


УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА КЕРЧИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА КЕРЧИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ЮНОШЕСКОГО ТВОРЧЕСТВА»

ОДОБРЕНО:
Методическим советом
МБУДО «ЦДЮТ»
Протокол № 3
от «18» августа 2025 г.


УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБУДО «ЦДЮТ»
Сухинина Е.В..
Приказ № 122 от 18.08. 2025 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА

«Партерная гимнастика-3»
творческого объединения шоу-балет «Культурная революция»

Направленность – художественная
Срок реализации программы – 1 год
Тип программы - общеразвивающая
Вид программы - модифицированная
Уровень - стартовый
Возраст обучающихся 5-9 лет
Составитель: Утюпина Дарья Александровна,
педагог дополнительного образования

г. Керчь
2025 г.

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Нормативно-правовая основа программы.

В настоящее время основой разработки дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ является следующая нормативно-правовая база:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции);
2. Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в действующей редакции);
3. Федеральный закон Российской Федерации от 13.07.2020 г. № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (в действующей редакции);
- 4. Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года».
5. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р;
6. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года» (в действующей редакции);
7. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 17.08.2024 г. № 2233-р «Об утверждении Стратегии реализации молодежной политики в Российской Федерации на период до 2030 года» (в действующей редакции);
8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
9. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (в действующей редакции);
10. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

11. Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей» (в действующей редакции);
12. Приказ Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (в действующей редакции);
13. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
14. Об образовании в Республике Крым: закон Республики Крым от 06.07.2015 г. № 131-ЗРК/2015 (в действующей редакции);
15. Распоряжение Совета министров Республики Крым от 11.08.2022 г. № 1179-р «О реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Крым»;
16. Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 03.09.2021 г. № 1394 «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей Республики Крым»;
17. Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;
18. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31.07.2023 г. № 04-423 «О направлении методических рекомендаций для педагогических работников образовательных организаций общего образования, образовательных организаций среднего профессионального образования, образовательных организаций дополнительного образования по использованию российского программного обеспечения при взаимодействии с обучающимися и их родителями (законными представителями)»;
19. Письмо Минпросвещения России от 19.03.2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций»;
20. Уставом МБУДО г. Керчи РК «ЦДЮТ»;
21. Нормативными локальными актами, регламентирующими порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам в МБУДО г. Керчи РК «ЦДЮТ».

Программа является **модифицированной** и составлена на основе программ, учебно-методических пособий: Вагановой А.Я. «Основы классического танца», Гусева Г.П. «Методика преподавания народного танца», Никитина В.Ю. «Модерн-джаз танец», Фирилевой Ж.Е., Сайкиной Е.Р. «СА-ФИ-данс» танцевально-игровая гимнастика для детей».

Программа имеет художественную направленность.

Программа помогает развить художественно-эстетический вкус, художественные способности и знания, умения и навыки основ хореографического искусства.

Концептуальная идея программы предполагает целенаправленную работу по обеспечению обучающихся дополнительной возможностью удовлетворения творческих и образовательных потребностей для духовного, интеллектуального развития, посредством приобщения их к миру танца, народной, классической музыки.

Партерная гимнастика — один из основных видов творчества, которым можно заниматься с младенчества и который входит в обязательную программу подготовки любого танцора.

Благодаря занятиям гимнастикой можно улучшить показатели физического развития, физические качества, исправить недостатки телосложения, осанки.

Гимнастика добавляет новые возможности в развитие детей. Она развивает не только физические качества, но и память, внимание, быстроту реакции, а также эстетическое восприятие детей — понимание красоты и гармонии — благодаря выполнению упражнений под музыку.

Таким образом, программа, созданная на основе партерной гимнастики, расширяет границы возможностей детей и показана практически всем.

Актуальность программы по партерной гимнастике в том, что в настоящее время объём социального заказа на обучение детей гимнастикой резко увеличился и продолжает увеличиваться. Сегодня гимнастика играет отнюдь не второстепенную роль в физическом развитии современных детей. Простота, доступность и при этом высокая эффективность упражнений делают гимнастику основным средством физического воспитания детей. Многообразие гимнастических упражнений позволяет наиболее успешно решать задачи начального физического воспитания, когда закладывается основа для развития двигательных способностей и всех систем организма детей. Партерная гимнастика формирует у обучающихся здоровый жизненный стиль, способствует всестороннему и гармоничному развитию личности ребенка, прививает интерес и потребность к регулярным занятиям.

Новизна программы состоит в том, что в ней учтены и адаптированы к возможностям детей разных возрастов основные направления гимнастики. Впервые решена проблема целостного подхода к программе обучения, прослеживается преемственность этапов обучения, предусматривается создание условий для социальной реализации и достижения физического совершенствования обучающихся. Программа предусматривает углубленное изучение партерной гимнастики, как вида спорта, направлена на развитие положительной динамики роста спортивных достижений обучающихся.

Отличительные особенности дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Партерная гимнастика» от уже существующих в этой области заключаются в том, что: направлена на развитие: двигательной культуры (правильная осанка, красивая походка, координация движений, развитие ритмичности и пластичности), на предоставление возможности ребенку выразить себя в танце, развитие умения добиваться творческого выражения эмоций через пластику.

Данная дополнительная общеобразовательная программа имеет четкую содержательную структуру на основе постепенной (от простого к сложному) реализации задач тематического блока, а не общепринятое описание системы работы.

Педагогическая целесообразность программы заключается в воспитании высоких моральных качеств, чувства коллективизма, дисциплинированности и трудолюбия. Важную роль в нравственном воспитании детей играет непосредственно спортивная деятельность, которая предоставляет большие возможности для воспитания всех этих качеств. Они оказывают благотворное влияние на развитие не только физическое, но и интеллектуальное, усиливают регулирующую роль коры головного мозга, способствуют тренировке двигательного и находящихся рядом с ним речевых центров.

Данная программа ориентирована на творческие способности детей, формирующиеся в опоре на развитие эстетического сознания – эстетических эмоций, чувств, интересов, вкуса, потребностей, представлений о красоте движения, звука, линии, цвета, формы. Именно в детстве у детей формируются эталоны красоты, накапливается опыт деятельности, от которого во многом зависит их последующее общее развитие.

Язык обучения.

Обучение по программе ведется на русском языке.

Адресат программы. 1 год обучения – девочки 5-9 лет

Программа предполагает решение образовательных, воспитательных и развивающих задач с учётом возрастных и индивидуальных особенностей развития учащихся.

Возраст 5-9 лет. Развитие психики детей этого возраста осуществляется главным образом на основе двух ведущих деятельностей — игры и учения. Игра является ведущей деятельностью детей до 6 лет. Учение для младшего школьника выступает как важная общественная деятельность, которая носит коммуникативный характер. В процессе учебной деятельности дети не только усваивают знания, умения и навыки, но и учатся ставить перед собой учебные задачи (цели), находить способы усвоения и применения знаний, контролировать и оценивать свои действия. Новообразованием младшего школьного возраста являются произвольность психических явлений, внутренний план действий, рефлексия.

Объем программы. Объем стартового уровня рассчитан на один учебный год (36 недель) 108 часа.

Срок реализации программы.

Срок реализации программы составляет 1 год.

Количество часов на период обучения стартового уровня – 108 (36 недель) для каждой группы.

Реализация программы

Уровень обучения	Год обучения	Количество учащихся в группе	Количество часов в неделю	Объем Программы	Возраст обучающихся
Группа № 4 Стартовый	1 год обучения	15 человек	3 часа	108часов	5-9лет
Группа № 5 Стартовый	1 год обучения	15 человек	3 часа	108часов	5-9лет

Уровень программы – стартовый, так как предполагает использование и реализацию общедоступных универсальных форм организации материала по хореографии, минимальную сложность предполагаемого для освоения содержания программы. *Эмоционально-творческое развитие*: пластические и ритмические этюды, развитие эмоциональной выразительности, фантазии ребенка. *Танцевально-ритмическая гимнастика*: игроритмика, игрогимнастика, развитие ритмичности, музыкальности, общей физической подготовки. *Азбука хореографии*: изучение обязательных элементов хореографии с игровыми моментами и импровизацией, развитие танцевальных данных. *Постановочная работа*: знакомство с основными рисунками в танце, постановка детского танца.

Формы обучения и виды занятий, наполняемость групп.

Обучение по программе происходит в очном формате. Изучение некоторых тем возможно в дистанционном режиме.

Занятия проводятся в группах, наполняемость составляет до 15 человек, состав постоянный.

В Программе использованы приоритетные формы занятий: интегрированные, интегрированные с элементами импровизации, индивидуальные.

В репетиционно -постановочные занятия педагог включает необходимое количество разделов программы самостоятельно, интегрируя их в зависимости от сложности постановки танца или его тематики.

Особенности организации образовательного процесса.

Занятия проводятся с учетом возрастных и психологических особенностей детей, и на основе дифференцированного подхода.

Формы организации деятельности воспитанников на занятии: фронтальная; в парах; групповая; индивидуально–групповая; ансамблевая.

Режим занятий.

Занятия проводятся согласно расписанию- 3 раза по 1 часу в неделю, всего в неделю 3 часа, 36 недель, 108 часов в год. Академический час - 45 минут

1.2. Цель и задачи программ

Цель программы— способствовать созданию прочной основы для воспитания здорового человека, сильной, гармонично развитой личности; расширению двигательных возможностей; компенсации дефицита двигательной активности детей.

Задачи программы. Работа с детьми традиционно осуществляется в трех направлениях, они конкретизируются в решении следующих задач:

Обучающие:

- формировать правильные двигательные умения и навыки выполнения отдельных двигательных действий в сочетании, развивать умение быстро переходить от выполнения одних движений к выполнению других;
- обеспечивать осознанное овладение движениями, развивать самоконтроль и самооценку при выполнении физических упражнений;
- давать знания о принципах выполнения основных элементов гимнастики;
- содействовать развитию пространственных ориентировок в статике и динамике;
- способствовать воспитанию скоростно-силовых качеств, гибкости, силы, ловкости, выносливости, прыгучести и т.д. (с применением специальных методических приемов);
- обеспечивать усвоение общей структуры двигательной деятельности, понимание общего способа выполнения физических упражнений и связи «цель-результат».

Развивающие:

- содействовать развитию адаптационных возможностей и улучшению работоспособности детского организма;
- способствовать формированию опорно-двигательного аппарата и правильной осанки.

Воспитательные:

- вызывать и поддерживать интерес к двигательной деятельности;
- приучать к самостоятельному созданию условий для выполнения физических упражнений;
- воспитывать доброжелательные отношения со сверстниками в совместной двигательной деятельности;
- побуждать к проявлению настойчивости при достижении конечного результата, стремления к качественному выполнению движений;
- формировать элементарные умения самоорганизации в двигательной направленности;
- способствовать развитию творческих способностей детей, духовному, нравственному физическому совершенствованию.

1.3. Воспитательный потенциал программы

Цель воспитательной работы в творческом объединении – личностное развитие обучающихся.

Основные задачи:

- формировать общероссийскую гражданскую идентичность, патриотизм;
- обеспечить необходимые условия для личностного развития;
- укрепить здоровье обучающихся;
- способствовать профессиональному самоопределению и творческому труду детей;
- способствовать социальной защите, поддержке и адаптации к жизни в обществе;
- способствовать социализации детей;
- работать с семьей;
- формировать общую культуру;
- способствовать организации содержательного досуга обучающихся.

Для решения реальных проблем сообщества страны, учащиеся привлекаются к получению знаний, через включение в коллективные общественно полезные практики, мероприятия такие, как: концерты ко Дню защитника Отечества, Международному женскому дню, воссоединения Крыма с Россией, Дню Победы, Дню России, Дню народного единства, на которых демонстрируют все свое мастерство и достижения. Ежегодно обучающиеся принимают участие в международных конкурсах и фестивалях, благотворительных концертах.

Подробный перечень мероприятий отражен в Плане воспитательной работы творческого объединения на учебный период в Приложении 5.

В результате проведения воспитательной работы будет достигнут высокий уровень сплоченности коллектива, повысится интерес к занятиям и уровню личностных достижений обучающихся, повысится уровень активного участия родителей в работе объединения.

1.4. Содержание Программы

Таблица 2

Учебный план 1 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие (1ч)				
1.1.	Вводное занятие	1	1	-	Диагностика, опрос
2.	Упражнения для разминки (14ч)				
2.1.	Разновидности ходьбы (танцевальный шаг, марш) в разных пространственных перестроениях	5	1	4	Педагогическое наблюдение
2.2.	Ритмические упражнения	4	-	4	Педагогическое наблюдение
2.3.	Упражнения на напряжение и	5	-	5	Педагогическое наблюдение

	расслабление группы мышц тела				
3.	Комплексы упражнений партерной гимнастики (89ч)				
3.1.	Упражнения для эластичности мышц стопы, растяжения ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок	9	-	9	Педагогическое наблюдение
3.2.	Упражнения для развития выворотности ног, подвижности и гибкости коленного сустава	12	1	11	Педагогическое наблюдение
3.3.	Упражнения для развития подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра	11	-	11	Педагогическое наблюдение
3.4.	Упражнения для развития танцевального шага	12	1	11	Педагогическое наблюдение
3.5.	Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса	10	-	10	Педагогическое наблюдение
3.6.	Упражнения для развития гибкости позвоночника	12	1	11	Педагогическое наблюдение
3.7.	Упражнения для укрепления мышц плеча и предплечья	9	-	9	Педагогическое наблюдение
3.8.	Комплексы упражнений партерной гимнастики	14	1	13	Педагогическое наблюдение
4.	Открытые занятия (4ч)				
4.1.	Открытые занятия, концертная деятельность	4	1	3	Диагностика, опрос, концерт
	Итого:	108	7	101	

Содержание учебного плана

Раздел 1. Вводное занятие (1ч).

Тема 1.1. Вводное занятие

Содержание материала:

Теория. Знакомство с коллективом. Вступительная беседа, в которой раскрываются цели и задачи программы. Основные правила безопасности дорожного движения «Азбука дорожного движения». Знакомство обучающихся объединения с программой, требованиями к внешнему виду, форме одежды (обувь, костюм, прически).

Практика. Обучение поклону (приветствие - прощание). Тестирование физических качеств обучающихся. Упражнения, которые помогут определить уровень физической подготовленности детей (координация, гибкость, растяжка...).

Методическое обеспечение. Специальная форма (купальник; юбка), обувь (балетки), коврик.

Формы аттестации/контроля Диагностика, опрос.

Раздел 2. Упражнения для разминки(14ч)

Тема 2.1. Разновидности ходьбы (танцевальный шаг, марш) в разных пространственных перестроениях.

Содержание материала:

Теория. Развитие и укрепление мышцы тела.

Практика. Бытовой шаг, ходьба на высоких и низких полупальцах, на пятках, на внутренней и внешней стороне стопы, «гусиным шагом», с переплетающимися ногами и т. д.

Марш на месте, по квадрату, по кругу, по прямой, по диагонали, в построении в линии, шеренги, колонны, размыкания и смыкания.

Марш с добавлением движений:

- головы — повороты, наклоны;
- рук — поднимание, опускание перед собой, над головой;
- с хлопком, за спиной;
- круговые движения руками вперед, назад, поочередно и вместе;
- вращательные и сгибательные движения кистями;
- корпуса — повороты, наклоны влево, вправо;
- ногами — с вытянутого подъема стопы, с подъемом колена вверх, с подъемом на полупальцы, с приседанием на полупальцах.

Методическое обеспечение. Специальная форма (купальник; юбка), обувь (балетки), коврики, магнитофон.

Формы аттестации/контроля Педагогическое наблюдение.

Тема 2.2. Ритмические упражнения (на середине и по кругу)

Содержание материала:

Теория. Развитие и укрепление мышцы тела. Основные понятия хореографии: поклон, точки зала, разметка зала (линии, диагонали). Музыка и ее характер – варианты музыкального сопровождения, характер музыки (веселый, печальный, плавный, обрывистый, медленный, быстрый и т.д.), музыкальный размер: 2/4, 4/4, 3/4. Сильные доли такта, слабые доли, акцент. Основы хореографии: изучение позиций ног (I, II, III, VI), рук (подготовительное положение, I, II, III).

Ритмические упражнения под музыку: разминка (спортивно- танцевальная, танцевально-образная) – упражнения по кругу, на середине зала.

Практика

1. Упражнения на гибкость и силу:

- пассивно- маховые, пружинные движения;
- мышцы шеи (повороты, расслабления, вращения);
- мышцы туловища (наклоны, круговые вращения, расслабления, прогибы);

-мышцы ног (сгибания, разгибания, отведения, приведения, растягивания, расслабления, маховые, круговые коленями);

- мышцы спины;

-мышцы брюшного пресса;

-мышцы голени и стопы;

-мышцы бедра;

2. *Складка (стоя, сидя).*

3. *Шпагаты.*

4. *Упражнения на развитие быстроты:*

-скакалка, бег с ускорением;

-упражнения с увеличением амплитуды движения.

5. *Упражнения на развитие общей выносливости, выполнение фигур танца на фоне усталости.*

6. *Упражнения на развитие ловкости:*

-статические, динамические равновесия в танцевальных композициях, игровые методы в танце.

7. *Специальная физическая подготовка.*

Виды шагов на полупальцах:

-мягкий;

-высокий;

-острый;

-пружинящий;

-двойной (с приставкой) вправо, влево;

-вперед, назад;

-скрестный;

-в полуприседе на носках;

-перекатный;

-в противоходе;

-галоп.

Виды бега:

-на полупальцах;

-высокий;

-назад;

-боком, скрестно.

Наклоны:

-вперед, в сторону, назад.

8. *Упражнения в равновесии на баланс:*

-стойка на носках на двух, на одной ноге;

-переход с одной ноги на другую с носка на носок;

-равновесия (рис.1).

9. *Волны:*

-волны руками вертикальные, горизонтальные, одновременные и последовательные;

-волна вперед, назад, боковая.

10. *Вращения*

- переступанием;
- вольтовые;
- поворот на трех шагах;
- на одной ноге;
- на двух без шага;
- шэнэ;
- пивоты.

Методическое обеспечение. Специальная форма (купальник; юбка), обувь (балетки), коврики, магнитофон.

Формы аттестации/контроля Педагогическое наблюдение.

Тема 2.3. Упражнения на напряжение и расслабление группы мышц тела

Содержание материала:

Теория. Развитие и укрепление мышцы тела.

Практика. Напряжение и расслабление мышц

- шеи;
- ног;
- рук;
- всего корпуса.

Подъем и сброс плеч. «Твердые» и «мягкие» руки. «Твердые» и «мягкие» ноги.

Методическое обеспечение. Специальная форма (купальник; юбка), обувь (балетки), коврики, магнитофон.

Формы аттестации/контроля Педагогическое наблюдение.

Раздел 3. Комплексы упражнений партерной гимнастики(89ч)

Тема 3.1. Упражнения для эластичности мышц стопы, растяжения ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок

Содержание материала:

Теория. Развитие и укрепление мышцы тела.

Практика. В положении лежа на спине и сидя:

- вытягивание и сокращение подъема стопы по VI позиции ног;
- развороты стоп с вытянутым и сокращенным подъемом в I позиции ног;
- вращательные движения стопами внутрь и наружу;
- приподнимание в воздух вытянутых ног попеременно на 25°, 45°, 60°;
- упражнение «складка» — наклон ровного корпуса на вытянутые ноги с захватом руками стоп ног.

Методическое обеспечение. Специальная форма (купальник; юбка), обувь (балетки), коврики, магнитофон.

Формы аттестации/контроля Педагогическое наблюдение.

Тема 3.2. Упражнения для развития выворотности ног, подвижности и гибкости коленного сустава

Содержание материала:

Теория. Развитие и укрепление мышцы тела.

Практика. В положении лежа на спине:

- напряжение и расслабление ягодичных мышц;
- поворот бедер, голени и стоп внутренней стороной наружу;
- круговые движения голенью ног вправо, влево.

В положении сидя:

— упражнение «велосипед» — поочередное сгибание и вытягивание ног над полом.

В положении сидя по-турецки:

— подъем корпуса в вертикальное положение без участия рук;

— выпрямление колен до соприкосновения их внутренней части с полом по VI позиции ног.

В положении стоя на коленях:

— сед на пол между стопами ног.

Методическое обеспечение. Специальная форма (купальник; юбка), обувь (балетки), коврики, магнитофон

Формы аттестации/контроля Педагогическое наблюдение.

Тема 3.3. Упражнения для развития подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра

Содержание материала:

Теория. Развитие и укрепление мышцы тела.

Практика. В положении лежа на спине:

— поочередное выпрямление согнутых ног с помощью рук;

— легкое раскрывание ног в стороны, расслабляя колени, и закрывание через сопротивление в стопе и голени.

В положении сидя:

— наклоны вперед, с касанием вытянутых и разведенных в стороны ног, касаясь локтями пола;

— поочередное касание пола коленом вовнутрь согнутых и поставленных врозь ног;

— упражнение «лягушка» — касание пола согнутыми в коленях и разведенными врозь ногами;

— упражнение «лягушка» с наклоном корпуса вперед;

— подъем на колени с вытянутыми руками вперед из положения, сидя на пятках, с руками на поясе (при седлообразной спине);

— отведение прямой ноги назад на носок, с подачей корпуса вперед, с руками на поясе, стоя на колени другой ноги (при седлообразной спине).

Методическое обеспечение. Специальная форма (купальник; юбка), обувь (балетки), коврики, магнитофон.

Формы аттестации/контроля Педагогическое наблюдение.

Тема 3.4. Упражнение для развития танцевального шага

Содержание материала:

Теория. Развитие и укрепление мышцы тела.

Практика. В положении лежа на животе:

— упражнение «лягушка» с поднятым и прогнутым назад корпусом, прижатыми пятками и животом к полу.

В положении лежа на спине:

— подъем согнутой в коленном суставе ноги с отводом в сторону вверх с помощью руки;

- подъем ноги на 90° с выворотной и сокращенной стопой, с нагрузкой на поднятую ногу (с посторонней помощью);
- растяжка поднятой вперед-вверх ноги на 180° (с посторонней помощью).

В положении сидя:

- выпрямление согнутых в коленях ног с разворотом стоп в I позиции ног с одновременным медленным наклоном корпуса к ногам;
- наклоны корпуса вперед с касанием пола к раскрытым до предела в стороны ногам;
- виды «шпагатов» — продольный, поперечный.

Методическое обеспечение. Специальная форма (купальник; юбка), обувь (балетки), коврики, магнитофон.

Формы аттестации/контроля Педагогическое наблюдение.

Тема 3.5. Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса

Содержание материала:

Теория. Развитие и укрепление мышцы тела.

Практика. В положении лежа на спине:

- поочередный и одновременный подъем выворотных ног с сокращением и вытягиванием стоп в воздухе;
- подъем корпуса в положение сидя с вытянутыми вперед руками, с закрепленными на полу ногами (при седлообразной спине);
- одновременный подъем корпуса и вытянутых ног до образования угла согнутых в коленях ног и корпуса с разворотом их в разные стороны;
- забрасывание прямых ног за голову и возвращение в исходное положение;
- приподнимание головы с целью увидеть свои стопы (при сутулой спине).

В положении сидя:

- упражнение «ножницы» — поочередное выбрасывание прямых ног вверх с большой и малой амплитудой, раскрытие и перекрещивание ног над полом;
- отведение одной руки назад с взглядом на кисть в упоре на коленях (при седлообразной спине).

Методическое обеспечение. Специальная форма (купальник; юбка), обувь (балетки), коврики, магнитофон.

Формы аттестации/контроля Педагогическое наблюдение.

Тема 3.6. Упражнения на развитие гибкости позвоночника

Содержание материала:

Теория. Развитие и укрепление мышцы тела.

Практика. В положении лежа на спине:

- приподнимание верхней части позвоночника с удерживанием тела на крестцовой части позвоночника и затылочной части головы «маленький мост» (при сутулой спине);
- прогиб корпуса с опорой на локти, без отрыва головы и таза от пола;
- наклон туловища вправо, влево без отрыва спины от пола;
- касание пола справа и слева коленями согнутых ног с одновременным поворотом головы в противоположную сторону;

— упражнение «березка» — выход в стойку с вытянутым вверх позвоночником опорой на плечи, локти и кисти рук, шея, свободна спина, таз, ноги вытянуты в одной плоскости вертикально вверх.

В положении сидя:

— выпрямление согнутых в коленях ног без отрыва туловища от ног с захватом пяток руками;

— наклоны корпуса вправо, влево с одновременным касанием пола локтем руки за коленом отведенных в сторону ног.

В положении лежа на животе:

— сдвиг подбородком предмета (книги) при вытянутом положении тела рук и ног (при сутулой спине);

— упражнение «лодочка» — одновременное вытягивание и приподнимание рук вперед, ног назад, с последующим раскачиванием;

— упражнение «качели» — захват руками щиколоток согнутых в коленях ног, их вытягивание вверх с одновременным раскачиванием;

— упражнение «кольцо» — прогиб корпуса назад с касанием головой стоп согнутых в коленях ног;

— упражнение «мостик» — стойка на руках и ногах с одновременным прогибом спины и головы назад.

В положении упора на коленях:

— поочередное поднимание прямых противоположных руки и ноги (при сутулой спине).

Методическое обеспечение. Специальная форма (купальник; юбка), обувь (балетки), коврики, магнитофон.

Формы аттестации/контроля. Педагогическое наблюдение.

Тема 3.7. Упражнения для укрепления мышц плеча и предплечья

Содержание материала:

Теория. Развитие и укрепление мышцы тела.

Практика. В положении лежа на животе:

— подъем плеч вверх и назад, ладони рук в захвате локтей за головой без отрыва грудной клетки от пола.

В положении сидя:

— подъем таза вперед-вверх с опорой на руки сзади корпуса и на ноги.

В положении упора на коленях:

— касание подбородком пола с одновременным сгибанием рук в локтях (при сутулой спине);

— наклон корпуса вперед с последующим касанием плеч пола;

— с вытянутой одной рукой вперед (вторая рука под подбородком) отклонение таза вправо, влево;

— прогиб спины назад с касанием вытянутыми руками стоп.

Методическое обеспечение. Специальная форма (купальник; юбка), обувь (балетки), коврики, магнитофон.

Формы аттестации/контроля. Педагогическое наблюдение.

Тема 3.8. Комплексы упражнений партерной гимнастики

Содержание материала:

Теория. Развитие и укрепление мышцы тела.

Практика. Комплексы упражнений партерной гимнастики, построенные на пройденных упражнениях.

Методическое обеспечение. Специальная форма (купальник; юбка), обувь (балетки), коврики, магнитофон.

Формы аттестации/контроля Педагогическое наблюдение.

Раздел 4. Открытые занятия(4ч)

Тема 4.1. Открытые занятия, концертная деятельность.

Содержание материала:

Теория. Правила поведения на сценической площадке и за кулисами.

Диагностика усвоения программного материала, физических возможностей детей, тестовые упражнения.

Практика. Открытые уроки для родителей. Участие в концертах, конкурсных программах, фестивалях.

Методическое обеспечение. Специальная форма (купальник; юбка), обувь (балетки), коврики, магнитофон.

Формы аттестации/контроля Педагогическое наблюдение.

1.5. Планируемые результаты

Планируемые результаты обучения по программе стартового уровня:

- **обучающие.** Обучающиеся будут:
 - знать приемы самостоятельной и коллективной работы, самоконтроля и взаимоконтроля;
 - знать навыки правильного выполнения движений в области партерной гимнастики;
- **развивающие.** У обучающихся будут развиты:
 - физические данные, координация движений;
 - музыкально-ритмические навыки;
 - активность и самостоятельность общения;
 - творческое мышление средствами хореографии;
- **воспитательные.** У обучающихся будет:
 - сформирована общая культура личности ребенка;
 - сформирована потребность здорового образа жизни;
 - воспитан патриотизм.

Результаты достижения цели:

- понимать и принимать учебную задачу, сформулированную педагогом;
- планировать свои действия на отдельных этапах изучения хореографии;
- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;
- анализировать причины успеха/неуспеха, верить в себя;
- проявлять индивидуальные творческие способности;
- проявлять инициативу и активность в помощи одноклассникам;
- учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- договариваться о распределении ролей в совместной деятельности, приходить к общему решению, осуществлять взаимный контроль;

- оценивать свое поведение и поведение окружающих.

Программные требования к уровню воспитанности, у учащихся будет:

- сформирован устойчивый интерес к партерной гимнастике;
- будут воспитаны такие личностные качества, как настойчивость в преодолении трудностей, ответственность, дисциплинированность, трудолюбие;
- сформировано и развито чувство ответственности за выполняемое дело, как необходимое условие успешной артистической деятельности в хореографическом коллективе;
- воспитана культура общения со сверстниками и взрослыми, чувство коллективизма;
- воспитана культура поведения на сцене и во время массовых мероприятий;
- воспитана аккуратность и бережное отношение к концертным костюмам, эстетика внешнего вида на хореографических занятиях.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график.

Календарный учебный график построен исходя из следующего:

- Начало учебного года- сентябрь, конец учебного года – май;
- Начало учебных занятий не ранее 09:00 ч, окончание – не позднее 20:00 ч.
- Продолжительность учебного года-36 недель.
- Объем программы - 1 год, 36 недель,108 часов.

Учебные занятия проводятся согласно расписанию.

- Каникулы с 01 января по 07 января, занятия не проводятся.

Таблица 3

Календарный учебный график

Месяц	Сентябрь				Октябрь				Ноябрь				Декабрь				Январь			Февраль				Март				Апрель					Май				
Недели обучения	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	
Количество часов	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
Аттестация/ Форма контроля	Входная диагностика												Промежуточная диагностика (класс-концерт, открытое занятие, мероприятие)																					Итоговая диагностика (открытое занятие, отчетный концерт, конкурс, фестиваль)			
1 год обучения: 108 часов	12				12				12				12				9			12				12				15					12				

Объем занятий творческого объединения «Партерная гимнастика-3» стартовый уровень 1 год обучения - 108 часов.

2.2 Условия реализации Программы

Материально-техническое обеспечение. Важным условием выполнения Программы является достаточный уровень технического обеспечения. Для обеспечения образовательного процесса в наличии специальный зал, оформленный в соответствии с профилем проводимых занятий и оборудованный в соответствии с санитарно-гигиеническими нормами (температурный режим, световой режим и т. д.): зеркала, тренировочные станки; стулья и стол для педагогов, шкафы для хранения учебной литературы.

Технические средства обучения: музыкальный центр.

Требования к специальной одежде: фирменное трико, шорты коллектива, балетки, теплые гетры; костюмы.

Информационное обеспечение:

1. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия развития, 2013.

2. Шарова Н.И. Детский танец. – СПб.: Планета музыки, 2015

3. Цорн А. Грамматика танцевального искусства и хореографии. – СПб: Лань, Планета музыки, 2013

Интернет-источники

1. Российский общеобразовательный портал, единое окно доступа к образовательным ресурсам. URL:<http://window.edu.ru>

2. Сайт издательского дома. «Первое сентября» URL:www.1september.ru

3. Учебно-методический кабинет <https://ped-kopilka.ru/blogs/marina-genadevna-retrova/zanjatija-po-horeografi.html?ysclid=ln0f2kkigr692318665>

4. *Единый Урок*.рф — интернет-портал для проведения Единых уроков и образовательных мероприятий, рекомендованных Министерством просвещения Российской Федерации. URL:<https://www.xn--d1abkefqip0a2f.xn--p1ai>

5. Образовательный портал ООО «Инфоурок»
<https://infourok.ru/?ysclid=ln0ewr937y349668935>

Кадровое обеспечение. Программу реализует педагог дополнительного образования, соответствующий нормам профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», утвержденных Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 №652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

Методическое обеспечение.

Обучение по программе происходит в очном формате. Изучение некоторых тем возможно в дистанционном режиме.

Методы обучения, в основе которых лежит способ организации занятия:

1. Наглядный.

а) непосредственно показ педагогом движений под счет и под музыку;

б) опосредованный показ правильного исполнения или ошибок на конкретном примере;

в) использование материалов, различных приспособлений при объяснении;

г) дидактическая игра;

2. Словесный.

Обращение к сознанию ребенка, добиваясь не автоматического, а осмысленного выполнения и исполнения.

3. Практический.

Разделение упражнения на части с последовательным (по мере освоения) объединением в целостное действие.

4. Стимулирование.

5. Анализ конкретной ситуации.

6. Создание ситуации успеха.

7. Метод рефлексии.

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- репродуктивный метод обучения;

- частично - поисковый метод обучения.

Программа по характеру деятельности является деятельностно-творческой; по уровню освоения – специализированной.

Реализация данной программы предполагает осуществление образовательной деятельности на следующих **принципах**:

- принцип дидактики (построение учебного процесса от простого к сложному).

- Принцип актуальности (предлагает максимальную приближенность содержания программы к реальным условиям деятельности детского объединения).

- Принцип системности (подразумевает систематическое проведение занятий).

- Принцип творчества и успеха - индивидуальная и коллективная деятельность позволяет определить и развить индивидуальные особенности детей.

Достижение успеха в том или ином виде деятельности способствует формированию позитивной личности, стимулирует осуществление ребенком дальнейшей работы по самообразованию и самосовершенствованию своего «Я».

Педагогические технологии:

- технология группового обучения;

- технология игровой деятельности;

- здоровые берегающие технологии.

Формы проведения занятий: учебное занятие; занятие – игра; открытое занятие; класс – концерт; репетиция; постановочная репетиция.

Занятия проводятся в группах, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом.

Алгоритм учебного занятия.

Занятие состоит из четырех частей:

1. Вводная - в нее входит поклон, маршировка, разминка.

2. Основная - она делится на тренировочную (изучение нового материала, повторение, закрепление пройденного) и танцевальную (разучивание танцевальных движений, комбинаций, композиций).

3. Постановочная часть – работа над концертным номером.

4. Заключительная часть – подведение итогов.

Методические и дидактические материалы

Видеозаписи, танцевально-игровые пособия, методические пособия по технике исполнения.

2.3. Формы аттестации и контроля

Формы контроля: входной, текущий, промежуточный и итоговый контроль. Контроль усвоения учебного материала, умений и навыков проходит в течение всего периода обучения.

Входной контроль – проводится при наборе, в виде просмотра и собеседования, где изучаются отношения обучающегося к выбранной деятельности, его способности в этой области, личные качества ребенка.

Формы текущего контроля - систематическая проверка результативности обучения, диагностика качества знаний, умений, навыков

Формы промежуточного контроля - диагностика ЗУН, открытые занятия, конкурсы, концерты, фестивали.

Формы итогового контроля - диагностика ЗУН, отчетный концерт, конкурсы.

Формы подведения итогов (аттестации) реализации дополнительной образовательной программы: концерты, конкурсы, фестивали, отчетный концерт, тесты и т. д. Ежегодно в танцевальном объединении проводится творческий отчет о работе педагога и детей, проделанной за весь учебный год. Отчет проводится в форме концерта для родителей. Педагог подводит итог всей учебно-воспитательной работы, делает анализ творческих достижений детей.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов. По окончании каждого года обучения, на основе данных Диагностической карты оценки ЗУН обучающихся, педагог составляет аналитическую справку, в которой отражает уровень освоения обучающимися программы. Так же подтверждением успешной реализации Программы являются грамоты, дипломы, протоколы соревнований, отзывы детей и родителей.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов. Контроль знаний является составной частью процесса обучения, он позволяет педагогу оценивать получаемые обучающимися знания, умения и навыки, вовремя оказать необходимую помощь и добиться поставленных целей обучения.

2.4. Список литературы

Литература для педагога.

1. Вихрева Н.А. «Экзерсис на полу для подготовки к занятиям классическим танцем». - М.: Московская государственная академия хореографии, 2014.
2. Левин М.В. «Гимнастика в хореографической школе». - М., 2010
3. Менхин Ю.А., Менхин А.В. «Оздоровительная гимнастика: теория и методика». - Ростов-на-Дону: «Феникс», 2012.
4. Агеев М.Н. От потешек к танцу. Образовательно-методическая программа: - М.: Век информации, 2016. – 195 с.
5. Борщенко И.А. Партерная гимнастика для позвоночника и суставов. - М.: Метафора, 2013.
6. Винер-Усманова И. А., Медведева Е. Е., Крючек Е. С. Теория и методика художественной гимнастики. Артистичность и пути ее формирования. М.: Спорт, 2015.
7. Калинина О.Н. Дополнительная парциальная программа по хореографии для детей раннего и дошкольного возраста (1,5-6(7) лет) «Прекрасный мир танца». - Х.: Вировець П.П. «Апостроф», 2022.
8. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика : хореография в детском саду. - М: Линка-Пресс, 2016.
9. Сулим Е.В. Занятия по физкультуре в детском саду: Игровой стретчинг. - М.: ТЦ «Сфера», 2019.
10. Синица В. Б. Ритмика с предметами: Методические рекомендации. – Донецк, ГУК «РДНТК», 2019.
11. Белов, В.А. Особенности формирования эстетических эмоций средствами хореографического искусства // Вестник ЧГАКИ. - 2019. - №1. - С.47-50.
12. Пуртова, Т.В. Учите детей танцевать: учебное пособие / Т.В. Пуртова, А.Н. Беликова, О.В. Цветная. - М.: ВЛАДОС, 2013. - 256с.
13. Цорн, А.Я. Грамматика танцевального искусства и хореографии. - М.: Лань: Планета музыки; СПб., 2018. - 544 с.: ил.
14. Шарова, Н.И. Детский танец. - СПб: Лань: Планета музыки, 2011. - 64с.: ил.
15. Чечина, Ж.В. Проблемы организации образовательного процесса на уроке хореографии // Вестник МГУКИ. - 2018. - №5.-С.185-188.

Литература для детей.

1. Карп П. М. Младшая муза. — М.: Современник, 2007. — 237 с.
2. Сулим Е.В. Занятия по физкультуре в детском саду: Игровой стретчинг. - М.: ТЦ «Сфера», 2019.
3. Энциклопедия балета. - перевод С.Ю. Бардиной- М., Москва, 2013.
4. Пуртова Т.В. Беликова А.Н. Цветная О.В. «Учите детей танцевать», Век информации, Москва 2019г.
5. Пасютинская, В.М. Волшебный мир танца: кн. для учащихся. - М.: Просвещение, 2005. - 223с.: ил.

Литература для родителей.

- 1.Игумнова, М.А. Роль хореографии в творческом развитии детей [электронный ресурс] / М.А. Игумнова. - Режим доступа: <http://festival.1september.ru/articles/602763/>
- 2.Лаушкина, Р.Н. Особенности эмоционального развития ребенка / Р.Н. Лаушкина // Общество, культура, образование: проблемы и перспективы развития: материалы Всерос.(с междунар. участием) науч.-практ. конф.,19-20 марта 2019г. - Орел: ОГИИК; Оперативная полиграфия, 2019. - С.85-86.
3. Мельникова, Е.П. Хореографический коллектив как средство развития творческой самореализации личности / Е.П. Мельникова // Вестник МГУКИ. - 2018. - №5. - С.158-162.

Интернет-ресурсы:

<https://secret-terpsihor> – сайт «Секреты Терпсихоры»

<http://www.horeograf.com/> - сайт «Хореограф.com»

URL:https://www.studmed.ru/kalugina-og-metodika-prepodavaniya-horeograficheskikh-disciplin_aa87bb87f02.html

URL: http://bgcnt.ru/assets/files/Rukovoditelu/KNIGA_VAGANOVA_2019.pdf

3. Приложения

3.1. Оценочные материалы (Приложение 1)

3.2. Методические материалы (Приложение 2)

3.3. Календарно-тематическое планирование (Приложение 3)

3.4. Лист корректировки (Приложение 4)

3.5. План воспитательной работы (Приложение 5)

Диагностическая карта оценки ЗУН обучающихся стартового уровня по программе «Партерная гимнастика-3» творческого объединения шоу-балет «Культурная революция» группа № _____. Дата проведения диагностики _____

	Ф.И.О обучающихся	Знания. Умения. Навыки.												Сформированность ЗУН каждого обучающегося в баллах		
		Двигательные умения и навыки выполнения отдельных двигательных действий	Осознанное овладение движениями, самоконтроль и	Знания о принципах выполнения основных элементов гимнастики	Пространственная ориентировка в статике и динамике;	Скоростно-силовые качества, гибкость, сила, ловкость, выносливость, прыгучесть и т.д	Двигательная деятельность, понимание общего способа выполнения физических упражнений	Адаптационные возможности и работоспособность	Опорно-двигательный аппарат и правильная осанка.	Интерес к двигательной деятельности,	Настойчивость при достижении конечного результата, стремление к качественному выполнению движений	Самостоятельность, умения самоорганизации	Творческие способности духовное, нравственное совершенствование		Доброжелательные отношения со сверстниками	
1																
2																
3																
4																
5																
6																
7																
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
ИТОГО сформированность ЗУН группы в %																

Педагог ДО _____ ФИО, подпись _____

ЗУН по каждому параметру оцениваются по 10 бальной системе, методом наблюдения.

Диагностика проводится не менее трёх раз в год – входная (сентябрь), промежуточная (декабрь, январь), итоговая (май)

Мини викторина для обучающихся по программе «Партерная гимнастика»

Возраст обучающихся: 5-9 лет.

Цель и задачи: выявление и повышение уровня знаний обучающихся, формирование интереса к хореографии.

Оборудование:

- зал, оборудованный гимнастическими ковриками и зеркалами;
- компьютер, музыкальный центр;

Педагогические технологии:

- здоровье сберегающая технология;
- личностно-ориентированная технология с дифференцированным подходом.

Педагог: Добрый день, ребята, прежде чем мы начнем занятие, я предлагаю вам ответить на интересные вопросы и, конечно же, поиграть.

Вопрос №1. Обувь балерины? (слайд)

- а) балетки;
- б) джазовки;
- в) пуанты.

Вопрос №2. Как называется балетная юбка? (слайд)

- а) пачка;
- б) зонтик;
- в) карандаш.

Педагог: А теперь я предлагаю немного поиграть и пофантазировать при помощи игры «Морская фигура замри!» (объясняет правила).

Динамическая пауза. ИГРА

Вопрос №3. Что такое партерная гимнастика? (слайд)

- а) гимнастика на полу;
- б) гимнастика у станка;
- в) гимнастика на улице.

Вопрос №4. Назовите приспособление, служащее опорой танцовщикам(слайд):

- а) станок;
- б) палка;
- в) обруч.

Вопрос №5. Что такое танец(слайд):

- а) это – вид народного творчества
- б) это – выразительные движения человеческого тела
- в) это – основной язык балета

Педагог: Какие вы молодцы, так много знаете о танце и балете!!!

План-конспект открытого занятия на тему:

"ПАРТЕРНАЯ ГИМНАСТИКА"

Возраст обучающихся: 5-9 лет.

Продолжительность занятия: 30 минут.

Педагог дополнительного образования – Утюпина Дарья Александровна.

Занятие составлено в соответствии с Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой «Партерная гимнастика», для обучающихся творческого объединения шоу-балет «Культурная революция».

Цель:

удовлетворение физиологических потребностей детей в движении и общении со сверстниками.

Задачи:

- развивать координацию движений, балетную осанку, ориентацию в пространстве, творческое воображение и импровизацию,
- научить двигаться ритмично в такт музыке, формировать навыки синхронного исполнения музыкально-ритмических движений.
- Воспитывать любовь и уважение к искусству, понимание его эстетической ценности.

Тип: совершенствование и закрепление знаний, умений, навыков.

Вид: практическое занятие.

Форма: групповая.

Основные методы работы:

-метод мотивации и эмоционального стимулирования (доброжелательность, поощрение, установка на успех);

-методы организации практической деятельности:

словесный (объяснение, беседа);

наглядный (практический показ);

-метод контроля (наблюдение, контроль педагога, самоконтроль, подведение итогов).

Педагогические технологии:

-здоровье сберегающая технология;

-лично-ориентированная технология с дифференцированным подходом.

Ожидаемый результат:

-совершенствование техники исполнения партерного экзерсиса;

-развитие координации, гибкости, пластики;

-правильная постановка корпуса.

Оборудование для учебного занятия:

- зал, оборудованный гимнастическими ковриками и зеркалами;

- музыкальный центр с дисками и флэш-носителем;

Структурная схема занятия:

1. Организационный момент – 5 мин.

2. Основная часть – 20 мин.

3. Подведение итогов – 5 мин.

План:

1. Орг. Момент. Приветствие. Объявление темы занятия.

2. Подготовительная часть. (разминка)

3. Основная часть.

4. Подведения итогов.

5. Поклон.

Ход занятия.

1.Вводная часть. Организационный момент.

Педагог приглашает участников в зал, дети встают на свои места. Занятие начинается с приветствия (поклон).

Преподаватель знакомит детей с темой занятия, целью и задачами. Затем переходим к подготовительной части занятия.

2.Подготовительная часть.

Эта часть состоит из разминки, в которую входят следующие движения по кругу: Танцевальный шаг, шаги на полупальцах чередуются с шагами на пяточках. Шаги с согнутыми коленями. Подскоки, галоп, прыжки на двух ногах. Движения на середине: Повороты головы “упражнения на развитие мышц шеи”, упражнения с подъёмом плеч для улучшения эластичности мышц плеча и предплечья. Наклоны корпусом в право, в лево, в перед и назад. Разминка необходима для разогрева мышц всего тела, связок ног и стоп. Это даёт возможность вести работу более эффективно. А также разминка настраивает учащихся на рабочее настроение.

3.Основная часть. Комплекс упражнений сидя на коврик:

1) Упражнения для развития и укрепления голеностопного сустава:

– сокращение и вытягивание стоп обеих ног с поворотами головы

И.П.: ноги в 6 позиции, руки на поясе, голова в положении face.

Следить за максимальным вытягиванием и сокращением стоп, за подтянутым, прямым корпусом, втянутыми мышцами живота, правильным положением кистей рук на поясе (4 пальца вместе), прямой спиной.

– сокращение и вытягивание стоп по очереди с наклонами головы

И.П.: ноги в 6 позиции, руки на поясе, голова в положении face.

– «Солнышко»

И.П.: ноги в 6 позиции, руки на поясе, голова в положении face.

Следить за натянутостью колен и стоп, выворотностью.

Упражнения для растягивания ахилового сухожилия:

– «Чемоданчик»

- Упражнения на улучшения подвижности коленных суставов.

Следить за максимальным вытягиванием и сокращением стоп, за подтянутым, прямым корпусом, втянутыми мышцами живота, правильным положением кистей рук на поясе (пальца вместе), прямой спиной.

И.П.: ноги натянутые, руки находятся в свободном положении, ладони лежат на полу.

Следить за сомкнутыми между собой ногами, за тем, чтобы первоначально ложился живот, затем грудная клетка, затем голова.

Упражнения для развития паховой выворотности:

– «Бабочка»

И.П.: ноги согнуты в коленях, стопы соединены.

Не допустимо расслабление мышц, поднятие корпуса возможно только углубление

Следить за тем, чтобы первоначально ложились колени (на пол), затем ложился живот, затем грудная клетка, затем голова.

– «Гармошка»

И.П.: ноги натянуты, корпус прямой, руки находятся в свободном положении немного позади спины, ладонями в пол.

Музыкальное сопровождение: размер – 4/4, характер – чёткий

Комплекс упражнений лёжа на спине:

1) Упражнения на пресс:

– поднятие ног

И.П.: ноги натянутые, поясница лежит на полу, руки вдоль корпуса.

Музыкальное сопровождение: размер – 4/4, характер – плавный, мелодичный, темп – умеренный.

Следить за натянутостью стоп, колен, как рабочей ноги, так и опорной, за ровностью спины. Помощь руками не желательна.

– «Велосипед»

И.П.: ноги на 90 градусов, стопы сокращены, руки вдоль корпуса.

Музыкальное сопровождение: размер – 2/4 или 4/4, характер – чёткий, темп – быстрый.

Ноги поочерёдно сгибаются в коленях, описывая, круг в воздухе.

Упражнения для пресса и укрепления мышц поясничного отдела позвоночника

– «Берёзка», «Коробочка».

И.П.: ноги лежат на полу, стопы натянуты, руки вдоль корпуса.

-Battement tendu (фиксировать правильное возвращение ноги позицию);

-Battement tendu jete ;исполняется в перед и в сторону лёжа на спине, а так же назад и в сторону лёжа на животе. -Battement tendu (фиксировать правильное возвращение ноги в позицию)

-Devloppe (развивает шаг, силу бедра); выполняется в сторону лёжа на спине

-Drand Battement jete (отрабатывать силу ноги в точке 95г).исполняется в перед и в сторону лёжа на спине, выполняется назад лёжа на животе, выполняется в сторону лёжа на боку.

- Упражнения на улучшение гибкости позвоночника.

-Упражнения для улучшения подвижности тазобедренного сустава и эластичности мышц бедра (лягушка, поперечный шпагат).

- Упражнения на улучшения подвижности коленных суставов.

Упражнения для развития гибкости

– «Окошечко»

И.П.: ноги натянуты, пятки вместе, руки вдоль корпуса.

Музыкальное сопровождение: размер – 4/4, характер – чёткий.

– «Змейка»

И.П.: ноги натянуты, пятки вместе, руки вдоль корпуса.

Музыкальное сопровождение: размер – 2/4, характер – чёткий.

Следить за неотрывностью бедер во время исполнения перегиба плечевого пояса

-маятник (исполняется у палки)

– «Шпагат»

- Прыжковая комбинация.

Приложение №1

«В гости к кошке»

Позвала нас в гости кошка (руками изображаем кошачьи лапки),

И пошли мы по дорожке (стучим носочками по полу).

Топ – топ, прыг – прыг, (работа стопами: сократить-вытянуть)

Чики – бирики, (2 хлопка над головой)

Чики – брик (достать руками до носочков).

Видим дерево высокое, (ручки тянем в потолок, изображаем дерево, спинка выпрямляется)

Видим озеро глубокое (ноги складываем в «бабочку»).

Птицы песенки поют (ладони перекрестно – «птица», ноги разводим в стороны),

Зернышки везде клюют:

Тут клюют и там клюют, (наклоны вперед)

Никому их не дают (садимся на колени).

Это дом, (встаем на колени, делаем ручками «крышу»)

А в нем окошко (садимся на пятки, руками изображаем «окно» – правая рука наверху, согнутая в локте, левая рука внизу, согнутая в локте – «выглядываем в окошко»)

Нас встречают кот (изображаем кота – на коленях, руки впереди на полу, одна нога вверх как хвостик)

И кошка (другая нога вверх)

Мы немножко погостим (принимаем и.п.)

И обратно побежим (стучим носочками по полу).

Повторяем несколько раз, убыстряя темп.

Приложение №2

Игра «Морская фигура»

Педагог: представьте ребята что мы с вами стоим на берегу моря, дышим свежим морским воздухом и сейчас мы будем делать дыхательную гимнастику.

Дыхательная гимнастика «На море»

- «Какое большое море».

И.П.- основная стойка. 1-вдох-руки в стороны, вверх, подняться на носочки; 2-выдох- руки вниз, опуститься на стопы («Ах!»); 3-4 – то же.

-«Чайки ловят рыбу в воде».

И.П.- ноги врозь, руки опущены. 1-вдох-наклон туловища вперед, руки в стороны; 2- выдох- вернуться в и.п.; 3-4- то же.

-«Створки раковины раскрываются».

И.П.- лежа на спине, руки вдоль туловища. 1- вдох- живот втянуть; 2- выдох- сед с прямыми ногами, живот выпятить («Ш-Ш!»); 3- вдох- живот втянуть; 4- выдох- вернуться в и. п.

- «Пловцы».

И.П.- ноги врозь, руки опущены. 1-вдох-левую руку поднять; 2- выдох- мах левой рукой вперед, вниз; 3- вдох- правую руку поднять; 4- выдох- мах правой рукой вперед, вниз («Раз!»).

- «Дельфин плывёт».

И.П.- ноги врозь, руки согнуты в локтях. 1- вдох; 2- выдох- наклониться вперед, правым локтем коснуться левого согнутого колена; 3- вдох- вернуться в и. п.; 4-выдох- наклониться вперед, левым локтём коснуться правого согнутого колена, вернуться в и. п.

4. Заключительная часть.

Педагог подводит итоги. Указывает на недостатки и достоинства в усвоении материала. Благодарит всех участников.

Список использованной литературы и интернет- ресурсов.

- 1.Белова Е. «Ракурсы танца», «Искусство»,1991г.
- 2.Сапогов А.А. Школа Музыкального-хореографического искусства 2014г
- 3.Пуртова Т.В. Беликова А.Н. Кветная О.В. «Учите детей танцевать»,Век информации, Москва 2009г.
- 4.Центральный научно-методический кабинет по учебным заведениям культуры и искусства, «танец», Москва, 1980г.
- 5.Е.В. Конорова «Методическое пособие по ритмике»
- 6.А. Луговая «Ритмические игры и пляски»
- 7.Н.В.Зарецкая «Танцы для детей младшего дошкольного возраста»
- 8.<http://ht/vesna.websib.ru/vesna.php?item=36>
- 9.<http://barvinochok.com.ua/index.php/dance/192-2009-12-15-17-52-07>

**План-конспект открытого занятия на тему:
«Основные элементы партерной гимнастики и координационные упражнения».**

Цель: развитие и совершенствование хореографических данных и гимнастической подготовки обучающихся: гибкости, выворотности, танцевального шага, прыжка, а также координации движений, чувства ритма, развитию фантазии и воображения.

Задачи:

- Научить воспитанников выполнять гимнастические элементы, и координационные упражнения с максимальной амплитудой, музыкально точно, обращая внимание на танцевальные акценты (поворот головы, работа корпуса и др.), умению владеть и управлять своим телом (задействовать все мышцы, связки и суставы);
- Развивать у обучающихся творческую активность, эмоциональную выразительность, коммуникативные навыки, технику исполнения гимнастических и координационных элементов.
- Воспитывать активную личность, прививать культуру межличностных отношений, дисциплинированность и организованность;

Тип занятия: комбинированное (закрепление изученного материала, изучение новых гимнастических элементов, координационных и ритмических упражнений и комбинаций).

Форма занятия: фронтальная, групповая, индивидуальная.

Методы обучения:

- **Практический** (выполнение гимнастических и танцевальных упражнений, движений, комбинаций, этюдов);
- **Словесный** (пояснение, объяснение, беседа);

Оборудование и средства обучения: гимнастические коврики, зеркала, фортепиано, нотный материал, экран, проектор, картинки животных.

План занятия:

1. Оргмомент – 2 мин.

- а) Приветствие – поклон.
- б) Сообщение темы занятия.

2. Основная часть – 25 мин.

- а) Разминка на месте по линиям.
- б) Элементы партерной гимнастики.
- в) Динамическая пауза.
- г) Различные шаги по танцевальным рисункам.
- д) Упражнения на координацию.

3. Заключительная часть – 3 мин.

- а) Упражнения на восстановление дыхания.

б) Анализ урока. Домашнее задание.

в) Поклон.

Ход занятия:

1. Оргмомент.

а) Приветствие – поклон.

б) Сообщение темы и цели занятия.

- Ребята, сегодня на занятии, мы с вами будем выполнять упражнения партерной гимнастики и проверим, как вы запомнили упражнения для координации. Но делать это мы будем не просто так. Давайте представим себе, что мы с вами отправились в зоопарк. Посмотрим, сможете ли вы изобразить животных, которые живут в нашем зоопарке. Путешествие нам предстоит долгое, поэтому давайте разомнем наши ручки и ножки!

2. Основная часть.

а) Разминка по линиям на месте.

Муз. размер – 2/4, 48 тактов. Муз. прилож. № 1.

Исх. пол. – 6 позиция ног. Руки на поясе.

1-4 т. Releve по 6 поз. ног

5-8 т. Demiplie по 6 поз. ног с наклоном головы вперед-назад и наклоном головы в сторону.

9 - 10 т. Sundari - выдвигание головы вперед-назад.

11-12 т. Круговое вращение головой.

13-16 т. Работа плеч «вверх-вниз» вместе и поочередно.

17-20 т. Работа плеч «вперед-назад» вместе и поочередно.

21- 24 т. Наклону корпуса вперед. Руки «в замке» за спиной.

25-28 т. Повороты корпуса в сторону. Руки в положении «на спине».

29-32 т. Наклоны корпуса в сторону. Руки поочередно поднимаются согнутыми локтями вдоль корпуса.

33-40 т. Работа запястьем рук (сокращение вниз, вверх) в положении перед собой вместе и поочередно.

41-48 т. Поочередное releve по 6 поз. ног. Руки продолжают предыдущее упражнение.

- Итак, мы с вами в зоопарке. Здесь животные находятся не в клетках, а гуляют в свободных вольерах. А мы с вами можем наблюдать, какие они забавные и смешные. В таких вольерах растет красивая зеленая трава, летают бабочки и даже змеи для животных не так опасны. Давайте присядем на такую траву и проверим, удобно ли живется нашим животным.

б) Элементы партерной гимнастики на полу.

1. Упражнения сидя на 5 точке.

Муз. размер – 4/4, 24 такта. Муз. прилож. № 2.

Исх. полож. - ноги вытянуты вперед, руки в опоре на полу.

1-4 т. Сокращение и вытягивание подъема по бп. и 1п.

5-8 т. Поочередное сгибание ног к себе с вытягиванием подъема.

9-12 т. Раскрытие стоп в 1п. с фиксированным положением - «колени к себе».

13-16 т «Бабочка» - раскрытие в сторону ног, согнутых в коленях.

17- 20т. Наклоны корпуса вперед к ногам.

21-24т. Вытягивание стопы вверх в положении «Змейка».

- А теперь давайте представим себе, что мы с вами превратились в слонят. Чем отличается это удивительное животное от других? Правильно! У слонов есть хобот. Наверное, вы все знаете, что хобот у слона – это как руки у человека. Хоботом слоны могут брать различные предметы и пищу, набирать в него воду и поливать себя как из душа. Так вот давайте представим себе, что наши ножки – это длинный хобот, как у слонят.

2. Упражнения лёжа на спине.

Муз.размер – 2/4, 24такта. Муз. прилож. № 3.

Исх.полож. - лежа на спине, руки вдоль туловища.

1-4 т. Поочередное поднятие ног вперед на 90°

5-6т. «Березка» с подставкой рук под бедра.

7 – 8т. Разножка в положении «березки».

9 – 10т. «Лягушка» в положении «березки».

11-12 т. Опустить стопы на пол за голову.

13 -14 т. Возвратить ноги в положение «березки».

15-16 т. Опустить ноги в исходное положение.

17- 24 т. Большой «Мостик».

- Молодцы! Справились! Не забывайте ребята, что нельзя подходить к диким животным слишком близко. Хотя они очень красивые и забавные, они опасны для человека. Что бы скорее суметь убежать от них, давайте потренируем наши ножки.

3. Упражнения для пресса живота.

Муз.размер – 2/4, 24такта. Муз. прилож. № 4.

Исх. полож. – лёжа на спине, руки вдоль туловища.

1-8 т. «Ножницы» по 6 п. – прямые.

9-16 т. «Ножницы» по 1 п. – выворотные.

17- 24т. «Велосипед».

25 -32 т. «Круги» ногами.

- В нашем зоопарке, есть прекрасный водоём. Здесь обитают водоплавающие: гуси, утки, цапли, лебеди и даже розовой фламинго. Но кроме таких прекрасных птиц, в водоёме живут и зелёные лягушки. Хотя они не такие красивые как птицы, нам они тоже нравятся. Давайте сядем в лодку и прокатимся по воде, чтобы лучше рассмотреть обитателей нашего водоёма.

4. Упражнения лёжа на животе.

Муз.размер– 2/4, 40 тактов. Муз. прилож. № 5.

Исх. полож. – лежа на животе, руки перед корпусом.

1- 4 т. Подготовка к «лодочке» - поочередное поднятие корпуса и ног.

5- 8 т. «Лодочка» с качанием корпуса вперед-назад.

9-12т. Подготовка к «коробочке» - поднятие корпуса с опорой на руки и прогиб под лопатками.

13- 16 т. «Коробочка» - сгибание ног в коленях, доставая пятками макушку головы.

17- 20 т. «Корзиночка» - прогиб корпуса, держась руками за голеностоп.

21-24 т. «Корзиночка» с качанием корпуса вперед-назад.

25-32т. Открытие стоп с 1п. во 2 п. сокращенными стопами.

33–36 т. «Лягушка» лежа на животе.

37- 40 т. «Лягушка» с поднятием корпуса.

41- 48 т. Вытягивание корпуса в исходном положении.

- Наверное, ребята, вы немножечко устали. Давайте тогда поиграем. Наша игра будет называться «Лесник». Посмотрим, какие животные из леса, тоже могут жить в нашем зоопарке.

в) Динамическая пауза.

Танцевальная игра-превращение «Лесник» *

(для развития воображения)

Стихи С.В. Михалкова.

Педагог: зимой и летом круглый год

Журчит в лесу родник.

В лесной сторожке здесь живет

Иван Кузьмич – лесник.

Стоит сосновый новый дом,

Крыльцо, балкон, чердак.

Как будто мы в лесу живем,

Мы поиграем так.

Пастух в лесу трубит в рожок,

Пугается русак,

Сейчас он сделает прыжок...

Дети вместе: Мы тоже можем так!

(Под музыку имитируют испуганного зайчика).

Педагог: чтоб стать похожим на орла

И напугать собак,

Петух расправил два крыла...

Дети вместе: Мы тоже можем так!

(Под музыку имитируют петуха).

Педагог: сначала шагом, а потом,

Сменяя бег на шаг,

Конь по мосту идет шажком...

Дети вместе: Мы тоже можем так!

(Под музыку имитируют лошадку).

Педагог: идёт медведь, шумит в кустах,

Спускается в овраг,

На двух ногах, на двух руках...

Дети вместе: Мы тоже можем так!

(Под музыку имитируют медведя).

Педагог: на лужайке у реки,
Пляшут лапки, рожки.
Попляши, малыш, и ты,
На лесной дорожке.

(Под музыку общая пляска).

- Ну а теперь, давайте мы с вами изобразим мартышек, которые живут в нашем зоопарке. Они умеют перепрыгивать с ветки на ветку. Но самое главное, они такие гибкие, что смогут дотянуться до любой ветки и схватить банан. В танцевальной игре каждый воспитанник придумывает свои движения в характере предлагаемого образа. Дети, проявляя творческие способности, развивают фантазию и воображение.

6. Упражнения для растяжки.

Муз.размер – 3/4, 32 такта. *Муз. прилож. № 6*

Исх. полож. - «Буратино» - ноги широко раскрыты в сторону.

1-4т. – наклон корпуса к пр. ноге.

5-8 т. - наклон корпуса к лев. ноге.

9-16 т. – наклон корпуса вперед.

17- 20т. - наклон корпуса боком к пр. ноге.

21-24 т. - наклон корпуса боком к лев. ноге.

25-32т. - наклон корпуса вперед.

- А теперь давайте покажем, какие у жирафа длинные шея и ноги. Вытянем шею высоко-высоко. А чтобы ноги были еще длиннее, будем бросать их еще выше.

7. Grand battement jete

Муз.размер – 2/4, 32 такта. *Муз. прилож. № 7.*

Исх.полож. – лежа на спине, руки в сторону.

1-16т. Поочередные броски ногами вперед на 90° и выше.

17- 24т. Броски пр. ногой на 90° и выше лежа на пр. боку.

25- 32 т. Броски лев. ногой на 90° и выше лежа на лев. боку.

- Ну а теперь мы с вами превратились в диких кошек, ну например – в пантеру. И мы с вами можем красиво выгибать свои спинки и даже тихо вставать на свои мягкие подушечки, которые находятся у нас как раз под острыми коготками. И высоко подбрасывать свои мягкие лапки.

8. Упражнения в положении «кошечки».

Муз.размер – 2/4, 32 такта. *Муз. прилож. № 8.*

Исх.полож. – «Кошечка».

1-8т. «Кошечка» - прогибы корпуса в различном темпе.

9-12т. Grandbattementjete назад пр. ногой и лев. ногой.

13- 16т. Grandbattementjete назад согнутыми ногами спругибом корпуса.

17-20т. Стойка на подъеме с поднятием 5 точки.

21-24т. Стойка на полупальцах с поднятием 5 точки.

25-28т. Переходы с полупальцев на пятки и наоборот.

29- 32т. Переход с положения «кошечки» в положение «наклон вперед».

- Конечно же, мы с вами можем ходить очень медленно по нашему зоопарку, чтобы вдоволь налюбоваться. Но тогда мы с вами не увидим всех обитателей. Так что скорее вставайте и давайте двигаться быстрее.

г) Различные шаги по танцевальным рисункам.

Муз.размер – 2/4, 48 тактов. Муз.прилож. № 9.

Исх.полож. – 6 позиция ног. Руки на поясе.

1-8 т. Танцевальный шаг по кругу.

9-16т. Шаг «Цапля» с поднятием коленей вперед.

17- 20 т. Ход на полупальцах с перестроением на 1 диагональ.

21- 24 т. Ход на пяточках с перестроением на 2 диагональ.

25 – 28 т. Ход на внешнем своде стопы с перестроением в 1 колонну и с расходом через одного.

29 – 32 т. Ход на внутреннем своде стопы с перестроение 2 колонну и с расходом по парам.

33- 36 т. Бег «вперед» с поднятием коленей вперед по кругу.

37 – 40 т. Бег «назад» с поднятием ног под себя.

41 – 48 т. Марширующий шаг с расходом на линии.

- Ну а теперь мы с вами веселые маленькие пингвинята, которые живут в нашем зоопарке среди холодных льдин. Наши пингвинята решили немного согреться, поэтому делают веселую гимнастику.

д) Упражнения на координацию.

Муз.размер – 2/4, 16 тактов. Муз. прилож. № 10.

Исх.полож. – 6 позиция ног. Руки на поясе.

1 -4 т. Поочередное сгибание рук в локтях, поднятие рук вверх и опускание в исходное положение.

5 – 8 т. «Ножницы» руками с постепенным поднятием и опусканием, и наклоном головы в сторону.

9 -12 т. Поочередное сгибание локтей к коленям «крестом».

13 – 16 т. Прыжки с 6 п . во 2 п. с хлопками над головой.

- Мы с вами ребята молодцы. Успели рассмотреть всех животных нашего зоопарка. Ну а теперь, к сожалению, нам нужно возвращаться домой. Давайте прощаться с нашими любимцами.

3. Заключительная часть.

а) Упражнения на восстановление дыхания.

Муз.размер – 3/4, 32 такта. Муз.прилож. № 11.

Исх.полож. – 6 позиция ног. Руки вдоль туловища.

1 -8 т. Поднятие рук «волной» в 1 п. вперед. Вместе и поочередно.

9 – 16 т. Поднятие рук «волной» во 2 п. в сторону. Вместе поочередно.

17 – 24 т. «Мельница».

25 – 32 т. Поднятие рук вверх со вздохом, опускание корпуса вниз с выдохом.

б) Анализ урока. Домашнее задание.

Вопросы к детям:

1. Дети, вам понравилось сегодняшнее путешествие в зоопарк?

2. Какие движения животных вам было интересно выполнять?
 3. А какие движение были трудными? Почему?
 4. Дети, вам нравится больше выполнять быстрые (четкие) или спокойные (плавные) движения?
 5. Какое музыкальное сопровождение вам сегодня понравилось больше всего?
- Ребята, вы сегодня молодцы. Все старались, почти все движения исполняли правильно. Были очень похожи на животных из нашего зоопарка. Но не у всех получалось выполнять движения слоненка. Дома поучите эти движения с родителями. Договорились? Пусть родители догадаются, кого вы изображаете.
- в) Поклон.**

Литература

1. Барышникова Т. Азбука хореографии/ Т.Барышникова. – М.: «Айрис Пресс», 1999. – 145 с.
2. Слуцкая С.И. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду/ С.И. Слуцкая. – М.: «Линка – Пресс», 2006.- 270 с.
3. Бекина С.П. Музыка и движение/ С.П. Бекина. – М.: «Просвещение», 1984. – 230с.
4. Буренина А.И. Ритмическая пластика для дошкольников: учебно-методическое пособие по программе «Ритмическая пластика»/ А.И. Буренина – СПб, 1994. – 126 с.
5. Горшкова Е.В. От жеста к танцу. Методика и конспекты занятий по развитию у детей творчества в танце/ Е.В.Горшкова. – М.: «Гном и Д», 2002. – 120с.
6. Константинова А.И. Игровой стретчинг/А.И.Константинова. – СПб, 1993. – 31с.
7. Ротерс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание/ Т.Т. Ротерс – М.: «Просвещение», 1989. – 253 с.
8. Азаров Ю.П. Тайны педагогического мастерства: учебное пособие/ Ю.П. Азаров/. – М.: Издательство Московского психолого - социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2004. – 432 с.
9. Кряжева И.Л. Развитие эмоционального мира детей/ И.Л. Кряжева. – Ярославль «Академия развития»,1996. - 245 с.
10. Астахов А.И. Воспитание творчеством/ А.И. Астахов. – М.: «Просвещение», 1986. – с. 159.

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ г. КЕРЧИ
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ «ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ЮНОШЕСКОГО ТВОРЧЕСТВА»**

СОГЛАСОВАНО

Начальник отдела

_____/_____/_____
« ____ » _____ 202__ г

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

_____/_____/_____
« ____ » _____ 202__ г

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУДО «ЦДЮТ»

_____/_____/_____
« ____ » _____ 202__ г

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

творческого объединения «**Культурная революция**» на 202__/202__ учебный год

Группа № ____

Педагог: _____

Количество часов в неделю: **3/** на год – **108**

Планирование составлено на основе программы: **Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Партерная гимнастика-3» творческого объединения «Культурная революция»**

Тематическое планирование составил(а) _____

Таблица 5

Календарно - тематический план программа «Партерная гимнастика-3» - 1 год обучения Группа № ____

№	Содержание занятия	Количество часов	Дата по расписанию		Примечание (корректировка)	Формы аттестации и контроля
			По плану	По факту		
1	Вводное занятие: ознакомление с планом работы, решение организационных вопросов, повторение правил охраны труда, ПДД, правил поведения на занятии, противопожарной безопасности.	1				Диагностика, опрос
2	Разминка. Разновидности ходьбы (танцевальный шаг, марш) в разных пространственных перестроениях. Бытовой шаг, ходьба на высоких и низких полупальцах.	1				Педагогическое наблюдение
3	Разминка. Легкий бег, бег с отбрасыванием ног назад на месте и в продвижении. Бег с согнутыми ногами в коленях, на месте и в продвижении.	1				Педагогическое наблюдение
4	Разминка. Бег с подниманием вперед ног, на месте и с продвижением. Комбинация на шаги и бег на месте и с продвижением.	1				Педагогическое наблюдение
5	Разминка. Шаги: на всей стопе и на полупальцах с перекатами. Марш с добавлением движений: головы, рук (с хлопком, за спиной)	1				Педагогическое наблюдение
6	Разминка. Упражнения на гибкость и силу: •мышцы шеи (повороты, расслабления) •мышцы туловища (наклоны, расслабления, прогибы)	1				Педагогическое наблюдение
7	Разминка. Бытовой шаг, ходьба на высоких и низких полупальцах, на пятках, на внутренней и внешней стороне стопы, «гусиным шагом»	1				Педагогическое наблюдение

8	Разогрев. Марш на месте, по квадрату, по кругу, по прямой, по диагонали, в построении в линии, шеренги, колонны, размыкания и смыкания.	1				Педагогическое наблюдение
9	Упражнения на напряжение и расслабление группы мышц тела. Подъем и сброс плеч. «Твердые» и «мягкие» руки. «Твердые» и «мягкие» ноги.	1				Педагогическое наблюдение
10	Разогрев. Складка (стоя, сидя). Шпагаты. Упражнения на развитие быстроты: •скакалка, бег с ускорением	1				Педагогическое наблюдение
11	Разогрев. Упражнения на развитие общей выносливости, выполнение фигур танца на фоне усталости.	1				Педагогическое наблюдение
12	Разогрев. Специальная физическая подготовка. Виды шагов на полупальцах: •мягкий; •высокий; •острый; •пружинящий	1				Педагогическое наблюдение
13	Разогрев. Складка (стоя, сидя). Шпагаты.	1				Педагогическое наблюдение
14	Разминка. Бег с подниманием вперед ног, на месте и с продвижением. Комбинация на шаги и бег на месте и с продвижением.	1				Педагогическое наблюдение
15	Разогрев. Упражнения на напряжение и расслабление группы мышц тела Напряжение и расслабление мышц — шеи; — ног; — рук; — всего корпуса.	1				Педагогическое наблюдение
16	Упражнения для эластичности мышц стопы, растяжения ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок:	1				Педагогическое наблюдение

	— вытягивание и сокращение подъема стопы по VI позиции ног;					
17	Разогрев. Упражнения на развитие гибкости позвоночника В положении лежа на спине: — «маленький мост» (при сутулой спине); — упражнение «березка»	1				Педагогическое наблюдение
18	Упражнения на напряжение и расслабление группы мышц тела. Подъем и сброс плеч. «Твердые» и «мягкие» руки.	1				Педагогическое наблюдение
19	Разминка. Упражнения на развитие быстроты: • скакалка, бег с ускорением; • упражнения с увеличением амплитуды движения.	1				Педагогическое наблюдение
20	Разогрев. Комплексы упражнений партерной гимнастики	1				Педагогическое наблюдение
21	Разогрев. Упражнения для укрепления мышц плеча и предплечья В положении лежа на животе: — подъем плеч вверх и назад, ладони рук в захвате локтей за головой без отрыва грудной клетки от пола.	1				Педагогическое наблюдение
22	Разминка. Упражнение для развития танцевального шага В положении лежа на животе: — упражнение «лягушка» с поднятым и прогнутым назад корпусом, прижатыми пятками и животом к полу.	1				Педагогическое наблюдение
23	Разминка. Упражнения для эластичности мышц стопы, растяжения ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок	1				Педагогическое наблюдение
24	Разминка. —упражнение «складка» — наклон ровного корпуса на вытянутые ноги с захватом руками стоп ног.	1				Педагогическое наблюдение
25	Разминка. Упражнения для стоп.	1				Педагогическое

	Сидя на полу, сократить и вытянуть стопы по VI позиции. Лежа на спине, круговые движения стопами					наблюдение
26	Разогрев. Упражнения на развитие гибкости позвоночника В положении лежа на спине: — наклон туловища вправо, влево без отрыва спины от пола; — упражнение «березка»	1				Педагогическое наблюдение
27	Разминка. Комплексы упражнений партерной гимнастики	1				Педагогическое наблюдение
28	Разогрев. Упражнения на развитие ловкости. Упражнения в равновесии на баланс	1				Педагогическое наблюдение
29	Разминка. Упражнения для развития выворотности ног, подвижности и гибкости коленного сустава: В положении лежа на спине: — поворот бедер, голени и стоп внутренней стороной наружу	1				Педагогическое наблюдение
30	Разминка. Упражнения для развития подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра	1				Педагогическое наблюдение
31	Разогрев. Упражнения для эластичности мышц стопы, растяжения ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок	1				Педагогическое наблюдение
32	Комплексы упражнений партерной гимнастики, построенные на пройденных упражнениях.	1				Педагогическое наблюдение
33	Упражнение для развития танцевального шага. В положении сидя: — выпрямление согнутых в коленях ног с разворотом стоп в I позиции ног с одновременным медленным наклоном корпуса к ногам	1				Педагогическое наблюдение
34	Упражнения на развитие гибкости позвоночника. В положении лежа на животе: — упражнение «лодочка»	1				Педагогическое наблюдение

	— упражнение «качели» — упражнение «кольцо»					
35	Разогрев. Упражнения для укрепления мышц плеча и предплечья В положении лежа на животе: — подъем плеч вверх и назад, ладони рук в захвате локтей за головой без отрыва грудной клетки от пола.	1				Педагогическое наблюдение
36	Разогрев. Упражнение для развития танцевального шага В положении лежа на спине: — подъем ноги на 90° с выворотной и сокращенной стопой, с нагрузкой на поднятую ногу (с посторонней помощью)	1				Педагогическое наблюдение
37	Разминка. Комплексы упражнений партерной гимнастики	1				Педагогическое наблюдение
38	Открытое занятие	1				Диагностика
39	Разминка. Упражнения для развития выворотности ног, подвижности и гибкости коленного сустава: В положении сидя: — упражнение «велосипед»	1				Педагогическое наблюдение
40	Разминка. Упражнение для развития танцевального шага В положении лежа на спине: — подъем согнутой в коленном суставе ноги с отводом в сторону вверх с помощью руки	1				Педагогическое наблюдение
41	Комплексы упражнений партерной гимнастики, построенные на пройденных упражнениях.	1				Педагогическое наблюдение
42	Разминка. Упражнения на напряжение и расслабление группы мышц тела Напряжение и расслабление мышц — шеи; — ног;	1				Педагогическое наблюдение

	— рук; — всего корпуса.					
43	Разогрев. Упражнения для развития выворотности ног, подвижности и гибкости коленного сустава. В положении сидя по-турецки: — выпрямление колен до соприкосновения их внутренней части с полом по VI позиции ног.	1				Педагогическое наблюдение
44	Упражнения на развитие гибкости позвоночника. В положении лежа на животе: — упражнение «лодочка» — упражнение «качели» — упражнение «кольцо»	1				Педагогическое наблюдение
45	Упражнение для развития танцевального шага. В положении сидя: — выпрямление согнутых в коленях ног с разворотом стоп в I позиции ног с одновременным медленным наклоном корпуса к ногам	1				Педагогическое наблюдение
46	Разминка. Комплексы упражнений партерной гимнастики	1				Педагогическое наблюдение
47	Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса. В положении лежа на спине: — поочередный и одновременный подъем выворотных ног с сокращением и вытягиванием стоп в воздухе	1				Педагогическое наблюдение
48	Упражнения для развития выворотности ног, подвижности и гибкости коленного сустава. В положении сидя по-турецки: — подъем корпуса в вертикальное положение без участия рук	1				Педагогическое наблюдение
49	Концертная деятельность.	1				Концерт
50	Разминка. Упражнение для развития танцевального шага В положении лежа на животе:	1				Педагогическое наблюдение

	— упражнение «лягушка».					
51	Упражнения для укрепления мышц плеча и предплечья. В положении упора на коленях: — наклон корпуса вперед с последующим касанием плеч пола	1				Педагогическое наблюдение
52	Разминка. Комплексы упражнений партерной гимнастики	1				Педагогическое наблюдение
53	Разминка. Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса В положении лежа на спине: — забрасывание прямых ног за голову и возвращение в исходное положение	1				Педагогическое наблюдение
54	Разминка. Упражнения для развития подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра В положении лежа на спине: — легкое раскрытие ног в стороны, расслабляя колени, и закрывание через сопротивление в стопе и голени	1				Педагогическое наблюдение
55	Упражнение для развития танцевального шага. — виды «шпагатов» — продольный, поперечный.	1				Педагогическое наблюдение
56	Упражнения на развитие гибкости позвоночника. В положении лежа на животе: — упражнение «мостик»	1				Педагогическое наблюдение
57	Упражнения для укрепления мышц плеча и предплечья В положении лежа на животе: — подъем плеч вверх и назад, ладони рук в захвате локтей за головой без отрыва грудной клетки от пола.	1				Педагогическое наблюдение
58	Разминка. Комплексы упражнений партерной гимнастики	1				Педагогическое наблюдение
59	Разминка. Упражнения на развитие быстроты: •скакалка, бег с ускорением; •упражнения с увеличением амплитуды движения.	1				Педагогическое наблюдение
60	Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса. В положении лежа на спине:	1				Педагогическое наблюдение

	— одновременный подъем корпуса и вытянутых ног до образования угла согнутых в коленях ног и корпуса с разворотом их в разные стороны					
61	Разминка. Упражнения для развития подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра. В положении сидя: — наклоны вперед, с касанием вытянутых и разведенных в стороны ног, касаясь локтями пола	1				Педагогическое наблюдение
62	Разогрев. Лежа на коврик, ноги поднять на 90° (в потолок) и опустить, руки в стороны ладонями вниз «Уголок»; из положения - сидя, колени подтянуть к груди «Складочка» по VI позиции с обхватом рук за стопы.	1				Педагогическое наблюдение
63	Разминка. Комплексы упражнений партерной гимнастики	1				Педагогическое наблюдение
64	Разминка. Упражнение для развития танцевального шага В положении лежа на спине: — подъем ноги на 90° с выворотной и сокращенной стопой, с нагрузкой на поднятую ногу (с посторонней помощью)	1				Педагогическое наблюдение
65	Упражнения для эластичности мышц стопы, растяжения ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок: — вращательные движения стопами внутрь и наружу	1				Педагогическое наблюдение
66	Разминка. Комплексы упражнений партерной гимнастики	1				Педагогическое наблюдение
67	Разминка. Упражнение для развития танцевального шага В положении лежа на спине: — подъем ноги на 90° с выворотной и сокращенной стопой, с нагрузкой на поднятую ногу (с посторонней помощью)	1				Педагогическое наблюдение
68	Упражнения для укрепления мышц плеча и предплечья В положении упора на коленях: — касание подбородком пола с одновременным сгибанием рук в локтях (при сутулой спине)	1				Педагогическое наблюдение

69	Упражнение для развития танцевального шага. В положении сидя: — выпрямление согнутых в коленях ног с разворотом стоп в I позиции ног с одновременным медленным наклоном корпуса к ногам	1				Педагогическое наблюдение
70	Упражнения на развитие гибкости позвоночника. В положении лежа на животе: — упражнение «мостик» — сдвиг подбородком предмета (книги) при вытянутом положении тела рук и ног (при сутулой спине)	1				Педагогическое наблюдение
71	Разминка. Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса В положении лежа на спине: — подъем корпуса в положение сидя с вытянутыми вперед руками, с закрепленными на полу ногами (при седлообразной спине)	1				Педагогическое наблюдение
72	Разминка. Упражнения для развития подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра. В положении сидя: — наклоны вперед, с касанием вытянутых и разведенных в стороны ног, касаясь локтями пола	1				Педагогическое наблюдение
73	Комплексы упражнений партерной гимнастики, построенные на пройденных упражнениях.	1				Педагогическое наблюдение
74	Разогрев. Упражнения для эластичности мышц стопы, растяжения ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок	1				Педагогическое наблюдение
75	Разогрев. Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса В положении сидя: — упражнение «ножницы» — отведение одной руки назад с взглядом на кисть в упоре на коленях	1				Педагогическое наблюдение
76	Разминка. Комплексы упражнений партерной гимнастики	1				Педагогическое

						наблюдение
77	Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса. В положении сидя: —отведение одной руки назад с взглядом на кисть в упоре на коленях (при седлообразной спине).	1				Педагогическое наблюдение
78	Разминка. Упражнение для развития танцевального шага В положении лежа на животе: — упражнение «лягушка» с поднятым и прогнутым назад корпусом, прижатыми пятками и животом к полу.	1				Педагогическое наблюдение
79	Упражнения для укрепления мышц плеча и предплечья В положении упора на коленях: - прогиб спины назад с касанием вытянутыми руками стоп.	1				Педагогическое наблюдение
80	Комплексы упражнений партерной гимнастики, построенные на пройденных упражнениях.	1				Педагогическое наблюдение
81	Упражнение для развития танцевального шага. В положении сидя: — выпрямление согнутых в коленях ног с разворотом стоп в I позиции ног с одновременным медленным наклоном корпуса к ногам	1				Педагогическое наблюдение
82	Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса В положении сидя: —отведение одной руки назад с взглядом на кисть в упоре на коленях (при седлообразной спине).	1				Педагогическое наблюдение
83	Упражнения для развития подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра — упражнение «лягушка» с наклоном корпуса вперед	1				Педагогическое наблюдение
84	Упражнения для укрепления мышц плеча и предплечья В положении упора на коленях: — касание подбородком пола с одновременным сгибанием рук в локтях (при сутулой спине);	1				Педагогическое наблюдение

	— наклон корпуса вперед с последующим касанием плеч пола					
85	Разминка. Упражнение для развития танцевального шага В положении лежа на спине: — растяжка поднятой вперед-вверх ноги на 180° (с посторонней помощью).	1				Педагогическое наблюдение
86	Разминка. Комплексы упражнений партерной гимнастики	1				Педагогическое наблюдение
87	Разминка. Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса В положении лежа на спине: — подъем корпуса в положение сидя с вытянутыми вперед руками, с закрепленными на полу ногами (при седлообразной спине)	1				Педагогическое наблюдение
88	Упражнения для развития подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра. В положении сидя: упражнение «лягушка» — касание пола согнутыми в коленях и разведенными врозь ногами; — упражнение «лягушка» с наклоном корпуса вперед	1				Педагогическое наблюдение
89	Упражнение для развития танцевального шага. В положении сидя: — наклоны корпуса вперед с касанием пола к раскрытым до предела в стороны ногам	1				Педагогическое наблюдение
90	Разминка. Упражнения для развития выворотности ног, подвижности и гибкости коленного сустава: В положении сидя: — упражнение «велосипед»	1				Педагогическое наблюдение
91	Комплексы упражнений партерной гимнастики, построенные на пройденных упражнениях.	1				Педагогическое наблюдение
91	Разминка. Упражнение для развития танцевального шага: — упражнение «лягушка»	1				Педагогическое наблюдение

	— подъем согнутой в коленном суставе ноги с отводом в сторону вверх с помощью руки					
92	Упражнения для укрепления мышц плеча и предплечья В положении лежа на животе: — подъем плеч вверх и назад, ладони рук в захвате локтей за головой без отрыва грудной клетки от пола.	1				Педагогическое наблюдение
93	Упражнения для развития выворотности ног, подвижности и гибкости коленного сустава. В положении сидя по-турецки: — подъем корпуса в вертикальное положение без участия рук	1				Педагогическое наблюдение
94	Упражнения на развитие гибкости позвоночника В положении лежа на спине: — «маленький мост» — наклон туловища вправо, влево без отрыва спины от пола	1				Педагогическое наблюдение
95	Разминка. Комплексы упражнений партерной гимнастики	1				Педагогическое наблюдение
96	Открытое занятие	1				Диагностика
97	Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса. В положении лежа на спине: — забрасывание прямых ног за голову и возвращение в исходное положение	1				Педагогическое наблюдение
98	Упражнения для развития подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра — отведение прямой ноги назад на носок, с подачей корпуса вперед, с руками на поясе, стоя на колене другой ноги (при седлообразной спине).	1				Педагогическое наблюдение
99	Упражнения на развитие гибкости позвоночника В положении сидя: — наклоны корпуса вправо, влево с одновременным касанием пола локтем руки за коленом отведенных в сторону ног.	1				Педагогическое наблюдение
100	Разминка. Упражнение для развития танцевального шага:	1				Педагогическое

	<p>В положении лежа на животе: — упражнение «лягушка</p> <p>В положении лежа на спине: — подъем ноги на 90° с выворотной и сокращенной стопой, с нагрузкой на поднятую ногу (с посторонней помощью)</p>					наблюдение
101	Концертная деятельность.	1				Концерт
102	<p>Упражнения для эластичности мышц стопы, растяжения ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок: — приподнимание в воздух вытянутых ног попеременно на 25°, 45°, 60°</p>	1				Педагогическое наблюдение
103	<p>Упражнения для развития выворотности ног, подвижности и гибкости коленного сустава. В положении сидя по-турецки: — подъем корпуса в вертикальное положение без участия рук</p>	1				Педагогическое наблюдение
104	<p>Упражнение для развития танцевального шага. В положении сидя: — наклоны корпуса вперед с касанием пола к раскрытым до предела в стороны ногам; — виды «шпагатов» — продольный, поперечный.</p>	1				Педагогическое наблюдение
105	<p>Упражнения для развития подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра. В положении сидя: — упражнение «лягушка» с наклоном корпуса вперед</p>	1				Педагогическое наблюдение
106	Разминка. Комплексы упражнений партерной гимнастики	1				Педагогическое наблюдение
107	<p>Упражнения для укрепления мышц плеча и предплечья В положении упора на коленях: — наклон корпуса вперед с последующим касанием плеч пола; — прогиб спины назад с касанием вытянутыми руками стоп.</p>	1				Педагогическое наблюдение

108	Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса. В положении сидя: —отведение одной руки назад с взглядом на кисть в упоре на коленях					Педагогическое наблюдение
	ИТОГО	108				

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ г. КЕРЧИ
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ «ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ЮНОШЕСКОГО ТВОРЧЕСТВА»**

СОГЛАСОВАНО

Начальник отдела

_____/_____/_____
« ____ » _____ 202__ г

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

_____/_____/_____
« ____ » _____ 202__ г

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУДО «ЦДЮТ»

_____/_____/_____
« ____ » _____ 202__ г

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

творческого объединения «Культурная революция» на 202__/202__ учебный год

Группа № ____

Педагог: _____

Количество часов в неделю: **3/** на год – **108**

Планирование составлено на основе программы: **Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Партерная гимнастика-3» творческого объединения «Культурная революция»**

Тематическое планирование составил(а) _____

Календарно - тематический план программа «Партерная гимнастика-3» - 1 год обучения Группа № ____

№	Содержание занятия	Количество часов	Дата по расписанию		Примечание (корректировка)	Формы аттестации и контроля
			По плану	По факту		
1	Вводное занятие: ознакомление с планом работы, решение организационных вопросов, повторение правил охраны труда, ПДД, правил поведения на занятии, противопожарной безопасности.	1				Диагностика, опрос
2	Разминка. Разновидности ходьбы (танцевальный шаг, марш) в разных пространственных перестроениях. Бытовой шаг, ходьба на высоких и низких полупальцах.	1				Педагогическое наблюдение
3	Разминка. Легкий бег, бег с отбрасыванием ног назад на месте и в продвижении. Бег с согнутыми ногами в коленях, на месте и в продвижении.	1				Педагогическое наблюдение
4	Разминка. Бег с подниманием вперед ног, на месте и с продвижением. Комбинация на шаги и бег на месте и с продвижением.	1				Педагогическое наблюдение
5	Разминка. Шаги: на всей стопе и на полупальцах с перекатами. Марш с добавлением движений: головы, рук (с хлопком, за спиной)	1				Педагогическое наблюдение
6	Разминка. Упражнения на гибкость и силу: •мышцы шеи (повороты, расслабления) •мышцы туловища (наклоны, расслабления, прогибы)	1				Педагогическое наблюдение
7	Разминка. Бытовой шаг, ходьба на высоких и низких полупальцах, на пятках, на внутренней и внешней стороне стопы, «гусиным шагом»	1				Педагогическое наблюдение

8	Разогрев. Марш на месте, по квадрату, по кругу, по прямой, по диагонали, в построении в линии, шеренги, колонны, размыкания и смыкания.	1				Педагогическое наблюдение
9	Упражнения на напряжение и расслабление группы мышц тела. Подъем и сброс плеч. «Твердые» и «мягкие» руки. «Твердые» и «мягкие» ноги.	1				Педагогическое наблюдение
10	Разогрев. Складка (стоя, сидя). Шпагаты. Упражнения на развитие быстроты: •скакалка, бег с ускорением	1				Педагогическое наблюдение
11	Разогрев. Упражнения на развитие общей выносливости, выполнение фигур танца на фоне усталости.	1				Педагогическое наблюдение
12	Разогрев. Специальная физическая подготовка. Виды шагов на полупальцах: •мягкий; •высокий; •острый; •пружинящий	1				Педагогическое наблюдение
13	Разогрев. Складка (стоя, сидя). Шпагаты.	1				Педагогическое наблюдение
14	Разминка. Бег с подниманием вперед ног, на месте и с продвижением. Комбинация на шаги и бег на месте и с продвижением.	1				Педагогическое наблюдение
15	Разогрев. Упражнения на напряжение и расслабление группы мышц тела Напряжение и расслабление мышц — шеи; — ног; — рук; — всего корпуса.	1				Педагогическое наблюдение
16	Упражнения для эластичности мышц стопы, растяжения ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок:	1				Педагогическое наблюдение

	— вытягивание и сокращение подъема стопы по VI позиции ног;					
17	Разогрев. Упражнения на развитие гибкости позвоночника В положении лежа на спине: — «маленький мост» (при сутулой спине); — упражнение «березка»	1				Педагогическое наблюдение
18	Упражнения на напряжение и расслабление группы мышц тела. Подъем и сброс плеч. «Твердые» и «мягкие» руки.	1				Педагогическое наблюдение
19	Разминка. Упражнения на развитие быстроты: • скакалка, бег с ускорением; • упражнения с увеличением амплитуды движения.	1				Педагогическое наблюдение
20	Разогрев. Комплексы упражнений партерной гимнастики	1				Педагогическое наблюдение
21	Разогрев. Упражнения для укрепления мышц плеча и предплечья В положении лежа на животе: — подъем плеч вверх и назад, ладони рук в захвате локтей за головой без отрыва грудной клетки от пола.	1				Педагогическое наблюдение
22	Разминка. Упражнение для развития танцевального шага В положении лежа на животе: — упражнение «лягушка» с поднятым и прогнутым назад корпусом, прижатыми пятками и животом к полу.	1				Педагогическое наблюдение
23	Разминка. Упражнения для эластичности мышц стопы, растяжения ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок	1				Педагогическое наблюдение
24	Разминка. —упражнение «складка» — наклон ровного корпуса на вытянутые ноги с захватом руками стоп ног.	1				Педагогическое наблюдение
25	Разминка. Упражнения для стоп.	1				Педагогическое

	Сидя на полу, сократить и вытянуть стопы по VI позиции. Лежа на спине, круговые движения стопами					наблюдение
26	Разогрев. Упражнения на развитие гибкости позвоночника В положении лежа на спине: — наклон туловища вправо, влево без отрыва спины от пола; — упражнение «березка»	1				Педагогическое наблюдение
27	Разминка. Комплексы упражнений партерной гимнастики	1				Педагогическое наблюдение
28	Разогрев. Упражнения на развитие ловкости. Упражнения в равновесии на баланс	1				Педагогическое наблюдение
29	Разминка. Упражнения для развития выворотности ног, подвижности и гибкости коленного сустава: В положении лежа на спине: — поворот бедер, голени и стоп внутренней стороной наружу	1				Педагогическое наблюдение
30	Разминка. Упражнения для развития подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра	1				Педагогическое наблюдение
31	Разогрев. Упражнения для эластичности мышц стопы, растяжения ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок	1				Педагогическое наблюдение
32	Комплексы упражнений партерной гимнастики, построенные на пройденных упражнениях.	1				Педагогическое наблюдение
33	Упражнение для развития танцевального шага. В положении сидя: — выпрямление согнутых в коленях ног с разворотом стоп в I позиции ног с одновременным медленным наклоном корпуса к ногам	1				Педагогическое наблюдение
34	Упражнения на развитие гибкости позвоночника. В положении лежа на животе: — упражнение «лодочка»	1				Педагогическое наблюдение

	— упражнение «качели» — упражнение «кольцо»					
35	Разогрев. Упражнения для укрепления мышц плеча и предплечья В положении лежа на животе: — подъем плеч вверх и назад, ладони рук в захвате локтей за головой без отрыва грудной клетки от пола.	1				Педагогическое наблюдение
36	Разогрев. Упражнение для развития танцевального шага В положении лежа на спине: — подъем ноги на 90° с выворотной и сокращенной стопой, с нагрузкой на поднятую ногу (с посторонней помощью)	1				Педагогическое наблюдение
37	Разминка. Комплексы упражнений партерной гимнастики	1				Педагогическое наблюдение
38	Открытое занятие	1				Диагностика
39	Разминка. Упражнения для развития выворотности ног, подвижности и гибкости коленного сустава: В положении сидя: — упражнение «велосипед»	1				Педагогическое наблюдение
40	Разминка. Упражнение для развития танцевального шага В положении лежа на спине: — подъем согнутой в коленном суставе ноги с отводом в сторону вверх с помощью руки	1				Педагогическое наблюдение
41	Комплексы упражнений партерной гимнастики, построенные на пройденных упражнениях.	1				Педагогическое наблюдение
42	Разминка. Упражнения на напряжение и расслабление группы мышц тела Напряжение и расслабление мышц — шеи; — ног;	1				Педагогическое наблюдение

	— рук; — всего корпуса.					
43	Разогрев. Упражнения для развития выворотности ног, подвижности и гибкости коленного сустава. В положении сидя по-турецки: — выпрямление колен до соприкосновения их внутренней части с полом по VI позиции ног.	1				Педагогическое наблюдение
44	Упражнения на развитие гибкости позвоночника. В положении лежа на животе: — упражнение «лодочка» — упражнение «качели» — упражнение «кольцо»	1				Педагогическое наблюдение
45	Упражнение для развития танцевального шага. В положении сидя: — выпрямление согнутых в коленях ног с разворотом стоп в I позиции ног с одновременным медленным наклоном корпуса к ногам	1				Педагогическое наблюдение
46	Разминка. Комплексы упражнений партерной гимнастики	1				Педагогическое наблюдение
47	Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса. В положении лежа на спине: — поочередный и одновременный подъем выворотных ног с сокращением и вытягиванием стоп в воздухе	1				Педагогическое наблюдение
48	Упражнения для развития выворотности ног, подвижности и гибкости коленного сустава. В положении сидя по-турецки: — подъем корпуса в вертикальное положение без участия рук	1				Педагогическое наблюдение
49	Концертная деятельность.	1				Концерт
50	Разминка. Упражнение для развития танцевального шага В положении лежа на животе:	1				Педагогическое наблюдение

	— упражнение «лягушка».					
51	Упражнения для укрепления мышц плеча и предплечья. В положении упора на коленях: — наклон корпуса вперед с последующим касанием плеч пола	1				Педагогическое наблюдение
52	Разминка. Комплексы упражнений партерной гимнастики	1				Педагогическое наблюдение
53	Разминка. Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса В положении лежа на спине: — забрасывание прямых ног за голову и возвращение в исходное положение	1				Педагогическое наблюдение
54	Разминка. Упражнения для развития подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра В положении лежа на спине: — легкое раскрытие ног в стороны, расслабляя колени, и закрывание через сопротивление в стопе и голени	1				Педагогическое наблюдение
55	Упражнение для развития танцевального шага. — виды «шпагатов» — продольный, поперечный.	1				Педагогическое наблюдение
56	Упражнения на развитие гибкости позвоночника. В положении лежа на животе: — упражнение «мостик»	1				Педагогическое наблюдение
57	Упражнения для укрепления мышц плеча и предплечья В положении лежа на животе: — подъем плеч вверх и назад, ладони рук в захвате локтей за головой без отрыва грудной клетки от пола.	1				Педагогическое наблюдение
58	Разминка. Комплексы упражнений партерной гимнастики	1				Педагогическое наблюдение
59	Разминка. Упражнения на развитие быстроты: •скакалка, бег с ускорением; •упражнения с увеличением амплитуды движения.	1				Педагогическое наблюдение
60	Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса. В положении лежа на спине:	1				Педагогическое наблюдение

	— одновременный подъем корпуса и вытянутых ног до образования угла согнутых в коленях ног и корпуса с разворотом их в разные стороны					
61	Разминка. Упражнения для развития подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра. В положении сидя: — наклоны вперед, с касанием вытянутых и разведенных в стороны ног, касаясь локтями пола	1				Педагогическое наблюдение
62	Разогрев. Лежа на коврик, ноги поднять на 90° (в потолок) и опустить, руки в стороны ладонями вниз «Уголок»; из положения - сидя, колени подтянуть к груди «Складочка» по VI позиции с обхватом рук за стопы.	1				Педагогическое наблюдение
63	Разминка. Комплексы упражнений партерной гимнастики	1				Педагогическое наблюдение
64	Разминка. Упражнение для развития танцевального шага В положении лежа на спине: — подъем ноги на 90° с выворотной и сокращенной стопой, с нагрузкой на поднятую ногу (с посторонней помощью)	1				Педагогическое наблюдение
65	Упражнения для эластичности мышц стопы, растяжения ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок: — вращательные движения стопами внутрь и наружу	1				Педагогическое наблюдение
66	Разминка. Комплексы упражнений партерной гимнастики	1				Педагогическое наблюдение
67	Разминка. Упражнение для развития танцевального шага В положении лежа на спине: — подъем ноги на 90° с выворотной и сокращенной стопой, с нагрузкой на поднятую ногу (с посторонней помощью)	1				Педагогическое наблюдение
68	Упражнения для укрепления мышц плеча и предплечья В положении упора на коленях: — касание подбородком пола с одновременным сгибанием рук в локтях (при сутулой спине)	1				Педагогическое наблюдение

69	Упражнение для развития танцевального шага. В положении сидя: — выпрямление согнутых в коленях ног с разворотом стоп в I позиции ног с одновременным медленным наклоном корпуса к ногам	1				Педагогическое наблюдение
70	Упражнения на развитие гибкости позвоночника. В положении лежа на животе: — упражнение «мостик» — сдвиг подбородком предмета (книги) при вытянутом положении тела рук и ног (при сутулой спине)	1				Педагогическое наблюдение
71	Разминка. Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса В положении лежа на спине: — подъем корпуса в положение сидя с вытянутыми вперед руками, с закрепленными на полу ногами (при седлообразной спине)	1				Педагогическое наблюдение
72	Разминка. Упражнения для развития подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра. В положении сидя: — наклоны вперед, с касанием вытянутых и разведенных в стороны ног, касаясь локтями пола	1				Педагогическое наблюдение
73	Комплексы упражнений партерной гимнастики, построенные на пройденных упражнениях.	1				Педагогическое наблюдение
74	Разогрев. Упражнения для эластичности мышц стопы, растяжения ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок	1				Педагогическое наблюдение
75	Разогрев. Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса В положении сидя: — упражнение «ножницы» — отведение одной руки назад с взглядом на кисть в упоре на коленях	1				Педагогическое наблюдение
76	Разминка. Комплексы упражнений партерной гимнастики	1				Педагогическое

						наблюдение
77	Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса. В положении сидя: —отведение одной руки назад с взглядом на кисть в упоре на коленях (при седлообразной спине).	1				Педагогическое наблюдение
78	Разминка. Упражнение для развития танцевального шага В положении лежа на животе: — упражнение «лягушка» с поднятым и прогнутым назад корпусом, прижатыми пятками и животом к полу.	1				Педагогическое наблюдение
79	Упражнения для укрепления мышц плеча и предплечья В положении упора на коленях: - прогиб спины назад с касанием вытянутыми руками стоп.	1				Педагогическое наблюдение
80	Комплексы упражнений партерной гимнастики, построенные на пройденных упражнениях.	1				Педагогическое наблюдение
81	Упражнение для развития танцевального шага. В положении сидя: — выпрямление согнутых в коленях ног с разворотом стоп в I позиции ног с одновременным медленным наклоном корпуса к ногам	1				Педагогическое наблюдение
82	Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса В положении сидя: —отведение одной руки назад с взглядом на кисть в упоре на коленях (при седлообразной спине).	1				Педагогическое наблюдение
83	Упражнения для развития подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра — упражнение «лягушка» с наклоном корпуса вперед	1				Педагогическое наблюдение
84	Упражнения для укрепления мышц плеча и предплечья В положении упора на коленях: — касание подбородком пола с одновременным сгибанием рук в локтях (при сутулой спине);	1				Педагогическое наблюдение

	— наклон корпуса вперед с последующим касанием плеч пола					
85	Разминка. Упражнение для развития танцевального шага В положении лежа на спине: — растяжка поднятой вперед-вверх ноги на 180° (с посторонней помощью).	1				Педагогическое наблюдение
86	Разминка. Комплексы упражнений партерной гимнастики	1				Педагогическое наблюдение
87	Разминка. Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса В положении лежа на спине: — подъем корпуса в положение сидя с вытянутыми вперед руками, с закрепленными на полу ногами (при седлообразной спине)	1				Педагогическое наблюдение
88	Упражнения для развития подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра. В положении сидя: упражнение «лягушка» — касание пола согнутыми в коленях и разведенными врозь ногами; — упражнение «лягушка» с наклоном корпуса вперед	1				Педагогическое наблюдение
89	Упражнение для развития танцевального шага. В положении сидя: — наклоны корпуса вперед с касанием пола к раскрытым до предела в стороны ногам	1				Педагогическое наблюдение
90	Разминка. Упражнения для развития выворотности ног, подвижности и гибкости коленного сустава: В положении сидя: — упражнение «велосипед»	1				Педагогическое наблюдение
91	Комплексы упражнений партерной гимнастики, построенные на пройденных упражнениях.	1				Педагогическое наблюдение
91	Разминка. Упражнение для развития танцевального шага: — упражнение «лягушка»	1				Педагогическое наблюдение

	— подъем согнутой в коленном суставе ноги с отводом в сторону вверх с помощью руки					
92	Упражнения для укрепления мышц плеча и предплечья В положении лежа на животе: — подъем плеч вверх и назад, ладони рук в захвате локтей за головой без отрыва грудной клетки от пола.	1				Педагогическое наблюдение
93	Упражнения для развития выворотности ног, подвижности и гибкости коленного сустава. В положении сидя по-турецки: — подъем корпуса в вертикальное положение без участия рук	1				Педагогическое наблюдение
94	Упражнения на развитие гибкости позвоночника В положении лежа на спине: — «маленький мост» — наклон туловища вправо, влево без отрыва спины от пола	1				Педагогическое наблюдение
95	Разминка. Комплексы упражнений партерной гимнастики	1				Педагогическое наблюдение
96	Открытое занятие	1				Диагностика
97	Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса. В положении лежа на спине: — забрасывание прямых ног за голову и возвращение в исходное положение	1				Педагогическое наблюдение
98	Упражнения для развития подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра — отведение прямой ноги назад на носок, с подачей корпуса вперед, с руками на поясе, стоя на колене другой ноги (при седлообразной спине).	1				Педагогическое наблюдение
99	Упражнения на развитие гибкости позвоночника В положении сидя: — наклоны корпуса вправо, влево с одновременным касанием пола локтем руки за коленом отведенных в сторону ног.	1				Педагогическое наблюдение
100	Разминка. Упражнение для развития танцевального шага:	1				Педагогическое

	<p>В положении лежа на животе: — упражнение «лягушка</p> <p>В положении лежа на спине: — подъем ноги на 90° с выворотной и сокращенной стопой, с нагрузкой на поднятую ногу (с посторонней помощью)</p>					наблюдение
101	Концертная деятельность.	1				Концерт
102	<p>Упражнения для эластичности мышц стопы, растяжения ахилловых сухожилий, подколенных мышц и связок: — приподнимание в воздух вытянутых ног попеременно на 25°, 45°, 60°</p>	1				Педагогическое наблюдение
103	<p>Упражнения для развития выворотности ног, подвижности и гибкости коленного сустава. В положении сидя по-турецки: — подъем корпуса в вертикальное положение без участия рук</p>	1				Педагогическое наблюдение
104	<p>Упражнение для развития танцевального шага. В положении сидя: — наклоны корпуса вперед с касанием пола к раскрытым до предела в стороны ногам; — виды «шпагатов» — продольный, поперечный.</p>	1				Педагогическое наблюдение
105	<p>Упражнения для развития подвижности тазобедренных суставов и эластичности мышц бедра. В положении сидя: — упражнение «лягушка» с наклоном корпуса вперед</p>	1				Педагогическое наблюдение
106	Разминка. Комплексы упражнений партерной гимнастики	1				Педагогическое наблюдение
107	<p>Упражнения для укрепления мышц плеча и предплечья В положении упора на коленях: — наклон корпуса вперед с последующим касанием плеч пола; — прогиб спины назад с касанием вытянутыми руками стоп.</p>	1				Педагогическое наблюдение

108	Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса. В положении сидя: —отведение одной руки назад с взглядом на кисть в упоре на коленях					Педагогическое наблюдение
	ИТОГО	108				

П Л А Н
воспитательной работы Образцового коллектива «Шоу-балет «Культурная революция» МБУДО «ЦДЮТ»
на 202___/202___ учебный год

№	Название мероприятий	Сроки проведения	Место проведения	Ответственные за подготовку	Исполнители	Форма контроля	Отметка о выполнении
С Е Н Т Я Б Р Ъ							
1.	Комплектование учебных групп творческих объединений контингентом обучающихся	сентябрь	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Музыка О.В. Печайко О.В. Утюпина Д.А.	Журнал планирования и учёта работы	
2.	Проведение организационных родительских собраний в творческих объединениях отдела	Согласно графику	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Музыка О.В. Печайко О.В. Утюпина Д.А.	График проведения родительских собраний, протоколы	
3.	Беседа «Правила поведения в театре, концертном зале»	сентябрь	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Музыка О.В. Печайко О.В. Утюпина Д.А.	Журнал (приложение) учёта работы педагога дополнительного образования	
4.	Беседа «Основы здорового образа жизни»	сентябрь	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Музыка О.В. Печайко О.В. Утюпина Д.А.	Журнал (приложение) учёта работы педагога дополнительного образования	

5.	Беседа «Курение – вреднейшая из привычек»	сентябрь	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Музыка О.В. Печайко О.В. Утюпина Д.А.	Журнал (приложение) учёта работы педагога дополнительного образования		
6.	Участие творческих объединений отдела художественного воспитания в массовых мероприятиях, посвященных Дню города	сентябрь	Концертные площадки города	Начальник отдела Культурорганизатор	Мацкевич К.Ю. Музыка О.В. Печайко О.В. Утюпина Д.А.	Журнал учёта массовых мероприятий		
7.	Челлендж фотографий «Краски осени»	сентябрь	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал учета массовых мероприятий		
8.	Участие творческих коллективов в благотворительной Акции Добра и Милосердия «Белый цветок»	сентябрь	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела Культурорганизатор	Мацкевич К.Ю. Музыка О.В. Печайко О.В. Утюпина Д.А.	Журнал учёта массовых мероприятий		
9.	Участие творческих объединений в концертно-зрелищных мероприятиях ко Дню Государственного флага и герба Крыма	сентябрь	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела Культурорганизатор	Мацкевич К.Ю. Музыка О.В. Печайко О.В. Утюпина Д.А.	Журнал учёта массовых мероприятий		
10	<i>Внеплановое участие в конкурсных программах различных уровней*</i>					Журнал учёта массовых мероприятий		
11	<i>Внеплановые мероприятия*</i>					Журнал учёта массовых мероприятий		
О К Т Я Б Р Ъ								

12	Беседа «Флаг. Герб. Гимн Республики Крым»	октябрь	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Музыка О.В. Печайко О.В. Утюпина Д.А.	Журнал (приложение) учёта работы педагога дополнительного образования		
13	Беседа «Ежели вы вежливы»	октябрь	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Музыка О.В. Печайко О.В. Утюпина Д.А.	Журнал (приложение) учёта работы педагога дополнительного образования		
14	Беседа «Скажи наркотикам – нет!»	октябрь	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Музыка О.В. Печайко О.В. Утюпина Д.А.	Журнал (приложение) учёта работы педагога дополнительного образования		
15	Участие в муниципальном этапе республиканского открытого фестиваля – конкурса детского творчества «Крым в сердце моем»	Согласно положению	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Музыка О.В. Печайко О.В. Утюпина Д.А.	Журнал учёта массовых мероприятий		
16	Участие творческих объединений отдела в концертных программах города, посвященных Дню учителя	октябрь	МБУДО «ЦДЮТ», учебные заведения города	Начальник отдела культурного организатор	Мацкевич К.Ю. Музыка О.В. Печайко О.В. Утюпина Д.А.	Журнал учёта массовых мероприятий		
17	Концерт, посвящённый Дню учителя в МБУДО «ЦДЮТ»	октябрь	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела культурного организатор	Мацкевич К.Ю. Музыка О.В. Печайко О.В. Утюпина Д.А.	Журнал учёта массовых мероприятий		

18	Участие творческих объединений отдела в концертно-зрелищных мероприятиях города ко Дню пожилого человека	октябрь	МБУДО «ЦДЮТ», учебные заведения города, учреждения культуры	Начальник отдела культурорганизатор	Мацкевич К.Ю. Музыка О.В. Печайко О.В. Утюпина Д.А.	Журнал учёта массовых мероприятий		
19	Посвящение в хореографы для обучающихся 1 года по программе «Старт»	октябрь	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал учёта массовых мероприятий		
20	<i>Внеплановое участие в конкурсных программах различных уровней*</i>					Журнал учёта массовых мероприятий		
21	<i>Внеплановые мероприятия*</i>					Журнал учёта массовых мероприятий		
Н О Я Б Р Ь								
22	Беседа «День народного Единства»	ноябрь	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал (приложение) учёта работы педагога дополнительного образования		
23	Беседа «Культура поведения»	ноябрь	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал (приложение) учёта работы педагога дополнительного образования		
24	Беседа «Бесконфликтное общение»	ноябрь	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В.	Журнал (приложение) учёта работы		

					Утюпина Д.А.	педагога дополнительног о образования		
25	Беседа «Толерантность спасёт мир»	ноябрь	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал (приложение) учёта работы педагога дополнительног о образования		
26	Беседа «Этикет общения»	ноябрь	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал (приложение) учёта работы педагога дополнительног о образования		
27	Концертная программа ко Дню народного единства	ноябрь	Концертные площадки города	Начальник отдела культурорганизатор	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал учёта массовых мероприятий		
28	Творческая лаборатория для одарённых детей на базе ДДЮТ г. Симферополь	ноябрь	г. Симферополь	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал учёта массовых мероприятий		
29	Танцевальный флешмоб ко Дню народного единства «Мы едины»	ноябрь	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал учёта массовых мероприятий		
30	<i>Внеплановое участие в конкурсных программах различных уровней*</i>					Журнал учёта массовых мероприятий		
31	<i>Внеплановые мероприятия*</i>					Журнал учёта массовых мероприятий		

ДЕКАБРЬ

32	Беседа «Спешите делать добро»	декабрь	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал (приложение) учёта работы педагога дополнительног о образования		
33	Беседа «Флаг. Герб. Гимн России»	декабрь	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал (приложение) учёта работы педагога дополнительног о образования		
34	Развлекательная программа «Танцевальный Новый год»	декабрь	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал учёта массовых мероприятий		
35	Внутриколлективные новогодние мероприятия (чаепития, игровые программы)	декабрь	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела культурорганизатор	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал учёта массовых мероприятий		
36	<i>Внеплановое участие в конкурсных программах различных уровней*</i>					Журнал учёта массовых мероприятий		
37	<i>Внеплановые мероприятия*</i>					Журнал учёта массовых мероприятий		

ЯНВАРЬ

38	Беседа «СПИД – угроза человечеству»	январь	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал (приложение) учёта работы педагога		
----	-------------------------------------	--------	-----------------	------------------	--	--	--	--

						дополнительног о образования		
39	Просмотр фильма «Большой» с участниками образцового коллектива «Шоу – балет «Культурная революция»	январь	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал учёта массовых мероприятий		
40	<i>Внеплановое участие в конкурсных программах различных уровней*</i>					Журнал учёта массовых мероприятий		
41	<i>Внеплановые мероприятия*</i>					Журнал учёта массовых мероприятий		
Ф Е В Р А Л Ь								
42	Беседа «Дружбой дорожить умеете»	февраль	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал (приложение) учёта работы педагога дополнительного образования		
43	Беседа «День защитника Отечества»	февраль	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал (приложение) учёта работы педагога дополнительного образования		
44	Мини – концерт, посвященный 23 февраля «Подарок для папы»	февраль	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал учёта массовых мероприятий		
45	Внутриколлективные мероприятия ко Дню защитников Отечества	февраль	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал учёта массовых мероприятий		

	(чаепития, игровые программы)							
46	Внеплановое участие в конкурсных программах различных уровней*					Журнал учёта массовых мероприятий		
47	Внеплановые мероприятия*					Журнал учёта массовых мероприятий		
М А Р Т								
48	Беседа «Международный женский день»	март	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал (приложение) учёта работы педагога дополнительного образования		
49	Беседа «Воссоединение России и Крыма»	март	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал (приложение) учёта работы педагога дополнительного образования		
50	Беседа «Алкоголь - вреднейшая из привычек»	март	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал (приложение) учёта работы педагога дополнительного образования		
51	Участие в VII всероссийском героико – патриотическом фестивале детского и юношеского творчества «Звезда спасения»	согласно положению (март – апрель)	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал учёта массовых мероприятий		

	(муниципальный и республиканский этапы)							
52	Участие в республиканском этапе всероссийского детского фестиваля народной культуры «Наследники традиций» среди учащихся образовательных организаций РК в 2024 г. (муниципальный и республиканский этапы)	согласно положению	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал учёта массовых мероприятий		
53	Участие в муниципальном этапе Большого всероссийского фестиваля детского и юношеского творчества среди учащихся образовательных организаций РК в 2024 г. (номинация «Парад солистов»)	согласно положению	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал учёта массовых мероприятий		
54	Концертная программа, посвященная 8 Марта	март	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела культурорганизатор	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал учёта массовых мероприятий		
55	Мини – концерт, посвященный 8 Марта «Подарок для мамы»	март	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал учёта массовых мероприятий		
56	Участие в муниципальном этапе республиканского творческого конкурса «Мы – Наследники Победы!»	март	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела культурорганизатор	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал учёта массовых мероприятий		
57	Участие коллективов в торжественных мероприятиях, посвящённых Воссоединению России и Крыма	март	Концертные площадки города	Начальник отдела культурорганизатор	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал учёта массовых мероприятий		

58	Творческие лаборатории МАИ и НР	март	г. Симферополь	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал учёта массовых мероприятий		
59	<i>Внеплановое участие в конкурсных программах различных уровней*</i>					Журнал учёта массовых мероприятий		
60	<i>Внеплановые мероприятия*</i>					Журнал учёта массовых мероприятий		
А П Р Е Л Ь								
61	Беседа «Керчь в годы Великой Отечественной войны. Освобождение Керчи от фашистских захватчиков»	апрель	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал (приложение) учёта работы педагога дополнительного образования		
62	Беседа «История георгиевской ленты»	апрель	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал (приложение) учёта работы педагога дополнительного образования		
63	Беседа «Трагедия Чернобыля – боль нашего народа»	апрель	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал (приложение) учёта работы педагога дополнительного образования		
64	Участие в городских мероприятиях, посвящённых освобождению г. Керчи от фашистских захватчиков	апрель	Концертные площадки города	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал учёта массовых мероприятий		

65	Викторина к международному дню танца «День танца»	апрель	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал учёта массовых мероприятий		
66	<i>Внеплановое участие в конкурсных программах различных уровней*</i>					Журнал учёта массовых мероприятий		
67	<i>Внеплановые мероприятия*</i>					Журнал учёта массовых мероприятий		
М А Й								
68.	Беседа «Мы этой памяти верны»	май	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал (приложение) учёта работы педагога дополнительного образования		
69.	Беседа «Моя земля – земля патриотов»	май	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал (приложение) учёта работы педагога дополнительного образования		
70.	Беседа «Экология и мы»	май	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал (приложение) учёта работы педагога дополнительного образования		
71.	Беседа «Вирус сквернословия»	май	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал (приложение) учёта работы педагога		

						дополнительно о образования		
72.	Участие творческих коллективов отдела в городских мероприятиях, посвящённых Дню Победы	май	Концертные площадки города	Начальник отдела культорганизатор	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал учёта массовых мероприятий		
73.	Беседа и мини – концерт, посвященные Дню Победы «Памяти нашей Победы»	май	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал учёта массовых мероприятий		
74.	Ассамблея Крымской Малой академии искусств и народных ремёсел.	май	г. Симферополь	Начальник отдела	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал учёта массовых мероприятий		
75.	Отчётные концерты коллективов отдела художественного воспитания	По графику	МБУДО «ЦДЮТ»	Начальник отдела культорганизатор	Мацкевич К.Ю. Печайко О.В. Музыка О.В. Утюпина Д.А.	Журнал учёта массовых мероприятий		
76.	<i>Внеплановое участие в конкурсных программах различных уровней*</i>					Журнал учёта массовых мероприятий		
77.	<i>Внеплановые мероприятия*</i>					Журнал учёта массовых мероприятий		

План ВР корректируется ежегодно, в соответствии с планом учреждения.