

**Управление образования Исполнительного комитета Зеленодольского
муниципального района Республики Татарстан
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр творчества Зеленодольского муниципального района
Республики Татарстан»**

Принята на заседании
педагогического совета
от «27» мая 2025 г.

Протокол № 5

Утверждено:
Директор МБУ ДО
«Центр творчества ЗМР РТ»
 И.В. Фесенко
от «27» мая 2025 г.

ПР № 104/1-ОД

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Художественная гимнастика»**

Направленность: физкультурно-спортивная

Возраст обучающихся: 5-7 лет

Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:

Сачкова Лилия Маратовна,
педагог дополнительного образования

г. Зеленодольск, 2025 г.

Информационная карта
дополнительной общеобразовательной программы
физкультурно-спортивной направленности
«Художественная гимнастика»

1.	Учреждение	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр творчества Зеленодольского муниципального района Республики Татарстан»
2.	Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная программа Физкультурно-спортивной направленности «Художественная гимнастика»
3.	Направленность программы	Физкультурно-спортивная
4.	Сведения о разработчиках	
4.1.	ФИО, должность	Сачкова Лилия Маратовна, педагог дополнительного образования
5.	Сведения о программе:	
5.1.	Срок реализации	2 года
5.2.	Возраст обучающихся	5-7 лет
5.3.	Характеристика программы: - тип программы - вид программы - принцип проектирования программы - форма организации содержания и учебного процесса	дополнительная общеобразовательная программа общеразвивающая разноуровневая модульная
5.4.	Цель программы	Всестороннее гармоническое развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма.
5.5.	Образовательные модули (в соответствии с уровнями сложности содержания и материала программы)	Базовый уровень - Продвинутый уровень -
6.	Формы и методы образовательной деятельности	Физическое воспитание
7.	Формы мониторинга результативности	Диагностика
8.	Результативность реализации программы	Показатели достижений; Прогрессия в ходе диагностики;

9.	Дата утверждения и последней корректировки программы	
10.	Рецензенты	

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	4
1.1. Направленность программы и ее характеристика	4
1.2. Актуальность	4
1.3. Отличительная особенность программы	4
1.4. Адресат программы	4
1.5. Формы обучения, режим и виды занятий	5
1.6. Срок освоения программы	5
2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ	5
2.1. Цель программы	5
2.2. Задачи программы	5
3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	6
3.1. Общая физическая подготовка	6
3.2. Специальная физическая подготовка	7
3.3. Техническая подготовка	8
4. МАТРИЦА ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММ	13
5. ПЛАНИРОВАНИЕ И УЧЕТ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОЙ РАБОТЫ	14
6. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА	16
7. ХАРАКТЕРИСТИКА ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА	32
8. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ И ФОРМЫ КОНТРОЛЯ	34
9. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	36
СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ	37
ПРИЛОЖЕНИЯ	39

1.1. Направленность программы: физкультурно-спортивная

1.2. Нормативно-правовое обеспечение программы:

1. Федерального закона № 273-ФЗ от 29.12.2012 г. «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года от 31.03.2023 г. №678;
3. Федерального закона № 304-ФЗ от 31 июля 2020 г. «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
4. Федеральный проект «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование»;
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 №467 «Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей»;
6. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам определен приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 1 марта 2023 г. №629 действует по 28 февраля 2029 г.;
7. Постановлении Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации»;
8. Методические рекомендации по проектированию и реализации дополнительных образовательных программ 2749/23 от 07.03.2023 г.;
9. Методические рекомендации по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (Письмо Министерства просвещения от 31 января 2023 года № ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций»);
10. Методические рекомендации по проектированию и реализации дополнительных общеобразовательных программ (в том числе и адаптированных) в новой редакции, направленные письмом Минобрнауки Республики Татарстан от 07.03.2023 №2749/23 «О направлении методических рекомендаций», ГБУ ДО «Республиканский центр внешкольной работы»Республиканский модельный центр, 2023;
11. Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей, направленные письмом Минобрнауки России от 29.03.2016 №ВК-641/09 «О направлении»;
12. Устав и локальные нормативные акты муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр творчества Зеленодольского муниципального района Республики Татарстан».
13. Приказ Минспорта РФ: №728 от 23.09.2021

1.2. Актуальность

Актуальность данной программы дополнительного образования в том, что она усиливает вариативную составляющую общего образования, способствует реализации сил, знаний, полученных детьми и подростками в базовом компоненте, формированию жизненных ценностей, овладению опытом самоорганизации, самореализации, самоконтроля ребенка и помогает ребятам в профессиональном самоопределении.

1.3. Отличительная особенность программы

Отличительная особенность программы состоит в удовлетворении возрастной потребности в идентификации личности, определении жизненных стратегий и обретении навыков их реализации; сохранении и культивирование уникальности личности несовершеннолетних граждан создании условий, благоприятных для развития спортивной индивидуальности ребенка и адаптация к клубным условиям работы на массовость, не на спортивное мастерство.

1.4. Адресат программы

Программа рассчитана на девочек в возрасте от 5 до 7 лет, составлена на два года обучения и обеспечивает непрерывность дополнительного образования.

1.5. Формы обучения, режим и виды занятий

Основная форма организации работы – учебно-тренировочное занятие. Наполняемость групп зависит от года обучения и может составлять от 15 до 12 человек. Режим занятий: 2-3 раза в неделю по 2 академических часа (+ игровой день) в зависимости от года обучения. Наряду с практическими занятиями, проводятся и теоретические.

Данная программа создает условия для приобретения общих (универсальных) способов действия (способностей и умений), позволяющих человеку понимать ситуацию, достигать результатов в разных видах деятельности, что составляет основу (сущность) компетентного подхода в дополнительном образовании. Программа направлена на становление следующих ключевых (сквозных) компетентностей:

- познавательная компетентность (способность к обучению в течение всей жизни как в личном профессиональном, так и в социальном аспекте; использование наблюдений, измерений, моделирования; комбинирование известных алгоритмов деятельности в ситуациях, не предполагающих стандартного их применения);
- коммуникативная компетентность (владение различными средствами устного общения; выбор адекватных ситуациям форм вербального и невербального общения, способов формирования и формулирования мысли; владение способами презентации себя и своей деятельности);
- организаторская компетентность (планирование и управление собственной деятельностью; владение навыками контроля и оценки деятельности; способность принимать ответственность за собственные действия; владение способами совместной деятельности).

Программа обеспечивает становление ряда специальных компетентностей (способность быстрого реагирования и быстрого принятия решений в условиях дефицита времени, формирование базовой техники игровых приемов).

Основными показателями выполнения программных требований по уровню подготовленности учащихся являются:

- участие в соревнованиях по возрастной программе;
- выполнение контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке;
- овладение теоретическими знаниями и навыками;

Формой подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы данной направленности являются соревнования.

Программа построена по принципу изучения, углубления и повторения объема знаний, умений и навыков. Занятия проводятся в форме физической тренировки, теоретической подготовки, проведения культурно - массовых мероприятий, соревнований, бесед, конкурсов, игр, помогающих развивать и осуществлять в полной мере технологии и идеи личностно-ориентированного образования. В ходе проведения занятий используется, в том числе и индивидуальный подход. На занятиях по возможности используются технические средства (видео, наглядные пособия и др.)

В данную программу заложены следующие принципы:

- принцип индивидуализации, предполагающий учет личных возможностей и способностей ребенка;
- принцип доступности, последовательности.

1.6. Срок освоения программы

Срок освоения программы 2 года.

2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

2.1. Цель программы:

- создание условий для приобщения детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом
- к здоровому образу жизни.

- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;
- формирование широкого круга двигательных умений и навыков;
- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;

2.2. Задачи программы

Образовательные:

- приобретение знаний в области художественной гимнастики, изучение истории физической культуры
- приобретение навыков основ художественной гимнастики;

Развивающие:

- развитие двигательных умений и навыков детей;
- обучение воспитанников приемам самостоятельной и коллективной работы, самоконтроля и взаимоконтроля, самооценки и взаимооценки, самостоятельного добывания знаний;
- развитие коммуникативного опыта.

Воспитательные:

- воспитание высоких моральных и волевых качеств;
- воспитание у обучающихся чувства коллективизма;
- осуществление самоконтроля

Здоровьесберегающие:

- укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие детей и подростков;
- развитие специальных физических качеств организма;
- соблюдение общей и частной гигиены;
- формирование потребности ведения здорового образа жизни.

3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Этап спортивно-оздоровительной подготовки (нормативный срок освоения – весь период) обеспечивает относительную стабильность состава обучающихся; динамику прироста показателей общей физической подготовленности, уровень освоения основ гигиены и самоконтроля.

1. Укрепление здоровья и гармоничное развитие форм и функций организма занимающихся.
2. Формирование правильной осанки и гимнастического стиля («школы») выполнения упражнений.
3. Начальная техническая подготовка.
4. Начальная хореографическая подготовка.
5. Начальная музыкально-двигательная подготовка.

3.1. Общая физическая подготовка

Общая физическая подготовка - комплексный процесс всестороннего физического воспитания, направленный на укрепление здоровья, опорно-двигательного аппарата и развитие общей выносливости гимнасток. Это физическая подготовка, осуществляемая безотносительно к конкретному виду деятельности. С помощью ОФП спортсмены овладевают двигательными навыками, умениями, физическими, психомоторными, морально-волевыми качествами, которые служат решению следующих задач:

- общее физическое воспитание и оздоровление будущих гимнасток, которые должны уметь хорошо бегать прыгать, передвигаться на лыжах, владеть основными элементами спортивных игр, т.е. быть физически разносторонне подготовленными спортсменами;

- расширение функциональных, двигательных возможностей и укрепление опорно-двигательного аппарата будущих гимнасток с учетом специфики художественной гимнастики.

Средствами ОФП являются: общеразвивающие упражнения, бег, плавание, ходьба на лыжах, катание на коньках, велосипедах, спортивные и подвижные игры.

3.2. Специальная физическая подготовка

Специальная физическая подготовка - это специально организованный процесс, направленный на развитие и совершенствование физических качеств необходимых для успешного освоения и качественного выполнения упражнений художественной гимнастики. В настоящее время выделяют 7 основных физических способностей:

- координация - способность к целесообразной организации мышечной деятельности и ловкость - способность осваивать новые движения и перестраивать деятельность в соответствии с обстановкой, для развития применяются - задания, игры, эстафеты, включающие сложно координированные действия и упражнения с предметами;
- гибкость - подвижность в суставах - способность выполнять движений по большой амплитуде пассивно и активно, ее развитию способствуют упражнения на развитие подвижности различных суставов - пружинное растягивание, махи, фиксация поз, расслабление;
- сила - способность преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счет мышечных усилий в статических и динамических движениях, существуют упражнения на силу мышц рук, ног, туловища: сгибание и разгибание, отведение и приведение, круговые движения, бег, прыжки, выпады, приседы;
- быстрота - способность быстро реагировать и выполнять движения с большой скоростью и частотой, развивается при выполнении упражнений на развитие скорости реакции, скорости и частоты движений при выполнении основных упражнений;
- прыгучесть - скоростно-силовое качество, проявляющееся в высоте отталкивания, ее развитию способствуют упражнения на развитие силы, скорости и высоты отталкивания, а также прыжковой выносливости;
- равновесие - способность сохранять устойчивое положение в статических и динамических упражнениях, совершенствуется в процессе сохранения устойчивого положения в усложненных условиях: после динамических движений, после раздражения вестибулярного анализатора, с выключенным зрением, на уменьшенной, повышенной опоре;
- выносливость - способность противостоять утомлению, вырабатывается в процессе выполнения различных заданий на фоне утомления.

Недостаточное внимание к развитию хотя бы одного из компонентов СФП приводит к затягиванию процесса обучения, длительному застою в росте спортивного мастерства, провалам в подготовке, и соответственно выступлениях на соревнованиях. В связи с этим на этапе специализированной подготовки важна индивидуализация СФП. Тренеру важно знать особенности структуры двигательных качеств каждой гимнастки, характерные недостатки в ее подготовке, знать основные пути их возможного устранения. Наиболее эффективна СФП тогда, когда осуществляется в единстве с ОФП.

3.3. Техническая подготовка

Техническая подготовка - это процесс формирования знаний, умений и навыков выполнения, свойственных виду спорта упражнений и совершенствование их до максимально возможного уровня. Цель технической подготовки - сформировать такие знания, умения и навыки, которые позволили бы гимнасткам с наибольшей эффективностью продемонстрировать свою индивидуальность в сочетании с разнообразием, трудностью и оригинальностью упражнений в единстве с музыкой и обеспечить дальнейший рост спортивного мастерства.

Задачами технической подготовки являются: - формирование системы специальных знаний о рациональной технике упражнений, требований к их исполнению, изучение правил соревнований; - развитие широкого круга разнообразных двигательных умений и навыков, свойственных художественной гимнастике; В технической подготовке гимнасток выделяют следующие компоненты:

3.3.1. Беспредметная подготовка

Беспредметная подготовка - формирование техники телодвижений, ее компонентами являются специфическая, равновесная, вращательная, прыжковая, акробатическая и танцевальная подготовки.

Классификация упражнений беспредметной подготовки

Структурные группы	Типы упражнений	Виды упражнений
Пружинные движения	ногами	на двух, одной, поочередно
	целостно	всеми частями тела
	руками	во всех направлениях, одно- и разноименно
Расслабления	простые	
	посегментные	
	стекание	
Волны	вперед	руками, туловищем, целостно
	обратные	
	боковые	
Взмахи	Переднезадние	руками, туловищем, целостно
	боковые	
Наклоны	по направлению	вперед, назад, в сторону круговые
	по амплитуде	450, 900 (горизонтальные), 1350 и ниже (низкие)
	по И.П. или по опоре	на двух ногах, на носках
Равновесия	по направлению наклона туловища	передние, боковые, задние
	по способу удержания свободной ноги	пассивное (с помощью руки), активное (силой мышц)
	по способу опоры	на всей стопе, на носке, на колене
Повороты	по способу исполнения	переступанием, скрещением, смещением стопы, одноименным вращением в сторону опорной ноги,

		разноименным вращением в противоположную сторону, выкрутом от маховой ноги, серийно, поточно
	по позе	простые позы, переднего, бокового, заднего равновесия, аттитюда (активно и пассивно), кольцом (активно и пассивно)
Прыжки	толчком двумя, приземление на две	выпрямившись, согнув ноги, ноги врозь, «щучка», прогнувшись
	толчком двумя, приземление на одну	открытый, касаясь
	толчком одной приземление на две	шаг-наскок на две, ассамбле, «щучка», махом одной с поворотом прогнувшись или кольцо двумя
	толчком одной, приземление на толчковую	скачок, открытый, с поворотом кругом (выкрутом), подбивные, «казак», со сменой ног - разножка, в кольцо, касаясь в кольцо, револьтад
	толчком одной, приземление на маховую без смены ног	пружинный бег, касаясь, шагом, касаясь в кольцо, шагом в кольцо, шагом прогнувшись, жэтэ антурнан, жэтэ антурнан в кольцо, жэтэ антурнан касаясь в кольцо, шагом с поворотом туловища $\frac{1}{4}$, $\frac{1}{2}$, «бедуинский»

Акробатические элементы		
а) статические положения:		
мосты	на двух и одной ногах, руках	
шпагаты	на правую, левую ногу, поперечный	
упоры	стоя, сидя, лежа	
стойки	на лопатках, груди, предплечьях, руках	
б) динамические движения		
перекаты	по направлению	вперед, назад, в сторону
	по положению тела	в группировке, согнувшись, прогнувшись
кувырки	по направлению	вперед, назад

	по положению тела	в группировке, согнувшись, прогнувшись и комбинированно
Партерные элементы		
седы	обычный, на пятках (е) бедре, ноги врозь, углом	
упоры	присев, на коленях, сидя, лежа, лежа на бедрах, сзади	
положения лежа	на спине, животе, боку	
движения	повороты, переползания, перекаты	
Ходьба и бег спортивные виды ходьбы	походный, строевой, гимнастический (с носка), на носках, на пятках, на внешнем своде стопы, в выпаде, полуприсяде, приседе, упоре присев, упоре стоя на коленях, упоре стоя сзади и др.	
спортивные виды бега	семенящий, колени вперед, колени назад, выбрасывая ноги вперед, назад, скрестный, приставной, переменный, спиной вперед, с поворотом	
Танцевальные элементы		

3.3.2 Предметная подготовка

Предметная подготовка - формирование техники движений предметами, компоненты этого вида подготовки: балансовая, вращательная, фигурная, бросковая и перекатная подготовки. Упражнения выполняются с разными по форме, фактуре, размерам предметами: скакалкой, мячом, которые предполагают следующие группы движений: удержание и баланс, вращательные и фигурные движения, бросковые движения и перекаты.

Классификация упражнений с предметами

Структурные группы	Типы упражнений	Виды упражнений
Броски и переброски	прямые	боковые, лицевые, горизонтальные
Отбивы	об пол	вперед, назад в сторону
Ловли	простые	вперед и над собой, сбоку
Передачи	простые	перед собой, над собой
Перекаты	по полу	вперед, назад в сторону, обратный, по дуге
Вращения	на руках	на кистях одной и двух, на локте, перед собой, сбоку, сзади, над и за головой, в разных плоскостях
Вертушки	на полу	без и со смещением

Прыжки через предмет	с 1-3 вращениями, в петлю (скрестно), узким хватом	вперед, назад, в сторону; с различным положением тела
Элементы входом в предмет	надеванием	махом вперед, назад внутрь и наружу

3.3.3. Хореографическая подготовка

Хореографическая подготовка включает обучение элементам 4 танцевальных систем: классической, историко-бытовой, народно-характерной и современной. Хореографическая подготовка двигательного обогащает гимнасток, содействует разнообразию их деятельности и расширению средств выразительности в соревновательных программах, формирует правильное понимание красоты поз, линий, положений и движений тела, развивает культуру движений, а также воспитывает музыкальность, ритмичность, эмоциональность и выразительность.

3.3.4. Музыкально-двигательная подготовка

Музыкально-двигательная подготовка - формирование умений понимать музыку и выполнять движения в соответствии с ее характером, темпом, ритмом, динамикой. Этот вид подготовки предполагает: знакомство с элементами музыкальной грамоты; формирование умения слушать и понимать музыку, различать средства музыкальной выразительности; развитие умения согласовывать движения с музыкой и средствами музыкальной выразительности; совершенствования творческих способностей - поиска соответствующих музыке движений. Средствами музыкально-двигательной подготовки являются: теоретические основы музыкальной грамоты; специальные упражнения на согласование движений с музыкой; творческие задания и импровизация; музыкальные игры.

Формы организации музыкально-двигательной подготовки:

- специальные теоретические занятия;
- практические задания на связь движений с музыкой или отдельными средствами музыкальной выразительности; - музыкальные игры;

3.3.5. Теоретическая подготовка

Теоретическая подготовка включает в себя формирование знаний об истории развития и современного состояния художественной гимнастики, строении и функциях организма человека, понятия о физической культуре двигательной активности, здоровом образе жизни.

История развития и современное состояние художественной гимнастики: истоки; история развития; анализ результатов достижений российских гимнасток; задачи, тенденции и перспективы развития.

Строение и функции организма человека: краткие сведения в доступной форме об опорно-мышечном аппарате; строение и функции внутренних органов, органов дыхания, кровообращения, пищеварения и нервной системы.

Общая и специальная физическая подготовка: понятие об общей и специальной физической подготовке, понятие двигательных качеств (гибкости, быстроты, ловкости, прыгучести, силы, выносливости и равновесия); основные термины.

Основы музыкальной грамоты: понятие о содержании и характере музыки; метр, такт, размер, ритм и мелодия, темп, музыкальная динамика; значение музыки в художественной гимнастике.

Режим питания и гигиена: понятие о режиме, его значении; понятие о правильном питании; понятие о гигиене гимнастики.

4. МАТРИЦА ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Уровни	Критерии	Формы и методы диагностики	Методы и педагогические технологии	Результаты	Методическая копилка дифференцированных заданий
стартовый	Предметные	- Выполнение спортивных нормативов - Контрольные упражнения	- Лекция - Инструктаж - Упражнения - Практические - Наглядное использование технических средств - Наглядное представление	Теоретические и практические навыки игры в баскетбол	- По общим и специальным способностям - По игровым позициям - По отстающим критериям
	Метапредметные	- Вводная - Промежуточная - Итоговая		- Общефизическая подготовка - Координация - Методичность	
	Личностные	- Мотивация - Посещаемость - Контроль и самоконтроль - Вовлеченность		- Мотивированность - Идейность - Волевая подготовка - Моральная подготовка - Дисциплина и самодисциплина	
базовый	Предметные	- Выполнение спортивных нормативов - Контрольные упражнения	- Лекция - Инструктаж - Упражнения - Практические - Наглядное использование технических средств - Наглядное представление - Соревнования	- Тактическая подготовка - Принятие решений	- По общим и специальным способностям - По игровым позициям - По отстающим критериям
	Метапредметные	- Вводная - Промежуточная - Итоговая		Общефизическая подготовка	

	Личностные	• Мотивация • Посещаемость • Контроль и самоконтроль • Вовлеченность	• Тренинги • Семинары	• Соревновательный опыт	
--	------------	---	--	---	--

5. ПЛАНИРОВАНИЕ И УЧЕТ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОЙ РАБОТЫ

Планирование и учет являются важнейшими условиями, обеспечивающими непрерывный рост спортивных достижений в процессе многолетней подготовки гимнасток. Планирование - это определение задач, средств методов, величины тренировочных нагрузок и форм организации занятий на определенный отрезок времени. Основными документами являются годовой учебный план подготовки и рабочий план (месячный), представляющий поурочное распределение учебного материала для группы, с планами тем отдельных занятий. Годовой учебно-тематический план включает почасовое распределение всех видов физической подготовки во всех возрастных группах. Продолжительность учебного года 38 недель.

5.1. Общее распределение учебных часов на освоение основных разделов учебно-тренировочной программы

Год обучения Этапы подготовки	Количество учебно-тренировочных часов по разделам				Всего часов
	теоретический	Методико-практический	Учебно-тренировочный	Контрольно-оценочный	
1 – Учебно-тренировочный этап	4	4	130	6	144
2 – Спортивного совершенствования	10	8	190	8	216

5.2. Содержательный раздел

Учебно-тематический план (1 год обучения)

№	Раздел	Кол-во часов	Теоретически - практический	Практический
1.	Диагностика	4		4
2.	Знакомство с гимнастикой	2	2	
3.	Упражнения в равновесии	10	1	9
4.	Акробатика	10	1	9
5.	Упражнения с гимнастическим мячом.	8	1	7

6.	Упражнения с гимнастической лентой	8	1	7
7.	Упражнения с гимнастическим обручем	8	1	7
8.	Упражнения с гимнастическими булавами	1	1	
9.	Упражнения с гимнастической скакалкой	8	1	7
10.	Хореографическая подготовка	8	1	7
11.	Вольные упражнения под музыку	4	1	3
12.	Итоговое занятие	1		1
13.	Диагностика	4		4
14.	История гимнастики и виды современной гимнастики	2	2	
15.	Упражнения в равновесии	8		8
16.	Акробатика	8		8
17.	Упражнения с гимнастическим мячом.	9	1	8
18.	Упражнения с гимнастической лентой	9	1	8
19.	Упражнения с гимнастическим обручем	9	1	8
20.	Упражнения с гимнастическими булавами	2	1	1
21.	Упражнения с гимнастической скакалкой	7	1	6
22.	Хореографическая подготовка	5	1	4
23.	Вольные упражнения под музыку	6	1	5
24.	Итоговое занятие	1		1
		144 часа	20	124

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие	2	2	
2	Общая физическая подготовка	36		36
3	Специальная физическая подготовка	30		30
4	Техника безопасности	34	10	34
5	Беспредметная подготовка	36		36
6	Предметная подготовка	48		48
7	Хореографическая подготовка	2	2	
8	Музыкально-двигательная подготовка	2	2	
9	Теоретическая подготовка	4		4
10	Виды травм и первая медицинская помощь	2	2	
	итого	216	18	198

6. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Первый год обучения

№ п/п	Тема занятия.	Цель.	Содержание.
1-4	Диагностика	Выявить уровень физической подготовленности детей.	• Диагностика оценки вестибулярного аппарата. • Диагностическая оценка координации движений. • Диагностика оценки физического состояния
5-6	Знакомство с художественной гимнастикой.	Рассказать, что такое гимнастика. Познакомить с предметами гимнастики.	История гимнастики, предмет гимнастика. Обруч, лента, мяч, булавы. Просмотреть видеоролик.
7 - 8	Упражнение в равновесии с опорой у гимнастической стенки.	Учить детей ориентироваться в пространстве и осваивать различные виды движений у гимнастической стенки.	– Обучение ходьбе «гимнастическим» шагом, правильное положение рук, спины. – Обучение упражнениям «Слон и хобот» на растяжку мышц шеи, растяжка плечевого пояса, мышц спины, «замок», «кольцо», «птичка на ветке». – Равновесия на одной ноге.

9 - 10	Акробатика	Развивать у детей мышечную силу, равновесие и гибкость.	– Ходьба «гимнастическим» шагом – Упражнения для развития гибкости, выносливости, координации, силы, быстроты: группировки и перекаты
11 - 12	Упражнения с гимнастическим мячом	Знакомство с гимнастическим мячом. Развивать ловкость и внимательность при работе с мячом.	Обучение удержанию мяча и передачам его из руки в руку, перекаты, подбрасывание
13 - 14	Упражнения с гимнастической лентой.	Продолжить формирование правильной осанки. Повышение функциональных возможностей организма: обучать правильному дыханию при выполнении упражнений, умения восстанавливать дыхание.	– Обучать правильно, держать палочку слентой (длина 3 метра), осанку – Обучение простейшие вращения гимнастической лентой
15-16	Упражнения с гимнастическим обручем	Развивать глазомер, чувство ритма, темпа движений.	– Обучать правильно держать обруч – Обучать вращать, катать, подбрасывать и выполнять упражнения с обручем. – Обучать выполнять упражнения под музыку
17-18	Знакомство с булавами	Знакомство с упражнениями с булавами	– Обучать правильно держать булавы – Вращать и подкидывать
19-20	Упражнения с гимнастической скакалкой	Развитие выносливости. Обучать правильному дыханию при выполнении упражнений, умения восстанавливать дыхание.	– Обучать правильно, держать скакалку – Вращения скакалкой в разных плоскостях

21-22	Хореографическая подготовка	Формировать у детей танцевальные движения.	Изучать: – шаг с носка, на носках, полуприседы на одной ноге, другую вперёд на пятку, перекаты с пятки на носок – пружинистые полуприседы. – приставной шаг в сторону – шаг с небольшим подскоком – комбинации из танцевальных шагов.
23-24	Упражнение в равновесии с опорой у гимнастической стенки и ковриках.	Подготовить у детей мышцы к различным упражнениям.	Совершенствование упражнений: – «слон и хобот» на растяжку мышц шеи – растяжка плечевого пояса, мышц спины: «замок», «кольцо», «птичка на ветке» «мостик» – на растяжку мышц ног «стрела».
25-26	Акробатика	Развивать у детей мышечную силу, равновесие и гибкость.	Обучать упражнениям для развития гибкости, выносливости, координации, силы, быстроты: – группировки и перекаты, – кувырки – упражнения «петушок», «ласточка», «полушпагат», «берёзка», «ракета», «мостик», «верблюд» и др.
27-28	Упражнения с гимнастическим мячом	Сообщение новых терминов при изучении вновь изучаемых упражнений и о технике их выполнения.	– Совершенствование удержаний с мячом и передача его из руки в руку, перекаты, подбрасывание – Обучать отбивать мяч и его удерживать.
29-30	Упражнения с гимнастической лентой.	Продолжить формирование правильной осанки. Повышение функциональных возможностей организма: продолжать обучать правильному дыханию при выполнении упражнений, умения восстанавливать дыхание.	– Обучать правильно, держать палочку слентой (длина 3 метра), осанке – Совершенствование простейших вращения гимнастической лентой – Обучение упражнениям «змейка», «рисую круг» в разных плоскостях

31-32	Упражнения с гимнастическим обручем	Формировать у детей точность выполнения упражнений.	Совершенствовать: – правильно держать обруч – вращать, катать, подбрасывать и выполнять упражнения с обручем.
33-34	Упражнения с гимнастической скакалкой	Повышение функциональных возможностей организма: продолжать обучать правильному дыханию при выполнении упражнений, умения восстанавливать дыхание.	– Совершенствовать правильно, держать скакалку – Вращения скакалкой в разных плоскостях – Выполнять комплекс упражнений под музыку.
35-36	Хореографическая подготовка (игроритмика)	Развивать у детей чувство ритма и двигательных способностей. Учить детей выполнять движения под музыку красиво, свободно, координационно.	Виды упражнений: – хлопки в такт музыки (образно-звуковые действия «горошинки»); – ходьба сидя на стуле; – акцентированная ходьба; – акцентированная ходьба с одновременным махом согнутыми руками; – увеличение круга шагами назад от центра, уменьшение круга шагами вперёд к центру; – поднимание и опускание рук на 4 счёта, на 2 счёта и на каждый счёт. – ходьба и прыжки в полуприседе; – хлопки руками под музыку; – движения руками в различном темпе. – выполнение упражнений руками под музыку в различном темпе и с хлопками; – удары ногой на каждый счёт и через счёт шаги на каждый счёт и через счёт (шаг вперёд с левой, держать, шаг вперёд с правой, держать)

37-38	Упражнение в равновесии с опорой у гимнастической стенки и коврик.	Подготовить у детей мышцы к различным новым упражнениям.	Совершенствование упражнениям: – «слон и хобот» на растяжку мышц шеи – растяжка плечевого пояса, мышц спины: «замок», «кольцо», «птичка на ветке», «мостик» – на растяжку мышц ног «стрела» – «коробочка», «ёжик», наклоны ног врозь, «крокодил», «экскаватор».
39-40	Акробатика	Развивать у детей мышечную силу, равновесие и гибкость.	Совершенствование: – группировки и перекаты, – кувырки – упражнения «петушок», «ласточка», «полушпагат», «берёзка», «ракета», «мостик», «верблюд» и др. Обучение перевороту в сторону.
40-41	Упражнения с гимнастической лентой.	Повышение функциональных возможностей организма при работе с лентой.	– Обучать правильно, держать палочку слентой (длина 3 метра) Совершенствование: – простейшие вращения гимнастической лентой – упражнения «змейка», «рисует круг» в разных плоскостях – упражнения в ходьбе и беге.
42-43	Упражнения с гимнастическим обручем	Учить детей выполнять движения под музыку красиво, свободно, координационно.	Совершенствовать: – правильно держать обруч – вращать, катать, подбрасывать – выполнять упражнения с обручем – выполнять упражнения под музыку.
44-45	Упражнения с гимнастической скакалкой	Совершенствовать согласованные движения с выполнением заданий. Совершенствование комбинации под музыку.	– Совершенствовать правильно, держать скакалку – Вращения скакалкой в разных плоскостях – Выполнять комплекс упражнений под музыку

46-47	Хореографическая подготовка	Способствовать повышению общей культуры ребёнка.	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.
48-49	Упражнение в равновесии на скамейке	Развивать у детей равновесие, продолжить формирование правильной осанки.	Обучать: – правильно ходить по скамейке, держать равновесие, осанку – выполнять прыжки, повороты, соскоки
50-51	Акробатика	Развивать у детей мышечную силу, равновесие и гибкость. Научить упражнениям акробатики.	Совершенствование: – группировки и перекаты, – кувырки – упражнения «петушок», «ласточка», «полушпагат», «берёзка», «ракета», «мостик», «верблюд» и др. – переворот в сторону «колесо».
52-53	Упражнения с гимнастической лентой.	Продолжить формирование правильной осанки. Повышение функциональных возможностей организма: совершенствовать самоконтроль правильного дыхания.	Совершенствование: – вращения гимнастической лентой – упражнениям «змейка», «рисуюм круг» в разных плоскостях – упражнения в ходьбе и беге – упражнения с прыжками.
54-55	Акробатика	Разучивание акробатических комбинаций.	Совершенствование: – группировки и перекаты, – кувырки – упражнения «петушок», «ласточка», «полушпагат», «берёзка», «ракета», «мостик», «верблюд» и др. – переворот в сторону «колесо».

56-57	Упражнения с гимнастическим мячом	Совершенствовать согласованные движения с выполнением заданий. Совершенствование комбинации под музыку	Совершенствовать удержание мяча и передача его из руки в руку, перекаты, подбрасывание, отбивание мяча и его удержание, различные упражнения в композиции под музыку.
58-59	Упражнения с гимнастическим обручем	Совершенствовать согласованные движения с выполнением заданий.	Совершенствовать: – правильно держать обруч – вращать, катать, подбрасывать и выполнять упражнения с обручем в движении – выполнять комплекс упражнения под музыку.
60-61	Упражнения с гимнастической лентой.	Совершенствование перестроений в движении, согласованных передвижений в ходьбе и беге с выполнением заданий. Продолжить разучивание учебной комбинации	Совершенствование: – вращения гимнастической лентой – упражнениям «змейка», «рисуем круг» в разных плоскостях, «варим кашу» – упражнения в ходьбе и беге – упражнения с прыжками – комбинации под музыку.
62-63	Упражнения с гимнастическим мячом	Совершенствовать согласованные движения с выполнением заданий. Совершенствование комбинации под музыку.	Совершенствовать удержание мяча и передача его из руки в руку, перекаты, подбрасывание, отбивание мяча и его удержание, различные упражнения в композиции под музыку.
64-65	Вольные упражнения под музыку	Содействовать развитию у детей чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой.	Разучивать: – вольные упражнения без предметов «В каждом маленьком ребёнке»; – вольные упражнения без предметов «Калинка» – вольные упражнения с элементами акробатических упражнений; – вольные упражнения «Облака».

66-67	Упражнение в равновесии на гимнастической скамейке	Развивать у детей равновесие, продолжить формирование правильной осанки.	Совершенствовать: – правильно ходить по скамейке, держать равновесие, осанку – выполнять прыжки, повороты, соскоки – выполнять упражнения.
68-69	Вольные упражнения под музыку	Формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества движений.	Совершенствовать: – вольные упражнения без предметов «В каждом маленьком ребёнке»; – вольные упражнения без предметов «Калинка» – вольные упражнения с элементами акробатических упражнений; – вольные упражнения «Облака».
70-71	Диагностика.	Выявить уровень физической подготовленности детей.	– Диагностика оценки вестибулярного аппарата. – Диагностическая оценка координации движений. – Диагностика оценки физического состояния
72	Итоговое занятие для родителей.	Показать результаты первого года обучения	Демонстрация изученных элементов и вольных упражнений под музыкальное сопровождение.

Второй год обучения

№ п/п	Тема занятия.	Цель.	Содержание.
1 – 4	Диагностика.	Выявить уровень физической подготовленности детей.	– Диагностика оценки вестибулярного аппарата. – Диагностическая оценка координации движений. – Диагностика оценки физического состояния
5 – 6	История гимнастики и виды современной гимнастики	Познакомить детей с историей гимнастики, олимпийскими играми, видами гимнастики.	История гимнастики. Просмотреть видеоролик.

7 – 8	Упражнение в равновесии на гимнастической скамейке.	Развивать равновесие осваивать различные виды движений на гимнастической скамейке.	– Обучение ходьбе «гимнастическим» шагом на гимнастической скамейке, правильное положение рук, спины. – Обучение упражнениям на растяжку мышц на гимнастической скамейке, растяжка плечевого пояса, мышц спины, – Равновесия, прыжки, шаги, повороты.
9 – 10	Акробатика	Развивать у детей мышечную силу, равновесие и гибкость.	– Упражнения для развития гибкости, выносливости, координации, силы, быстроты: группировки и перекаты – разные виды кувырков, – переворот в сторону, – упражнения «петушок», «ласточка», «шпагат», «полушпагат», «берёзка», «ракета», «мост» из положения стоя, «верблюды», «ежик», «коробочка», «корзинка» и др. в сочетании с музыкой или заданным ритмом
11 – 12	Упражнения с гимнастическим мячом	Изучение и совершенствование упражнений с гимнастическим мячом.	– Обучение удержанию мяча и передаче его из руки в руку, перекаты, подбрасывание – Обучение акробатическим упражнениям с мячом – Составление композиций.
13 – 14	Упражнения с гимнастической лентой.	Совершенствование перестроений в движении, согласованных передвижений в ходьбе и беге с выполнением заданий. Продолжить разучивание учебной комбинации.	– Обучать правильно, держать палочку слентой (длина 4 метра) – Обучение вращениям гимнастической лентой: восьмёрка, «юбочка», круг, змейка, спираль и другие в сочетании с танцевальными и акробатическими движениями.
15 – 16	Упражнения с гимнастическим обручем	Совершенствовать согласованные движения с выполнением заданий.	– Обучать правильно держать обруч – Совершенствовать вращать, катать, подбрасывать и выполнять упражнения с обручем. – Вращение в разных плоскостях и броски, катание, подбрасывание обруча.

17 – 18	Знакомство с булавами	Совершенствовать упражнениями с булавами	– Обучать правильно держать булавы – Вращать и подкидывать – Правильное удержание и передачи изруки в руку.
19 – 20	Упражнения с гимнастической скакалкой	Развитие выносливости.	– Совершенствовать прыжки через скакалку – Вращения скакалкой в разных плоскостях под музыку
21 – 22	Хореографическая подготовка	Формировать у детей танцевальные движения.	Совершенствовать: – шаг с носка, на носках, полуприседы наодной ноге, другую вперёд на пятку, перекаты с пятки на носок – пружинистые полуприседы. – приставной шаг в сторону – шаг с небольшим подскоком – комбинации из танцевальных шагов.
23 – 24	Упражнение в равновесии на скамейке.	Подготовить у детей мышцы к различным упражнениям на скамейке.	– Совершенствование упражнениям: ходьбе «гимнастическим» шагом на гимнастической скамейке, правильное положение рук, спины. – упражнениям на растяжку мышц на гимнастической скамейке, растяжка плечевого пояса, мышц спины
25 – 26	Акробатика	Развивать у детей мышечную силу, равновесие и гибкость.	Обучать упражнениям для развития гибкости, выносливости, координации, силы,быстроты: – группировки и перекаты, – кувырки разных видов, – упражнения «петушок», «ласточка», «полушпагат», «берёзка», «ракета», «мостик», «верблюд» – «переворот через голову» из стойки наголове и руках.
27 – 28	Упражнения с гимнастическим мячом	Совершенствовать согласованные движения с выполнением заданий. Совершенствование комбинации под	Совершенствование: – удержанию мяча и передачам его из руки в руку, перекаты, подбрасывание – акробатическим упражнениям с мячом

		музыку.	– составление композиций
29 – 30	Упражнения с гимнастической лентой.	Совершенствование перестроений в движении, согласованных передвижений в ходьбе и беге с выполнением заданий. Продолжить разучивание учебной комбинации	Совершенствование: – правильно держать палочку с лентой (длина 4 метра) – вращениям гимнастической лентой: восьмёрка, «юбочка», круг, змейка, спираль и другие в сочетании с танцевальными и акробатическими движениями.
31 – 32	Упражнения с гимнастическим обручем	Учить детей выполнять движения под музыку красиво, свободно, координационно.	Совершенствовать: – правильно держать обруч – вращать, катать, подбрасывать и выполнять упражнения с обручем. – вращение в разных плоскостях и броски, катание, подбрасывание обруча – композиции под музыку.
33 – 34	Упражнения с гимнастической скакалкой	Совершенствовать согласованные движения с выполнением заданий. Совершенствование комбинации под музыку.	– Совершенствовать правильно держать скакалку – Вращения скакалкой в разных плоскостях – Выполнять комплекс упражнений под музыку.

35 – 36	Хореографическая подготовка (игроритмика)	Развивать у детей чувство ритма и двигательных способностей. Учить детей выполнять движения под музыку красиво, свободно, координационно.	Виды упражнений: – хлопки по счёту; – притопы на каждый счёт; – притопы с хлопками поочерёдно; – поднимание и опускание рук вперёд посчёту под музыкальное сопровождение; – произвольные упражнения на воспроизведение музыки; – выполнение простых движений руками вразличном темпе (руки в сцеплении вверх, вниз); – шаги вперёд, руки в сцеплении вверх,вниз; – приседания с движениями рук; – подскоки с вытянутыми руками вверх поочерёдно; – плавные движения рук вниз, вверх, всторону, вниз; – плавные движения рук поочерёдно вверх, вниз.
37 – 38	Упражнение в равновесии на скамейке.	Совершенствовать согласованные движения с выполнением заданий. Совершенствование комбинации под музыку.	Совершенствование упражнениям: – ходьбе «гимнастическим» шагом на гимнастической скамейке, правильное положение рук, спины. – упражнениям на растяжку мышц на гимнастической скамейке, растяжка плечевого пояса, мышц спины, – равновесия, прыжки, шаги, повороты. – композиции.
39 – 40	Акробатика	Развивать у детей мышечную силу, равновесие и гибкость.	Совершенствование: – группировки и перекаты, – кувырки разные – упражнения «ёжик», «ласточка», «шпагат», «берёзка», «мостик» с продвижением, «верблюды». – перевороту в сторону на 1 руке.

40 – 41	Упражнения с гимнастической лентой.	Совершенствование перестроений в движении, согласованных передвижений в ходьбе и беге с выполнением заданий. Продолжить разучивание учебной комбинации	Совершенствование: – правильно, держать палочку с лентой (длина 4 метра) – вращения гимнастической лентой: восьмёрка, «юбочка», круг, змейка, спираль и другие в сочетании с танцевальными и акробатическими движениями.
42 – 43	Упражнения с гимнастическим обручем	Учить детей выполнять движения под музыку красиво, свободно, координационно.	Совершенствовать: – правильно, держать обруч – вращать, катать, подбрасывать и выполнять упражнения с обручем – выполнять упражнения под музыку.
44 – 45	Упражнения с гимнастической скакалкой	Совершенствовать согласованные движения с выполнением заданий. Совершенствование комбинации под музыку.	– Совершенствовать правильно, держать скакалку – Вращения скакалкой в разных плоскостях – Выполнять комплекс упражнений под музыку.
46 – 47	Хореографическая подготовка	Способствовать повышению общей культуры ребёнка.	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.
48 – 49	Упражнение в равновесии на гимнастической скамейке	Совершенствовать согласованные движения с выполнением заданий. Совершенствование комбинации под музыку.	– Совершенствовать правильно, держать скакалку – Вращения скакалкой в разных плоскостях быстрее обычного – Выполнять комплекс упражнений под музыку.

50 – 51	Акробатика	Развивать у детей мышечную силу, равновесие и гибкость.	Совершенствование: – группировки и перекаты, – кувырки разные – упражнения «ёжик», «ласточка», «шпагат», «берёзка», «мостик» с продвижением, «верблюд». – перевороту в сторону на 1 руке.
52 – 53	Упражнения с гимнастической лентой.	Совершенствование перестроений в движении, согласованных передвижений в ходьбе и беге с выполнением заданий. Продолжить разучивание учебной комбинации	Совершенствование: – правильно держать палочку с лентой (длина 4 метра) – вращения гимнастической лентой: восьмёрка, «юбочка», круг, змейка, спираль и другие в сочетании с танцевальными и акробатическими движениями.
54 – 55	Вольные упражнения с мячом	Совершенствование комбинации под музыку.	Совершенствование: – вольные упражнения «Весна»
56 – 57	Упражнения с гимнастическим мячом	Совершенствовать согласованные движения с выполнением заданий.	Совершенствовать удержание мяча и передача его из руки в руку, перекаты, подбрасывание, отбивание мяча и его удержание, различные упражнения в композиции под музыку.
58 – 59	Упражнения с гимнастическим обручем	Учить детей выполнять движения под музыку красиво, свободно, координационно.	Совершенствовать: – правильно держать обруч – вращать, катать, подбрасывать и выполнять упражнения с обручем в движении – выполнять комплекс упражнения под музыку.
60 – 61	1. Вольные упражнения под музыку с лентой 2. Вольные упражнения под музыку со скакалкой	Формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества движений	– вольные упражнения с гимнастической лентой «Веснушки» – вольные упражнения со скакалкой «Облака»

62 – 63	Упражнения с гимнастическим мячом	Совершенствовать согласованные движения с выполнением заданий.	Совершенствовать удержание мяча и передача его из руки в руку, перекаты, подбрасывание, отбивание мяча и его удержание, различные упражнения в композиции под музыку.
64 – 65	Вольные упражнения под музыку	Содействовать развитию у детей чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой.	Совершенствовать: – вольные упражнения с жонглёрскими мячами «Давай Россия»; – вольные упражнения с гимнастической лентой «Веснушки»; – акробатическая композиция без предметов, с обручами, с лентой, мячом.
66 – 67	1. Вольные упражнения с мячом 2. Вольные упражнения с обручем	Формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества движений	Совершенствовать: – вольные упражнения с жонглёрскими мячами «Давай Россия»; – вольные упражнения с гимнастической лентой «Веснушки»; – акробатическая композиция без предметов, с обручами, с лентой, мячом.
68 – 69	Вольные упражнения под музыку	Формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества движений.	Совершенствовать: – вольные упражнения с жонглёрскими мячами «Давай Россия»; – вольные упражнения с гимнастической лентой «Веснушки»; – акробатическая композиция без предметов, с обручами, с лентой, мячом.
70 – 71	Диагностика.	Выявить уровень физической подготовленности детей.	– Диагностика оценки вестибулярного аппарата. – Диагностическая оценка координации движений. – Диагностика оценки физического состояния
72	Итоговое занятие для родителей.		Демонстрация изученных элементов и вольных упражнений под музыкальное сопровождение.

7. ХАРАКТЕРИСТИКА ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА

Этап спортивно-оздоровительной подготовки охватывает дошкольный - возраст интенсивного роста и развития всех функций и систем организма детей. Высокая двигательная активность и значительное развитие двигательных функций являются благоприятным периодом для начала регулярных занятий физической культурой и спортом. Главная цель ранних занятий физической культурой и спортом - создать прочную основу для воспитания здорового, сильного и гармонично развитого молодого поколения.

Цель первого этапа многолетней подготовки в художественной гимнастике - выявить способных детей и основательно осуществить начальную подготовку - заложить прочный фундамент.

Задачи групп:

Набор детей для занятий художественной гимнастикой не имеющих медицинских противопоказаний к этому. Из них выделяются наиболее дисциплинированные, инициативные, работоспособные, целеустремленные, с хорошими данными физического развития, гибкие, ловкие, с хорошей координацией движения, чувством ритма, положительной внешней и внутренней мотивацией.

Укрепление здоровья на основе всесторонней физической подготовки - использование средств и методов, применяемых в других видах спорта с учетом возрастных критериев.

Развитие физических качеств и способностей, характерных для квалифицированных гимнасток - координации движений, гибкости, растяжки, силы, быстроты, прыгучести, равновесия, выносливости, устойчивого интереса к занятиям, волевых качеств.

Обучение основам выполнения элементов художественной гимнастики - шпагат, мостик, корзиночка, лодочка, волны, вращения, прыжки.

Выполнение нормативов по общей и специальной физической подготовке и по элементам художественной гимнастики.

Основными средствами являются:

1. Упражнения ходьбе: спортивная, на носках; шаги: перекатный, мягкий, пружинный высокий.
2. Партерная разминка с элементами «школы», общей и специальной физической подготовки, хореографической подготовки, подводящих элементов без предмета.
3. Простейшая разминка у гимнастической стенки с вышеназванными элементами.
4. «Обучающие» уроки с предметами: скакалкой, мячом, лентой.
5. Комплексы или простейшие комбинации без предмета, со скакалкой, мячом и лентой, развивающие мелкую моторику.
6. Простейшие показательные танцевально-спортивные комбинации, пригодные для показа на ограниченной площади: в кругу семьи, в детском саду, на празднике.
7. Подвижные и музыкальные игры.

8. Соревнования по физической и технической подготовке, открытые уроки для родителей.

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 академических часа и должны различаться по содержанию, например:

1-е занятие: разминка, упражнение без предмета, со скакалкой, игры;

2-е занятие: разминка, танцевальные элементы, упражнения с мячом;

3-е занятие: разминка, музыкально-двигательная подготовка, скакалка

Распределение программного материала по группам

№	Основные средства	
А.	Базовая техническая подготовка	+
1	Упражнения на овладение навыком правильной осанки и походки	+
2	Упражнения для правильной постановки ног и рук	+
3	Маховые упражнения	+
4	Круговые упражнения	+
5	Пружинящие упражнения	+
6	Упражнения в равновесии	+
7	Акробатические упражнения	+

Б.	Специальная техническая	
1.	Виды шагов	+
	на полупальцах	+
	мягкий	+
	высокий	+
	галопа	+
	польки	+
2.	Виды бега	+
	на полупальцах	+
	высокий	+
3.	Наклоны	+
	а) стоя:	+
	вперед	+
	в стороны (на двух ногах)	+
	назад (на двух ногах)	+
	б) на коленях:	+
4.	Подскоки и прыжки	+
	с двух ног с места	+
	выпрямившись	+
	из приседа	+
	закрытый и открытый	+
	со сменой ног (впереди, сзади)	+
	со сменой согнутых ног	+
5.	Упражнения в равновесии	+
	стойка на носках	+
	равновесие в полуприседе	+
	равновесие в стойке на левой, на правой	+
	равновесие в полуприседе на левой, на правой	+
	переднее равновесие	+
6.	Волны	+

	волны руками вертикальные и горизонтальные, одновременные и боковой целостный взмах	+
7.	Вращения	+
	переступанием	+
	кувырок назад	+
	кувырок боком	+
8.	Стойки	+
	на лопатках	+
9.	Упражнения с мячом:	+
	броски и ловля	+
	низкие (до 1 м) двумя руками	+
10.	Упражнения со скакалкой	+
	а) качание, махи:	+
	двумя руками	+
	одной рукой	+
	б) вращение скакалки:	+
	вперед и назад	+
В.	Специальные средства	+
	Музыкально-двигательное обучение:	+
	воспроизведение характера музыки через движение	+
	распознавание основных музыкально-двигательных средств	+
	музыкальные игры	+
	танцы музыкально-двигательные задания	+
	классический экзерсис	+

8. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ И ФОРМЫ КОНТРОЛЯ

Важнейшей функцией управления педагогическим процессом является контроль, определяющий эффективность учебной работы на всём её протяжении.

Применяются следующие виды и формы контроля:

- предварительный контроль (оценка уровня развития физических качеств), осуществляется педагогом в форме тестирования;
- текущий контроль (оценка усвоения изучаемого материала, физической подготовленности и состояния здоровья) осуществляется педагогом в форме наблюдения;
-промежуточный контроль, (за подготовленностью - навыками) проводится один раз в полугодие в форме тестирования;
- итоговая аттестация, проводится в конце каждого учебного года, в форме выполнения контрольных упражнений (тестирование) по общей физической подготовке, уровню освоения навыков, а также теоретических знаний.

Нормативы общей физической и специальной физической подготовленности

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	результат
Гибкость	И.П. - сед, ноги вместе Наклон вперед Фиксация положения 5 счетов	"5" - плотная складка, колени прямые "4" - при наклоне вперед кисти рук выходят за линию стоп, колени прямые "3" - при наклоне вперед кисти рук на линии стоп, колени прямые

Гибкость	И.П. - лежа на животе "Рыбка" - прогиб назад в упоре на руках со сгибанием ног Измеряется расстояние между лбом и стопами	"5" - касание стопами лба "4" - до 5 см "3" - 6 - 10 см При выполнении движения колени обязательно вместе
Гибкость	И.П. - стойка ноги вместе, руки вверх, в замок. Отведение рук назад	"5" - 45° "4" - 30° "3" - 20°
"Координационные способности	Равновесие на одной, другую согнуть вперед, стопа прижата к колену опорной ноги, руки в стороны Рисунок (не приводится)	"5" - удержание положения в течение 6 секунд "4" - 4 секунды "3" - 2 секунды Выполнять с обеих ног
Скоростно-силовые качества	Прыжки на скакалке	5- 10 прыжков 4- 8 3 - 6 оцениваются прямые ноги и натянутые колени
Гибкость, подвижность позвоночного столба	Мост на коленях	5 - колени вместе, локти прямые 4 - недостаточная складка в наклоне, руки согнуты 3 - недостаточная складка, согнутые руки, колени врозь 2 - наклон назад, руками до пола 1 - наклон назад, руками до пола, колени врозь
Гибкость	Мост из положения стоя	5 - мост вплотную руками к пятке 4 - 2-5 см от рук до стоп 3 - 6-10 см от рук до стоп 2 - 11-15 см от рук до стоп 1 - 20 см и более
Гибкость подвижность тазобедренного сустава	Шпагаты на полу 1 с правой ноги 2 с левой ноги 3 поперечный	5 - плотное касание пола правым и левым бедром 4-1-5 см от пола до бедра 3 - 6-10 см 2 - 15 см 1 - более 15 см
Пресс силовые способности	Из И.п. лежа на спине 1. Сед до горизонтали 2. И.п.	5 - 10 раз 4 - 9 раз 3 - 8 раз 2 - 7 1 - 6
Силовые способности: сила мышц спины	Из И.п. лежа на животе руки за голову, ноги закреплены 1. Прогнуться назад	5 - 10 раз до горизонтали 4 - 8 3 - 6 2 - 5 1 - 4

9. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Требования к материально-технической базе и инфраструктуре

- наличие тренировочного спортивного зала;
- наличие хореографического зала;
- наличие раздевалок, душевых;
- обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимым для прохождения спортивной подготовки;
- обеспечение спортивной экипировкой;

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

- А. Крефф; М. Каню Женщина и спорт, М., 1986г.
- Б. Собинов Путь к красоте, «Молодая гвардия», 1964г.
- Боброва Г. Искусство грации. – М.: Детская литература, 1986.
- В. Ванслов Балеты Григоровича и проблемы хореографии, М., «Искусство», 1971г.
- В. Кирсанов Спорт, музыка, грация, М., «Физкультура и спорт», 1984г.
- В. Костровицкая, А. Писарев Школа классического танца «Искусство», Ленинградское отделение, 1978г
- В.В. Мироненко О структуре выразительных движений. Республиканский научно – методический сборник «Психология», 1977г.
- Г. Боброва Искусство грации, Ленинград, 1986г
- Г. Боброва Художественная гимнастика в школе, М., 1978г.
- Грациозо Чеккетти Полный учебник классического танца, М., 2007г.
- Д. Сивакова Уроки художественной гимнастики, М., 1968г.
- Ж. Шишманова Большой путь, М., 1980г.
- Ж.А. Белокопытова, «Методические рекомендации по организации и методам отбора в ДЮСШ по специализации художественная гимнастика», Киев, РНМЖ, 1978 год
- Женская гимнастика под ред. Л. Лансон, М., 1976г.
- З. Вербова Искусство произвольных упражнений, М., Физкультура и спорт, 1967г.
- И. Шипилина Хореография в спорте, Ростов-на-Дону, 2004г.
- Качетджыева Л., Ванкова М., Чуприянова М. Обучение детей художественной гимнастике. – М.: Физкультура и спорт, 1985.
- Л.А. Карпенко, «Методика тренировки занимающихся художественной гимнастикой», Ленинград, ГДИФОК, 1989 год
- Л.П. Орлов, «Художественная гимнастика», Москва, Физкультура и спорт, 1973 год
- Лисицкая Т.С. Хореография в гимнастике. – М.: Физкультура и спорт, 1984.
- М. Шохин Круговая тренировка, М., Физкультура и спорт, 1967г.
- Мавромати Д. Упражнения художественной гимнастики. – М.: Физкультура и спорт, 1972.
- Н.Н. Тарасов «Классический танец», М., Искусство, 1971г.
- Основы технической подготовки в художественной гимнастике Метод. Рек. Киев Изд-во КГИФК 1991 Овчинникова Н.А.
- От простого к сложному. Гимнастика ежегодник 1986. Найпак В.Д.
- Программа дополнительного образования. Гармоничное развитие детей средствами гимнастики. И.А. Винер Н.М.Горбулина О.Д. Цыганкова
- Рабочие программы. Физическая культура гимнастика. Предметная линия учебников под редакцией И.А. Винер. И.А. Винер Н.М.Горбулина О.Д. Цыганкова
- С. Токарев Гимн гимнастике, М., «Физкультура и спорт», 1984г.
- Специальная физическая подготовка юных спортсменов высокой квалификации в художественной гимнастике. Учебное пособие Москва Всероссийская федерация худ. гимнастики 2001г. Говорова М.А Плешкань А.В.
- Т. Лисицкая Хореография в гимнастике, М., 1984г.
- Т. Ротерс Музыкально – ритмическое воспитание в художественной гимнастике, М., 1989г.
- Т.С. Лисицкая, «Художественная гимнастика: учебник для институтов физической культуры», Физкультура и спорт, 1982 год.

- Учебное пособие – СПб Изд – во СПбГАФК 2000 Карпенко Л.А
- Художественная гимнастика под ред. Орлова, М., «Физкультура и спорт», 1973г.
- Художественная гимнастика под ред. Т. Лисицкой, Учебник для институтов физической культуры, М., 1982г.
- Художественная гимнастика. / Под ред. Ю. Шишкаревой и Л.Орловой. – М.: Физкультура и спорт, 1954.
- Художественная гимнастика учебник под общей редакцией профессора Л.А. Карпенко Москва 2003г.
- Художественная гимнастика под ред. Л.Орлова, М., 1965г.
- Э.П. Аверкович Анализ произвольный упражнений в художественной гимнастике и пути совершенствования исполнительского мастерства сильнейших гимнастов. Автореферат, М., 1980г.
- Я. Аркаев, Н.И.Кузьмина «О модели построения многолетней спортивной тренировки в художественной гимнастике» - Москва, Госкомспорт СССР, 1989 год.

10. ПРИЛОЖЕНИЕ

**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ИСПОЛНИТЕЛЬНОГО КОМИТЕТА
ЗЕЛЕНОДОЛЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ТВОРЧЕСТВА ЗЕЛЕНОДОЛЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН»**

**ПЛАН
ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ
«Художественная гимнастика»**

Автор-составитель:
педагог дополнительного образования
Сачкова Лилия Маратовна

ЗЕЛЕНОДОЛЬСК

Цель воспитательной работы: создание условий для достижения у обучающихся необходимого для жизни в обществе социального опыта и формирования принимаемой обществом системы ценностей, создание условий для многогранного развития и социализации каждого обучающегося.

Основные задачи:

- Развитие общей культуры обучающихся через традиционные мероприятия объединения, выявление и работа с одаренными детьми.
- Формирование у детей гражданско-патриотического сознания.
- Выявление и развитие творческих способностей обучающихся, путем создания творческой атмосферы через организацию совместной творческой деятельности педагогов, обучающихся и родителей.
- Создание условий, направленных на формирование нравственной культуры, расширение кругозора, интеллектуальное развитие, на улучшение усвоения учебного материала.
- Пропаганда здорового образа жизни, профилактика правонарушений, социально-опасных явлений.
- Создание условий для активного и полезного взаимодействия МБУ ДО «Центр творчества ЗМР РТ» и семьи по вопросам воспитания обучающихся.

Практические задачи:

- Выстраивание системы воспитательной работы согласно основным положениям Стратегии развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года;
- Формировать у обучающихся уважение к своей семье, обществу, государству, к духовно-нравственным ценностям, к национальному, культурному и историческому наследию;
- Организовать работу, направленную на популяризацию традиционных российских нравственных и семейных ценностей; создать условия для сохранения и поддержки этнических культурных традиций, народного творчества;
- Формировать у учащихся ответственное отношение к своему здоровью и потребность в здоровом образе жизни; прививать культуру безопасной жизнедеятельности, организовать работу по профилактике вредных привычек;
- Способствовать развитию у ребенка экологической культуры, бережного отношения к природе; развивать у обучающихся стремление беречь и охранять природу;
- Вести работу, направленную на профилактику правонарушений, социально-опасных явлений на основе развития сотрудничества с социальными партнерами;
- Воспитывать у детей уважение к труду; содействовать профессиональному самоопределению учащихся;

Методологическую базу воспитательной системы составляют следующие подходы:

Системный подход. Сущность подхода заключается в системном видении педагогических явлений и процессов, в различении отдельных компонентов системы и установлении между ними связей, в оценке результатов их взаимодействия и построении связей с другими внешними системами.

Личностно-ориентированный подход. Сущность подхода заключается в методологической ориентации педагогической деятельности, которая позволяет посредством опоры на систему взаимосвязанных понятий, идей и способов действий обеспечивать и поддерживать процессы самопознания и самореализации личности ребенка, развитие его неповторимой индивидуальности. Этот подход связан с устремлением педагога содействовать развитию индивидуальности обучающегося, проявлению его субъективных качеств.

Средовой подход предполагает использование окружающей социальной среды, ее культурных и социальных объектов для гармоничного развития личности обучающегося и воспитания гражданственности.

Рефлексивный подход позволяет использовать приемы рефлексии для формирования у обучающихся потребности осуществлять самооценку своих отношений, результатов деятельности путем сравнения этих оценок с оценками окружающих людей, а также для дальнейшего корректирования собственной позиции.

Основные принципы организации воспитания

Принцип гуманизма предполагает отношение к личности обучающихся как к самоценности и гуманистическую систему воспитания, направленную на формирование целостной личности, способной к саморазвитию и успешной реализации своих интересов и целей в жизни.

Принцип духовности проявляется в формировании у обучающихся смысло-жизненных духовных ориентаций, интеллигентности и образа мысли российского гражданина, потребностей к освоению и производству ценностей культуры, соблюдению общечеловеческих норм гуманистической морали.

Принцип субъектности заключается в том, что педагог активизирует, стимулирует стремление обучаемого к саморазвитию, самосовершенствованию, содействует развитию его способности осознавать свое «Я» в связях с другими людьми и миром в его разнообразии, осмысливать свои действия, предвидеть их последствия как для других, так и для собственной судьбы.

Принцип патриотизма предполагает формирование национального сознания у молодежи как одного из основных условий жизнеспособности молодого поколения, обеспечивающего целостность России, связь между поколениями, освоение и приумножение национальной культуры во всех ее проявлениях.

Принцип демократизма основан на взаимодействии, на педагогике сотрудничества педагога и обучающегося, общей заботы друг о друге.

Принцип конкурентоспособности выступает как специфическая особенность в условиях демократического общества, предполагающая формирование соответствующего типа личности, способного к динамичному развитию, смене деятельности, нахождению эффективных решений в сложных условиях конкурентной борьбы во всех сферах жизнедеятельности.

Принцип толерантности предполагает наличие плюрализма мнений, терпимости к мнению других людей, учет их интересов, мыслей, культуры, образа жизни, поведения, не укладывающихся в рамки повседневного опыта, но не выходящих за нормативные требования законов.

Принцип вариативности включает различные варианты технологий и содержания воспитания, нацеленность системы воспитания на формирование вариативности

мышления, умение анализировать и предполагать желаемый результат своей деятельности.

Приоритетными направлениями в воспитательной работе являются:

- **Общекультурное направление:** (гражданско-патриотическое воспитание, приобщение детей к культурному наследию, экологическое воспитание);
- **Духовно-нравственное направление:** (нравственно-эстетическое воспитание, семейное воспитание);
- **Здоровьесберегающее направление:** (физическое воспитание и формирование культуры здоровья, безопасность жизнедеятельности);
- **Общеинтеллектуальное направление:** (популяризация научных знаний, проектная деятельность);
- **Социальное направление:** (трудовое).

Приоритетные направления воспитательной работы

Направление воспитательной работы	Задачи работы по данному направлению
Общекультурное (гражданско-патриотическое воспитание, приобщение детей к культурному наследию, экологическое воспитание)	Формирование гражданской и правовой направленности личности, активной жизненной позиции; Формирование у обучающихся таких качеств, как долг, ответственность, честь, достоинство, личность. Воспитание любви и уважения к традициям Отечества, «Центра творчества», семьи. Воспитание уважения к правам свободам и обязанностям человека.
Духовно-нравственное (нравственно-эстетическое воспитание, семейное воспитание)	Приобщение к базовым национальным ценностям российского общества, таким, как патриотизм, социальная солидарность, гражданственность, семья, здоровье, труд и творчество, наука, традиционные религии России, искусство, природа, человечество. Формирование духовно-нравственных качеств личности. Воспитание человека, способного к принятию ответственных решений и к проявлению нравственного поведения в любых жизненных ситуациях. Воспитание нравственной культуры, основанной на самоопределении и самосовершенствовании. Воспитание доброты, чуткости, сострадания, заботы и милосердия. Создание единой воспитывающей среды, в которой развивается личность ребенка, приобщение родителей к целенаправленному процессу воспитательной работы

	образовательного учреждения. Включение родителей в разнообразные сферы жизнедеятельности образовательного учреждения. Повышение психолого – педагогической культуры родителей.
Здоровьесберегающее направление: <i>(физическое воспитание и формирование культуры здоровья, безопасность жизнедеятельности)</i>	Формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни с целью сохранения, и укрепления физического, психологического и социального здоровья обучающихся как одной из ценностных составляющих личности обучающегося. Формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности окружающих, усвоение ими знаний и умений распознавать и оценивать опасные ситуации, определять способы защиты от них, оказывать само- и взаимопомощь. Способствовать преодолению у обучающихся вредных привычек средствами физической культуры и занятием спортом.
Общеинтеллектуальное направление: <i>(популяризация научных знаний, проектная деятельность)</i>	Активная практическая и мыслительная деятельность. Формирование потребности к изучению, создание положительной эмоциональной атмосферы обучения, способствующей оптимальному напряжению умственных и физических сил учащихся. Формирование интереса к исследовательской и проектной деятельности, научной работе. Выявление и развитие природных задатков и способностей обучающихся. Реализация познавательных интересов ребенка и его потребности в самосовершенствовании, самореализации и саморазвитии.
Социальное направление: <i>(воспитание трудолюбия, сознательного, творческого отношения к образованию, труду в жизни, подготовка к сознательному выбору профессии)</i>	Формирование готовности обучающихся к выбору направления своей профессиональной деятельности в соответствии с личными интересами, индивидуальными особенностями и способностями, с учетом потребностей рынка труда. Формирование экологической культуры. Формирование общественных мотивов трудовой деятельности как наиболее ценных и значимых, устойчивых убеждений в необходимости труда на пользу обществу. Воспитание личности с активной жизненной позицией, готовой к принятию ответственности за свои решения и полученный результат, стремящейся к самосовершенствованию, саморазвитию и самовыражению.
Профилактика	Совершенствование правовой культуры и правосознания

правонарушений, социально-опасных явлений	обучающихся, привитие осознанного стремления к правомерному поведению. Организация работы по предупреждению и профилактике асоциального поведения обучающихся. Организация мероприятий по профилактике правонарушений, табакокурения, наркомании, токсикомании, алкоголизма.
---	---

Реализация данных направлений **предполагает:**

- Создание благоприятных условий и возможностей для полноценного развития личности, для охраны здоровья и жизни детей;
- Создание условий проявления и мотивации творческой активности обучающихся в различных сферах социально значимой деятельности;
- Развитие системы непрерывного образования; преемственность уровней и ступеней образования; поддержка исследовательской и проектной деятельности;
- Освоение и использование в практической деятельности новых педагогических технологий и методик воспитательной работы;
- Дальнейшее развитие и совершенствование системы дополнительного образования;
- Координация деятельности и взаимодействие всех звеньев воспитательной системы: «Центра творчества» и социума; «Центра творчества» и семьи.

Планируемые результаты:

- У обучающихся сформированы представления о базовых национальных ценностях российского общества;
- Система воспитательной работы стала более прозрачной, логичной благодаря организации через погружение в «тематические периоды»; такая система ориентирована на реализацию каждого направления воспитательной работы;
- Организация занятий в объединениях дополнительного образования направлена на развитие мотивации личности к познанию и творчеству;
- Повышено профессиональное мастерство педагогов дополнительного образования и мотивация к самообразованию, благодаря чему увеличилась эффективность воспитательной работы в объединениях.
- Повышена педагогическая культура родителей, система работы способствует раскрытию творческого потенциала родителей, совершенствованию семейного воспитания на примерах традиций семьи, усилению роли семьи в воспитании детей.

Портрет выпускника МБУ ДО «Центр творчества ЗМР РТ»

- осознающий себя личностью, живущей в обществе, социально активный, осознающий глобальные проблемы современности, свою роль в их решении;
- носитель ценностей гражданского общества, осознающий свою сопричастность к судьбам Родины, уважающий ценности иных культур, конфессий и мировоззрений;

- креативный и критически мыслящий, мотивированный к познанию и творчеству, самообразованию на протяжении всей жизни;
- разделяющий ценности безопасного и здорового образа жизни и следующий им в своем поведении;
- уважающий других людей и умеющий сотрудничать с ними для достижения общего результата.

Календарный план воспитательной работы

Праздничные даты

Дата	Название события
1 сентября	День знаний
3 сентября	День солидарности в борьбе с терроризмом
Первый выходной октября	День пожилых людей
5 октября	День учителя
4 ноября	День Народного Единства
20 ноября	Всемирный день Ребенка
Третье воскресенье ноября	День памяти жертв ДТП
25 ноября	День Матери
9 декабря	День Героев Отечества
12 декабря	День Конституции России
27 января	День воинской славы России, День освобождения Ленинграда от фашистской блокады
21 февраля	Международный день родного языка
23 февраля	День Защитника Отечества
8 марта	Международный женский день
18 марта	День присоединения Крыма к России
27 марта	Всемирный День театра
3-я неделя марта	Единый день профориентации
7 апреля	Всемирный День здоровья
12 апреля	День космонавтики
1 мая	Праздник весны и труда
9 мая	День Победы
18 мая	Международный день музеев
1 июня	День защиты детей
23 июня	Международный Олимпийский день
22 августа	День государственного флага РФ

Направления воспитательной деятельности	Мероприятия (форма, название)	Дата проведения	Ответственные
СЕНТЯБРЬ			
Общекультурное направление: (гражданско-патриотическое воспитание, приобщение детей к культурному	Мероприятия по вовлечению в деятельность детских общественных организаций учащихся города и района	сентябрь	Сачкова Л.М.

<i>наследию, экологическое воспитание)</i>			
Духовно-нравственное направление: (<i>нравственно-эстетическое воспитание, семейное воспитание</i>)	Профилактическая беседа по проблематике. Презентация и семинар, посвященные Дню Солидарности в борьбе с терроризмом, беседы на темы о нравственно-эстетическом и семейном воспитании	сентябрь	Сачкова Л.М.
	Родительское собрание. Работа с родительским комитетом.	сентябрь	Сачкова Л.М.
Здоровьесберегающее направление: (<i>физическое воспитание и формирование культуры здоровья, безопасность жизнедеятельности</i>)	Месячник здоровья: ПДД: Беседа и просмотр видеофильма на темы правил дорожного движения Пожарная безопасность: Беседа по правилам поведения при пожаре Антитеррористическая безопасность: Профилактическая беседа «Терроризм – зло против человечества»	сентябрь	Сачкова Л.М.
ОКТАБРЬ			
Общекультурное направление: (<i>гражданско-патриотическое воспитание, приобщение детей к культурному наследию, экологическое воспитание</i>)	Мероприятие по изучению государственной символики Российской Федерации	октябрь	Сачкова Л.М.
Духовно-нравственное направление: (<i>нравственно-эстетическое воспитание, семейное воспитание</i>)	Единый урок информационной безопасности. Всероссийский урок безопасности в сети Интернет.	октябрь	Сачкова Л.М.
Социальное направление: (<i>воспитание трудолюбия, сознательного,</i>	Урок самоуправления, в рамках праздника «День учителя».	октябрь	Сачкова Л.М.

<i>творческого отношения к образованию, труду в жизни, подготовка к сознательному выбору профессии)</i>			
НОЯБРЬ			
Общекультурное направление: (гражданско-патриотическое воспитание, приобщение детей к культурному наследию, экологическое воспитание)	Мероприятие, посвященное «Дню народного единства».	ноябрь	Сачкова Л.М.
Духовно-нравственное направление: (нравственно-эстетическое воспитание, семейное воспитание)	Беседа, посвященная «Дню толерантности»	ноябрь	Сачкова Л.М.
ДЕКАБРЬ			
Общекультурное направление: (гражданско-патриотическое воспитание, приобщение детей к культурному наследию, экологическое воспитание)	Единый урок, посвященный Дню Конституции РФ.	декабрь	Сачкова Л.М.
Духовно-нравственное направление: (нравственно-эстетическое воспитание, семейное воспитание)	Родительское собрание: «Современная семья: возможности и проблемы ее уклада» 1. Необходимость семейных традиций в жизни ребенка Инструктаж перед каникулами на темы: 1. «БДД в зимний период», «Осторожно, лед!»	декабрь	Сачкова Л.М.
Здоровьесберегающее направление: (физическое воспитание и формирование культуры здоровья, безопасность жизнедеятельности)	Профилактическая беседа с детьми «Пиротехника и последствия шалости с пиротехникой».	декабрь	Сачкова Л.М.

ЯНВАРЬ			
Духовно-нравственное направление: (нравственно-эстетическое воспитание, семейное воспитание)	Семинар на тему «ПДД от А до Я».	январь	Сачкова Л.М.
Здоровьесберегающее направление: (физическое воспитание и формирование культуры здоровья, безопасность жизнедеятельности)	Спортивно-оздоровительные соревнования «Мы за здоровый образ жизни».	январь	Сачкова Л.М.
ФЕВРАЛЬ			
Общекультурное направление: (гражданско-патриотическое воспитание, приобщение детей к культурному наследию, экологическое воспитание)	Участие в троеборье силового комплекса ГТО, посвящённые «Дню Защитника Отечества».	февраль	Сачкова Л.М.
МАРТ			
Здоровьесберегающее направление: (физическое воспитание и формирование культуры здоровья, безопасность жизнедеятельности) Общекультурное направление: (гражданско-патриотическое воспитание, приобщение детей к культурному наследию, экологическое воспитание)	Спартакиада учащихся Центра творчества по баскетбольным навыкам «Движение Вверх». Профилактическая беседа с детьми на тему: «Крым-Россия».	март	Сачкова Л.М.
АПРЕЛЬ			
Общекультурное направление: (гражданско-патриотическое воспитание, приобщение детей к культурному наследию, экологическое воспитание)	Родительское собрание «Важность физического воспитания в детском возрасте. Мотивация»	апрель	Сачкова Л.М.

<i>воспитание)</i> Духовно-нравственное направление: <i>(нравственно-эстетическое воспитание, семейное воспитание)</i>			
МАЙ			
Духовно-нравственное направление: <i>(нравственно-эстетическое воспитание, семейное воспитание)</i> Здоровьесберегающее направление: <i>(физическое воспитание и формирование культуры здоровья, безопасность жизнедеятельности)</i>	Семинар на тему: «История Отечества. 9 Мая – День Победы»; Спортивная эстафета учащихся, посвящённая «Дню Победы».	май	Сачкова Л.М.