Управление образования администрации

 муниципального образования Тимашевский район

 Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного

 образования Центр творчества «Радуга»

муниципального образования Тимашевский район

|  |  |
| --- | --- |
| Принята на заседании педагогического совета МБУДО ЦТ «Радуга» от «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_г. | Утверждаю:Директор МБУДО ЦТ «Радуга»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_О.А. Тагинцева«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_г. |

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ**

**ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«Гимнастика»

Направленность: физкультурно-спортивная

Уровень программа: базовый

Срок реализации: 3 года

Возраст учащихся: от 7 до 10 лет

Вид программы: модифицированная

Автор-составитель

Олейник Татьяна Васильевна

педагог дополнительного образования

Станица Роговская

2017год

**Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая Программа «Гимнастика» (далее Программа) **физкультурно-спортивной направленности** составлена в соответствии:

- с Федеральным законом № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

 - Концепцией развития дополнительного образования детей, утверждённая распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 года;

 - Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

 - Постановлением от 04.07.2014г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.2.4.3172-14 (Санитарноэпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей).

 При разработке Программы учтены Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих Программ («Институт развития образования» Краснодарского края, Краснодар, 2016 г.). Программа по ритмической гимнастике позволяет последовательно решать задачи физического воспитания учащихся.

В процессе изучения у учащихся формируется потребность в систематических занятиях упражнениями ритмической гимнастики. Учащиеся приобщаются к здо­ровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, ум­ственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисципли­нируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способ­ствуют поддержке при изучении общеобразовательной общеразвивающей программы, так как укреп­ляют здоровье. Благодаря спортивной направленности программы, учащиеся, ус­пешно освоившие Программу, смогут участвовать в школьных, районных и ок­ружных соревнованиях по ритмической гимнастике. Благодаря этому учащиеся смогут более плодотворно учиться, меньше болеть.

**Актуальность Программы.**

Возможности применения ритмической гимнастики довольно широки. Ритмическая гимнастика является мощным комплексным средством и методом воздействия как в оздоровительном, образова­тельном, так и воспитательном направлениях в развитии личности ребенка.

Доступность ритмической гимнастики в том, что ее содержание базируется на простых общеразвивающих упражнениях и для занятий ею не требуется специаль­ного оборудования. Эффективность ритмической гимнастики заключается в ее раз­ностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечнососудистую, дыхательную и нервную системы организма человека.

Эмоциональность занятий объясняется не только музыкальным сопровожде­нием и элементами танца, входящими в комплексы упражнений ритмической гимна­стики, но и образными, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников в коллективе и возможностью демонстрировать хорошо отработанные упражнения школьников, а также стремлением согласовывать свои движения в коллективе и возможностью демонстрировать хорошо отработанные уп­ражнения.

**Новизна** данной Программы заключается в том, что она направлена не только на укрепление здоровья, развитие общефизических и спортивных качеств ребенка, но и развитие творческих способностей детей с разной физической подготовкой.

**Педагогическая целесообразность.**

Ритмика способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обога­щается кругозор. Занятия по ритмике направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

**Отличительные особенности программы.** В данной Программе представлены нетрадиционные средства физического воспитания детей: упраж­нения ритмической гимнастики, игрового стречинга, танцев, и другие. Ритмическая гимнастика имеет ряд специфических черт, делающих ее особенно привлекательной и популярной.

 **Адресат Программы.** Возраст детей, участвующих в реализации Программы 7 - 10 лет. Это могут быть как однополые, так и разнополые группы.

 Комплектование групп ведется по желанию, без предварительного отбора. Специального отбора не делается, группы могут быть одновозрастными или разновозрастными по 10-15 человек.

Зачисление в объединение производится по заявлению родителей, с предоставлением медицинской справки о возможности занятий данным видом деятельности. Допускается набор учащихся на обучение по Программе базового уровня на второй год обучения, без прохождения первого года обучения, на основании результатов собеседования или тестирования.

 Численный состав учебных групп, а также продолжительность групповых занятий определяется, исходя из имеющихся условий проведения образовательного процесса, согласно требованиям СанПиН и локальным актам организации.

 Для освоения содержания Программы учащимся достаточно иметь начальные знания и умения.

**Уровень программы, объем и сроки реализации.**

Программа базового уровня акцентирована на простых упражнениях, сочетающихся с акробатическими упражнениями и всевозможными прыжками. Программа предусматривает проведение теоретических и практических занятий, сдачу контрольных нормативов.

Программа рассчитана на 3 года обучения. По Программе могут обучаться дети, не имеющие отклонений в состоянии здоровья.

Процесс формирования знаний, умений и навыков (ЗУН) неразрывно связано с задачей развития умственных и физических способностей учащихся в данном объединении, поэтому задача развития этих способностей считается такой же важной, как и задача обучения.

 **Форма обучения:** очная.

**Режим занятий** в группах 1 года обучения 2 раза в неделю по 2 часа (всего 4 часа), 108 часов.

Режим занятий в группах 2 и 3 годов обучения 3 раза в неделю по 2 часа (всего 6 часов. Продолжительность обучения по Программе 2-го и 3-го годов обучения по 216 часов.

**Особенности организации образовательного процесса.**

1. Сочетание общеразвивающих упражнений с элементами народно-бытовых и ха­рактерных танцев, диско-танцев и танцев в стиле «ретро», рок, брейк, фанк.
2. Модернизация гимнастических элементов за счет введения асимметричных дви­жений.
3. Тесная связь движений с музыкой и музыкальными направлениями.
4. Большая эмоциональная насыщенность за счет высокой экспрессии движений и активной роли преподавателя на занятиях.
5. Высокая динамичность и разнообразие движений.
6. Возможность эмоционального самовыражения и нервно-психической разрядки.
7. Расширение двигательных возможностей и повышение культуры движений.
8. Коллективный характер занятий.
9. Поточный способ выполнения упражнений.

Ритмическая гимнастика – это синтез элементов физических упражнений, танца, му­зыки

Ритмические упражнения – это темп, интенсивность движений, работа всех мышц и суставов. Они направлены на воспитание у детей чувства ритма движений, способствуют развитию у них музыкальности и пластичной выразительности.

 Слушая музыку, учащиеся воспроизводят ее ритм, темп и характер движе­ниями различных частей тела по заранее установленной форме, применяя раз­личные по длительности и амплитуде движения, сочетая их во времени и простран­стве. Для детей школьного возраста эти движения являются прекрасным средством формирования правильной осанки и спортивной походки. В их поведении исчезают напряженность и скованность, движения становятся красивыми, ловкими, экономичными. Использование музыки при выполнении физических упражнений содействует формированию у детей правильных представлений о характере движе­ний, вырабатывает у них точность и выразительность при выполнении упражнений, положительно сказывается на эстетическом, нравственном и физическом развитии детей.

 Танцевальные движения – это определенные хореографические элементы раз­личных танцев. Они способствуют эстетическому воспитанию детей, развивают у них культуру движений. Кроме того, современная ритмическая музыка, танцеваль­ные движения, создают положительные эмоции, доставляют радость, вырабатыва­ется уверенность в себе.

Таким образом, танцевальная аэробика – это не только возможность улучшить свою физическую форму, здоровье, фигуру, но и возможность научиться танцевать, дви­гаться раскрепощенно, уверенно.

**Цель Программы** – оздоровление учащихся и их гармоничное физическое и функ­циональное совершенствование.

**Задачи Программы:**

 **Образовательные:**

– обучать детей различным видам танцевальной аэробики в доступной для них форме;

– сохранить и укрепить здоровье, развитие двигательных способностей и физи­ческих качеств, таких как ловкость, гибкость, быстрота реакции и координация движений, выносливость.

 **Личностные:**

– воспитывать музыкальность и чувство ритма, выработка культуры движений.

 **Метапредметные:**

– развивать творческие способности детей, духовное, эстетическое, нравственное и физическое совершенствование.

**1-й год обучения**

 **Цель первого года обучения:** развитие и совершенствование двигательных навыков у учащихся.

 **Задачи:**

**Образовательные:**

- развивать двигательные качества и координацию движения.

 **Личностные:**

- воспитывать желание быть активным на занятиях;

- воспитывать потребность двигаться под музыку.

 **Метапредметные:**

- развивать способности воспринимать музыку, т.е. чувствовать её настроение и характер, понимать её содержание.

**Учебный план**

**1-й год обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Наименование темы** | **Количество часов** | **Формы аттестации/ контроля** |
| **Всего** | **Теория** | **Практика** |
| **1.** | **Вводное занятие** | **4** | **4** | **-** | **Собеседование** |
| 1.1 | Соблюдение технике безопасности на занятии. | 4 | 4 |  |  |
| **2.** | **Общая физическая подготовка** | **32** | **2** | **30** | **Индивидуальный, фронтальный опрос, домашнее задание, са­моконтроль** |
| 2.1 | Строевые упражнения, повороты, построения, виды передвижения**.** | 32 | 2 | 30 |  |
| **3.** | **Основы техники**  | **44** | **1** | **43** | **Индивидуальный, фронтальный опрос, домашнее задание, са­моконтроль.** |
| 3.1 | Разновидности ходьбы и бега, волны и взмахи, равновесия и повороты. | 44 | 1 | 43 |  |
| **4.** | **Подвижные игры** | **20** | **1** | **19** | **Домашнее задание, контрольные упраж­нения, зачет.** |
| 4.1 | «Мяч с именем», «Мяч к верху», «Пустое место», «Змейка». | 20 | 1 | 19 |  |
| **5.** | **Контрольные испытания** | **6** | **-** | **6** | **Собеседование, домаш­нее задание, тестирование.** |
| **6.** | **Посещение соревнований** | **2** | **-** | **2** | **Показательные высту­пления.** |
|  | **Итого:** | **108** | **8** | **100** |  |

**Содержание учебного плана**

**1-й год обучения**

### I. Вводное занятие. Основы знаний:4 часа, теория – 4 часа.

1. Соблюдение техники безопасности на занятиях в секции ритмической гимнастики.
2. Краткий обзор состояния и развития ритмической гимнастики.
3. Влияние физических упражнений на строение и функции организма человека.
4. Гигиена, закаливание, режим и питание спортсменов.

**II. Общая и специальная физическая подготовка- 32 часа, 2 часа теории, 30 часов практики.**

* 1. **Строевые упражнения.**

**Понятия:** Строй, шеренга, колонна, дистанция, направляющий, замыкающий, «становись!», «смирно!», «равняйсь!», «вольно!», «по порядку – рассчитайсь!» и т.д.

* 1. **Повороты:** направо, налево, кругом.
	2. **Построения:**  в шеренги, колонны, круги.
	3. **Виды передвижения:** строевой шаг, бег, подскоки.

### Общеразвивающие упражнения.

1. *Развитие физических качеств*: силы, гибкости, выносливости, быстроты.

1. *Упражнения без предметов:* Для рук и плечевого пояса, для мышц туловища и ног.

*3. Упражнения с предметами*: С набивным мячом, с гимнастической палкой, упражнения на гимнастической скамейке, на гимнастической стенке.

 ***Упражнения из других видов спорта***.

  *Легкоатлетические упражнения :* бег с низкого и высокого старта, бег с ускорением, бег на дистанции 30, 60м., чередование ходьбы и бега на дистанции 400 метров.

  *Подвижные игры:* игры с включением бега, прыжков, метаний мяча, музыкальные игры, бадминтон.

  *Тури зм :* пешие и загородные прогулки, походы.

**Специальная физическая подготовка**

**Упражнения для развития гибкости:** Упражнения на растягивание, наклоны вперед, в сторону, назад из различных исходных положений; мосты; шпагаты; поднимание ноги вперед, в сторону, назад с помощью партнера (в положении лежа на полу, у опоры); Активные движения: махи, удержание ноги.

### Упражнения для развития скоростно-силовых качеств:

Пружинный шаг; пружинный бег; прыжки из глубокого приседа; прыжки со скакалкой, прыжки с вращением обруча; прыжки сгибая ноги вперед, назад.

### Упражнения для развития выносливости:

Прыжки на двух ногах со скакалкой, постепенно увеличивая время; прыжки ноги врозь, медленный бег на1000 метров.

### Упражнения для развития равновесия:

Ходьба на носках, ходьба на носках с одновременными движениями головой; максимальная задержка в стойке на носках после выполнения элементов классического танца (у опоры, на середине зала), волн, взмахов; вертикальное, переднее, боковое, заднее равновесие на всей ступне, на середине зала, равновесие с закрытыми глазами, повороты переступанием.

**III. Основы техники – 44 часа, 1 час теории, и 43 практики.**

**Музыкально – двигательное воспитание**

Упражнение на сохранение заданного темпа

Музыкальные игры: «Рыбаки и сеть», «Пятнашки», «Тройка», «Танцевальная эстафета».

## Техническая подготовка.

**Разновидности ходьбы и бега.**

1**.** Ходьба на носках: вперед, назад, в сторону, скрестным шагом.

2**.** Ходьба в полуприседе, приседе. Мягкий шаг, острый шаг на месте, с продвижением вперед, назад. Мелкий бег, острый бег.

**Волны и взмахи.**

1. Волнообразные движения руками.

2**.** Волны туловищем: Из упора на коленях прогибание и выгибание спины, поочередно переставляя руки вперед до касания грудью пола; Выгибание спины, переставляя руки в исходное положение; Из седа на пятках прогибание и выгибание спины; Из седа на пятках ( голова и плечи опущены) встать на колени, прогнуться в поясничном отделе позвоночника (плечи и голова еще опущены); то же, поднимая последовательно руки вверх.

**Взмахи руками.**

1**.** Взмахи руками вперед, в стороны, вверх; Из стойки ноги врозь взмахи руками вправо, влево, с одновременным переносом тяжести тела на правую (левую) ногу.

**Равновесия.**

1. Стойки на носках на середине зала; стойки ноги врозь; движения руками в стойках на носках;

2. Остановки на носках после различных видов ходьбы, бега; вертикальное равновесие на всей ступне, свободная нога вперед, в сторону, назад.

**Повороты.**

1. Приставлением ноги, переступанием на прямых ногах, в полуприседе на 180, 360, 540,720 градусов.

2. Повороты скрестным шагом вперед, назад на 180, 360 градусов.

**Прыжки.**

1. Прыжки в 1, 2 позициях.

2. Прыжки со сменой позиций ног (из 1 во 2 и наоборот).

3. Открытый и закрытый прыжки.

**IV. Подвижные игры 20 часов, теория 1 час, 19 часов практики.**

Подвижные игры на развитие координации, ловкости и т.д., такие как «Мяч с именем», «Мяч к верху», «Пустое место», «Змейка», «Платочки» и т.д.

**V. Контрольные испытания 6 часов, 6 практика часов.**

Сдача контрольных нормативов по общей специальной физической и технической подготовленности.

**VI. Посещение соревнований 2 часа, 2часа практики.**

**Планируемые результаты**

К концу **первого год**а обучения дети должны:

Обучиться различным видам танцевальной аэробики, укрепить здоровье, развить двигательные способности и физические качества, таких как ловкость, гибкость, выносливость, быстрота реакций и координация движений, а так же научиться музыкальности и чувству ритма, развить творческие способности детей, духовное, эстетическое, нравственное и физическое совершенствование.

**Личностные результаты**:

- формирование эстетических чувств доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости, понимание и сопереживание чувств других людей;

-проявление дисциплинированности, внимательности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.

**Метапредметные результаты:**

- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера в процессе воспитания;

- определять наиболее эффективные способы достижения результата исполнительской и творческой деятельности.

**Предметные результаты:**

- овладение техникой исполнение танцевальных элементов и комбинаций различных стилей и умение выполнять их в соответствующем ритме, темпе, характере;

-развитие основных физиологических качеств (координированность, грациозность, гибкость), необходимых для выполнения танцевального материала на высоком уровне.

**Знать:** основы знаний о влиянии физических упражнений аэробики, гимнастики – спорта в целом на органы дыхания, кровообращения, центральной и нервной системы. Основные приема самоконтроля, основы знаний о влиянии подвижных игр на организм человека.

**Уметь:** выполнять ОРУ на месте, в движении, ходьба и бег различными способами, упражнения на растяжку мышц гибкость и подвижность суставов, повтор упражнения за педагогом. Умение играть в подвижные игры, слышать и слушать не только себя, но и других. Основы знаний о влиянии танца в современном обществе, повторять танцевальные движения за педагогом.

**Приобрести навыки:** постановка танцев с более легкими танцевальными элементами, выступления в культурно- массовых мероприятиях.

**Календарный учебный график** по Программе первого года обучения

(Приложение 1).

**Условия реализации Программы**

Занятия проводятся в специально отведенном для данного вида занятий помещении – кабинете ритмики и хореографии, танцзале, со специальным оборудованием (зер­кала, музыкальная аппаратура, аудиокассеты, диски и т. п.). Учащиеся на заня­тиях в специальной одежде.

**Перечень оборудования, необходимого для занятий**

1. Спортивный зал.
2. Секундомер.
3. Гимнастическая стенка.
4. Гимнастические скамейки.
5. Музыкальный центр.

**2-й год обучения**

 **Цель второго года обучения:** совершенствование опорно-двигательного аппарата, выработка культуры движения координации, воспитание музыкальности и чувства ритма.

 **Задачи:**

 **Образовательные:**

- обучать основам техники гимнастики;

- обучать учащихся здоровому образу жизни через систематические занятия по гимнастике.

 **Личностные:**

-воспитывать моральные и волевые качества, способствовать становлению спортивного характера.

 **Метапредметные:**

- развивать физические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость и ловкость);

- развивать у ребенка чувство любви к спорту;

- развивать умение формирования правильной осанки, укрепление мышечного корсета средствами гимнастики с предметами, танцевальных упражнений.

**Учебный план**

**2-й год обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Наименование темы** | **Количество часов** | **Формы аттестации/ контроля** |
| **Всего** | **Теория** | **Практика** |
| **1.** | **Вводное занятие** | **4** | **4** | **-** | **Собеседование** |
| 1.1  | Соблюдение техники безопасности на занятии. Гигиена, закаливание, режим и питание спортсменов. | 4 | 4 |  |  |
| **2.** | **Общая и специальная физическая подготовка** | **34** | **2** | **32** | **Индивидуальный, фронтальный опрос, домашнее задание, са­моконтроль** |
| 2.1 | Взмахи руками, равновесие, повороты. | 34 | 2 | 32 |  |
| **3.** | **Основы техники**  | **142** | **1** | **141** | **Индивидуальный, фронтальный опрос, домашнее задание, са­моконтроль.** |
| 3.1 | Разновидности ходьбы и бега, волны и взмахи, взмахи руками, равновесия, повороты. | 142 | 1 | 141 |  |
| **4.** | **Подвижные игры** | **20** | **1** | **19** | **Домашнее задание, контрольные упраж­нения, зачет.** |
| 4.1 | «Мяч с именем», «Мяч к верху», «Пустое место», «Змейка». | 20 | 1 | 19 |  |
| **5.** | **Тестирование физических качеств** | **6** | **-** | **6** | **Собеседование, до­машнее задание, тес­тирование.** |
| **6.** | **Посещение соревнований** | **10** | **-** | **10** | **Показательные высту­пления.** |
|  | **Итого:** | **216** | **8** | **208** |  |

**Содержание учебного плана 2 год обучения.**

**I. Вводное занятие. Основы знаний. 4 часа, теория 4 часа.**

1. Соблюдение техники безопасности на занятиях в секции ритмической гимна­стики.
2. Гигиена, закаливание, режим и питание спортсменов.

**II. Общая физическая подготовка 34 часа, теория 2 часа, практика 32 часа.** Является основой развития физических качеств, способностей, двигательных на­выков на различных этапах подготовки. Поэтому большое внимание на занятиях ритмической гимнастики будет уделяться развитию двигательных качеств и со­вершенствованию: силы, быстроты, выносливости, ловкости и координации движений.

**Взмахи руками**.

1. Взмахи руками вперед, в стороны, вверх;

2. Из стойки ноги врозь взмахи руками вправо, влево, с одновременным переносом тяжести тела на правую (левую) ногу.

**Равновесие**.

1. Стойки на носках на середине зала; стойки ноги врозь; движения руками в стой­ках на носках;

2. Остановки на носках после различных видов ходьбы, бега;

3. Вертикальное равновесие на всей ступне, свободная нога вперед, в сторону, на­зад.

**Повороты.**

1. Приставлением ноги, переступанием на прямых ногах, в полуприседе на 180, 360, 540, 720 градусов.

2. Повороты скрестным шагом вперед, назад на 180, 360 градусов.

**III. Основы техники 142 часа, теория 1 час, практика 141 час.**

## Разновидности ходьбы и бега.

1. Ходьба на носках: вперед, назад, в сторону, скрестным шагом.
2. Ходьба в полуприседе, приседе. Мягкий шаг, острый шаг на месте, с продвиже­нием вперед, назад. Мелкий бег, быстрый бег.

**Волны и взмахи.**

1. Волнообразные движения руками.
2. Волны туловищем: Из упора на коленях прогибание и выгибание и выгиба­ние спины; Из седа на пятках (голова и плечи опущены спины, поочередно переставляя руки вперед до касания грудью пола; Выгибание спины, перестав­ляя руки в исходное положение; Из седа на пятках прогибание) встать на ко­лени, прогнуться в поясничном отделе позвоночника (плечи и голова еще опу­щены); то же, поднимая последовательно руки вверх.

**Взмахи руками.**

1. Взмахи руками вперед, в стороны, вверх;
2. Из стойки ноги врозь взмахи руками вправо, влево, с одновременным перено­сом тяжести тела на правую (левую) ногу.

**Равновесия.**

1. Стойки на носках на середине зала; стоики ноги врозь; движения руками в стой­ках на носках;
2. Остановки на носках после различных видов ходьбы, бега; вертикальное равно­весие на всей ступне, свободная нога вперед, в сторону, назад.

**Повороты.**

1. Приставлением ноги, переступанием на прямых ногах, в полуприседе на 180, 360, 540, 720 градусов.
2. Повороты скрестным шагом вперед, назад на 180, 360 градусов.

**IV. Подвижные игры 20 часов, теория 1 час, практика 19 часов.**

Подвижные игры на развитие координации, ловкости и т.д., такие как «Мяч с именем», «Мяч к верху», «Пустое место», «Змейка», «Платочки» и т.д.

**V. Тестирование физических способностей 6 часов, практика 6 часов.**

Сдача контрольных нормативов по общей специальной физической и техниче­ской подготовленности.

**VI. Посещение соревнований 10 часов, практика 10 часов.**

**Планируемые результаты**

**К концу второго года обучения учащиеся должны**:

**Личностные результаты**:

- формирование эстетических чувств доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости, понимание и сопереживание чувств других людей;

- проявление дисциплинированности, внимательности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.

**Метапредметные результаты:**

- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера в процессе воспитания;

- определять наиболее эффективные способы достижения результата исполнительской и творческой деятельности.

**Предметные результаты:**

- овладение техникой исполнение танцевальных элементов и комбинаций различных стилей и умение выполнять их в соответствующем ритме, темпе, характере;

-развитие основных физиологических качеств (координированность, грациозность, гибкость), необходимых для выполнения танцевального материала на высоком уровне

**Знать**: основы знаний: о волевых и нравственных качествах человека, об истории возникновения танца и его значении в нашей жизни , какие есть танцы, о развитии индивидуальных качеств ребенка и постановка индивидуальных танцев , о влиянии подвижных игр на организм человека.

**Уметь**: выполнять упражнения с предметами (Скакалки, обручи, мячи) упражнения на тренажерах, упражнения на гибкость и подвижность суставов, соответствующее контрольным нормативам, во время подвижных и спортивных игр проявлять инициативу, но в тоже время уметь слушать и слышать других.

**Приобрести навыки**: выступления в культурно-массовых мероприятиях.

**Календарный учебный график** по Программе второго года обучения (Приложение 2).

**Условия реализации Программы**

Занятия проводятся в специально отведенном для данного вида занятий помещении – кабинете ритмики и хореографии, танцзале, со специальным оборудованием (зер­кала, музыкальная аппаратура, аудиокассеты, диски и т. п.). Учащиеся на заня­тиях в специальной одежде.

 **Перечень оборудования, необходимого для занятий**

1. Спортивный зал.
2. Секундомер.
3. Гимнастическая стенка.
4. Гимнастические скамейки.
5. Музыкальный центр.

**3-й год обучения**

 **Цель третьего года обучения:**

совершенствование способностей для успешной деятельности в гимнастике.

 **Задачи:**

 **Образовательные:**

- обучать основам техники гимнастики;

- обучать учащихся здоровому образу жизни через систематические занятия по гимнастике.

 **Личностные:**

-воспитывать личность учащегося с установкой на здоровый образ жизни, способной к сотрудничеству в творческой деятельности.

 **Метапредметные:**

- развивать основные физические качества, координационные ориентационно-пространственные, гимнастические способности;

- развивать у ребенка чувство любви к спорту.

**Учебный план**

**3-й год обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Наименование темы** | **Количество часов** | **Формы аттестации/ контроля** |
| **Всего** | **Теория** | **Практика** |
| **1.** | **Вводное занятие** | **4** | **4** | **-** | **Собеседование** |
| 1.1 | Соблюдение техники безопасности на занятии. Гигиена, закаливание, режим и питание спортсменов | 4 | 4 |  |  |
| **2.** | **Общая физическая подготовка** | **34** | **2** | **32** | **Индивидуальный, фронтальный опрос, домашнее задание, самоконтроль** |
| 2.1 | Взмахи руками, равновесия, повороты. | 34 | 2 | 32 |  |
| **3.** | **Основы техники**  | **142** | **1** | **141** | **Индивидуальный, фронтальный опрос, домашнее задание, самоконтроль.** |
| 3.1 | Разновидности ходьбы и бега, волны и взмахи, взмахи руками, равновесия, повороты. | 142 | 1 | 141 |  |
| **4.** | **Подвижные игры** | **20** | **1** | **19** | **Домашнее задание, контрольные упраж­нения, зачет.** |
| 4.1 | «Мяч с именем», «Мяч к верху», «Пустое место», «Змейка». | 20 | 1 | 19 |  |
| **5.** | **Тестирование физических качеств** | **6** | **-** | **6** | **Собеседование, домаш­нее задание, тестирование.** |
| **6.** | **Посещение соревнований** | **10** | **-** | **10** | **Показательные выступ­ления.** |
|  | **Итого:** | **216** | **8** | **208** |  |

**Содержание учебного плана**

**3-й год обучения**

**I. Вводное занятие. Основы знаний. 4часа, теория 4 часа.**

1. Соблюдение техники безопасности на занятиях в секции ритмической гимнастики.
2. Гигиена, закаливание, режим и питание спортсменов.

**II. Общая физическая подготовка 34 часа, теория 2 часа, практика 32 часа.** Является основой развития физических качеств, способностей, двигательных навыков на различных этапах подготовки.

Поэтому большое внимание на занятиях ритмической гимнастики будет уделяться развитию двигательных качеств и совершенствованию: силы, быстроты, выносливости, ловкости и координации движений.

**Взмахи руками**.

1. Взмахи руками вперед, в стороны, вверх;

2. Из стойки ноги врозь взмахи руками вправо, влево, с одновременным переносом тяжести тела на правую (левую) ногу.

**Равновесия**.

1. Стойки на носках на середине зала; стойки ноги врозь; движения руками в стойках на носках;

2 . Остановки на носках после различных видов ходьбы, бега;

3. Вертикальное равновесие на всей ступне, свободная нога вперед, в сторону, назад.

**Повороты.**

1. Приставлением ноги, переступанием на прямых ногах, в полуприседе на 180, 360, 540, 720 градусов.

2. Повороты скрестным шагом вперед, назад на 180, 360 градусов.

**III. Основы техники и тактики игры 142 часа, теория 1 час, практика 141 час.**

 ***Упражнения на развитие гибкости***

Медленный бег, быстрый бег, Ходьба в приседе, Наклоны вперёд, назад, вправо, влево; выпады и полушпагаты; широкие стойки на ногах; комплексы ОРУ, включающие максимальное сгибание туловища (в стойках и седах);

Тестовые упражнения по оценке гибкости и подвижности в суставах;

Индивидуальные комплексы физических упражнений по развитию гибкости.

**Волны и взмахи.**

1. Волнообразные движения руками.
2. Волны туловищем: Из упора на коленях прогибание и выгибание и выгибание спины; Из седа на пятках (голова и плечи опущены спины, поочередно переставляя руки вперед до касания грудью пола; Выгибание спины, переставляя руки в исходное положение; Из седа на пятках прогибание) встать на колени, прогнуться в поясничном отделе позвоночника (плечи и голова еще опущены); то же, поднимая последовательно руки вверх.

**Взмахи руками.**

1. Взмахи руками вперед, в стороны, вверх;
2. Из стойки ноги врозь взмахи руками вправо, влево, с одновременным переносом тяжести тела на правую (левую) ногу.

**Равновесия.**

1. Стойки на носках на середине зала; стоики ноги врозь; движения руками в стойках на носках;
2. Остановки на носках после различных видов ходьбы, бега; вертикальное равновесие на всей ступне, свободная нога вперед, в сторону, назад.

**Повороты.**

1. Приставлением ноги, переступанием на прямых ногах, в полуприседе на 180, 360, 540, 720 градусов.
2. Повороты скрестным шагом вперед, назад на 180, 360 градусов.

***Упражнения на развитие ловкости и координации***

Произвольное преодоление простых препятствий;

Ходьба по гимнастической скамейке;

Воспроизведение заданной игровой позы;

Преодоление полос препятствий, включающих висы, упоры, простые прыжки, перелезание через горку матов и т.д.;

Упражнения на переключение внимания и чувственного контроля с одних участков тела на другие;

Равновесия типа «ласточка»;

Передвижения на носках, с поворотами и подскоками;

Передвижения шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам.

***Упражнения на формирование осанки***

Упражнения на проверку осанки;

Ходьба на носках;

Ходьба с заданной осанкой;

Ходьба под музыкальное сопровождение;

Танцевальные упражнения;

Комплексы упражнений на контроль осанки в движении;

Упражнения для укрепления  и коррекции мышечного корсета;

Комплексы упражнений на чередование напряжения и расслабления мышц отдельных участков тела.

***Акробатические упражнения***

Упоры (присев, лёжа, согнувшись)

Седы (на пятках, углом)

Группировка, перекаты в группировке

Стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги)

Кувырок вперёд (назад)

«мост» из положения лёжа на спине, «шпагаты» и складки

Элементы танцевальной и хореографической подготовки

Парная акробатика: хваты, основы  балансирования, силовые упражнения, пирамидковые упражнения

**IV. Подвижные игры 20 часов, теория 1 час, практика 19 часов.**

Подвижные игры на развитие координации, ловкости и т.д., такие как «Мяч с именем», «Самый быстрый», «Пустое место», «Змейка», «Быстрее- медленнее» и т.д.

**V. Тестирование физических способностей детей 6 часов, практика 6 часов.**

Сдача контрольных нормативов по общей специальной физической и технической подготовленности.

**VI. Посещение соревнований 10 часов, практика 10 часов.**

**Планируемые результаты**

**К концу третьего года обучения учащиеся должны**:

**Личностные результаты**:

- формирование эстетических чувств доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивости, понимание и сопереживание чувств других людей;

-проявление дисциплинированности, внимательности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.

**Метапредметные результаты:**

- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера в процессе воспитания;

- определять наиболее эффективные способы достижения результата исполнительской и творческой деятельности.

**Предметные результаты:**

- овладение техникой исполнение танцевальных элементов и комбинаций различных стилей и умение выполнять их в соответствующем ритме, темпе, характере;

-развитие основных физиологических качеств (координированность, грациозность, гибкость), необходимых для выполнения танцевального материала на высоком уровне

**Знать**: основы знаний: о волевых и нравственных качествах человека, об истории возникновения танца и его значении в нашей жизни, какие есть танцы, о развитии индивидуальных качеств ребенка и постановка индивидуальных танцев, о влиянии подвижных игр на организм человека.

**Уметь:** выполнять упражнения с предметами (Скакалки, обручи, мячи) упражнения на тренажерах, упражнения на гибкость и подвижность суставов, соответствующее контрольным нормативам, во время подвижных и спортивных игр проявлять инициативу, но в тоже время уметь слушать и слышать других, уметь самостоятельно делать постановку танцевальной связки в стиле « hip-hop».

**Приобрести навыки**: выступления в культурно-массовых мероприятиях.

**Календарный учебный график** по Программе третьего года обучения (Приложение 3).

**Условия реализации Программы**

Занятия проводятся в специально отведенном для данного вида занятий помещении: кабинет ритмики и хореографии, танцзал, со специальным оборудованием (зер­кала, музыкальная аппаратура, аудиокассеты, диски и т. п.). Учащиеся на заня­тиях в специальной одежде.

**Перечень оборудования, необходимого для занятий:**

1. Спортивный зал.
2. Секундомер.
3. Гимнастическая стенка.
4. Гимнастические скамейки.
5. Музыкальный центр.

Программа объединения предусматривает распределение учебного материала на 3 года обучения. В данном объединении могут заниматься дети, не имеющие от­клонений в состоянии здоровья.

Режим занятий в группах 1-го года обучения 2 раза в неделю по 2 часа (всего 4 часа), группа 2-го года обучения 3 раза в неделю по 2 часа (всего 6 часов), и в группе 3-го года обучения 3 раза в неделю по 2 часа (всего 6 часов).

Процесс формирования знаний, умений и навыков (ЗУН) неразрывно связан с задачей развития умственных и физических способностей учащихся в данном объе­динении, поэтому задача развития этих способностей считается такой же важной, как и задача обучения.

**Формы аттестации**

**Формы и виды контроля усвоения материала и подведения итогов освое­ния программы:**

Специфика аттестации учащихся и форм отслеживания результатов ос­воения Программы «Гимнастика» заключается в том, что оценивается степень освоения учащимися основного теоретического материала Программы по результатам итоговых занятий, и уровень освоения практических навыков, посред­ством анализа результатов участия учащихся в различных соревнованиях, от­крытых и итоговых занятий учебной и воспитательной работы. Порядок, формы проведения, система оценки, оформление и анализ результатов промежуточной и итоговой аттестации учащихся осуществляется согласно «Положения об орга­низации и проведении промежуточной и итоговойаттестации учащихся объе­динения физкультурно-спортивной направленности «Спортик» (Приложение 4) к общеобразовательной общеразвивающей Программе «Гимнастика».

**Оценочные материалы**

 В процессе обучения осуществляется контроль за уровнем знаний и умений учащихся. Каждый учащийся наглядно показывает свои возможности. Уровень усвоения программного материала определяется по результатам выполнения контрольных заданий и тестов. Тесты: «Бег 30 метров», «Прыжки в длину с места», «Челночный бег 3x10 метров», «Подтягивание на перекладине», «Прыжок в длину», «Отжимание в упоре лежа», «Приседание на одной ноге», «Упражнение мост из положения лежа», «Складка», «Шпагат», «Угол в висе» (Приложение 5)**.**

**Методические материалы**

Занятия по разделам Программы отвечают определенным требованиям:

– требованиям к подбору музыки;

– требованиям к подбору движений;

– доступности музыкально-ритмических упражнений;

– контролю за самочувствием учащихся в период занятий;

Целесообразно использовать приемы, развивающие осмысленное выполнение упражнений (команды, указания, зрительные ориентиры, элементы соревнования) Разучивать упражнения следует сначала у опоры. Обращать внимание на мышечное напряжение в соответствующих частях тела, строго дозировать выполнение упраж­нений. После освоения отдельных танцевальных элементов целесообразно составле­ние танцевальных композиций. При выполнении сложных акробатических элемен­тов педагог обязательно должен страховать учащихся, в обучении использовать на­глядные пособия и показ. Целесообразно прибегать к образным сравнениям, которые активизируют подражательные способности.

Также используются в работе следующие методы и технологии:

*1.Наглядные методы:*

- показ упражнений, презентаций, наглядных пособий.

*2. Словесные методы:*

- беседа;

- указания, пояснения;

- анализ выполненной работы.

*3. Практические методы:*

- самостоятельное выполнение детьми гимнастические упражнения,

- использование различных материалов для реализации упражнения;

- индивидуальный подход к детям;

*4. Игровые методы:*

-игровой метод обеспечивает всестороннее, комплексное развитие физических качеств и совершенствование двигательных умений и навыков, так как в процессе игры они проявляются не изолированно, а в тесном взаимодействии, в случае педагогической необходимости с помощью игрового метода можно избирательно развивать определенные физические качества (подбирая соответствующие игры).

*5.Здоровьесберегающие технологии:*

- здоровьесберегающая технология – это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.

*6.Технологии сохранения и стимулирования здоровья:*

- подвижные и спортивные игры – как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате – малой, средней и высокой степени подвижности. Ежедневно во всех возрастных групп. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения.
- гимнастика дыхательная – в различных формах физкультурно- оздоровительной работы. Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры

**Модель учебного занятия**

1. Тема занятия.
2. Цель и задачи учебного занятия.
3. Оборудование.
4. Перечень педагогических технологий.
5. Планируемый результат.
6. Организационный этап.
7. Проверочный этап.
8. Подготовительный этап.
9. Основной этап.
10. Контрольный этап.
11. Итоговый этап.

**Список литературы для педагога.**

1. Коркин В.П.., В.И.Аракчеев. Акробатика: Каноны терминологии. - М.: Физкуль­тура и спорт, 2012г.

2. Лях В.И. Комплексная программа физического воспитания Москва «Просвещение» 2012 год.

3. Мартен П.. Спортивная гимнастика: Пер с фр. П. Мартен.- М.: ООО «Издательство АСТ »: ООО «Издательство Астрель», 2012 г. - (Уроки спорта).

4. Пеганов Ю.А., Л.А.Березина. Позвоночник гибок - тело молодо Москва Советский спорт 2012г.

**Список литературы для детей.**

1. Коркин В.П.., В.И.Аракчеев. Акробатика: Каноны терминологии.- М.: Физкультура и спорт, 2012г.

2. Лях В.И. Комплексная программа физического воспитания Москва «Просве­щение» 2012 год.

3. Мартен П. Спортивная гимнастика: Пер с фр. П. Мартен.- М.: ООО «Издательство АСТ »: ООО «Издательство Астрель», 2012г. - (Уроки спорта).

 Приложение 1

**Календарный учебный график 1 год обучения**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****занятия** | **Тема** | **Всего**  | **Дата по плану** | **Дата по факту** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** |
| **1. Вводное занятие.** | **4** | **4** |  |
| 1 | Введение. Техника безопаснос-ти. | 2 |  |  |
| 2 | Построение в шеренгу и в колон-ну по команде.  | 2 |  |  |
| **2. Общая и специальная физическая подготовка.** | **32** |  |  |
| 3 | Шаг на носках. Ходьба, сидя на стуле. Творче­ская игра «Кто я?» | 2 |  |  |
| 4 | Ритмический танец: «Кузнечик». Группировки. | 2 |  |  |
| 5 | Хореографические упражнения: стойка, плав­ные движения руками.  | 2 |  |  |
| 6 | Полуприседы на одной ноге. Повороты пере­ступанием. | 2 |  |  |
| 7 | Акцентрированная ходьба.Упражнения: «Волны шипят» | 2 |  |  |
| 8 | Передвижение в сцеплении. Прыжки с ноги на ногу на месте. | 2 |  |  |
| 9 | Ритмический танец: «Если весе-ло живется» | 2 |  |  |
| 10 | Приседание (плие) поднятие на носки. Игро­пластика «Змея», «Ёжик» | 2 |  |  |
| 11 | Пружинистые полуприседы. Упражнения: «Пе­тушок», «Ласточка» | 2 |  |  |
| 12 | Приставной шаг в сторону, скрестный шаг в сторону. Игропластика: «Морская звезда» | 2 |  |  |
| 13 | Шаг с небольшим подскоком. Комбинации из танцевальных шагов | 2 |  |  |
| 14 | Акробатические упражнения: «Ласточка», «Бе­резка».Игропластика: «Кошечка» | 2 |  |  |
| 15 | Поднимание и опускание рук на 4 счёта, на 2 счёта и на каждый счёт.  | 2 |  |  |
| 16 | «Кик» - ритмический танец.  | 2 |  |  |
| 17 | Акробатические упражнения | 2 |  |  |
| 18 | Упражнения для корпуса (наклоны вперед, на­зад, в сторону, круговые движения). Подвижная игра «болото». | 2 |  |  |
| **3. Основы техники**  | **44** |  |  |
| 18 | Упражнение на осанку в седе «по-турецки». Танцевальные по-зиции ног. | 2 |  |  |
| 19 | Игроритмика: «Выполнение уп-ражнений ру­ками под музыку в различном темпе и с хлоп­ками» | 2 |  |  |
| 20 | Акробатические упражнения: «Шпагат», «Мос­тик». Игропластика: «Лодочка», «За-мок» | 2 |  |  |
| 21 | Ритмический танец: «Часики» | 2 |  |  |
| 22 | Мягкий высокий шаг на носках. Поворот на 360 градусов на шагах. Упражнения на развитие мышц спины. | 2 |  |  |
|  23 | Гимнастический этюд с элементами акробати­ческих уп-ражнений. | 2 |  |  |
| 24 | Попеременный шаг. Бальный танец: «Большая прогулка» | 2 |  |  |
| 25 | Музыкально-подвижная игра: «Марш-полька» | 2 |  |  |
| 26 | Выворотность, устойчивость. Упражнения на развитие мышц ног. | 2 |  |  |
| 27 | Изучение этюда: « Цветы». | 2 |  |  |
| 28 | Общеразвивающие упражнения, направленные на укрепление мышц бедер | 2 |  |  |
| 29 | Общеразвивающие упражнения, направленные на укрепление мышц рук и плеч. | 2 |  |  |
| 30 | Общеразвивающие упражнения, направленные на развитие стопы | 2 |  |  |
| 31 | Этюд « Цветы»:Постановка экспозиции и завяз-ки этюда. | 2 |  |  |
| 32 | Развитие действия этюда. Музыкально-подвижная игра: «Нитка - иголка» | 2 |  |  |
| 33 | Повторение. Подготовка к заче-ту. | 2 |  |  |
| 34 | Итоговое занятие | 2 |  |  |
| 35 | Releve (подъем на полупальцы). Прямой галоп. | 2 |  |  |
| 36 | Общеразвивающие упражнения, направленные на укрепление мышц спины. | 2 |  |  |
| 37 | Подскоки. Изучение 1 позиции ног. | 2 |  |  |
| 38 | Изучение 2 позиции ног. Игроритмика: «Ходьба по кругу с подниманием рук вперед в разном темпе» | 2 |  |  |
| 39 | Изучение 3 позиции ног. Прыжки с выбрасыва­нием ног вперед. | 2 |  |  |
| **4. Подвижные игры**  | **20** |  |  |
| 40 | Подвижная игра «Кошки мышки». | 2 |  |  |
| 41 | Упражнения для корпуса (наклоны вперед, на­зад, в сторону, круговые движения). Подвижная игра « Музыкальные стулья». | 2 |  |  |
| 43 | Подвижная игра « Змейка». | 2 |  |  |
| 44 | Подвижная игра «Пятнашки». | 2 |  |  |
| 45 | Упражнения для ног. Подвижная игра «Платочек». | 2 |  |  |
| 46 | Танцевальные элементы. Подъем на полупаль­цах. | 2 |  |  |
| 47 | Маленькие броски ногой. Круг ногой по полу. Подвижная игра «Мяч с именем». | 2 |  |  |
| 48 | Прыжки и махи ногами. Подвижная игра «Третий лиш-ний». | 2 |  |  |
| 49 | Музыкально-подвижная игра: «Музыкальные змейки».  | 2 |  |  |
| 50 | Подвижная игра «Попрыгунчи-ки». | 2 |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **5. Контрольные испытания.** | **6** |  |  |
| 51 | ОФП.  | 2 |  |  |
| 52 | СФП.  | 2 |  |  |
| 53 | Техническая подготовка. | 2 |  |  |
| **6. Посещение соревнований.** | **2** |  |  |
| 54 | Показательные выступления. Подведение итогов занятий за период обучения. Поощрение лучших учащихся. | 2 |  |  |
| **Итого:** | **108** |  |  |

Приложение 2

**Календарный учебный график 2 год обучения**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****занятия** | **Тема** | **Всего**  | **Дата по плану** | **Дата по факту** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** |
| **1. Вводное занятие.** | **4** |  |  |
| 1 | Проведение инструктажа по тех­нике безопасности во время за­нятий. | 2 |  |  |
| 2 | Врачебный контроль.  | 2 |  |  |
| **2. Общая и специальная физическая подготовка.** | **34** |  |  |
| 3 | Взмахи руками вперед, в сто­роны вверх. | 2 |  |  |
| 4 | Стоика ноги врозь взмахи ру­ками вправо, влево, с одновре­менным переносом тяжести тела на правую (левую) ногу. | 2 |  |  |
| 5 | Хореографические упражнения: стойка, плав­ные движения ру­ками.  | 2 |  |  |
| 6 | Полуприседы на одной ноге. По­вороты пере­ступанием. | 2 |  |  |
| 7 | Стойка на носках на середине зала, стойки ноги врозь, движе­ние руками в стойках на носках. | 2 |  |  |
| 8 | Передвижение в сцеплении. Прыжки с ноги на ногу на месте. | 2 |  |  |
| 9 | Остановки на носках после раз­личных видов ходьбы, бега. | 2 |  |  |
| 10 | Приседание (плие) поднятие на носки. | 2 |  |  |
| 11 | Пружинистые полуприседы. Уп­ражнения: «Пе­тушок», «Лас­точка». | 2 |  |  |
| 12 | Вертикальное равновесие на всей ступне, свободная нога впе­ред, в сторону, назад. | 2 |  |  |
| 13 | Построение в круг и передвиже­ние по кругу в различных на­правлениях за педагогом. | 2 |  |  |
| 14 | Увеличение круга шагами назад от центра, уменьшение круга шагами вперёд к центру. | 2 |  |  |
| 15 | Прыжки с поворотом на 180, 360 градусов. | 2 |  |  |
| 16 | Повороты скрестным шагом вперед, назад на 180,360 граду­сов. | 2 |  |  |
| 17 | Поднимание и опускание рук на 4 счёта, на 2 счёта и на каждый счёт.  | 2 |  |  |
| 18 | Прыжки с поворотом на 360, 540 градусов.  | 2 |  |  |
| 19 | Хлопки руками под музыку. Движения руками в различном темпе. | 2 |  |  |
| **3. Основы техники.** | **142** |  |  |
| 20 | Ходьба на носках: вперед, назад, в сторону, скрестным шагом. | 2 |  |  |
| 21 | Игроритмика: «Выполнение уп­ражнений ру­ками под музыку в различном темпе и с хлоп­ками» | 2 |  |  |
| 22 | Акробатические упражнения: «Шпагат», «Мос­тик». Игропла­стика: «Лодочка», «Замок». | 2 |  |  |
| 23 | Ходьба в полуприседе , приседе. Мелкий бег, быстрый бег. | 2 |  |  |
| 24 | Мягкий высокий шаг на носках. Поворот на 360 градусов на ша­гах. Упражнения на развитие мышц спины. | 2 |  |  |
|  25 | Гимнастический этюд с элемен­тами акробати­ческих упражне­ний. | 2 |  |  |
| 26 | Повторение элемента «Мост», разучивание из положения стоя. | 2 |  |  |
| 27 | Разучивание элемента «Шпагат». | 2 |  |  |
| 28 | Выворотность, устойчивость. Упражнения на развитие мышц ног. | 2 |  |  |
| 29 | Разучивание элемента «Колесо». | 2 |  |  |
| 30 | Общеразвивающие упражнения, направленные на укрепление мышц бедер. | 2 |  |  |
| 31 | Общеразвивающие упражнения, направленные на укрепление мышц рук и плеч. | 2 |  |  |
| 32 | Общеразвивающие упражнения, направленные на развитие стопы. | 2 |  |  |
| 33 | Повторение элемента «Колесо». | 2 |  |  |
| 34 | Закрепление Элемента «Колесо». | 2 |  |  |
| 35 | Совершенствование элемента «Колесо». Тестирование физиче­ских качеств. | 2 |  |  |
| 36 | Разучивание элемента «Шпагат». | 2 |  |  |
| 37 | Общеразвивающие упражнения, направленные на укрепление мышц рук и ног. | 2 |  |  |
| 38 | Общеразвивающие упражнения, направленные на укрепление мышц спины. | 2 |  |  |
| 39 | Подскоки. Общеразвивающие упражнения на укрепление мышц спины. | 2 |  |  |
| 40 | Повторение акробатического элемента «Шпагат». | 2 |  |  |
| 41 | Закрепление акробатического элемента «Шпагат». | 2 |  |  |
| 42 | Изучение подготовительной по­зиции рук. Ак­робатика: «Кольцо». | 2 |  |  |
| 43 | Общеразвивающие упражнения, направленные на улучшение гибкости позвоночника. | 2 |  |  |
| 44 | Общеразвивающие упражнения, направленные на развитие стопы. | 2 |  |  |
| 45 | Стретчинг: спина. Игропластика: «Лисичка» | 2 |  |  |
| 46 | Стретчинг : бедра. Игропластика «Лисичка» | 2 |  |  |
| 47 | Стретчинг: стопы. Ритмический танец: «Полька» | 2 |  |  |
| 48 | Прыжковые элементы. Ритмиче­ский танец: «Волшебный цве­ток». | 2 |  |  |
| 49 | Изучение танцевальных комби­наций. Танце­вальная ритмиче­ская гимнастика: «Зарядка». | 2 |  |  |
| 50 | Пластический этюд с обручами. Тройной шаг с притопом. | 2 |  |  |
| 51 | Выставление ноги на носок впе­рёд, в сторону, назад, в сторону - крестом. | 2 |  |  |
| 52 | «Открывание» рук во 2 позицию, ногу в сто­рону на носок, наклон корпуса в сторону. | 2 |  |  |
| 53 | Упражнения на расслабление. Гимнастическое дирижирование. | 2 |  |  |
| 54 | Пластический этюд с гимнасти­ческими лентами. | 2 |  |  |
| 55 | Выполнение общеразвивающих упражнений под музыку с при­топом. | 2 |  |  |
| 56 | «Открывание» рук в сторону на пояс. Припада­ние в сторону, с поворотом, «елочка». | 2 |  |  |
| 57 | Гимнастическое дирижирование: тактирование на музыкальный размер 4/4. Игра с мячом. | 2 |  |  |
| 58 | Игропластика: «Дорогой длин-ною». Разучивание ритмичного танца «Черный кот» | 2 |  |  |
| 59 | Ритмический танец: «Черный кот». | 2 |  |  |
| 60 | Шаг польки. Пластический этюд: «Берегись ав­томобиля». | 2 |  |  |
| 61 | Игроритмика: «Гимнастическое дирижирова­ние, тактирование на музыкальный размер 4/4». | 2 |  |  |
| 62 | Шаг польки. Упражнение на расслабление: «Шалтай Болтай сидит на стене». | 2 |  |  |
| 63 | Шаг с носка, на носках, полу­приседы на одной ноге. Игро­ритмика: «Ходьба по кругу на корот­кие звуки» | 2 |  |  |
| 64 | «Облака» - аэробическая компо­зиция. Бег по кругу и ориенти­рам («змейкой»). | 2 |  |  |
| 65 | Повторение. Подготовка к за­чету. Построение врассыпную. | 2 |  |  |
| 66 | Итоговое занятие | 2 |  |  |
| 67 | Техника безопасности. Элемен­тарные понятия: ритм, характер музыки, темп. | 2 |  |  |
| 68 | Строение музыкальной речи. Элементы класси­ческого танца. | 2 |  |  |
| 69 | Специфика танцевального шага и бега. Поста­новка корпуса (в выворотной позиции). | 2 |  |  |
| 70 | Элементы народно-сценического танца. Теория. Сюжеты и темы некото­рых танцев. | 2 |  |  |
| 71 | Шаги танцевальные, с носка: простой шаг впе­ред. | 2 |  |  |
| 72 | Шаги танцевальные, с носка: простой шаг впе­ред; переменный шаг вперед. | 2 |  |  |
| 73 | Притоп; шаг с притопом в сто­рону; тройной притоп. | 2 |  |  |
| 74 | Припадание на месте с продви­жением в сто­рону: исходная, свободная 3-я позиция. | 2 |  |  |
| 75 | Выведение ноги на каблук из свободной 1-й по­зиции, затем приведение ее в исходную пози­цию. | 2 |  |  |
| 76 | Ритмический танец с гимнасти­ческими лентами. | 2 |  |  |
| 77 | «Ковырялочка». Подготовка к присядке. | 2 |  |  |
| 78 | Полупри­сядка – полное присе­дание. Игропла­стика: «Краб», «Дельфин» | 2 |  |  |
| 79 | Музыкально-творческая игра: «Займи место». Тройной шаг с притопом. | 2 |  |  |
| 80 | Общеразвивающие упражнения на укрепление мышц ног. | 2 |  |  |
| 81 | Повторение: позиции ног, пози­ции рук, точки класса. | 2 |  |  |
| 82 | Игроритмика «Бег по кругу 1-8 на каждый счет, 1-8 через «счет»  | 2 |  |  |
| 83 | Танцевальные шаги: «Русский шаг», припада­ние. Пальчиковая гимнастика. | 2 |  |  |
| 84 | Упражнения для головы. Пла­стический этюд: «Лилии». | 2 |  |  |
| 85 | Упражнение в равновесии. Уп­ражнение для развития гибкости. | 2 |  |  |
| 86 | Разучивание вольных упражне­ний. Длинный кувырок вперед. Кувырок назад в полушпагат. | 2 |  |  |
| 87 | Повторение кувырок вперед, на­зад в полушпагат. | 2 |  |  |
| 88 | Совершенствование акробати-ческих упражнений. ОФП. | 2 |  |  |
| 89 | Упражнение в равновесии. Упражнение для развитии гиб-кости. | 2 |  |  |
| 90 | Упражнения для корпуса (на­клоны вперед, на­зад, в сторону, круговые движения). Подвижная игра «Мяч к верху». | 2 |  |  |
| **4. Подвижные игры** | **20** |  |  |
| 91 | Упражнения для корпуса (на­клоны вперед, на­зад, в сторону, круговые движения). Подвижная игра «Змейка». | 2 |  |  |
| 92 | Подвижная игра «Мяч с име­нем». | 2 |  |  |
| 93 | Подвижная игра «Пустое место». | 2 |  |  |
| 94 | Упражнения для ног. Подвижная игра «Платочек». | 2 |  |  |
| 95 | Танцевальные элементы. Подъем на полупаль­цах. Подвижная игра «Музыкальные стулья». | 2 |  |  |
| 96 | Маленькие броски ногой. Круг ногой по полу. Подвижная игра «Кошки-мышки». | 2 |  |  |
| 97 | Прыжки и махи ногами. Под­вижная игра «Третий лишний». | 2 |  |  |
| 98 | Музыкально-подвижная игра: «Музыкальные змейки». Пальчиковая гимнастика. | 2 |  |  |
| 99 | Подвижная игра «Салки». | 2 |  |  |
| 100 | Подвижная игра «Море волнует-ся». | 2 |  |  |
| **5. Тестирование физических качеств.** | **6** |  |  |
| 101 | ОФП. | 2 |  |  |
| 102 | СФП.  | 2 |  |  |
| 103 | Техническая подготовка. | 2 |  |  |
| **6. Посещение соревнований.** | **10** |  |  |
| 104 | Посещение соревнований по холрографии. | 2 |  |  |
| 105 | Посещение соревнований по чирлидингу. | 2 |  |  |
| 106 | Встреча с лучшими спортсмена-ми Тимашев­ского района | 2 |  |  |
| 107 | Подведение итогов занятий за период обучения. Поощрение лучших обучающихся. | 2 |  |  |
| 108 | Показательные выступления. | 2 |  |  |
| **Итого:** | **216** |  |  |

Приложение 3

Календарный учебный график 3 год обучения

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****занятия** | **Тема** | **всего** | **Дата по плану** | **Дата по факту** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** |
| **1. Вводное занятие.** | **4** |  |  |
| 1 | Проведение инструктажа по тех­нике безопасности во время за­нятий. | 2 |  |  |
| 2 | Врачебный контроль.  | 2 |  |  |
| **2. Общая и специальная физическая подготовка.** | **34** |  |  |
| 3 | Взмахи руками вперед, в сто­роны вверх. | 2 |  |  |
| 4 | Стоика ноги врозь взмахи ру­ками вправо, влево, с одновре­менным переносом тяжести тела на правую (левую) ногу. | 2 |  |  |
| 5 | Хореографические упражнения: стойка, плав­ные движения ру­ками.  | 2 |  |  |
| 6 | Полуприседы на одной ноге. По­вороты пере­ступанием. | 2 |  |  |
| 7 | Стойка на носках на середине зала, стойки ноги врозь, движе­ние руками в стойках на носках. | 2 |  |  |
| 8 | Передвижение в сцеплении. Прыжки с ноги на ногу на месте. | 2 |  |  |
| 9 | Остановки на носках после раз­личных видов ходьбы, бега. | 2 |  |  |
| 10 | Приседание (плие) поднятие на носки. | 2 |  |  |
| 11 | Пружинистые полуприседы. Уп­ражнения: «Пе­тушок», «Лас­точка». | 2 |  |  |
| 12 | Вертикальное равновесие на всей ступне, свободная нога впе­ред, в сторону, назад. | 2 |  |  |
| 13 | Построение в круг и передвиже­ние по кругу в различных на­правлениях за педагогом. | 2 |  |  |
| 14 | Увеличение круга шагами назад от центра, уменьшение круга шагами вперёд к центру. | 2 |  |  |
| 15 | Прыжки с поворотом на 180, 360 градусов. | 2 |  |  |
| 16 | Повороты скрестным шагом вперед, назад на 180,360 граду­сов. | 2 |  |  |
| 17 | Поднимание и опускание рук на 4 счёта, на 2 счёта и на каждый счёт.  | 2 |  |  |
| 18 | Прыжки с поворотом на 360, 540 градусов.  | 2 |  |  |
| 19 | Хлопки руками под музыку. Движения руками в различном темпе. | 2 |  |  |
| **3. Основы техники.** | **142** |  |  |
| 20 | Упражнения на развитие гибко­сти. Медленный бег. | 2 |  |  |
| 21 |  Взмахи ру­ками под музыку в различном темпе и с хлоп­ками. | 2 |  |  |
| 22 | Акробатические упражнения: «Шпагат», «Мос­тик». Игропла­стика: «Лодочка», «Замок». | 2 |  |  |
| 23 | Ходьба в полуприседе, приседе. Медленный бег, быстрый бег. | 2 |  |  |
| 24 | Мягкий высокий шаг на носках. Поворот на 360 градусов на ша­гах. Упражнения на развитие мышц спины. | 2 |  |  |
|  25 | Гимнастический этюд с элемен­тами акробати­ческих упражне­ний. | 2 |  |  |
| 26 | Разучивание элемента «Мост из положения стоя. | 2 |  |  |
| 27 | Разучивание элемента «Шпагат». | 2 |  |  |
| 28 | Выворотность, устойчивость. Упражнения на развитие мышц ног. | 2 |  |  |
| 29 | Разучивание элемента «Колесо». | 2 |  |  |
| 30 | Общеразвивающие упражнения, направленные на укрепление мышц бедер. | 2 |  |  |
| 31 | Общеразвивающие упражнения, направленные на укрепление мышц рук и плеч. | 2 |  |  |
| 32 | Общеразвивающие упражнения, направленные на развитие стопы. | 2 |  |  |
| 33 | Повторение элемента «Колесо». | 2 |  |  |
| 34 | Закрепление элемента «Колесо». | 2 |  |  |
| 35 | Совершенствование элемента «Колесо». Тестирование физиче­ских качеств. | 2 |  |  |
| 36 | Разучивание элемента «Шпагат». | 2 |  |  |
| 37 | Общеразвивающие упражнения, направленные на укрепление мышц рук и ног. | 2 |  |  |
| 38 | Общеразвивающие упражнения, направленные на укрепление мышц спины. | 2 |  |  |
| 39 | Подскоки. Общеразвивающие упражнения на укрепление мышц спины. | 2 |  |  |
| 40 | Повторение акробатического элемента «Шпагат». | 2 |  |  |
| 41 | Закрепление акробатического элемента «Шпагат». | 2 |  |  |
| 42 | Ходьба по гимнастической скамейке. | 2 |  |  |
| 43 | Общеразвивающие упражнения, направленные на улучшение гибкости позвоночника. | 2 |  |  |
| 44 | Общеразвивающие упражнения, направленные на развитие стопы. | 2 |  |  |
| 45 | Ходьба под музыкальное сопро­вождение. Танцевальные упраж­нения. | 2 |  |  |
| 46 | Упражнения для укрепления мышечного корсета. | 2 |  |  |
| 47 | Комплексы упражнений на чере­дование напряжения и расслаб­ления мышц отдельных участков тела. | 2 |  |  |
| 48 | Прыжковые элементы.  | 2 |  |  |
| 49 | Изучение танцевальных комби­наций. Танце­вальная ритмиче­ская гимнастика: «Зарядка». | 2 |  |  |
| 50 | Пластический этюд с обручами. Тройной шаг с притопом. | 2 |  |  |
| 51 | Выставление ноги на носок впе­рёд, в сторону, назад, в сторону - крестом. | 2 |  |  |
| 52 | Комплексные упражнения на контроль осанки в движении. | 2 |  |  |
| 53 | Упражнения на расслабление. Гимнастическое дирижирование. | 2 |  |  |
| 54 | Пластический этюд с гимнасти­ческими лентами. | 2 |  |  |
| 55 | Выполнение общеразвивающих упражнений под музыку с при­топом. | 2 |  |  |
| 56 | Передвижение по гимнастиче­ской скамейке на носках, с пово­ротами и подскоками. | 2 |  |  |
| 57 | Ходьба по гимнастической ска­мейке с поворотами. | 2 |  |  |
| 58 | Ходьба на носках.  | 2 |  |  |
| 59 | Стойка на лопатках, согнув и выпрямив ноги. | 2 |  |  |
| 60 | Стойка на лопатках, кувырок на­зад. | 2 |  |  |
| 61 | Кувырок вперед, и назад. | 2 |  |  |
| 62 | Кувырок вперед, и назад в по­лушпагат. | 2 |  |  |
| 63 | Шаг с носка, на носках, полу­приседы на одной ноге. Игро­ритмика: «Ходьба по кругу на корот­кие звуки» | 2 |  |  |
| 64 | Преодоление простых препят-ствий. | 2 |  |  |
| 65 | Повторение. Подготовка к за­чету. Построение врассыпную. | 2 |  |  |
| 66 | Итоговое занятие | 2 |  |  |
| 67 | Техника безопасности. Элемен­тарные понятия: ритм, характер музыки, темп. | 2 |  |  |
| 68 | Строение музыкальной речи. Элементы класси­ческого танца. | 2 |  |  |
| 69 | Специфика танцевального шага и бега. Поста­новка корпуса (в выворотной позиции). | 2 |  |  |
| 70 | Повторение «Шпагат», и «Мост» | 2 |  |  |
| 71 | Шаги танцевальные, с носка: простой шаг впе­ред. | 2 |  |  |
| 72 | Шаги танцевальные, с носка: простой шаг впе­ред; переменный шаг вперед. | 2 |  |  |
| 73 | Притоп; шаг с притопом в сто­рону; тройной притоп. | 2 |  |  |
| 74 | Складка в стойку на лопатках. Стойка на руках. | 2 |  |  |
| 75 | Общеразвивающие упражнения на укрепление мышц ног. Стойка на руках. | 2 |  |  |
| 76 | Стойка на руках, кувырок впе­ред. | 2 |  |  |
| 77 | Стойка на руках, кувырок впе­ред. | 2 |  |  |
| 78 | Складка в стойку на лопатках. | 2 |  |  |
| 79 | Складка в стойку на лопатках. | 2 |  |  |
| 80 | Общеразвивающие упражнения на укрепление мышц ног. | 2 |  |  |
| 81 | Повторение: позиции ног, пози­ции рук, точки класса. | 2 |  |  |
| 82 | Игроритмика «Бег по кругу 1-8 на каждый счет, 1-8 через «счет»  | 2 |  |  |
| 83 | Гимнастический танец с лен-тами. | 2 |  |  |
| 84 | Упражнения для головы. Гимна­стический танец. | 2 |  |  |
| 85 | Упражнение в равновесии. Уп­ражнение для развития гибкости. | 2 |  |  |
| 86 | Разучивание вольных упражне­ний. Длинный кувырок вперед. Кувырок назад в полушпагат. | 2 |  |  |
| 87 | Повторение кувырок вперед, на­зад в полушпагат. | 2 |  |  |
| 88 | Совершенствование акробати-ческих упражне­ний. ОФП. | 2 |  |  |
| 89 | Упражнение в равновесии. Уп­ражнение для развитии гибко­сти. | 2 |  |  |
| 90 | Упражнения для корпуса (на­клоны вперед, на­зад, в сторону, круговые движения). Подвижная игра «Мяч к верху». | 2 |  |  |
| **4. Подвижные игры** | **20** |  |  |
| 91 | Упражнения для корпуса (на­клоны вперед, на­зад, в сторону, круговые движения). Подвижная игра «Змейка». | 2 |  |  |
| 92 | Подвижная игра «Мяч с име­нем». | 2 |  |  |
| 93 | Подвижная игра «Пустое место». | 2 |  |  |
| 94 | Упражнения для ног. Подвижная игра «Платочек». | 2 |  |  |
| 95 | Танцевальные элементы. Подъем на полупаль­цах. Подвижная игра «Музыкальные стулья». | 2 |  |  |
| 96 | Маленькие броски ногой. Круг ногой по полу. Подвижная игра «Кошки-мышки». | 2 |  |  |
| 97 | Прыжки и махи ногами. Под­вижная игра « Третий лишний». | 2 |  |  |
| 98 | Музыкально-подвижная игра: «Музыкальные змейки». Пальчи-ковая гимнастика. | 2 |  |  |
| 99 | Подвижная игра «Салки». | 2 |  |  |
| 100 | Упражнения для рук. Подвижная игра «Море волнуется». | 2 |  |  |
|  **5. Тестирование физических качеств.** | **6** |  |  |
| 101 | ОФП. | 2 |  |  |
| 102 | СФП.  | 2 |  |  |
| 103 | Техническая подготовка. | 2 |  |  |
| **6. Посещение соревнований.** | **10** |  |  |
| 104 | Посещение соревнований по хореографии. | 2 |  |  |
| 105 | Посещение соревнований по чирлидингу. | 2 |  |  |
| 106 | Встреча с лучшими спорт-сменами Тимашев­ского района | 2 |  |  |
| 107 | Подведение итогов занятий за период обучения. Поощрение лучших учащихся. | 2 |  |  |
| 108 | Показательные выступления. | 2 |  |  |
| **Итого:** | **216** |  |  |

Приложение 4

**Положение об организации и проведении промежуточной и итоговой**

**аттестации учащихся, обучающихся по Программе «Гимнастика».**

Положение об организации и проведении промежуточной и итоговой аттестации учащихся объединения «Спортик» разработано на основании Положения об организации и проведении промежуточной и итоговой аттестации учащихся муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Центра творчества «Радуга» муниципального образования Тимашевский район.

Данное положение устанавливает порядок и формы проведения, систему оценки, оформление и анализ результатов промежуточной и итоговой аттестации учащихся в соответствии с требованиями общеобразовательных программ дополнительного образования к оценке их знаний, умений и навыков.

Промежуточная и итоговая аттестация строятся на принципах научности, учета индивидуальных и возрастных особенностей учащихся в соответствии со спецификой деятельности объединений и периода обучения; необходимости, обязательности и открытости проведения.

Промежуточная аттестация — это оценка качества обученности учащихся по общеобразовательной программе по итогам 1 и 2 годов обучения.

Итоговая аттестация — это оценка качества обученности учащихся по завершению обучения по общеобразовательной программе, конец 3 года обучения.

**Цель** промежуточной и итоговой аттестации:

выявление уровня развития способностей, знаний умений, навыков и личностньих качеств ребенка и их соответствия прогнозируемым результатам дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Гимнастика» (далее Программа).

**Задачи** промежуточной и итоговой аттестации:

- определить уровень теоретической подготовки учащихся по Программе «Гимнастика»;

- выявить степень сформированности практических умений и навыков учащихся;

- соотнести прогнозируемые и реальные результаты качества обученности учащихся по Программе Гимнастика»; выявить проблемы в реализации данной Программы;

- внести необходимые коррективы в методику обучения по Программе.

**Формы проведения промежуточной и итоговой аттестации:**

- для промежуточной аттестации: мастер-класс, зачет, тестирование, показательные выступления;

- для итоговой аттестации: мастер-класс, зачет, тестирование, показательные выступления.

**Порядок проведения промежуточной и итоговой**

**аттестации учащихся.**

Педагог представляет методическому объединению на рассмотрение аттестационные материалы (пакет документов) не менее чем за месяц до начала аттестации.

Промежуточная и итоговая аттестация проводится педагогом в присутствии комиссии, согласно утверждённому графику проведения аттестации.

По окончанию каждого года реализации Программы проводится промежуточная аттестация.

Итоговая аттестация учащихся проводится по завершении реализации Программы, согласно утверждённому графику проведения аттестации.

Во время проведения промежуточной и итоговой аттестации могут присутствовать родители (законные представители).

**Оценка, оформление и анализ результатов**

**промежуточной и итоговой аттестации.**

Для определения качества обученности учащихся используются следующие системы оценок:

* пятибалльная; 5
* «зачтено» - «не зачтено»;

Пятибалльная система оценки основывается на обще дидактических критериях. *«5» баллов ставится, если учащийся:*

1. Показывает упражнение технически правильно, в соответствие с музыкальным сопровождением, уверенно и эмоционально; знает правила безопасности во время спортивных занятий, базовые элементы аэробики; знать принципы здорового образа жизни, выполнять нормативы общей физической подготовки, отличное выполнение акробатических элементов, самостоятельное выполнение комплекса, знать методику составления комплекса по аэробике.

2. Умеет составить полный и правильный ответ на основе изученного материала. Выделять главные положения, самостоятельно подтверждать ответ конкретными примерами, фактами; самостоятельно делать анализ, обобщения, выводы; устанавливать меж предметные (на основе ранее приобретенных знаний) и внутри предметные связи, творчески применять полученные знания в незнакомой ситуации, последовательно, чётко, связно, обоснованно и безошибочно излагать учебный материал; давать ответ в логической последовательности с использованием принятой терминологии; делать собственные выводы; формулировать точное определение и истолкование основных понятий; излагать материал литературным языком; правильно и обстоятельно отвечать на дополнительные вопросы педагога. Самостоятельно и рационально использовать наглядные пособия, справочные материалы, учебник, дополнительную литературу; применять систему условных обозначений при ведении записей, сопровождающих ответ; использование для доказательства выводов из наблюдений.

3. Самостоятельно, уверенно и безошибочно применяет полученные знания в решении проблем на творческом уровне; допускает не более одного недочёта, который легко исправляет по требованию педагога; имеет необходимые навыки работы схемами и технологическими картами, сопутствующими ответу; записи, сопровождающие ответ, соответствуют требованиям.

*«4» балла ставится, если учащийся:*

1. Показывает знания всего изученного программного материала, даёт полный и правильный ответ на основе изученных теорий; допускает незначительные ошибки и недочёты при воспроизведении изученного материала, в ответе звучат неточности при использовании терминов или в выводах и обобщениях из наблюдений; материал излагает в определённой логической последовательности, при этом допускает одну негрубую ошибку или не более двух недочетов и может их исправить самостоятельно при требовании или при небольшой помощи преподавателя; в основном усвоил учебный материал; подтверждает ответ конкретными примерами; правильно отвечает на дополнительные вопросы педагога.

2. Умеет самостоятельно выделять главные положения в изученном материале; на основании примеров обобщать, делать выводы, устанавливать внутри предметные связи, применять полученные знания на практике, соблюдать основные правила культуры устной речи, использовать термины.

3. Обладает достаточным навыком (правильно ориентируется, но работает медленно).

*«3» балла ставится, если учащийся:*

1. Усвоил основное содержание учебного материала, имеет пробелы в усвоении материала, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала.

2. Материал излагает несистематизированно, фрагментарно, не всегда последовательно.

3. Показывает недостаточную сформированность отдельных знаний и умений; выводы аргументирует слабо, допускает в них ошибки.

4. Допустил ошибки и неточности в использовании терминологии, определения понятий дал недостаточно четкие.

5. Не использовал в качестве доказательства выводы из наблюдений или допустил ошибки при их изложении.

6. Испытывает затруднения в применении знаний при выполнении практической работы.

7. Отвечает неполно на вопросы педагога (упуская и основное).

*«2» балла ставится, если учащийся:*

1. Не усвоил и не раскрыл основное содержание материал.

2. Не делает выводов и обобщений.

3. Не знает и не понимает значительную или основную часть программного материала в пределах поставленных вопросов.

4. Или имеет слабо сформированные и неполные знания и не умеет применять их к решению конкретных вопросов по образцу.

5. Или при ответе (на один вопрос) допускает более двух грубых ошибок, которые не может исправить даже при помощи педагога.

*«1» балл ставится, если учащийся:*

1. Не может ответить ни на один из поставленных вопросов.

2. Полностью не усвоил материал.

Оценка «зачтено» или «не зачтено» могут выставляться по результатам освоения некоторых тем, разделов Программы при текущей аттестации.

На итоговой аттестации учитываются достижения учащихся в течение реализации Программы.

Результатом промежуточной и итоговой аттестации являются уровни обученности учащихся в баллах, которые фиксируются в «Протоколе итоговой (промежуточной) аттестации учащихся» и заносятся в журнал учета работы объединения.

В течение трех дней по окончании аттестации её результаты доводятся до сведения учащихся и их родителей (законных представителей).

Учащимися (или) их родителям, в случае несогласия с оценкой результатов аттестации, предоставляется право в трехдневный срок после ознакомления с результатами подать апелляцию в конфликтную комиссию ЦТ «Радуга». Учащимся, закончившим обучение с баллами «5», «4», «3» по результатам итоговой аттестации, выдаются свидетельства установленного образца об усвоении соответствующей дополнительной Программы. Учащимся, закончившим обучение с баллами «1», «2» выдается справка.