамики достижений детей, сбалансированность методов не приводит к переутомлению учащихся и не нарушает ход образовательного процесса. Также возможна дистанционная форма мониторинга образовательных результатов.

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.

ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ

Цель: воспитание у детей чувства гордости за Родину, воспитание патриотизма и гражданской идентичности, а также социализация личности.

Задачи: развитие личности, создание условий для самореализации, принятие российских духовно-нравственных ценностей, формирование чувства патриотизма, интерес к культурному наследию.

ВИДЫ, ФОРМЫ И СОДЕРЖАНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.

Программа содержит 7 направлений:

- 1. Личностное развитие ребенка;**
- 2. Становление первичного опыта деятельности и поведения учащегося, согласно с принятыми в обществе нормами и правилами;**
- 3. Патриотическое воспитание;**
- 4. Духовно-нравственное;**
- 5. Социальное;**
- 6. Трудовое;**
- 7. Оздоровительное**

Направления и их реализация представлены в календарном плане воспитательной работы по программе.

Календарный план воспитательной работы

№	Направление воспитательной деятельности	Реализация задач	мероприятия	Сроки проведения
1	Личностное развитие ребенка	Развитие личностного потенциала каждого ребенка	История гимнастики – презентация и видеоряд.	октябрь ноябрь
2	Становление первичного опыта деятельности и поведения учащегося, согласно с принятыми в обществе нормами и правилами	Формирование ценностного отношения к другим людям	Видеоролик, подборка выступлений с Олимпийских игр. Персоналии с региональным компонентом.	октябрь ноябрь
3	Патриотическое воспитание	Приобщение детей к истории, культуре и традициями	Беседы и просмотр материалов, тематические беседы с презентациями:	октябрь ноябрь
4	Духовно-нравственное	Воспитания сочувствия и доброты	Людмила Ивановна Брагина, мастер спорта СССР по	октябрь ноябрь
5	Социальное	Воспитание активного взаимодействия		ноябрь декабрь

		учащихся друг с другом, воспитание чувства взаимопомощи, взаимовыручки, коллективизма.	легкой атлетике, Герой Кубани. Анатолий Иванович Разночинцев, мастер спорта СССР по плаванию, заслуженный тренер. Первый кубанский участник Олимпийских игр в Хельсинки;	
6	Трудовое	Воспитание самостоятельности, ответственности и нацеленности на результат труда	Тематическая игра: «Это я, это все мои друзья»;	ноябрь декабрь
7	Оздоровительное	Сбережение и укрепление собственного здоровья и здоровья окружающих	Беседа: «Что значит быть здоровым»; Музыкально-спортивное мероприятие: «Дети должны дружить»; Тематические беседы: «Хочу все знать», «Новости российской гимнастики» Мастер-класс: «День здоровья и спорта»	ноябрь декабрь

Взаимодействие с семьёй.

- Содержание работы с семьёй по образовательным направлениям:
- «Здоровье»: информирование родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье ребёнка (питание, общение, закаливание, разные виды движений).

- «Физическая культура»: стимулирование двигательной активности ребёнка совместными физическими занятиями, прогулками.
- «Безопасность»: знакомство родителей с техникой безопасности во время выполнения гимнастических упражнений в домашних условиях.
- «Социализация»: заинтересовать родителей в занятиях гимнастикой с детьми, обеспечивающей успешную социализацию; сопровождать и поддерживать семью в реализации воспитательных воздействий.
- «Познание»: ориентировать родителей на развитие у ребёнка потребности к познанию, общению со взрослыми и сверстниками в области гимнастики и своего здоровья.
- «Коммуникация»: развивать у родителей навыки общения с ребёнком; показать значение доброго и теплого общения.
- «Музыка»: раскрыть возможности музыки как средство развитие артистических способностей ребёнка.

Перспективный план по взаимодействию с родителями

Формы работы	Содержание	Время проведения
Родительские Собрания	1. «Возрастные особенности физического развития дошкольников в области гимнастики»	В течение реализации программы (октябрь, ноябрь, декабрь)
	2. «Условия для физического развития ребенка в семье»	В течение реализации программы (октябрь, ноябрь, декабрь)
	3. «Особенности совместной работы педагогов и родителей по укреплению здоровья детей»	В течение реализации программы (октябрь, ноябрь, декабрь)
	2. Индивидуальные консультации.	постоянно
Анкетирование Родителей	«Какое место занимает физическая культура в вашей семье»	В течение реализации программы

РАЗДЕЛ 2 «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ, ВКЛЮЧАЮЩИХ ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ»

Календарный учебный график

№	Название темы, раздела	Количество часов	Количество занятий	дата	Формы проведения занятия (возможно дистанционно)
1.	Диагностика. Инструктаж по технике безопасности. Введение в предмет. Восстановление физической активности организма.	4	1		педагогическое наблюдение
2	История и виды современной гимнастики	8	3		педагогическое наблюдение
3	Хореографическая подготовка	10	3		педагогическое наблюдение
3.1	Упражнения на расслабление и напряжение мышц тела. Вытягивание ног и пальцев. Упражнения для развития выворотности ног и танцевального шага: лежа, сидя, стоя. Шпагаты.	3	1		педагогическое наблюдение
3.2	Упражнения на исправление осанки – лежа на спине, сидя. Лежа на животе.	3	1		педагогическое наблюдение
3.3	Упражнения на укрепление мышц брюшного пресса – лежа на спине, сидя на полу.	4	1		педагогическое наблюдение

	Упражнения для улучшение гибкости позвоночника – лежа на спине, сидя, лежа на животе.				
4.	Вольные упражнения под музыку	10	3		педагогическое наблюдение
4.1	Упражнения для развития творческого воображения	3	1		педагогическое наблюдение
4.2	Дыхательная гимнастика	3	1		педагогическое наблюдение
4.3	Разбор успешных выступлений и их музыкального сопровождения	4	1		педагогическое наблюдение
5.	Итоговое занятие. Закрепление пройденного материала.	4	2		педагогическое наблюдение
	ИТОГО	36	12		

Формы контроля и аттестации.

Формы контроля содержат 2 вида мониторинга: пятибалльную систему и оценку по уровням (высокий, средний, низкий), которые показывают процентную составляющую мониторинга.

Оценочные материалы

Диагностика оценки вестибулярного аппарата

№	ФИ	Повороты вокруг себя с закрытыми глазами (10 сек.)	
		начало	конец
1.			
2.			
		Начало освоения программы	Конец освоения программы
	В-высокий - 3 балла	%	%
	С-средний - 2 балла		
	Н-низкий – 1 балл		

Диагностическая оценка координации движений

№	ФИ	Движения					
		подскоки		галоп		марш	
		Н	К	Н	К	Н	К
1							
2							
3							
4							
5							

Начало освоения программы

В- %

С- %

Н- %

Конец освоения программы

В- %

С- %

Н- %

Диагностика оценки физического состояния

№	ФИ	Шпагат		Мост		Шаг		Подъем		«Складочка»	
		Н	К	Н	К	Н	К	Н	К	Н	К
1.											

Начало освоения программы

В- %

С- %

Н- %

Конец освоения программы

В- %

С- %

Н- %

При оценке двигательных навыков детей, вводятся следующие обозначения:

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 педагога.

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

Формы подведения итогов реализации программы:

Рекомендации педагога продолжить обучение на хореографическом отделении по другим программам.

2.3. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.

Методы организации обучающихся на занятии

<i>№</i>	<i>Метод</i>	<i>Суть метода</i>
1	Фронтальный	Одно и то же упражнение выполняется всеми учениками одновременно при проведении ходьбы, бега и др.
2	Поточный	Все дети выполняют упражнения "поток", когда один занимающийся еще не закончил выполнение задания, а другой уже приступает к нему. Это могут быть упражнения с продвижением вперед.
3	Посменный	Дети выполняют упражнения сменами, по несколько человек одновременно, остальные в это время наблюдают за товарищами. В начале обучения, когда преподаватель должен контролировать действия каждого ученика, упражнения выполняются сменами по 2-3 человека. По мере овладения движением количество детей в смене увеличивается.
4	Групповой	Обучающиеся распределяются на 2-3 группы. Одна под наблюдением преподавателя разучивает новое упражнение, а другие самостоятельно по заданию преподавателя выполняют знакомые упражнения или играют. Затем дети меняются местами.
5	Индивидуальный	Каждый занимающийся самостоятельно выполняет данное ему задание под контролем преподавателя.

Методические рекомендации по структуре занятий здоровье и гибкость:

Занятие состоит из трех частей:

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. Прыжки.

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

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

Цель – обучение различным упражнениям.

Изучение и совершенствование техники элементов, соединений, частей и Музыкально-двигательная подготовка: задания на согласование движений с музыкой, музыкальные игры и творческая импровизация.

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

Общая физическая подготовка: упражнения преимущественно на развитие силы мышц брюшного пресса, спины и ног, на развитие общей и специальной выносливости (прыжковой, равновесной и др.);

Домашнее задание и рефлексия (5 минут)

Самостоятельная двигательная активность детей, игры, подведение итогов, домашнее задание, индивидуальные беседы.

2.4 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

№	Наименование оборудования.	Количество
1	Коврики (индивидуальные)	По количеству учащихся
2	Кубики индивидуальные	По количеству учащихся
3	Музыкальный центр	1
4	Ноутбук	1
5	Аудиозаписи музыкальные	По темам
6	Видеоматериалы и презентации	По темам

2.5. Список использованной литературы.

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. Верхозина Л. Г. Гимнастика для детей 5 – 7 лет. – 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 эстетиче-ской гимнастике. – Советский спорт, 2014, -264 с.
  6. Кудрявцев В.Т. Педагогика оздоровления. – Лица – Пресс, 2000, - 296 с.
  7. Потапчук А.А. Двигательный игротренинг для дошкольников. М.: Сфера, 2009, - 176 с.
  8. Сосина В. Хореография в гимнастике. – Олимпийская литература, 2009, - 136 с.
  9. Сиготского В.А. «Примерная комплексная программа по гимнастике».
  10. Смолевского В.М. опыт работы педагога «Гимнастика». - М.: Физкультура и спорт, 1987, -336 с.
  11. Тарасова Т.А. Контроль физического состояния детей дошкольного возраста. - М.: ТЦ Сфера, 2005, - 167 с.
  12. Яковлева Т. С. Здоровый образ жизни. Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду. - М.: Школьная пресса, 2007, -136 с.
  13. Подольская, Е. И. Оздоровительная гимнастика. Игровые комплексы, занятия, физические упражнения. Первая младшая группа / Е.И. Подольская. - М.: Учитель, 2014. - 144 с.
  14. Потапчук, А. А. Как сформировать правильную осанку у ребенка / А.А. Потапчук. - Москва: Огни, 2009. - 982 с.
  15. Современные здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании / Н.В. Полтавцева и др. - М.: Флинта, 2011. - 262 с.
- Учимся правильно питаться. - М.: Учитель, 2007. - 176 с.

16. Алябьева, Е. А. Нескучная гимнастика. Тематическая утренняя зарядка для детей 5-7 лет / Е.А. Алябьева. - М.: Сфера, 2015. - 144 с.
17. Болсунова, Е. Б. Сказочная гимнастика с элементами йоги. 3-4 года. Учебно-методический комплект / Е.Б. Болсунова. - М.: ВАКО, 2016. - 977 с.
18. Агаджанова, С. Н. Физическое развитие детей / С.Н. Агаджанова. - М.: Детство-Пресс, 2012. - 444 с.
19. Антонов, Ю. Е. Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология XXI века / Ю.Е. Антонов, Т.Ф. Саулина. - М.: Аркти, 2013. - 160 с.
20. Бабенкова, Е. А. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе / Е.А. Бабенкова. - М.: ТЦ Сфера, 2015. - 128 с.
21. Горбунов, В. А. Оздоровительная гимнастика для детей: Пособие для родителей и педагогов / В.А. Горбунов. - СПб.: Детство-Пресс, 2015. - 160 с.
22. Демидова, Е. В. Здоровьесберегающие технологии в детском саду: Методическое пособие / Е.В. Демидова. - М.: Айрис-Пресс, 2016. - 112 с.
23. Козырева, О. В. Оздоровительно-развивающие игры для дошкольников / О.В. Козырева. - М.: ТЦ Сфера, 2014. - 128 с.
24. Кудрявцев, В. Т. Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст): Методическое пособие / В.Т. Кудрявцев, Б.Б. Егоров. - М.: Линка-Пресс, 2010. - 168 с.

**Договор
о сетевой форме реализации образовательных программ**

г. Краснодар

"__" _____ 2025г.

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования муниципального образования город Краснодар "Центр детского творчества и искусств "Юбилейный" (МБОУ ДО ЦДТиИ "Юбилейный"), осуществляющая образовательную деятельность на основании лицензии на осуществление образовательной деятельности от 20.05.2021 г. № Л035-01218-23/00243178, выданной Минобрнауки Краснодарского края именуемой в дальнейшем "Базовая организация", в лице директора Касьяновой Татьяны Степановны, действующего на основании Устава, с одной стороны, и _____, именуемый в дальнейшем "Организация-участник", осуществляющая образовательную деятельность на основании лицензии на осуществление образовательной деятельности от 09.04.2021г. № Л035-01218-23/00243108, выданной Министерством образования, науки и молодежной политики Краснодарского края, в лице - Поздняковой Ольги Федоровны, действующей на основании Устава, с другой стороны, именуемые по отдельности "Сторона", а вместе - "Стороны", заключили настоящий договор (далее - Договор) о нижеследующем.

1. Предмет Договора

- 1.1. Предметом настоящего Договора является реализация Сторонами образовательных программ _____.
Программы общеразвивающие с использованием сетевой формы.
- 1.2. Образовательные программы утверждаются Базовой организацией.
- 1.3. Образовательные программы реализуются в период с _____ по _____.

**2. Осуществление образовательной деятельности при реализации
Образовательной программы**

- 2.1. Части Образовательных программ, реализуемые каждой из Сторон, их объем и содержание определяются Образовательной программой и настоящим Договором.

2.2 При реализации Образовательных программ Стороны обеспечивают соответствие образовательной деятельности на основании Федерального закона от 29 декабря 2012г. №273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"

2.3. Число обучающихся по Образовательной программе (далее - обучающиеся) составляет _____ человек.

Поименный список обучающихся, а также копии личных дел обучающихся (далее - Список), направляется Базовой организацией в Организацию-участник не менее чем за 10 рабочих дней до начала реализации Организацией-участником соответствующих частей Образовательной программы.

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

2.4. Расписание занятий по реализации Образовательной программы определяется каждой из Сторон в отношении соответствующей части Образовательной программы самостоятельно.

2.5. Освоение обучающимися части Образовательной программы в Организации-участнике сопровождается осуществлением текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестацией, проводимой в формах, определенных учебным планом Образовательной программы, и в порядке, установленном локальными нормативными актами Организации-участника.

По запросу Базовой организации Организация-участник должна направить информацию о посещении обучающимися учебных и иных занятий, текущем контроле успеваемости в срок не позднее 10 рабочих дней с момента получения запроса.

2.6. Итоговая аттестация по Образовательной программе проводится Базовой организацией.

2.7. Обучающимся, освоившим Образовательную программу, Базовой организацией выдается свидетельство.

2.8. Базовая организация вправе проверять ход и качество реализации части Образовательной программы Организацией-участником, не нарушая ее автономию.

3. Осуществление образовательной деятельности при реализации Образовательной программы

3.1. Образовательная программа реализуется Базовой организацией с участием Организации-участника.

3.2. Организация-участник предоставляет следующие ресурсы, необходимые для реализации Образовательной программы: помещение для проведения занятий, мебель, учебные пособия, техническое оснащение, инвентарь, принадлежности, используемые во время занятий.

3.3. Части Образовательной программы, реализуемые с использованием Ресурсов, время, место их реализации, определяются приложением № 2 к настоящему Договору.

3.4. Число обучающихся по Образовательной программе (далее – обучающиеся) составляет _____ человек.

Поименный список обучающихся направляется Базовой организацией в Организацию-участник не менее чем за 10 рабочих дней до начала реализации частей Образовательной программы, указанных в пункте 2.3 настоящего Договора.

3.5. Организация-участник не позднее 10 рабочих дней с момента заключения настоящего Договора определяет лицо, ответственное за взаимодействие с Базовой организацией по предоставлению Ресурсов. Об изменении ответственного лица Организация-участник должна проинформировать Базовую организацию.

4. Финансовое обеспечение реализации Образовательной программы

4.1. Базовая организация осуществляет финансовое обеспечение реализации Организацией-участником части Образовательной программы на основании заключаемого Сторонами договора возмездного оказания услуг в сфере образования в течение 10 рабочих дней с момента заключения настоящего Договора.

5. Срок действия Договора

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

5.2. Настоящий Договор заключен на период реализации Образовательной программы, предусмотренный пунктом 1.3 настоящего Договора.

6. Заключительные положения

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

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

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

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

6.5. Настоящий Договор составлен в 2-х экземплярах, по одному для каждой из Сторон. Все экземпляры имеют одинаковую юридическую силу. Изменения и дополнения настоящего Договора могут производиться только в письменной форме и подписываться уполномоченными представителями Сторон.

6.6. К Договору прилагаются и являются его неотъемлемой частью:
Приложение № 1 «Образовательная программа»
Приложение № 2 «Список детей»
Приложение № 3 «Расписание занятий»

7. Адреса, реквизиты и подписи Сторон

Базовая организация:

Муниципальное бюджетное
образовательное учреждение
дополнительного образования
муниципального образования город
Краснодар Центр детского творчества
и искусств "Юбилейный"

Адрес: 350004
Российская Федерация,
Краснодарский край, город
Краснодар, Западный
внутригородской округ, ул. Алма-
Атинская, 2
тел. 8(861)261-85-50
e-mail artshcool24@mail.ru

Директор _____ Т.С.Касьянова

Организация - участник:

_____
_____
_____
_____

Юридический адрес:
_____
_____
_____
_____
_____

Директор _____

Приложение № 1
к договору № _____
от « ___ » _____ г.
о реализации дополнительной
общеобразовательной программы в
сетевой форме

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
Базовой организации
_____ Т.С. Касьянова
« ___ » _____ 202__ г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
Организации-участника
_____ 202__ г.
« ___ » _____

Список учащихся, зачисленных на дополнительную общеобразовательную
программу, реализуемую в сетевой форме

Педагог дополнительного образования			
п\п	ФИО	Год рождения	класс
1.			
2.			
3.			

Приложение № 2
к договору № _____
от « __ » _____ г.
о реализации дополнительной
общеобразовательной программы в
сетевой форме

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор
 Базовой организации
 _____ Т.С. Касьянова
 « __ » _____ 202__ г.

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор
 Организации-участника
 _____
 « __ » _____ 202__ г.

РАСПИСАНИЕ
групповых занятий ЦДТиИ «Юбилейный»
 по предмету « _____ » _____ уч. г.
 Педагог дополнительного образования: _____

День недели: _____				
Каб. №	Начало урока	Окончание урока	Предмет	Год обучения

Кол-во часов: _____

Подпись преподавателя:
 _____