

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №45» (МБДОУ «Детский сад №45»)

РАССМОТРЕНА и ПРИНЯТА  
Педагогическим советом  
МБДОУ «Детский сад №45»  
Протокол от 22.08.2024 № 3



УТВЕРЖДЕНА  
Заведующим МБДОУ  
«Детский сад №45»  
Н.В. Сидорова  
Приказ от 26.08.2024 № 71-осн.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА

Срок реализации: 8 месяцев  
Возраст обучающихся: 4-7 лет  
Автор-составитель: Ольхова Лариса  
Евгеньевна, старший воспитатель,  
ответственный за организацию платных  
образовательных услуг

Барнаул  
2024

<b>Содержание:</b>	<b>Страницы</b>
Пояснительная записка	3
1. Комплекс основных характеристик образования	3
Актуальность	3
Направленность	4
Цель и задачи Программы	8
Возрастные особенности обучающихся	10
Планируемые результаты	14
Нормативный срок освоения Программы	16
Содержание Программы	16
2. Комплекс организационно-педагогических условий	20
Возраст обучающихся	20
Форма обучения	20
Учебный план	21
Календарный учебный график	25
Режим занятий	26
Продолжительность занятий	26
Количество учебных недель	26
Ресурсное обеспечение Программы	26
Информационно-методическое обеспечение	26
Технологии, средства обучения	26
Материально-техническое обеспечение	31
3. Список литературы, используемый при реализации Программы	32
Лист корректировки Программы	34

## **Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №45» (далее- Программа) – нормативно-управленческий документ, определяющий содержание дополнительного образования в муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении «Детский сад №45» (далее - Организация), разработанный по нескольким направленностям дополнительного образования и представляющий собой комплекс средств воспитания, обучения, оздоровления, развития обучающихся, реализуемый на основе имеющихся ресурсов (кадровых и материальных) в соответствии с социальным заказом.

Программа самостоятельно разработана и утверждена Организацией для дополнительного образования детей 4-7 лет в соответствии с основными нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

### **1. Комплекс основных характеристик образования**

#### **Актуальность Программы**

Дошкольное образование – первый уровень общей системы образования, главной целью которой является всестороннее развитие ребенка. Дошкольное детство - большой ответственный период психического развития ребёнка. По выражению А.Н. Леонтьева, это возраст первоначального становления личности. На протяжении дошкольного периода у ребёнка не только интенсивно развиваются все психические функции, формируются сложные виды деятельности, например, игра, общение с взрослыми и сверстниками, но и происходит закладка общего фундамента познавательных способностей, творческой активности, физической подготовки.

Большое значение для развития дошкольника имеет организация системы дополнительного образования, которое способно обеспечить переход от интересов детей к развитию их способностей. Развитие творческой активности ребенка является важной задачей дополнительного образования. В настоящее время дополнительное образование детей - единый, целенаправленный процесс, объединяющий воспитание, обучение и развитие личности. Оно предназначено для свободного выбора и освоения дополнительных образовательных программ независимо от основной образовательной программы.

Ценность дополнительного образования состоит в том, что оно усиливает вариативную составляющую общего образования, способствует практическому приложению знаний и навыков, полученных в дошкольном образовательном учреждении, стимулирует познавательную мотивацию обучающихся.

Содержание дополнительного образования детей расширяет возможности личностного развития детей за счет расширения образовательного пространства ребенка исходя из его потребностей. Дополнительное образование является и средством мотивации развития личности к познанию и творчеству. Кроме того, дополнительное

образование способствует своевременному самоопределению ребенка, повышению его конкурентоспособности в жизни, созданию условий для формирования каждым ребенком собственных представлений о самом себе и окружающем мире.

Предоставление дополнительных образовательных услуг и реализация дополнительных образовательных программ определяются социальным заказом детей, родителей и осуществляется только по желанию родителей (законных представителей) на договорной основе с ними.

Дополнительные образовательные программы не могут реализовываться взамен или в рамках основной образовательной деятельности за счет времени, отведенного на реализацию основных образовательных программ дошкольного образования.

Количество и длительность занятий, проводимых в рамках оказания дополнительных образовательных услуг, регламентируется действующими санитарными нормами и правилами.

На основании Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» образовательная организация в соответствии со своими уставными целями и задачами может наряду с основными, реализовывать дополнительные образовательные программы и оказывать дополнительные образовательные услуги за пределами определяющих его статус основных образовательных программ.

Таким образом, дополнительное образование является сегодня актуальным, полноценным и необходимым компонентом системы образования.

### **Направленность Программы**

В соответствии с нормативно-правовыми документами Программа включает в себя следующие направленности:

*Художественная* – направлена на развитие художественно-эстетического вкуса, художественных способностей и склонностей к различным видам искусства, творческого подхода, эмоционального восприятия и образного мышления, подготовки личности к постижению великого мира искусства, формированию стремления к воссозданию чувственного образа воспринимаемого мира.

*Физкультурно-спортивная* – направлена на укрепление здоровья, формирование навыков здорового образа жизни и спортивного мастерства, морально-волевых качеств и системы ценностей с приоритетом жизни, и здоровья.

<b>Направленность</b>	<b>Наименование дополнительных платных образовательных услуг (далее- ДПОУ)</b>
Художественная	Танцевальный кружок «Искорки»
Физкультурно-спортивная	Кружок «Здоровячок»

Программа представлена конкретными видами деятельности, которые пользуются спросом у детей, родителей (законных представителей).

В соответствии с Программой в Организации по каждой направленности разработаны рабочие дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы дополнительного платного образования (ДООП)

<b>Направленность</b>	<b>Наименование ДООП</b>
Художественная	Танцевальный кружок «Искорки»
Физкультурно-спортивная	Кружок «Здоровячок»

**Новизна Программы** заключается в создании в Организации собственной системы предоставления платных образовательных услуг с учетом ее специфики и спроса субъектов образовательного процесса.

Программа позволяет определить новую образовательную политику образовательной организации, направленную на организацию

педагогической деятельности различных специалистов для совместного решения задач повышения качества дошкольного образования.

<b>Новизна ДООП</b>	
ДООП Кружок «Здоровячок»	Используется разнообразные средства физкультурно-спортивной направленности, которые не предусмотрены в образовательной программе дошкольного образования - это различные направления оздоровительных видов гимнастики — корригирующая, ритмическая гимнастика, аэробика, стретчинг, суставная и дыхательная гимнастики, восточные оздоровительные системы упражнений: йоги, фитбол-гимнастика, занятия на спортивных тренажерах и многое другое. Все они направлены на оздоровление организма, повышение функциональных возможностей человека.
ДООП Танцевальный кружок «Искорки»	Программа ориентирована на развитие творческих способностей детей, передачу духовного и культурного опыта человечества, содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами хореографических упражнений

### **Практическая значимость**

Практическая значимость Программы заключается в том, что при правильной организации платных образовательных услуг в образовательной организации, создаются необходимые условия для выполнения социального заказа родителей (законных представителей), обогащения образовательной программы дошкольного образования образовательной организации, развития индивидуальных способностей воспитанников, повышения профессионального уровня педагогов и увеличения их заработной платы.

**Педагогическая целесообразность** Программы объясняется тем, что предлагаемые в Программе формы и методы, средства обучения наиболее эффективны и действенны для детей дошкольного возраста. Если привлекать детей к дополнительному образованию, то они овладевают необходимыми компетенциями, которые направлены на разрешение проблем взаимоотношений человека (ребёнка) с культурными ценностями, осознанием их приоритетности.

Программа построена на общедидактических **принципах** педагогики:

- *комфортность*: атмосфера доброжелательности, вера в силы ребенка, создание для каждой ситуации успеха.
- *погружение каждого ребенка в творческий процесс*: реализация творческих задач достигается путем использования в работе активных методов и форм обучения.
- *опора на внутреннюю мотивацию*: с учетом опыта ребенка создание эмоциональной вовлеченности его в творческий процесс, что обеспечивает естественное повышение работоспособности.
- *постепенность*: переход от совместных действий взрослого и ребенка, ребенка и сверстников к самостоятельным; от самого простого до заключительного, максимально сложного задания.
- *вариативность*: создание условий для самостоятельного выбора ребенком способов, типов творческих заданий.
- *индивидуальный подход*: создание в творческом процессе раскованной, стимулирующей творческую активность ребенка атмосферы. Учитываются индивидуальные психофизиологические особенности каждого ребенка и группы в целом. В основе лежит комплексное развитие всех психических процессов и свойств личности в процессе совместной деятельности.

- *принцип интеграции*: интегративный характер всех аспектов развития личности ребёнка дошкольного возраста: общекультурных, социально-нравственных, интеллектуальных, физических, эстетических.

<b>Принципы работы по ДООП</b>	
<p>ДООП Кружок «Здоровячок»</p>	<p>Общие принципы (<i>характерные для физической культуры и, соответственно, для любого занятия</i>)</p> <p>-<i>принцип всестороннего гармоничного развития личности</i>: решение специфических задач в области физической культуры сочетается с вопросами умственного, нравственного, эстетического, трудового воспитания. На любом занятии физическими упражнениями стремимся активизировать мыслительную деятельность детей, создать условие, в которых ребенок самостоятельно ищет наиболее рациональный способ поведения, формах окружающей обстановки, эмоционально воспринимает музыку;</p> <p>-<i>принцип оздоровительной направленности</i>: занятия построены так, чтобы компенсировать недостаток двигательной активности детей, совершенствовать функциональные возможности организма ребенка, повышая его работоспособность и сопротивляемость;</p> <p>-<i>принцип социализации</i> заключается в том, что дошкольник должен быть постоянно вовлечен в групповую деятельность, совместное решение двигательных задач, чтобы его поведение было составной частью системы действия всей группы.</p> <p>-<i>принцип сознательности и активности</i>, содействует успешному формированию двигательных умений и навыков, развитию физических качеств, во многом зависящих от сознательного отношения детей к занятиям. Инструктор объясняет детям важность занятий, значение упражнений, технику их выполнения; приучает детей наблюдать за выполнением упражнений сверстниками; побуждает к самонаблюдению и самоанализу, самооценке своих действий; предварительному «прочувствованию» (мысленное воспроизведение) движений; привлекает к объяснению знакомого упражнения и т.д.;</p> <p>-<i>принцип наглядности</i> позволяет успешно формировать у детей многообразные представления об обсеваемых движениях, их ритмическом рисунке, пространственных, временных и динамических характеристиках, рациональной технике и тактике двигательных действий;</p> <p>-<i>принцип доступности</i>: детям предлагаются задания, которые соответствуют уровню их развития;</p> <p>-<i>принцип постепенности</i>: от известного - к неизвестному; от простого – к сложному; от менее трудного – к более трудному; возможно от менее привлекательного - к более интересному;</p> <p>-<i>принцип систематичности</i> состоит в регулярности, последовательности и преемственности при формировании у дошкольников знаний и умений;</p> <p>-<i>принцип индивидуализации и дифференциации</i> обязывает педагога строго индивидуализировать процесс обучения физическим упражнениям. Индивидуальный подход выражается в дифференцировании знаний, норм нагрузки и способов их реализации, а также приемов педагогического воздействия;</p> <p>-<i>принцип прочности и прогрессирувания</i>: принцип прочности предполагает приучения дошкольников к многократному</p>

	<p>выполнению осваиваемых движений.</p> <p><i>Специфические принципы фитнеса</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-<i>принцип «нагрузки ради здоровья», или принцип управляемости</i> нагрузки (отказ от соревновательных мотивов и стремлений к достижению высокого спортивного результата);</li> <li>-<i>принцип комплексного воздействия</i> на психофизическую сферу, функциональные системы, двигательные способности и интеллект;</li> <li>-<i>принцип адекватности и свободы выбора</i> средств для занятий тем или иным направлением фитнеса складывается из разумной обоснованности подбора эффективных средств для решения определенности цели занятия, из их адекватности индивидуальным особенностям занимающихся и стоящим перед ними конкретным задачам, а также желания детей заниматься именно этим видом упражнений;</li> <li>-<i>принцип психологической регуляции</i>: реализация этого принципа обусловлена необходимостью снижения уровня тревожности занимающихся, путем специального подбора музыкального сопровождения, танцевальной терапии и других методик, способствующих релаксации, позволяющих снимать мышечные зажимы и через коррекцию тела оздоравливать психику детей;</li> <li>-<i>принцип адаптивности</i> к контингенту занимающихся отображает соответствие занятий фитнесом половозрастным особенностям ребят уровню их здоровья, физической подготовленности, развития двигательных способностей;</li> <li>-<i>принцип контроля и мониторинга</i> физического состояния занимающихся заключается в рациональном дозировании физической нагрузки, основанном на учете физических и функциональных возможностей индивида, что выявляется при тестировании;</li> </ul> <p><i>Принципы фитнеса, отражающие особенности занятий с детьми:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-<i>принцип игровой и эмоциональной направленности</i>: занятия должны быть интересными, побуждать к активной деятельности, содержать игровые и соревновательные моменты;</li> <li>-<i>принцип инициативности и творчества</i> (креативности) предусматривает целеустремленную работу по применению нестандартных упражнений, специальных заданий, творческих игр, направленных на активизации выдумки, творческой инициативы, артистизма и воображения;</li> <li>-<i>принцип самореализации</i> посредством двигательной деятельности способствует самоутверждению ребенка через танец, соревновательные моменты, показательные выступления, содействует закрепощенности, дает уверенность в своих силах.</li> </ul>
<p>ДООП Танцевальный кружок «Искорки»</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-научности и доступности;</li> <li>-систематичности и последовательности обучения;</li> <li>-приоритет жизни и здоровья ребенка;</li> <li>-принцип индивидуального и дифференцированного подхода к ребенку в процессе обучения;</li> <li>-принцип природосообразности (образовательный процесс строится на основе детских интересов с обязательным учетом природных задатков, половых, возрастных и индивидуальных особенностей);</li> <li>-принцип целостности педагогического процесса;</li> <li>-принцип развивающего обучения:</li> <li>-от простого к сложному;</li> </ul>

	<p>-осознанность в процессе обучения (понимание необходимости овладения определенными навыками для оздоровления);</p> <p>-развитие всех учащихся и сильных, и слабых, с учетом коррекции;</p> <p>-обучение в сотрудничестве (помощь друг другу).</p> <p>-принцип оздоровительной направленности:</p> <p>-стимулирование процессов роста и гармоничное развитие;</p> <p>-совершенствование терморегуляции и закаливание организма.</p> <p>-принцип комплексности и системности.</p>
--	--

**Цель Программы:** Создание условий в образовательной организации для дополнительного образования воспитанников, обеспечивающих качество предоставляемых платных образовательных услуг, способствующих высокому уровню обучения, воспитания, развития.

<b>Цели ДООП</b>	
ДООП Кружок «Здоровячок»	Содействие всестороннему развитию физических и духовных сил занимающихся, повышение уровня его физической подготовленности, развитие двигательных способностей, приобщение к систематическим занятиям физической культурой через знакомство с многообразием современных направлений фитнес технологий и интерес к здоровому образу жизни.
ДООП «Ганцевальный кружок «Искорки»	Содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами хореографических упражнений, создание необходимого двигательного режима, положительно психологического настроения для укрепления здоровья ребенка, его физического и умственного развития.

**Задачи Программы:**

- формирование и развитие творческих способностей воспитанников;
- удовлетворение индивидуальных потребностей воспитанников в интеллектуальном, художественно-эстетическом и нравственном развитии, а также в занятиях физической культурой и спортом;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического, военно-патриотического воспитания воспитанников;
- выявление, развитие и поддержку талантливых воспитанников, а также лиц, проявивших выдающиеся способности;
- раннюю профессиональную ориентацию воспитанников;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепления здоровья воспитанников;
- социализацию и адаптацию воспитанников к жизни в обществе;
- формирование общей культуры воспитанников;
- удовлетворение иных образовательных потребностей и интересов воспитанников, не противоречащих законодательству Российской Федерации, осуществляемых за пределами федеральных государственных образовательных стандартов и федеральных государственных требований.



<b>Задачи ДООП</b>	
<p>ДООП Кружок «Здоровячок»</p>	<p>Главная задача при занятиях — это укрепление здоровья ребенка, профилактика наиболее часто встречающихся заболеваний детского возраста, и коррекция имеющихся отклонений в состоянии здоровья.</p> <p>А так же:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оптимизация роста и развития опорно-двигательного аппарата (формирование правильной осанки, профилактика плоскостопия);</li> <li>- развитие и функциональное совершенствование органов дыхания кровообращения, сердечно-сосудистой, нервной систем организма;</li> <li>- способствовать профилактике различных заболеваний;</li> <li>- совершенствование психомоторных способностей: развитие мышечной силы, подвижности в различных суставах (гибкости), выносливости, скоростных, силовых и координационных способностей;</li> <li>- способствовать повышению физической работоспособности занимающихся;</li> <li>- формирование знаний, умений и навыков, необходимых для обеспечения жизнедеятельности в разнообразных условиях жизни, обогащать двигательный опыт.</li> <li>- содействие развитию чувства ритма, музыкального слуха памяти, внимания, умению согласовывать движения с музыкой;</li> <li>- оказание благотворного влияния музыки на психосоматическую сферу ребенка;</li> <li>- формирование навыков выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев;</li> <li>- содействие воспитанию умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движении;</li> <li>- формирование у занимающихся знания и общие представления о физической культуре, понятии ЗОЖ, современных направлениях детского фитнеса, о современных Олимпийских играх, правилах техники безопасности на занятиях фитнесом;</li> <li>- воспитание трудолюбия и стремления к достижению поставленной цели;</li> <li>- расширения кругозор в области физической культуры, способствовать развитию интереса и потребности к занятиям физическими упражнениями.</li> </ul>
<p>ДООП Танцевальный кружок «Искорки»</p>	<p><i>Образовательные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-создать благоприятную обстановку для свободы творчества детей, развитие воображения, памяти, выразительности исполнения танцевальных этюдов;</li> <li>-формировать навыки правильной осанки средствами классического танца;</li> <li>-развивать мышечную силу, гибкость, координацию при работе в партере;</li> <li>-содействовать развитию чувства ритма, музыкально слуха;</li> <li>-содействовать профилактике сколиоза и плоскостопия;</li> <li>- содействовать всесторонней готовности к дальнейшему учебному процессу (образовательная школа, хореографическая студия).</li> </ul> <p><i>Воспитательные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-способствовать выработке волевых качеств: выносливости, настойчивости, целеустремленности;</li> <li>-воспитать сознательное отношение к занятиям, повышение мотивации;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- содействовать сохранению и укреплению здоровья в ходе образовательного процесса;</li> <li>-сохранить через знакомство с элементами русского танца бережное отношение к традициям своего народа.</li> <li>-формировать уважительное отношение в группе, умение слушать и слышать педагога;</li> </ul> <p><i>Развивающие:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-развивать культуру сценического движения в концертном выступлении;</li> <li>-способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата.</li> </ul>
--	---

### Отличительные особенности Программы

Дополнительное образование воспитанников в Организации является актуальным направлением развития, накоплен определенный положительный опыт его организации. Разработанная на основе накопленного в Организации опыта работы позволяет выстроить единый, целенаправленный процесс, способствующий удовлетворению потребностей родителей (законных представителей) и повышению качества образования.

### Адресат Программы (возраст обучающихся)

Программа разработана для детей в возрасте от 4 – 7 лет без предъявления требований к уровню образования. При разработке Программы учитываются возрастные психологические и индивидуальные особенности воспитанников.

Название ДООП	Адресат ДООП (возраст обучающихся)
Танцевальный кружок «Искорки»	Дети от 4 -7 лет
Кружок «Здоровячок»	Дети от 4-7 лет

**Возрастные особенности** детей 4-7 лет, на дополнительное образование которых направлена ДООП:

Танцевальный кружок «Искорки»	<p>Дошкольный возраст является наиболее важным для формирования двигательных навыков и физических качеств, так как в этот период наиболее интенсивно развиваются все органы и системы. Организм ребенка представляет собой единое целое, где деятельность одних систем находится в непрерывной взаимосвязи с деятельностью других. В дошкольном возрасте происходит формирование разных по структуре и характеру основных движений.</p> <p>Одним из средств развития и формирования этих навыков у детей дошкольного возраста выступает занятие хореографией, которое способствует не только развитию творческих способностей, но и позволяет формировать навыки здорового образа жизни ребенка.</p> <p>Развитие музыкально – ритмических движений на каждом возрастном этапе происходит различно. Уже в раннем возрасте ребенок эмоционально откликается на музыку, что выражается в мимике, в жестах. Педагогу необходимо, используя личный пример и опираясь на эмоциональную отзывчивость ребенка, развивать способность слушать музыку, запоминать и выполнять несложные движения и небольшие роли.</p> <p>Творческая активность детей развивается постепенно путем целенаправленного обучения, расширения музыкального опыта, активизации чувств, воображения и мышления. Она открывает путь к восприятию разнообразнейших музыкальных образов, дает возможность</p>
-------------------------------	--

	<p>осуществлять перенос сформированных черт личности на другие области деятельности.</p> <p>Дети 4-5 лет чувствуют смену контрастных частей музыки, могут выполнять и усваивать небольшие музыкальные задания. В музыкально-художественной и в продуктивной деятельности дети эмоционально откликаются на художественные произведения, в которых с помощью образных средств переданы различные эмоциональные состояния людей, животных. Развитию исполнительской деятельности способствует доминирование в этом возрасте продуктивной мотивации. Дети делают первые попытки творчества: создать танец, придумать игру в музыку, импровизировать не сложные ритмы марша или плясовой.</p> <p>Дети еще плохо ориентируются в пространстве, поэтому педагог учит двигаться в соответствии с ярко-контрастным характером музыки, в различном темпе реагировать на начало и окончание музыки, исполнять простейшие движения, передавать несложные имитационные вариации игровых образов (птички летают, лошадки скачут, зайчики прыгают).</p> <p>У детей 5-6 лет уже есть опыт слушания, они могут узнавать знакомые мелодии, определять характер музыки и некоторые средства музыкальной выразительности (динамика – громко, тихо; темп – быстрый, медленный). Движения становятся более ритмичными, четкими, согласованными с началом и окончанием звучания музыки. Дети выполняют более разнообразные движения (боковой галоп, движения парами, притоп одной ногой, выставление ноги на пятку и т.д.) и могут двигаться в соответствии с менее контрастным характером музыки.</p> <p>Дети 6-7 лет уже произвольно владеют навыками выразительного и ритмичного движения. Они могут передавать движениями разнообразный характер музыки, несложный ритмический рисунок, изменять движения в связи со сменой частей музыкального произведения. Детям доступно овладение разнообразными движениями (от ритмичного бега с высоким подъемом ноги и подскоков с ноги на ногу до шага польки, полуприседаний и т.д.) Теперь ребенок физически и психологически готов к дальнейшему хореографическому образованию.</p> <p>Программа может реализоваться в дошкольном учреждении наряду с любой основной программой, так как она направлена на развитие творческой активности, стимулировании воображения, желания включаться в творческую деятельность, а также помимо акцента на развитие эмоциональной и творческой активности, она расширяет границы раздела «танцевально-ритмические движения», включая в него танцевальную импровизацию, танцевальные образы, комбинации, постановки различных танцевальных номеров и т.д.. Таким образом, она может являться поддерживающим инструментом к любой основной программе.</p>
Кружок «Здоровячок»	<p><b>Особенности физического развития детей 4 - 5 лет</b></p> <p><i>Опорно-двигательный аппарат.</i> В связи с особенностями развития строения скелета детям 4 – 5 лет не рекомендуется предлагать на физкультурных занятиях и в свободной деятельности силовые упражнения. Необходимо также следить за правильностью принимаемых детьми поз. Сила кисти правой руки от 4 до 5 лет увеличивается в следующих пределах: у мальчиков – от 5,9 до 10 кг, у девочек – от 4,8 – 8,3 кг.</p>

*Органы дыхания.* К 5 годам брюшной тип дыхания начинает заменяться грудным. Это связано с изменением объема грудной клетки. Несколько увеличивается жизненная емкость легких (в среднем до 900-1000 см в кубе), причем у мальчиков она больше, чем у девочек. К 4 – 5 годам увеличивается подвижность грудной клетки, более частые, чем у взрослого, дыхательные движения.

*Сердечно-сосудистая система.* Частота сердечных сокращений в минуту колеблется у ребенка 4-5 лет от 87 до 112, а частота дыхания от 19 до 29. Регуляция сердечной деятельности к пяти годам окончательно еще не сформирована. В этом возрасте ритм сокращений сердца легко нарушается, поэтому при физической нагрузке сердечная мышца быстро утомляется. О реакции организма на физическую нагрузку судят по внешним признакам утомления: отвлекаемость, общая слабость, одышка, побледнение или покраснение лица и нарушение координации движений.

*Высшая нервная деятельность.* К 4 – 5 годам у ребенка возрастает сила нервных процессов. Особенно характерно для детей данного возраста совершенствование межализаторных связей и механизмов взаимодействия сигнальных систем. Малышам трудно сопровождать словами игровые действия или воспринимать указания, объяснения воспитателя в процессе выполнения гимнастических упражнения, рисования, конструирования и даже одевания.

На пятом году жизни, особенно к концу года, развивается механизм сопоставления слов с соответствующими им раздражителями первой сигнальной системы. Повышается самостоятельность действий, умозаключений. Однако нервные процессы у ребенка еще далеки от совершенства. Преобладает процесс возбуждения. Так, при нарушении привычных условий жизни, утомлении это проявляется в бурных эмоциональных реакциях, несоблюдение правил поведения.

Вместе с тем именно к пяти годам усиливается эффективность педагогического воздействия, направленного на концентрацию нервных процессов. Поэтому на занятиях и в быту следует предлагать упражнения, совершенствующие реакции ребенка на какой-либо сигнал: вовремя остановиться, изменить направление или темп движения.

#### ***Особенности физического развития детей 5 - 6 лет***

Продолжается процесс окостенения скелета ребенка. Дошкольник более совершенно овладевает различными видами движений. Тело приобретает заметную устойчивость.

Дети к 6 годам уже могут совершать пешие прогулки, но на небольшие расстояния. Шестилетние дети значительно точнее выбирают движения, которые им надо выполнить. У них обычно отсутствуют лишние движения, которые наблюдаются у детей 3-5 лет. В период с 5 до 6 лет ребенок постепенно начинает адекватно оценивать результаты своего участия в играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом к 6 годам начинает доставлять ребенку радость, способствует эмоциональному благополучию и поддерживает положительное отношение к себе («я хороший, ловкий» и т.д.). Уже начинают наблюдаться различия в движениях мальчиков и девочек (у мальчиков - более прерывистые, у девочек – мягкие, плавные).

6 годам совершенствуется развитие мелкой моторики пальцев рук. Некоторые дети могут продеть шнурок в ботинок и завязать бантиком. В старшем возрасте продолжают совершенствоваться культурно-

гигиенические навыки: умеет одеться в соответствии с условиями погоды, выполняет основные правила личной гигиены, соблюдает правила приема пищи, проявляет навыки самостоятельности. Полезные привычки способствуют усвоению основ здорового образа жизни.

***Особенности физического развития детей 6 - 7 лет***

Возрастной период от 5 до 7 лет называется периодом «первого вытяжения»; за один год ребенок может вырасти до 7 - 10 см. Средний рост в 5 лет составляет 106-107 см, а масса тела -17-18 кг. На протяжении шестого года жизни средняя прибавка массы тела в месяц – 200г, а роста – 0,5см.

*Опорно-двигательный аппарат.* Развитие опорно-двигательной системы (скелет, суставно-связочный аппарат, мускулатура) ребенка к 5-6 годам еще не завершено. Каждая из 206 костей продолжает меняться по размеру, форме, строению, причем у разных костей фазы развития неодинаковы.

Окостенение опорных костей носовой перегородки начинается с 3-4 лет и к 6 годам не окончено, что необходимо учитывать при проведении занятий по физической культуре.

Позвоночный столб ребенка 5-7 лет чувствителен к деформирующим воздействиям. Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций, связок. При излишней массе тела, при неблагоприятных условиях осанка ребенка нарушается: может появиться вздутый или отвислый живот, плоскостопие, у мальчиков может образоваться грыжа.

У детей 5-7 лет наблюдается незавершенность стопы. В связи с этим необходимо предупреждать появление у детей плоскостопия, причиной которого могут стать обувь большого, чем нужно, размера, излишняя масса тела, перенесенные заболевания.

В развитии мышц выделяют несколько этапов, среди которых - возраст 6 лет. К шести годам у ребенка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабы мелкие мышцы, особенно кистей рук.

Основной проявления двигательной деятельности является развитие устойчивого равновесия. Оно зависит от степени взаимодействия проприоцептивных, вестибулярных и других рефлексов, а также от массы тела и площади опоры. При выполнении упражнений на равновесие девочки имеют некоторые преимущество перед мальчиками.

*Органы дыхания.* Жизненная емкость легких в среднем составляет 110-1200 кубических см, но она зависит и от многих факторов: длины тела, типа дыхания и др. Максимальная вентиляция легких к шести годам составляет примерно д.ц в кубе воздуха в минуту. Число дыханий в минуту в среднем – 25. При выполнении гимнастических упражнений она увеличивается в 2-7 раз, а при беге – еще больше.

Потребность в двигательной активности у многих ребят настолько велика, что врачи и физиологи период от 5 до 7 лет называют «возрастом двигательной расточительности».

*Сердечно-сосудистая система.* Развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем. К пяти годам размеры сердца у ребенка увеличиваются в 4 раза. Интенсивно формируется и сердечная деятельность, но процесс продолжается на протяжении всего дошкольного возраста.

В первые годы жизни пульс ребенка неустойчив и не всегда ритмичен.

	<p>Средняя его частота к 6-7 годам составляет 92-95 ударов в минуту. К 7-8 годам развитие нервного аппарата, регулирующего сердечную деятельность, в основном заканчивается, и работа сердца становится более ритмичной.</p> <p><i>Высшая нервная деятельность.</i> Развитие центральной нервной системы характеризуется ускоренным формированием морфофизиологических признаков. Так, поверхность мозга шестилетнего ребенка составляет уже более 90 процентов размера коры головного мозга взрослого человека. Бурно развиваются лобные доли мозга; дети осознают последовательность событий, понимают сложные обобщения.</p> <p>В этом возрасте совершенствуются основные процессы: возбуждение и особенно торможение, и несколько легче формируются все виды условного торможения.</p> <p>У детей 5-6 лет динамические стереотипы, составляющие биологическую основу навыков и привычек, формируются достаточно быстро, но перестройка их затруднена, что свидетельствует о недостаточной подвижности нервных процессов.</p>
--	--

### Форма объединения

Форма объединения	Название ДООП
кружок	Танцевальный кружок «Искорки»
кружок	Кружок «Здоровячок»

### Планируемые результаты:

В результате дополнительного образования у детей в соответствии с их возрастными возможностями будут развиты:

- творческие хореографические, художественные способности;
- положительный опыт взаимодействия со взрослым и сверстниками в совместной деятельности;
- предпосылки для дальнейшего совершенствования;

Будут удовлетворены потребности детей в занятиях по интересам. Будет положительная динамика физического развития, сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у них полезных привычек.

Планируемые результаты ДООП	
ДООП Кружок «Здоровячок»	<p><i>дети 4-5 лет</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-ритмично двигаться в соответствии с темпом музыки, согласовывать движения рук и ног, держать осанку;</li> <li>-выполнять ОРУ (по выбору педагога) непрерывно под музыку в различном темпе;</li> <li>-осознанно выполнять несложные упражнения коррегирующей гимнастики, преодолевая мышечное напряжение;</li> <li>-имеет представление о технике самомассажа (поглаживание, разминание, постукивание);</li> <li>-имеет представление о сочетании двигательных упражнений с дыханием;</li> <li>-выполнять комплексы упражнений на фитболах, соответствующие возрасту и подготовке (предложенные педагогом).</li> <li>-принимать правильное исходное положение, сохранять равновесие при выполнении упражнений и движений на месте и в движении;</li> <li>-выполнять упражнения на детских спортивных тренажерах, соответствующие возрасту и подготовке;</li> <li>-согласовывать движения с текстом, слышать вступление и начало</li> </ul>

	<p>движения;</p> <p><b>дети 5-6 лет</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-ритмично двигаться в соответствии с темпом музыки, осознанно владеть своим телом, держать осанку;</li> <li>-выполнять ОРУ непрерывно под музыку в различном темпе;</li> <li>-осознанно выполнять упражнения суставной гимнастики, преодолевая мышечное напряжение;</li> <li>-владеть техникой самомассажа (поглаживание, разминание, постукивание);</li> <li>-владеть техникой выполнения упражнений на детских спортивных тренажерах, соответствующие возрасту и подготовке;</li> <li>-сочетать двигательные упражнения с дыханием;</li> <li>-выполнять комплексы упражнений на фитболах, соответствующие возрасту и подготовке (предложенные педагогом);</li> </ul> <p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-последовательность выполнения упражнений на детских спортивных тренажерах;</li> <li>-разные исходные положения: стоя, сидя, лежа на спине, животе, на боку, в различных упорах.</li> </ul> <p><b>дети 6-7 лет</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-владеет элементами аэробики, выполняет движения в разном ритмическом темпе;</li> <li>-владеет элементарными приемами выполнения упражнений художественной гимнастики (с лентой, скакалкой, мячом, обручем);</li> <li>-самостоятельно выполняет под музыку комплексы фитнес-упражнений, разученных ранее;</li> <li>-выполняет с помощью педагога упражнения психогимнастики, хатха-йоги («Приветствие солнцу»), знают названия поз, стремится контролировать движения и дыхание;</li> <li>-использует различные приемы самомассажа, дыхательной, звуковой гимнастики, упражнений на расслабления, соблюдая их последовательность;</li> <li>-самостоятельно выполняет упражнения на детских спортивных тренажерах.</li> </ul>
<p>ДООП Танцевальный кружок «Искорки»</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-укрепление и развитие мышц опорно – двигательного аппарата (правильная постановка корпуса, предупреждение сколиоза и плоскостопия);</li> <li>– способность, сохраняя осанку, пройти правильно в такт музыки;</li> <li>– знание и умение выполнять программные упражнения;</li> <li>– выработка выносливости, трудоспособности и концентрации внимания;</li> <li>– координирование движений, заданных педагогом;</li> <li>– знание позиций и положений рук и ног классического танца;</li> <li>- знание основных рисунков танца, умение перестроиться из одного в другой; способность вступить в движение после музыкального вступления и закончить с последним аккордом;</li> <li>– умение пластически выразить заданный образ;</li> <li>– самовыражение и самоопределение ребенка как личности;</li> <li>– самостоятельное выполнение танцевальных этюдов под музыку;</li> <li>– готовность к дальнейшему хореографическому образованию (студии, ансамбли).</li> </ul>

**Нормативный срок освоения Программы:** 8 месяцев (октябрь 2024 г. – май 2025 г.)

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

Концепция Программы во главу угла ставит идею развития личности ребенка, формирования его художественно-эстетических способностей, воспитания важных личностных качеств, развития физических качеств, потребности в ведении здорового образа жизни.

Все темы занятий, входящие в Программу, подобраны по принципу нарастания сложности материала и заданий, что дает возможность ребенку распределять свои силы равномерно и получить желаемый результат. Возможно внесение изменений в содержательную часть Программы на последующие годы реализации, с учетом интересов детей, пожеланий родителей.

### **Содержание ДООП Танцевальный кружок «Искорки»**

*Основные движения:*

**Тема «Как я устроен?».**

В процессе выполнения упражнений ребенку образно, в игровой доступной форме дается первоначальное объяснение строения его организма. Мотивация обучающихся на дальнейшую активную здорово сберегающую позицию.

**Тема «Музыкально - ритмическое пространство танца».**

Здесь дети знакомятся с музыкальным материалом более углубленно. Прослушивают музыку, определяют ее характер, звучание отдельных инструментов. Узнают понятия “ритм”, ” такт”, “темп” и применяют их на практике, исполняют танцевальные элементы под заданную музыку.

**Тема «Основа классического танца».**

Классический танец – основа всей хореографии. Он поможет детям познать свое тело, научиться грамотно, владеть руками и ногами, правильно держать спину. На занятиях дети знакомятся с правильной постановкой корпуса, с основными позициями рук и ног, различными классическими движениями (portdebras,demiplies,saute и др).

*Партнерная пластика:*

**Тема «Игровая гимнастика. Стрейчинг».**

Служит основой для освоения ребенком различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшей работе по программе. Сюда входит комплекс игровых гимнастических упражнений, развивающих гибкость и пластичность.

**Тема «Оздоровительная пластика».**

Чрезмерная нагрузка, неправильный режим дня, мебель, неприспособленная под возраст ребенка – все это, безусловно, приводит к нарушению осанки. А это не только сутулость, а еще повышенная нагрузка на такие важные органы, как сердце и легкие. Дети с нарушенной осанкой отличаются слабостью, болезненностью и повышенной утомляемостью. Поэтому в программу включены комплексы движений, исключаящие искривление позвоночника.

Плоскостопие, по словам медиков, - «сплошь да рядом». А это травмы стопы. Лучшая борьба с ним – это профилактика. Она заключается в укреплении мышц, поддерживающих свод стопы. А физическая нагрузка в любом случае развивает мышцы ног и укрепляет стопу.

**Тема «Элементы йоги».**

Предлагаемая система занятий комплексно воздействует на развитие ребенка. Это профилактика простудных заболеваний, закаливание, умение быть здоровым, освобождаться от стрессов, перенапряжения, элементы знаний самомассажа и т.д., дыхательная гимнастика.



### **Тема «Игровой самомассаж».**

Является основой закаливания и оздоровление детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение. Такие упражнения способствует формированию у ребенка сознательного стремления к оздоровлению.

*Танцевальные образы:*

### **Тема «Магия превращения»**

Раздел, в котором ребенок, наряду с игровыми заданиями, имеет возможность самовыражения, включение воображения и фантазии. Он может перевоплощаться в желаемый образ через выполнение движений или двигаться под музыку так как ему хочется. Также дети разучивают танцевальные этюды для будущих выступлений.

*Композиция:*

### **Тема «Рисунки танца. Техника перестроения».**

Практическое знакомство детей в ходе исполнительской деятельности с основными рисунками танца (круг, линия, колонна, и др.). Техника перестроения рисунков при выполнении заданных танцевальных элементов.

### **Тема «А вот и я!»**

Работа над эмоциональной окраской заданного образа. Становление маленького артиста, первые выступление перед зрителем. Рефлексия.

*Игры и этюды:*

### **Тема «Игротанцы».**

Разучивание игровых сюжетных танцев, в которых средствами хореографии раскрывается заданный образ. Активно используются костюмы и атрибуты.

### **Тема «Музыкально подвижные игры».**

Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации – все, что требуется при занятиях «игрогимнастика», «игротанцы». Подвижные игры развивают координацию, ритмичность, ориентирование в пространстве, формирование правильной осанки, профилактика плоскостопия, тренируют вестибулярный аппарат. Происходит знакомство с танцевальными играми, игровыми хороводами и польками.

### **Тема «Специальные задания».**

Работа педагога по применению нестандартных упражнений, специальных заданий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы и, следовательно, самовыражения и раскрепощенности. Подготовка танцевальных этюдов, выступление перед родителями.

## **Содержание ДООП Кружок «Здоровячок»**

### ***Тема 1: Сюжетно - тематические занятия, включающие в себя упражнения корригирующей и профилактической направленности.***

*Теория:* Изучение технологии выполнения комплексов упражнений корригирующей, релаксационной и профилактической направленности, а так же элементы игрового стретчинга и пилатеса. Выполнение правильного показа упражнения инструктором и объяснение для укрепления и развитию каких групп мышц необходимо данное упражнение, а также какие физические качества оно развивает. Обучение правильному дыханию носом и соотношению вдоха и выдоха при выполнении упражнений и движений. Задается правильный и четкий ритм выполнения упражнений.

Объяснение занимающимся, что все движения должны носить индивидуальный диапазон.

*Практика:* Упражнения носят имитационный и подражательный характер и выполняются по ходу сюжетно-ролевой и тематической игры, состоящей из взаимосвязанных ситуаций, заданий, упражнений, подобранных таким образом, чтобы можно было осуществить

частую смену двигательной деятельности из различных положений с большим разнообразием видов движений, давая хорошую физическую нагрузку на все группы мышц и содействовать решению оздоровительных и развивающих задач. Упражнения выполняются под инструментальную музыку с четким ритмом, отражающие характер выполняемых упражнений и движений, а так же сопровождение упражнений и движений стихами, загадками, речовками. Оборудование и материалы занятия подобраны в соответствии содержанию каждого из них.

Сюжетный материал распределяется на два занятия. На первом- знакомство с новыми движениями и закрепление уже известных. На втором – совершенствование и точность выполнения упражнений и движений, передача характерных особенностей образов.

*Результат:* Профилактика и коррекции заболеваний опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно-сосудистой и нервной системы. Развитие подвижности различных суставов(гибкости).Формирование у детей устойчивого интереса к освоению новых движений, привитие навыков самоконтроля и самокоррекции действий в процессе занятий, развитие самооценки, инициативы и творчества.

#### ***Тема 2:Занятия гимнастическо-атлетической направленности с использованием «Фитбол-гимнастики»***

*Теория:* Дать представления о форме и физических свойствах фитбола. Провести инструктаж по технике безопасности при выполнении упражнений и движений на фитболе. Обучить технологии правильной посадке на фитболе, базовым положениям при выполнении упражнений в партере (сидя, лежа, в приседе), сохраняя правильную осанку при выполнении упражнений для рук и ног в сочетании с покачиванием, при уменьшении площади опоры, на сохранение равновесия (с различными положениями на фитболе) и на расслабления мышц. Выполнение правильного показа инструктором упражнений и движений на фитболе с контролем постоянного контакта с поверхностью фитбола и правильностью выполнения упражнений. Объяснение для укрепления и развитию каких групп мышц необходимо данное упражнение, а также какие физические качества оно развивает. Обучение правильному дыханию носом и соотношению вдоха и выдоха при выполнении упражнений и движений, а также при выполнении упражнений в положении лежа не задерживать дыхание. Задается правильный и четкий ритм выполнения упражнений.

Объяснение занимающимся, то что темп и продолжительность упражнений и движений индивидуальны. Организовать детей, собрать и активизировать их внимание, вызвать интерес к занятиями создать бодрое настроение.

*Практика:* Упражнения носят имитационный и подражательный характер и выполняются последовательно по ходу сюжетно-ролевой и тематической игры, состоящей из взаимосвязанных ситуаций, заданий, упражнений. Упражнения и движения подобранных таким образом, чтобы можно было осуществить частую смену двигательной деятельности из различных положений с большим разнообразием видов движений, чередуя нагрузки на все группы мышц. Упражнения выполняются под инструментальную музыку с четким ритмом, отражающие характер выполняемых упражнений и движений, а так же сопровождение упражнений и движений стихами, загадками, речовками, а серийно-поточный способ позволяет увеличить нагрузку и моторную плотность занятия. Оборудование и материалы занятия подобраны в соответствии содержанию каждого из них.

Сюжетный и изучаемый материал распределяется на два занятия. На первом- знакомство с новыми движениями и закрепление уже известных, в котором значительную часть времени уделяется подводящим упражнениям, способствующим более последовательному овладению действиями. На втором – повторение, совершенствование и точность выполнения упражнений и движений, передача характерных особенностей образов.

Инструктор следит за техникой выполнения упражнений и движений, соблюдая приемы страховки и учит детей само страховки.

*Результат:* Приобретение двигательной сноровки, координации движений и сохранению равновесия. Укрепления мышц спины и брюшного пресса. Создание хорошей мышечной корсеты. Улучшения функционирования сердечно-сосудистой и дыхательной систем, коммуникативной и эмоционально-волевой сферы. Нормализует работу нервной системы, стимулирует нервно-психологическое развитие. Формирует сложное и длительно вырабатываемый в обычных условиях навык правильной осанки.

***Тема 3: Занятия танцевальной направленности с использованием аэробики, фитбол-аэробики, степ-аэробики; ритмической гимнастики, образно-игровой ритмической гимнастики.***

*Теория:* Дать представление детям о различных формах занятий танцевальной направленности, а так же для развития каких физических навыков и качеств они нужны. Изучение технологии правильного выполнения танцевально-ритмических композиций через показ. Обратить внимание занимающихся на точность движений, позы, их выразительность, законченность, амплитуду выполнения. Разучивания сложных комплексов по частям. С первых минут занятий инструктор обучает детей согласовывать движения с музыкой и текстом. Обучение правильному дыханию носом и соотношению вдоха и выдоха при выполнении танцевально-ритмических упражнений и движений.

Оборудование и материалы занятия подобраны в соответствии содержанию каждого из них. Организовать детей, собрать и активизировать их внимание, вызвать интерес к занятиями создать бодрое настроение.

*Практика:* Выполнения различных комплексов танцевально-ритмической направленности, в точности соблюдая методику проведения. Упражнения выполняются, как, правило, «с листа, то есть без предварительного разучивания, поскольку это не главная задача занятия. Инструктор использует «зеркальный показ». Упражнения выполняются под музыку с четким ритмом, отражающие характер выполняемых упражнений и движений, а так же сопровождение упражнений и движений текстом. На протяжении выполнения всего комплекса постепенно увеличивается нагрузка, в соответствии с возможностями занимающихся.

*Результат:* Формирование пластичности, выразительности и изящности. Развитие устойчивого внимания и собранности. Совершенствование координационных способностей и двигательной памяти. Повышение двигательной активности детей. Укрепления суставно-связочного аппарата. Формирование у детей устойчивого интереса к освоению новых движений, привитие навыков самоконтроля и самокоррекции действий в процессе занятий, развитие самооценки, инициативы и творчества.

***Тема 4: Занятия циклической направленности с использованием спортивных тренажеров и спортивных атрибутов, и оборудования.***

*Теория:* Ознакомить детей с тренажерными устройствами, объясняя при этом как пользоваться тем или иным устройством. Показать упражнение на тренажерах, комментируя правильное выполнения и демонстрируя его графическое изображение-карточки-схемы. Создать у детей правильное представление о движении в целом и на тренажере в частности. Провести инструктаж по технике безопасности при выполнении упражнений и движений на тренажерах. Объяснение для укрепления и развитию каких групп мышц необходим каждый тренажер, а также какие физические качества он развивает. Обучение правильному дыханию носом и соотношению вдоха и выдоха при выполнении упражнений и движений,

Объяснение занимающимся, что темп и продолжительность упражнений и движений индивидуальны. Организовать детей, собрать и активизировать их внимание, вызвать интерес к занятиями создать бодрое настроение.

*Практика:* Занятия с простейшими тренажерами проводятся по традиционной методике. Дети выполняют упражнения по показу педагога в среднем темпе. Инструктор дает постепенную физическую нагрузку на разные группы мышц рук и плечевого пояса, ног, живота, спины. Амплитуда движений с тренажерами не должна быть слишком большой.

Упражнения носят имитационный и подражательный характер, используя разные образы, например «Скачем на лошадке», «Гонка велосипедистов». Упражнения выполняются методом круговой тренировки и подобраны таким образом, чтобы можно было осуществить частую смену двигательной деятельности из различных положений с большим разнообразием видов движений, чередуя нагрузки на все группы мышц и расслаблением. Оборудование и материалы занятия подобраны в соответствии содержанию каждого из них. Весь период обучения работе на тренажерах делится на три этапа. Первый этап-ознакомление с тренажерами и первоначальное разучивание упражнений. Второй этап- разучивания углубленное, с уделением внимания технике выполнения движений. Третий этап-закрепление навыков работы на тренажерах и совершенствование техники выполнения упражнений. В процессе занятий инструктор объясняет задание, дает указание, отмечает ошибки и поощряет детей. Инструктор следит за техникой выполнения упражнений и движений, соблюдая приемы страховки и учит детей самостраховке.

*Результат:* Повышение двигательной активности детей. Приобретение двигательной сноровки, совершенствование координации движений, укрепления суставно-связочного аппарата. Создание хорошего мышечного корсета. Улучшение работы вестибулярного аппарата. Формирование у детей устойчивого интереса к освоению новых движений, привитие навыков самоконтроля и самокоррекции действий в процессе занятий, развитие самооценки, инициативы и творчества.

## 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### Возраст обучающихся:

ДООП Кружок «Здоровячок»	Дети с 3-4 лет
ДООП Танцевальный кружок «Искорки»	Дети с 4 до 5 лет

**Форма обучения** – очная.

### Принципы формирования групп

Название ДООП	Состав группы:	Количество обучающихся в объединениях (человек)	Разделение обучающихся по половой принадлежности
Танцевальный кружок «Искорки»	одновозрастная	от 7 до 23	не предусмотрено
Кружок «Здоровячок»	одновозрастная	от 7 до 23	не предусмотрено

**Формы организации образовательного процесса** – занятия

**Режим занятий.** Занятия учитывают возрастные и индивидуальные возможности детей, работоспособность и порог утомляемости организма ребенка при выполнении заданий и упражнений.

**Время проведения занятий:** Занятия проводятся в свободное от основной образовательной деятельности время - в режиме дня, которое предполагает самостоятельную деятельность детей : с 15.05 до 16.25

### Продолжительность занятий

Продолжительность занятий	Количество минут
<b>Группа</b>	
Средняя (4-5 лет)	20
Старшая (5-6 лет)	25
Подготовительная (6-7 лет)	30

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Наименование ДООП	Направленность ДПОУ	Возраст обучающихся	Периодичность (в неделю)	Периодичность (в месяц)	Объем образовательной нагрузки в год (кол-во занятий)
Кружок «Здоровячок»	физкультурно - спортивная	4-5 лет	2	8	64
		5-6 лет	2	8	64
		6-7 лет	2	8	64
Танцевальный кружок «Искорки»	художественная	4-5 лет	2	8	64
		5-6 лет	2	8	64
		6-7 лет	2	8	64

Наименование ДПОУ	Возрастная группа	Продолжительность занятия	Объем образовательной нагрузки	
			В неделю	В месяц
Кружок «Здоровячок»	4-5 лет	20 мин	40 мин	320 мин
	5-6 лет	25 мин	50 мин	400 мин
	6-7 лет	30 мин	60 мин	480 мин
Танцевальный кружок «Искорки»	4-5 лет	20 мин	40 мин	320 мин
	5-6 лет	25 мин	50 мин	400 мин
	6-7 лет	30 мин	60 мин	480 мин

### Учебный план Кружок «Здоровячок»

Возрастная группа (номер детского объединения)	Кол-во занятий в неделю	День недели	Время проведения	Всего учебных недель
4-5 лет (8)	2	Вторник Четверг	15.40-16.00	33
4-5 лет (4)	2	Вторник Четверг	16.05-16.25	33
5-6 лет (7)	2	Понедельник Среда	15.05-15.30	33
5-6 лет (10)	2	Среда Пятница	15.05 -15.30	33
6-7 лет (9)	2	Вторник Четверг	15.05 -15.35	33

### Учебный план Танцевальный кружок «Искорки»

Возрастная группа	Кол-во занятий в неделю	День недели	Время проведения	Всего учебных недель
Средняя группа дети 4-5 лет (8)	2	Понедельник Пятница	15.40-16.00	33
Средняя группа дети 4-5 лет (4)	2	Понедельник Пятница	16.05-16.25	33
Старшая группа дети 5-6 лет (7)	2	Вторник Четверг	15.05-15.30	33
Старшая группа дети	2	Вторник	15.40-16.05	33

5-6 лет (10)		Четверг		
Подготовительная группа дети 6-7 лет (6)	2	Понедельник Пятница	15.05-15.35	33

**Количество занятий в учебный год по каждой возрастной группе Кружок «Здоровячок»**

месяц	Дети 4-5 лет		Дети 6-7 лет		Дети 6-7 лет	
	8	4	7		8	
октябрь	10	10	9	октябрь	10	
ноябрь	8	8	7	ноябрь	8	
декабрь	8	8	8	декабрь	8	
январь	6	6	6	январь	6	
февраль	8	8	8	февраль	8	
март	8	8	9	март	8	
апрель	9	9	9	апрель	9	
май	7	7	8	май	7	
всего	64	64	64	всего	64	

**Количество занятий в учебный год по каждой возрастной группе Танцевальный кружок «Искорки»**

Возрастная категория/ месяц	Средняя группа 4-5 лет		Старшая группа 5-6 лет		Подготовительная группа 6-7 лет
	№ 8	№4	№10	№7	№6
октябрь	9	9	9	9	9
ноябрь	8	8	8	8	8
декабрь	8	8	8	8	8
январь	7	7	7	7	7
февраль	8	8	8	8	8
март	9	9	8	8	9
апрель	8	8	9	9	8
май	7	7	7	7	7
всего	64	64	64	64	64

**Учебно-тематический план**

Разделы программы	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
1.Основные движения	12 ч.	14ч.	16ч.
2.Партерная пластика	14ч.	12ч.	10ч.
3.Танцевальные образы	12ч.	14ч.	14ч.
4.Композиция	12ч.	12ч.	12ч.
5.Игры и этюды	14ч.	12ч.	12ч.
<b>ИТОГО:</b>	<b>64ч.</b>	<b>64ч.</b>	<b>64ч.</b>

**Учебно-тематический план (Средняя группа 4-5 лет)**

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1.	Основные движения	12	6	6	беседа
	1.«Как я устроен?»	4	2	2	
	2.Музыкально-ритмическое пространство	6	3	3	
	3.Основы классического танца	2	1	1	тематическое задание
2.	Партерная пластика	14	6	8	
	1.Игрогимнастика, стрейчинг	4	2	2	

	2.Оздоровительная пластика	4	2	2	открытое занятие фотоотчет
	3.Элементы йоги	3	1	2	
	4.Игровой самомассаж	3	1	2	
3.	Танцевальные образы	12	4	8	презентация концерт
	1.Магия превращения	12	4	8	
4.	Композиция	12	5	7	визуальное отслеживание отчетное мероприятие
	1.Рисунки танца	8	3	5	
	2. «А вот и я!»	4	2	2	
5.	Игры и этюды	14	5	9	конкурсные выступления
	1.Игротанцы	8	2	6	
	2.Музыкально-подвижные игры	4	2	2	
	3.Специальные задания	2	1	1	
ИТОГО		64	26	38	

#### Учебно-тематический план (Старшая группа 5-6 лет )

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1.	Основные движения	14	7	7	беседа
	1.«Как я устроен?»	4	2	2	
	2.Музыкально-ритмическое пространство	6	3	3	
	3.Основы классического танца	4	2	2	
2.	Партерная пластика	12	5	7	тематическое задание открытое занятие
	1.Игрогимнастика, стрейчинг	4	2	2	
	2.Оздоровительная пластика	3	1	2	
	3.Элементы йоги	2	1	1	
	4.Игровой самомассаж	3	1	2	
3.	Танцевальные образы	14	4	10	презентация концерт
	1.Магия превращения	14	4	10	
4.	Композиция	12	5	7	визуальное отслеживание отчетное мероприятие
	1.Рисунки танца	8	3	5	
	2. «А вот и я!»	4	2	2	
5.	Игры и этюды	12	5	7	конкурсные выступления
	1.Игротанцы	6	2	4	
	2.Музыкально-подвижные игры	4	2	2	
	3.Специальные задания	2	1	1	
ИТОГО		64	26	38	

#### Учебно-тематический план (Подготовительная группа 6-7 лет )

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1.	Основные движения	16	7	9	беседа
	1.«Как я устроен?»	4	2	2	
	2.Музыкально-ритмическое пространство	6	3	3	
	3.Основы классического танца	6	2	4	
2.	Партерная пластика	10	5	5	тематическое задание открытое
	1.Игрогимнастика, стрейчинг	4	2	2	

	2.Оздоровительная пластика	2	1	1	занятие
	3.Элементы йоги	2	1	1	
	4.Игровой самомассаж	2	1	1	
3.	Танцевальные образы	14	4	10	презентация концерт
	1.Магия превращения	14	4	10	
4.	Композиция	12	5	7	визуальное отслеживание отчетное мероприятие
	1.Рисунки танца	8	3	5	
	2. «А вот и я!»	4	2	2	
5.	Игры и этюды	12	5	7	конкурсные выступления
	1.Игротанцы	6	2	4	
	2.Музыкально-подвижные игры	4	2	2	
	3.Специальные задания	2	1	1	
<b>ИТОГО</b>		<b>64</b>	<b>26</b>	<b>38</b>	

**Учебно – тематический план Кружок «Здоровячок»**

№	Тема	Возраст детей	Кол-во занятий для одной группы		Кол-во часов (минут) на каждую тему	Общее кол-во часов (мин)	Теория на 1занятии (мин) /всего (мин)	Практика на 1 занятии (мин) /всего (мин)	Форма контроля
			№8	16					
<b>1</b>	Сюжетно тематические занятия, включающие себя упражнения корригирующей и профилактической направленности.	4-5 лет	№8	16	20	320	5/80	15/240	Наблюдение Фото и видеоотчет
			№4	16	20	320	5/80	15/240	
		5-6 лет	№7	17	25	425	5/85	20/300	Наблюдение Фото и видеоотчет
			№10	16	25	400	5/80	20/320	
	6-7 лет	№9	16	30	480	5/80	25/400	Наблюдение Фото и видеоотчет	
<b>2</b>	Занятия гимнастическо-атлетической направленности с использованием «Фитбол-гимнастики»	4-5 лет	№8	16	20	320	5/80	15/240	Наблюдение Фото и видеоотчет
			№4	16	20	320	5/80	15/240	
		5-6 лет	№7	15	25	400	5/80	20/320	Наблюдение Фото и видеоотчет
			№10	16	25	375	5/75	20/300	
	6-7 лет	№9	16	30	480	5/80	25/400	Наблюдение Фото и видеоотчет	
<b>3</b>	Занятия танцевальной направленности с использованием	4-5 лет	№8	16	20	320	5/80	15/240	Показательные выступления
			№4	16	20	320	5/80	15/240	
		5-6 лет	№7	16	25	375	5/75	20/300	Самостоятельно е выполнение упражнений
			№10	16	25	375	5/75	20/300	



	аэробики, фитбол-аэробики, степ-аэробики; ритмической гимнастики, образно-игровой ритмической гимнастики.	6-7 лет	№9	16	30	480	5/80	25/400	Наблюдение Фото и видеотчет
4	Занятия циклической направленности с использованием спортивных тренажеров и спортивных атрибутов, и оборудования.	4-5 лет	№8	16	20	320	5/80	15/240	Самостоятельное выполнение Фото и видеотчет упражнений
			№4	16	20	320	5/80	15/240	
		5-6 лет	№7	16	25	375	5/75	20/300	Внутри групповые соревнования
			№10	16	25	375	5/75	20/300	
		6-7 лет	№9	16	30	480	5/80	25/400	Наблюдение Фото и видеотчет
5	Всего	4-5 лет	№8	64	20	1280	5/320	15/960	Наблюдение Фото и видеотчет Выступления
			№4						
		5-6 лет	№7 №10	64	25	1600	5/320	20/1280	
6-7 лет	№9	64	30	1920	5/320	25/1600			

### КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

#### Сроки проведения занятий:

#### Танцевальный кружок «Искорки»

Возраст детей /детские объединения	Дата начала учебного периода (начала получения дополнительной платной услуги)	Дата окончания учебного периода (окончания получения дополнительной платной услуги)
5-6 лет (7,10)	01.10.2024	29.05.2025
4-5 лет (4,8)	04.10.2024	30.05.2025
6-7 лет (6)	04.10.2024	30.05.2025

#### Кружок «Здоровячок»

Возраст детей /детские объединения	Начало получения дополнительной платной услуги	Окончание получения дополнительной платной услуги
4-5 лет (8)	01.10.2024	29.05.2025
4-5 лет (4)	01.10.2024	29.05.2025
5-6 лет (7)	02.10.2024	29.05.2025
5-6 лет (10)	02.10.2024	30.05.2025
6-7 лет (9)	03.10.2024	29.05.2025

**Режим проведения занятий:** Занятия проводятся во второй половине дня, в свободное от основной образовательной деятельности время - в режиме дня, которое предполагает самостоятельную деятельность детей

**Время проведения занятий:** 15.40 - 16.25.

**Продолжительность занятий**

Возрастная группа	Возраст детей	Количество минут
Средняя	4-5 лет	20
Старшая	5-6 лет	25
Подготовительная	6-7 лет	30

**Выходные, праздничные дни**

Выходные дни	Суббота, воскресенье
Праздничные дни (длинные выходные дни), установленные законодательством РФ:	4 ноября — День народного единства. 1, 2, 3, 4, 5, 6 и 7 января — Новый год 7 января — Рождество Христово 23 февраля — День защитника Отечества 8 марта — Международный женский день 1 мая — Праздник Весны и Труда 9 мая — День Победы

**Продолжительность каникул (их начало и окончание)**

Зимние каникулы	01.01.2025 - 07.01.2025
Летние каникулы	02.06.2025 - 29.08.2025

**Количество учебных недель в 2024/2025 уч. году:**

Кол-во учебных недель Всего:	33 недели	33 недели	33 недели	33 недели	33 недели
Кол-во учебных недель 1 полугодие	13 недель	13 недель	13 недель	13 недель	13 недель
Кол-во учебных недель 2 полугодие	20 недель	20 недель	20 недель	20 недель	20 недель

**Ресурсное обеспечение Программы**

**Информационно-методическое обеспечение**

Наличие утвержденной Программы, учебного плана, календарного учебного графика, Положения о дополнительных платных образовательных услугах.

Методическая литература, методические разработки к ДООП.

Руководители ДПОУ пользуются учебно-методическими пособиями в соответствии с направленностями дополнительного образования («Обруч», «Справочник руководителя ДОУ», «Управление ДОУ» и другие).

**Технологии, формы, средства обучения**

**Форма проведения - занятие.**

Форма проведения занятий	Название ДООП
групповая	Танцевальный кружок «Искорки»
групповая	Кружок «Здоровячок»

**Структура занятия.**

Каждое занятие состоит из 3 частей:

Вводная часть - 3/5 мин

Основная часть – 7/20 - мин

Заключительная часть – 5 мин

**Структура занятия.**

Каждое занятие состоит из 3 частей: Вводная часть, основная часть, заключительная часть

Наименование ДПУ	Структура занятия.
Кружок «Здоровячок»	<p><i>В подготовительной части</i> осуществляется начальная организация занимающихся, сосредоточение их внимания, установка на эмоциональный и психологический настрой. Решаются задачи функциональной подготовки организма детей к предстоящей работе в основной части занятия. Это достигается с помощью строевых упражнений, специальных упражнений для согласования движений и музыки, различных видов ходьбы и бега, музыкальных игр, общеразвивающих упражнений и других средств, отвечающих задачам этой части урока. В процессе выполнения различных упражнений могут решаться и частные лечебно-профилактические задачи.</p> <p>Подготовительная часть, в зависимости от поставленных задач, занимает 5—10 минут от общего времени.</p> <p><i>Основная часть</i> занимает большую часть времени и длится 10—20 минут. В ней решаются задачи общей и специальной направленности средствами танца, разучиваются специальные коррекционные упражнения, совершенствуется техника и стиль их выполнения, отрабатывается согласованность движений с музыкой.</p> <p>В работе могут быть использованы как комплексы обще - развивающих упражнений определенной корректирующей направленности, серии танцевальных упражнений, так и целые композиции, то есть группы упражнений, объединенные единым смысловым значением и решающие определенные задачи.</p> <p>Структура основной части может изменяться в зависимости от:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- повторяемости упражнений, чередования их в различных исходных</li> <li>- положений (стоя, сидя, в упорах, лежа),</li> <li>- направленности (на коррекцию позвоночника, стопы, равновесие, координацию движений и др.)</li> </ul> <p>отдельному воздействию на мышцы (рук, шеи, ног и т. д.).</p> <p>Большая часть физической нагрузки приходится на основную часть урока, поэтому очень важно грамотно ее распределять.</p> <p><i>В заключительной части</i> решаются задачи восстановления сил организма детей после физической нагрузки. Занимает она 5—7 минут. Нагрузка здесь должна значительно снижаться за счет уменьшения количества упражнений, их повторяемости, характера и двигательных действий. К таким упражнениям можно отнести спокойную ходьбу,</p>

	упражнения в растягивании и расслаблении мышц как отдельных звеньев тела, так и всего организма в положении стоя, сидя, лежа или в висах, элементы самомассажа тех мышц, на которые была направлена большая нагрузка, спокойные музыкальные игры или творческие задания, танцевальные движения малой интенсивности или импровизации.
Танцевальный кружок «Искорки»	Структура занятия во всех возрастных группах одинакова, так как предмет хореографии имеет свою специфику, актуальную для любого возраста и уровня знаний и навыков. Как правило, структура состоит из: Вход в музыкальный зал, построение и приветствие. Разминка. Партерная гимнастика. Комплекс прыжков. Постановочная работа. Игры на движение, релаксация. Рефлексия занятия. Поклон.

**Основными средствами являются:**

- физические упражнения общеразвивающей и специальной направленности без предметов;

- физические упражнения общеразвивающей и специальной направленности с предметами (мяч, гимнастическая палка и др.)

- физические упражнения на гимнастических снарядах (детских спортивных тренажерах, гимнастической скамейке, гимнастической стенке, фитболах и др.).

Все они выполняются под музыкальное сопровождение. Исходными положениями таких упражнений могут быть: лежа на спине, на животе, на боку; сидя с прямыми и согнутыми ногами; на пятках; в упорах присев, упорах стоя на коленях; стоя, в висах.

**Упражнения общей направленности** включают строевые упражнения, общеразвивающие упражнения при ходьбе на месте и в передвижениях, беге, прыжках, упражнения суставной гимнастики, на растягивание и расслабление мышц, и танцевальные упражнения.

Комплексы физических упражнений общей направленности содействуют развитию мышечной силы (формируют «мышечный корсет»), выносливости, подвижности в различных суставах и других двигательных способностей, то есть решаются задачи общей физической подготовленности занимающихся, а в связи с этим и их физического развития.

**Упражнения специальной направленности** включают упражнения для формирования и закрепления осанки, профилактики плоскостопия, дыхательную гимнастику, пальчиковую гимнастику, гимнастику для глаз и фитбол-гимнастику.

Комплексы физических упражнений специальной направленности содействуют той функции или системе организма занимающихся, на которую они направлены. Здесь используется большинство упражнений коррекционной и профилактической направленности.

**Основной формой** проведения является организованная деятельность. В **структуру** любой организованной деятельности по физической культуре входят три части: подготовительная, основная и заключительная.

**В вводной части** осуществляется начальная организация занимающихся, сосредоточение их внимания, установка на эмоциональный и психологический настрой. Решаются задачи функциональной подготовки организма детей к предстоящей работе в основной части занятия. Это достигается с помощью строевых упражнений, специальных упражнений для согласования движений и музыки, различных видов ходьбы и бега, музыкальных игр, общеразвивающих упражнений и других средств, отвечающих задачам этой части урока. В процессе выполнения различных упражнений могут решаться и частные лечебно-профилактические задачи.

Вводная часть, в зависимости от поставленных задач, занимает 3—5 минут от общего времени.

**Основная часть** занимает большую часть времени и длится 7—20 минут. В ней решаются задачи общей и специальной направленности средствами танца, разучиваются специальные коррекционные упражнения, совершенствуется техника и стиль их выполнения, отрабатывается согласованность движений с музыкой.

В работе могут быть использованы как комплексы обще - развивающих упражнений определенной корректирующей направленности, серии танцевальных упражнений, так и целые композиции, то есть группы упражнений, объединенные единым смысловым значением и решающие определенные задачи.

Структура основной части может изменяться в зависимости от:

- повторяемости упражнений, чередования их в различных исходных положениях (стоя, сидя, в упорах, лежа),
- направленности (на коррекцию позвоночника, стопы, равновесие, координацию движений и др.)
- отдельному воздействию на мышцы (рук, шеи, ног и т. д.).

Большая часть физической нагрузки приходится на основную часть урока, поэтому очень важно грамотно ее распределять.

**В заключительной части** решаются задачи восстановления сил организма детей после физической нагрузки. Занимает она 3—5 минут. Нагрузка здесь должна значительно снижаться за счет уменьшения количества упражнений, их повторяемости, характера и двигательных действий. К таким упражнениям можно отнести спокойную ходьбу, упражнения в растягивании и расслаблении мышц как отдельных звеньев тела, так и всего организма в положении стоя, сидя, лежа или в висах, элементы самомассажа тех мышц, на которые была направлена большая нагрузка, спокойные музыкальные игры или творческие задания, танцевальные движения малой интенсивности или импровизации.

Для успешного проведения занятий необходимо заранее подготовить инвентарь и оборудование, подбор музыкального материала и аппаратуры.

Элементы детского фитнеса можно применять в других формах организованной деятельности, таких как утренняя гимнастика, самостоятельное выполнение комплексов физических упражнений, использование отдельных упражнений, танцев в режиме дня.

**Методические приемы**, используемые при проведении занятий.

Немаловажными в работе с детьми являются используемые *методы и приемы* - методы стимулирования и мотивации: создание ситуации успеха помогает ребенку снять чувство неуверенности, боязни приступить к сложному заданию. Метод поощрения, выражение положительной оценки деятельности ребенка, включает в себя как материальное поощрение (в форме призов), так и моральное (словесное поощрение, вручение грамот, медалей).

*Объяснительный метод* в Программе используется при сообщении учебного материала для обеспечения его успешного восприятия. Он раскрывается с помощью таких приемов, как беседа, показ, демонстрация опыта.

*Репродуктивный метод* - формирование навыков и умений использования и применения полученных знаний, умений. Суть метода состоит в многократном повторении способа деятельности по заданию педагога.

*Частично-поисковый или эвристический.* Основное назначение метода - постепенная подготовка обучаемых к самостоятельной постановке и решению проблем.

Используемые методы способствуют обеспечению высокого качества учебно-воспитательного процесса и эффективному освоению детьми умений и навыков, развитию творческих способностей

Наименование дополнительной платной услуги	Методические приемы:
--	----------------------

Кружок «Здоровячок»	Сюрпризный момент, беседы, объяснение, показ, упражнения, подвижные, малоподвижные и дидактические игры, самостоятельная и индивидуальная работа, выступления
Танцевальный кружок «Искорки»	<i>Основные движения</i> (начиная от поклона и разминки опорно-двигательного аппарата и до разучивания основных движений, комбинаций, отработки, повтора проученного); <i>партерная гимнастика</i> (комплекс оздоровительно-игровых упражнений на партерной дорожке, развитие гибкости, пластичности, выворотности, силы мышц); танцевальные <i>образы</i> (работа над заданным образом и импровизация, развитие воображения и образного мышления) <i>композиция</i> (упражнения на развитие ориентации в пространстве, знакомство с рисунками танца и техникой перестроения); <i>танцевальные игры и этюды</i> (заключительный этап, в котором дети в игровой форме закрепляют изученный материал, участвуют в играх на развитие равновесия, сплоченности, ориентации в пространстве и т. д.)

В проведении кружковой работы используются разнообразные **методические приемы**: сюрпризный момент, беседы, объяснение, показ, упражнения, подвижные и малоподвижные и дидактические игры, самостоятельная и индивидуальная работа, выступления. Детям предоставляется больше свободы и самостоятельной творческой инициативы при доброжелательном и компетентном участии взрослых.

#### Требования техники безопасности

Периодичность проведения инструктажа по охране жизни и здоровья детей, технике безопасности проводятся 1 раз в квартал; для определенного вида деятельности – накануне начала проведения первого занятия.

#### Условия реализации Программы

Наименование дополнительной платной услуги	Место проведения
Кружок «Здоровячок»	Спортивный зал образовательной организации.
Танцевальный кружок «Искорки»	Музыкальный зал образовательной организации.

#### Кадровое обеспечение Программы

Наименование ДПОУ	Ф.И.О. Должность	Образование	Категория	Курсы повышения квалификации (КПК) Профессиональная переподготовка (ПП)
1 Кружок «Здоровячок»	Хмелевская Евгения Геннадьевна Руководитель дополнительного образования (инструктор	Среднее профессиональное, Барнаульское педагогическое училище №2, 1989, «Преподавание в начальных классах общеобразовательной школы», учитель	Высшая по должности «инструктор по физической культуре», 2020 год	ПП: АНОО ДПО Академия образования взрослых «Альтернатива» «Педагогическое образование. Содержание и технологии деятельности инструктора по

		по физкультуре Организации	начальных классов.		физической культуре», 2022, 336ч ПП: КГБУДПО «АКИПКРО», 2017, «Основы теории и методики дошкольного образования», 250 ч КПК: АНО ДПО «СИБ», 2021, «Оказание первой помощи в рамках Федерального закона», 20 час.
2	Танцевальный кружок «Искорки»	Чегисова Надежда Игоревна Руководитель дополнительного образования (педагог дополнительного образования)	Высшее, «Алтайская государственная академия культуры и искусств», 2015, «Художественный руководитель хореографического коллектива», «Народное художественное творчество»	Высшая квалификационная категория, 2021 год	КПК: ФГБОУ ВО «АлтГПУ», 2022, «Психолого-педагогическое сопровождение одаренных и талантливых детей и молодежи в образовании, 72 час; КПК: КГБУ ДПО «Алтайский институт развития образования им. А.М. Топорова», 2021, «Методы и средства обучения оказанию первой помощи и психологической поддержки», 40 час.

#### Материально-техническое и дидактическое обеспечение Программы

Наименование ДПОУ	Материально-техническое и дидактическое обеспечение Программы
Кружок «Здоровячок»	Фитболы разного диаметра , Фитболы массажные, Массажные мячи ( Малые, средние, большие), Резиновые мячи (малые, средние ), Мячи пластмассовые, Мячи баскетбольные-, кубики , Палки гимнастические, мешочки с песком , Обручи, Массажные (средние, большие), Скакалки, кегли, Гантели, Массажные палочки, Канат, Корректирующие дорожки , Ребристые доски, Скамейки различной высоты и длины, Стойки для подлезания пластиковые, Дуги и стойки (кубы, цилиндры, полуцилиндры) для подлезания различной высоты, Кубики различной высоты и размера, лестничные дуги, Маты, Мягкие модули, Атрибуты для ритмической гимнастики(ленты, платочки, цветы, помпоны, листочки, флажки, булавы и т.д), Атрибуты для развития мелкой моторики профилактики плоскостопия(грибы, желуди, орешки, пробки, цилиндры кольца и т.д), Батуты, Силовой тренажер, велотренажер, Тренажер «Гребля», Тренажер «Степ» , тренажер «Наездник» , Тренажер «Ролик», Сухой бассейн, Диск «Здоровья», Массажные полусферы, Эспандеры «Кузнечик», Эспандеры ручные, массажные ролики для тела, массажные ролики для стоп.

Танцевальный кружок «Искорки»	музыкальный зал с ковровым покрытием, оборудованный зеркалами; костюмерная (хранение и пошив костюмов); музыкальный аккомпанемент (фортепиано); магнитофон CD, MP 3, диски, флеш-носители; индивидуальная форма для занятий (чешки, одежда, не ограничивающая движения).
-------------------------------	--

### Контроль за осуществлением дополнительного образования

Организация составляет и утверждает план контрольных мероприятий за качеством оказания платных образовательных услуг с указанием сроков контроля, а также вносит в план - график внутриучрежденческого контроля пункты по оценке качества предоставления платных образовательных услуг на текущий год.

Контроль за проведением занятий дополнительного образования осуществляется администрацией организации (заведующим, старшим воспитателем). Результаты контроля вносятся в карты и даются конкретные рекомендации руководителям занятий. Также контроль могут осуществлять родители в любое время и на любом занятии. Свои рекомендации они оставляют руководителям занятий, администрации Организации в устной форме.

Отслеживание результатов дополнительного образования детей проводится по следующим показателям:

- результативность работы кружка, студии;
- участие в конкурсах, выставках творческих работ, спортивных мероприятиях;
- показательные выступления;
- открытые занятия.

Конечным результатом выполнения Программы предполагается участие дошкольников в конкурсах, показательные, открытые выступления на мероприятиях физкультурно-оздоровительного, художественно-эстетического характера на разных уровнях: Организации, района, города. Фотоотчет.

Ежегодно проводится анкетирование родителей (законных представителей) детей выпускных групп.

### 3. Список использованной литературы, используемый при реализации Программы:

Наименование дополнительной платной услуги	<i>Список использованной литературы при составлении Программы:</i>
Кружок «Здоровячок»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Антонов Ю.Е., Кузнецова М., Саулина Т. «Здоровый дошкольник. Социально-оздоровительные технологии 21 века.» М., Артии, 2001г.</li> <li>2. Борисова М. «Организация занятий фитнесом в системе дошкольного образования». Учебно-методическое пособие. М., «Обруч», 2014г.</li> <li>3. Волошина Л.Н. «Игровые технологии в системе физического воспитания дошкольников» 2013г.</li> <li>4. Волошина Л.Н. «Воспитание двигательной культуры дошкольников». Учебно-методическое пособие, Издательство АРКТИ, Москва 2005г</li> <li>5. Волошина Л.Н. «Играйте на здоровья!» Физическое воспитание дошкольников 3-7 лет». Программа, методические рекомендации. ФГОС. 2014г.</li> <li>6. Голицина Н.С. «Нетрадиционные занятия в детском саду». М., Скрипторий, 2004г.</li> <li>7. Зимица В.Н. «Воспитание ребенка-дошкольника. Росинка. Расту здоровым.» М., Владос, 2004 г.</li> <li>8. «Движения - мир творчества, воображения, фантазии ребенка.» Методическое пособие. Барнаул, 2006г.</li> <li>9. Иванова Т.А. «Йога для детей» Парциальная программа кружковой</li> </ol>



	<p>работы для детей дошкольного возраста. 2014г.</p> <p>11. Моргунова О.Н. «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ». Воронеж. Лакоценин, 2007г.</p> <p>12. Моргунова О.Н. «Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ». Воронеж, учитель, 2013г.</p> <p>13. Моргунова О.Н. «Планы – конспекты НОД 2-7 лет ДОУ. Физическая культура». Практическое пособие. Воронеж, учитель, 2013г.</p> <p>14. Сулим Е.В. «Детский фитнес. Физкультурные занятия для детей 3-5 лет». 2014г.</p> <p>15. Сулим Е.В. «Детский фитнес. Физкультурные занятия для детей 5-7 лет». 2014г.</p> <p>16. Соломенникова Н.Н., Машина Т.Н. «Формирования двигательной сферы детей 3-7 лет. Фитбол-гимнастика. Конспекты занятий». 2013г.</p> <p>17. Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г. Лечебно-профилактический танец «Фитнес - Данс», учебное пособие СПб, «Детство-пресс» 2007г.</p>
Танцевальный кружок «Искорки»	<p>Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. Л. – М.</p> <p>Белкина С. И. и др, Музыка и движение: упражнения, игры и пляски для детей 5-6 лет. – М., 1985.</p> <p>Бородай А. Подвижные игры с элементами психотренинга. – М., 1996.</p> <p>Детство: Программа развития и воспитания детей в детском саду/ В.И. Логинова, Т.И. Бабаева, Н.А. Ноткина и др., под ред. Т.И. Бабаевой, З. А. Михайловой, Л. М. Гурович: Изд. 3-е, переработанное. –СПб. Детство-пресс, 2003. - 244 с.</p> <p>Дошкольное воспитание. №12, 2004г. Авт. Л. Павлова.</p> <p>Зарецкая Н. В. Танцы для детей младшего дошкольного возраста: пособие для практических работников ДОУ/ Н. В. Зарецкая. –М.: Айрис – пресс, 2007.</p> <p>Кряж В. Н. и др. Гимнастика. Ритм. Пластика.-Минск, 1987.</p> <p>Нестерюк Т., Шкода А. Гимнастика маленьких волшебников. – «ДТД», 1993.</p> <p>Подольская Е. И. профилактика плоскостопия и нарушения осанки у старших дошкольников. -М-Издательство «Скрипторий 2003», 2009.</p> <p>Руднева С., Фиш. Э. Ритмика. Музыкальное движение. - М., 1972.</p> <p>Семенова И. Учусь быть здоровым или как стать Неболейкой. – М., 1994.</p> <p>Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. - СПб. «Детство-пресс», 2003.</p>

Программа реализуется на государственном языке РФ –русском, за счет средств физических лиц – родителей (законных представителей) воспитанников Организации, которым предоставляются дополнительные платные образовательные услуги.

Срок реализации Программы: 8 месяцев

## Лист корректировки Программы