

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КАЛИНИНСКИЙ РАЙОН
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА
СТАНИЦЫ СТАРОВЕЛИЧКОВСКОЙ

Принята на заседании
педагогического совета
«29»августа 2025 г.
Протокол № 1



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО ДДТ
ст. Старовеличковской
М.А.Новоселецкая
Приказ № 114
от «01»сентября 2025 г.

**КРАТКОСРОЧНАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

ФИЗКУЛЬТУРНО - СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«АЭРОБИКА»

УРОВЕНЬ ПРОГРАММЫ: ОЗНАКОМИТЕЛЬНЫЙ
СРОК РЕАЛИАЦИИ ПРОГРАММЫ: 5 МЕСЯЦЕВ (46 часов)
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 5 - 13 ЛЕТ
СОСТАВ ГРУППЫ: ОТ 10 ЧЕЛОВЕК
ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ: ОЧНАЯ
ВИД ПРОГРАММЫ: МОДИФИЦИРОВАННАЯ
ПРОГРАММА РЕАЛИЗУЕТСЯ НА БЮДЖЕТНОЙ ОСНОВЕ
ID НОМЕР В АИС «НАВИГАТОР»: 2544

АВТОР – СОСТАВИТЕЛЬ:
ЗИМА МАЙА МИХАЙЛОВНА
ПЕДАГОГ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

ст. Старовеличковская, 2025г.

Содержание

Нормативно-правовая база	3
Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования: объём, содержание, планируемые результаты	6
1.1. Пояснительная записка	6
1.2. Цели и задачи программы	9
1.3. Учебный план	10
1.4. Содержание учебного плана	10
1.5. Планируемые результаты	11
Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»	12
2.1. Календарный учебный график	12
2.2. Раздел программы «Воспитание»	12
2.3. Условия реализации программы	14
2.4. Формы аттестации	15
2.5. Оценочные материалы	15
2.6. Методические материалы	16
2.7. Порядок проверки и утверждения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	18
Список литературы	19
Приложение	20

«Нормативно-правовая база»

Цели, содержание и условия реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Аэробика» определены в соответствии со следующими нормативными документами:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 23.07.2025 г.) «Об образовании в Российской Федерации».

2. Федеральный закон Российской Федерации от 21 июля 2014 г. № 212-ФЗ «Об основах общественного контроля Российской Федерации».

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

4. Федеральный закон № 476-ФЗ от 26.12.2024 г. «О внесении изменений в Федеральный закон «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» и отдельные законодательные акты Российской Федерации.

5. Постановление Правительства российской Федерации от 13 февраля 2021г. № 183 «Об утверждении Положения о структуре реестра исполнителей государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере в соответствии с социальным сертификатом на получение государственной (муниципальной) услуги в социальной сфере и порядке формирования информации, включаемой в такой реестр, а также Правил исключения исполнителя государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере из реестра исполнителей государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере в соответствии с социальным сертификатом на получение государственной (муниципальной) услуги в социальной сфере».

6. Федеральный закон от 28.12.2022 г. № 568-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации в связи с принятием Федерального закона «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере».

7. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р).

8. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 01.07.2025 № 1745 «О внесении изменений в Концепцию развития дополнительного образования детей до 2030 года, утв. Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р, и утверждении плана мероприятий по реализации Концепции.

9. Указ Президента Российской Федерации от 07 мая 2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036».

10. Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019г. № 467 «Об утверждении целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

11. Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».

12. Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2024г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года».

13. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 15 апреля 2019 г. № 170 «Об утверждении методики расчета показателя национального проекта «Образование» «Доля детей в возрасте от 5 до 18 лет, охваченных дополнительным образованием» (с изменениями и дополнениями).

14. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

15. Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации, Министерства просвещения Российской Федерации от 22.02.2023 № 197/129 «О внесении изменения в пункт 4 Порядка организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ, утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 5 августа 2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».

16. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

17. Постановление Главного государственного санитарного врача от 28.01.2021 № 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».

18. Постановление Главного государственного санитарного врача от 17.03.2025 № 2 «О внесении изменений в санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2.

19. Постановление Правительства Российской Федерации от 11.10.2022г. № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения,

дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ.

20. Приказ Минтруда России от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

21. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 26.08.2010 г. № 761-Н «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих. Раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования».

22. Письмо Минобрнауки РФ «О направлении методических рекомендаций по организации независимой оценки качества дополнительного образования детей» № ВК-1232/09 от 28 апреля 2017 г.

23. Письмо Минпросвещения России от 19 марта 2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»).

24. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 года № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы).

25. Письмо Минпросвещения России от 29.09.2023 № АБ-3935/06 «О методических рекомендациях» («Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно - технологического и культурного развития страны»).

26. Методические рекомендации «Разработка и реализация раздела о воспитании в составе дополнительной общеобразовательной программы», разработанные ФГБНУ «Институт изучения детства, семьи и воспитания».

27. Устав МБУ ДО ДДТ ст. Старовеличковской.

28. Локальные акты МБУ ДО ДДТ ст. Старовеличковской.

Раздел № 1. «Комплекс основных характеристик образования: объём, содержание, планируемые результаты»

1.1. Пояснительная записка

Аэробика — один из наиболее доступных видов двигательной активности для детей, сочетающий музыку, игру, движение и положительные эмоции.

Здоровье ребенка подвержено воздействию многих неблагоприятных факторов, самым опасным из которых является снижение двигательной активности, которая приводит к серьезным нарушениям здоровья. Ученые отмечают, что низкая физическая активность может понижать умственную работоспособность детей. Исследования педиатров, физиологов и педагогов подтверждают, что дети нуждаются в большей физической нагрузке, чем та, которую они получают в детском саду и в школе.

Концепция развития дополнительного образования детей предлагает один из путей решения этой проблемы, определяя направления программ дополнительного образования, выделяя такое актуальное направление, как «удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в интеллектуальном, нравственном развитии, а также в занятиях физической культурой и спортом». А одним из результатов реализации Концепции развития дополнительного образования детей должен стать «рост физической подготовленности детей и снижение заболеваемости детей и молодежи, формирование мотивации к здоровому образу жизни».

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Аэробика» имеет **физкультурно - спортивную направленность**, способствует сохранению и укреплению здоровья учащихся.

Актуальность программы заключается в том, что она направлена на удовлетворение потребностей обучающихся в активных формах двигательной деятельности, обеспечивает физическое, психическое и нравственное оздоровление воспитанников.

Работы известного физиолога В.М. Бехтерева доказали, что выполнение общеразвивающих упражнений с элементами аэробики влияет на функцию высшей нервной деятельности. Простые движения под музыку с мячами, тренажёрами помогают убрать напряжение, снимают умственную усталость.

Они способны улучшить координацию, гибкость, выносливость, а значит развить у ребёнка психомоторные способности. В пользу детской аэробики говорит и тот факт, что с ее помощью можно сделать жизнь детей более активной. Она отвлечет их от компьютеров и телевизоров.

Аэробика является частью фитнеса, то есть входит в систему занятий физической культурой, включающую не только поддержание хорошей физической формы, но и интеллектуальное, эмоциональное, социальное и духовное начало.

Новизна программы опирается на понимание приоритетности оздоровительной и воспитательной работы, направленной на развитие физической подготовки детей, их морально-волевых и нравственных качеств, перед работой, направленной на освоение предметного содержания.

На занятиях учащиеся познакомятся с профессиями «спорт инструктор», «фитнес тренер» и др., о практических умениях специалистов данных профессий и смежных специальностей. В рамках занятий приобретает определенный элементарный опыт профессиональных действий.

Педагогическая целесообразность. Использование детской аэробики в системе дополнительного образования, может способствовать обновлению занятий физической культурой, спортом и хореографией.

Аэробика – это комплекс упражнений, в которых дыхательные движения сочетаются с движениями тела, опорно-двигательного аппарата. Занятия аэробикой актуальны и пользуются большой популярностью. Аэробика позволяет приобщить учащихся к систематическим занятиям физической культурой и повысить интерес к ним; улучшить состояние их здоровья, осуществить профилактику различных заболеваний (зрения, осанки, плоскостопия, двигательной активности); содействовать формированию двигательной культуры: культуры тела, культуры движений, культуры телесного здоровья, разумной организации досуга, развлечения, самосовершенствования, ведения здорового образа жизни.

Отличительными особенностями программы является систематическое привлечение учащихся к популяризации здорового образа жизни среди сверстников на собственном примере.

Программа включает в себя обязательный минимум информации, позволяющей существенно расширить знания, умения и навыки в области физической культуры, а занятия строятся на сотрудничестве педагога и учащегося.

Имеется ярко выраженный образовательный эффект программы, который заключается в расширении анатомо-физиологических знаний в области физической культуры.

Адресат программы: Возраст учащихся, на который ориентирована программа 5 - 13 лет. На обучение принимаются как девочки, так и мальчики. Группы могут формироваться как одновозрастные, так и разновозрастные. В зависимости от возрастных, психофизиологических особенностей детей, уровня сформированности их интересов и наличия способностей определяются формы, методы, технологии, приёмы организации образовательного процесса. Количественный состав - не менее 10 человек в группе.

Набор в объединение осуществляется на основании заявления родителей (законных представителей), согласия на обработку персональных данных, копии свидетельства о рождении, медицинской справки об отсутствии медицинских противопоказаний, договора с родителями (законными представителями) учащегося муниципального бюджетного

учреждения дополнительного образования дома детского творчества станицы Старовеличковской.

Запись на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу осуществляется через систему заявок на сайте «Навигатор дополнительного образования детей Краснодарского края» <https://p23.навигатор.дети/>.

Основанием для отчисления являются длительная непосещаемость занятий без уважительной причины, смена места жительства, другие основания в соответствии с положением о правилах приема, перевода, отчисления и восстановления учащихся дома детского творчества станицы Старовеличковской.

Программа предусматривает возможность **обучения детей с особыми образовательными потребностями:** мотивированных на образовательную область программы, талантливых, детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья; детей, находящихся в трудной жизненной ситуации.

Проводится стартовая диагностика (входной контроль) с целью выяснения уровня готовности ребенка и его индивидуальных особенностей (интересов, первичных умений и навыков, мотивации для занятий). Требования к предварительной подготовке и уровню образования не предъявляется.

Уровень программы, объём и сроки: программа имеет ознакомительный уровень. Рассчитана на пять месяцев обучения в объеме 46 часов.

Форма обучения: – очная.

Режим занятий: Занятия проводятся 1 раз в неделю продолжительностью 2 академических с перерывом не менее 10 минут для отдыха и смены деятельности учащихся.

Особенности организации образовательного процесса. Основной формой обучения является занятие, которое проводится с полным составом группы. Программа рассчитана на пять месяцев обучения. Направлена на всестороннее, гармоничное и целостное развитие личности детей. Виды занятий определяются содержанием программы, и предусматривают теоретические и практические занятия. Принцип построения занятий – от простого и доступного к более сложному и необычному. При этом используются беседы, дискуссии, игры, конкурсы, выставки, самостоятельная работа, и др. Каждое занятие направлено на приобщение детей к активной познавательной и творческой работе.

Процесс обучения осуществляется за счет последовательного усложнения тренировочного процесса с учетом возрастных особенностей детей. Каждое занятие сопровождается педагогическим контролем. Занятия могут проходить в различной форме (под руководством педагога или с использованием видеоматериала), включая в себя стили и направления современного фитнеса.

На занятиях организована деятельность, создающая условия для творческого развития детей и предусматривающая их дифференциацию по степени одаренности: выполнение индивидуальных заданий усложненной формы **для талантливых и одаренных детей**, в связи, с чем предусмотрена возможность занятий **по индивидуальной образовательной траектории**.

Реализация программы может осуществляться с использованием электронного обучения, дистанционных образовательных технологий, позволяющих осуществлять обучение на расстоянии без непосредственного контакта между педагогом и учащимися **в соответствии с положением об организации образовательного процесса с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий**.

Образовательный процесс в этом случае предусматривает значительную долю самостоятельной работы учащихся. Обучение с использованием дистанционных образовательных технологий может реализовываться комплексно с традиционной формой обучения.

Опосредованное осуществление взаимодействия педагога с учащимися может быть организовано для учащихся с высокой степенью успешности в освоении программы; для учащихся, пропускающих учебные занятия по уважительной причине (болезнь и др.); в период отмены (приостановки) занятий в очной (контактной) форме. В обучении с применением ЭО и ДОТ могут использоваться следующие организационные формы учебной деятельности: практическое занятие; самостоятельная работа, консультация.

Электронные образовательные ресурсы, используемые при применении дистанционных образовательных технологий: Сферум.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: формирование физически развитой личности, умеющей использовать ценности физической культуры для укрепления и сохранения собственного здоровья.

Задачи:

Предметные: освоение базовых знаний и общих представлений о физической культуре, знакомство с историей появления аэробики; знакомство с ролью в укреплении и сохранении здоровья; знакомство с терминологией; развитие выносливости, быстроты, гибкости, чувства ритма, музыкальность и пластичность; обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами различных видов аэробики;

Личностные: развитие потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями, здоровому образу жизни; формирование координации, чувства ритма, ориентации в сценическом пространстве.

Метапредметные: развитие нравственно - эстетических форм межличностных отношений, чувства коллективизма; формирование умения

применить полученные практические умения в жизни; формирование умения планировать и организовывать свою деятельность с учетом ее безопасности, распределять нагрузку.

1.3. Содержание программы

Учебный план

№	Наименование дисциплин, разделов, тем	Всего часов	Количество часов		Формы аттестации
			Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	1	1	мониторинг
2	Виды аэробики	22	2	20	наблюдение
3	Технико-тактическое мастерство	12	2	10	анализ
4	Индивидуальная работа. Профориентация	4	1	3	наблюдение
5	Контрольные испытания	4	-	4	наблюдение
6	Итоговое занятие	2	1	1	зачет
	Итого:	46	7	39	

1.4. Содержание учебного плана

1. Вводное занятия (2 часа).

Теория. Инвентарь, форма для занятий. Личная гигиена. Значение здоровьесберегающей деятельности. Правила безопасного поведения на занятиях. Инструктаж по технике безопасности.

Практика: Выполнение упражнений по заданию педагога. Диагностика (мониторинг) уровня физической подготовки детей.

2. Виды аэробики (22 часа).

Теория: Специфика выполнения упражнений. Техника безопасности. Правильное применение дыхания во время выполнения упражнений.

Практика: Оздоровительная аэробика. Выполнение дыхательных упражнений. Специфика выполнения. Комплекс упражнений «Классическая аэробика». Отработка комплекса упражнений «Классическая аэробика». Разучивание и отработка комплекса упражнений «Аэробика. Базовые шаги». Разучивание и отработка комплекса упражнений по степ-аэробике. Разучивание комплекса упражнений «Аэробика-класс № 2». Выполнение упражнений на формирование правильной осанки. Выполнение комплекса упражнений по классической аэробике и на развитие координации движений

3. Технико - тактическое мастерство (12 часов).

Теория: Личная гигиена. Правильное питание. Диеты – их польза и вред. Борьба с вредными привычками. Значимость физических упражнений.

Инструктаж по технике безопасности при выполнении акробатических упражнений.

Практика: Импровизация. Элементы акробатики. Обучение выполнению сложных по координации движений. Выполнение упражнений на развитие равновесия. Разучивание танцевальных движений в сочетании с элементами акробатики. Выполнение упражнений акробатических и на развитие координации движений.

4. Индивидуальная работа. Профориентация (4 часа).

Теория: Режим дня. Правильное питание для людей, занимающихся спортом. Здоровье сберегающий аспект в жизни ребенка. Значение ритмической гимнастики и здорового образа жизни в подростковом возрасте. Знакомство с профессией спортивного тренера, фитнес-тренера.

Практика: Выполнение индивидуальных упражнений. Коррекционная работа. День самоуправления «Я - фитнес тренер».

5. Контрольные испытания (4 часа).

Практика: Выполнение контрольных заданий. Эстафета. Соревнования.

6. Итоговое занятие (2 часа).

Теория: Подведение итогов. Анализ полученных результатов.

Практика: Выполнение контрольных упражнений.

1.5. Планируемые результаты

В конце обучения по программе учащиеся будут:

Предметные: иметь базовые знания и общие представления о физической культуре; знать историю появления аэробики; знать терминологию; выносливы, гибки; иметь развитое чувство ритма, музыкальность и пластичность; иметь обогащенный двигательный опыт физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами различных видов аэробики.

Личностные: иметь потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями, соблюдению здорового образа жизни; иметь развитую координацию, чувство ритма, ориентацию в сценическом пространстве.

Метапредметные результаты: иметь развитые нравственно - эстетические формы межличностных отношений; иметь развитое чувство коллективизма; уметь применять полученные практические умения в жизни; уметь планировать и организовывать свою деятельность с учетом ее безопасности, уметь распределять нагрузку.

Раздел № 2 «Комплекс организационно - педагогических условий, включающие формы аттестации»

2.1. Календарный учебный график

Начало и окончание учебного года	Кол-во учебных недель	Кол-во часов в год	Продолжительность и периодичность занятий	Сроки проведения промежуточной аттестации	Объем и срок освоения программы
10.12.2025-31.05.2026	23	46	1 раз в неделю по 2 академических часа	февраль, май	46 часов 5 месяцев

Календарный учебный график составляется для каждой группы отдельно, ежегодно согласуется с заместителем директора по учебно-воспитательной работе и утверждается директором МБУ ДО ДДТ ст. Старовеличковской.

2.2. Раздел программы «Воспитание»

Название программы «Аэробика»

Характеристика объединения (направленность) физкультурно-спортивная.

Возрастная категория: 5-13 лет.

Формы работы: групповая с ярко выраженным индивидуальным подходом.

Занятия по программе имеют практико-ориентированный характер. Основной формой воспитания и обучения детей является учебное занятие. В ходе учебных занятий учащиеся усваивают программный материал, имеющий воспитательное значение, получают опыт изобразительной деятельности, участия в выставках, в которой формируются и проявляются нравственные ориентации. Учащиеся участвуют в освоении и формировании среды своего личностного развития и творческой самореализации.

Во время занятий дети знакомятся с достижениями и традициями народного творчества, об исторических событиях в области культуры и образования, изучают подвиги и биографии героев и защитников Отечества, тем самым закладывается формирование сферы интересов, личностных позиций и норм поведения.

В течение учебного года для учащихся проводятся игровые мероприятия, итоговые мероприятия (участие в конкурсах, выставках, праздниках). Педагогом отмечаются любые успехи детей, их достижения.

Цель программы: формирование у учащихся духовно-нравственных ценностей, способности к творческой деятельности, способности к успешной социализации в обществе.

Задачи программы:

Патриотическое воспитание - формирование патриотических, ценностных представлений о любви к Отчизне, народам Российской

Федерации, к своей малой родине, формирование представлений о ценностях культурно-исторического наследия России, уважительного отношения к национальным героям и культурным представлениям российского народа.

Нравственное воспитание – формирование представлений о морали, об основных понятиях этики (добро и зло, истина и ложь, смысл жизни, справедливость, милосердие, проблеме нравственного выбора, достоинство, любовь и др.), о духовных ценностях народов России, об уважительном отношении к традициям, культуре и языку своего народа и народов России.

Национальное воспитание – формирование представления о таких понятиях как «толерантность», «миролюбие», «гражданское согласие», «социальное партнерство», понимание таких явлений как «социальная агрессия», «межнациональная рознь», «экстремизм», «терроризм», «фанатизм».

Трудовое и профориентационное воспитание - формирование знаний и представлений о трудовой деятельности, выявление творческих способностей и профессиональных предпочтений учащихся.

Интеллектуальное воспитание - развитие кругозора и любознательности; воспитание познавательных интересов, формирование потребности в приобретении новых знаний и интереса к творческой деятельности.

Семейное воспитание - формирование ценностных представлений об институте семьи, о семейных ценностях, традициях, культуре семейной жизни.

Эстетическое воспитание - формирование характера и нравственных качеств, а также развитие художественного вкуса и эстетики поведения.

Физическое воспитание – формирование потребности в здоровом образе жизни; ориентация на целенаправленное укрепление здоровья учащихся, углубленное развитие физических качеств и способностей, оптимизация работоспособности и предупреждение заболеваемости; укрепление физического, психологического и социального здоровья (сознательное и ответственное отношение к личной безопасности и безопасности окружающих).

Экологическое воспитание - формирование экологической культуры личности и общества, которая проявляется в сознательном, бережном и внимательном отношении людей к здоровью окружающей среды и человека.

Правовое воспитание - формирование у учащихся правовой культуры, представления об основных правах и обязанностях, об уважении к правам человека и свободе личности.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Направление воспитательной работы	Наименование мероприятия	Срок выполнения	Планируемый результат	Примечание
1	Патриотическо	Участие в мероприятиях,	май	Формирование ценностного	

	е воспитание	приуроченных к празднованию Дня победы.		отношения к России, своему народу, краю, культурно-историческому наследию, государственной символике, Формирование гражданской идентичности	
2	Нравственное воспитание	Беседа «Уроки милосердия и доброты».	март	Формирование равнодушия к жизненным проблемам других людей, сочувствие к человеку, находящемуся в трудной ситуации.	
3	Национальное воспитание	Посещение народного музея «Особенности культуры и уклада жизни народностей, населяющих Россию, Кубань».	февраль	Формирование представлений о национальных российских ценностях и религиозной картине мира.	
4	Трудовое воспитание	«Введение в профессию»	май	Знакомство с профессиями, мотивация к самореализации.	
5	Интеллектуальное воспитание	Творческий конкурс «Думай, учись, твори»	декабрь	Раскрытие личностного потенциала.	
6	Семейное воспитание	«Семейные традиции» познавательная программа	январь	Формирование уважительного отношения к родителям, к старшим, доброжелательное отношение к сверстникам и младшим. Формирование знаний традиций своей семьи.	
7	Эстетическое воспитание	Диспут «Клуб хороших манер»	апрель	Воспитание и развитие нравственных чувств и правил хорошего тона	
8	Экологическое воспитание	Беседы: «Знай и люби родную природу»	апрель	Формирование ценностного отношения к природе	
9	Правовое воспитание	Беседа «Права и обязанности учащегося объединения»	декабрь	Формирование правового сознания	

2.3. Условия реализации программы

Для реализации программы необходимо выполнение следующих условий:

1. Кадровое обеспечение. Педагог, работающий по данной программе, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю детского объединения без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по

направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы.

2. Материально-техническое обеспечение. Помещение, в соответствии с требованиями СанПиН 1.2.3685-21; оборудованный зал отвечающий санитарно - гигиеническим требованиям; зеркальная стенка; специальные коврики; спортивный инвентарь (гимнастические палки, скакалки, обручи, гантели, мячи); музыкальный материал с учетом возрастных особенностей детей.

3. Информационное обеспечение. Интернет-источники:

<https://rmc23.ru/> Региональный методический центр дополнительного образования

<http://knmc.kubannet.ru/> Краснодарский НМЦ

<http://dopedu.ru/> Информационно-методический портал системы дополнительного образования

<http://mosmetod.ru/> Московский городской методический центр

<http://www.dop-obrazovanie.com/>

сайт о дополнительном внешкольном образовании <http://www.redu.ru>

<http://vk.com/public318052193>.

Специальная литература. Аудио-, видео-, фото-материалы.

2.4. Формы аттестации

Формы аттестации: мониторинг творческих способностей учащихся, наблюдение. Итоговая аттестация учащихся проводится в конце учебного года в соответствии с локальным актом - положением, устанавливающим порядок и формы проведения, систему оценки, оформление анализа результатов итоговой аттестации, учащихся в соответствии с требованиями дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ.

Аттестация проводится с целью установления:

- соответствия результатов освоения программы заявленным задачам и планируемым результатам обучения;

- соответствия организации образовательного процесса по реализации программы установленным требованиям к порядку и условиям реализации программ.

Формы контроля: контрольные занятия; соревнования; итоговая аттестация.

2.5. Оценочные материалы

В соответствии с целями и задачами программой предусмотрено проведение мониторинга и диагностических исследований учащихся. Проведение диагностической работы позволяет в целом анализировать результативность образовательного, развивающего и воспитательного компонента программы.

Контрольные задания:

- техника безопасности при выполнении упражнений;
- терминология: «планка», «бицепсы», «пресс», «ахил», «релакс» и т.д.;
- комплексы упражнений на различные группы мышц;
- упражнения на растяжку;
- дыхательные упражнения.

«Высокий уровень» предполагает знание правил исполнения упражнений; знание основных требований техники безопасности при выполнении упражнений; знание терминологии; умение осваивать и преодолевать технические трудности; владеть навыками музыкально-пластического интонирования.

«Средний уровень» допускает некоторую неточность, небрежность, небольшие недочеты, незначительные нарушения, ошибки, в знании методики и правил исполнения вышеперечисленных знаний и умений.

«Низкий уровень» предполагает неумение осваивать и преодолевать технические трудности в исполнении упражнений; неумение дать объективную оценку своему труду, формированию навыков взаимодействия с преподавателем и с учащимися в образовательном процессе; неумение определять наиболее эффективные способы достижения результата; неумение анализировать и исправлять допущенные ошибки.

В таблицах мониторинга воспитанности и уровня обучения и личностного развития фиксируются требования, которые предъявляются к ребенку в процессе освоения им образовательной программы. (**Приложение №1**)

Диагностические таблицы фиксируют результаты детей, полученные по итоговым занятиям на протяжении всего учебного года. Общий уровень определяется путем суммирования балльной оценки и деления этой суммы на количество отслеживаемых параметров.

Проведенная диагностика позволяет увидеть и проанализировать динамику уровня воспитанности, обучения и личностного развития детей, занимающихся в творческом объединении, что позволяет в дальнейшем вносить корректировку в образовательную программу.

2.6. Методические материалы

Программа ориентирована на развитие у учащихся навыков здорового образа жизни. В программу включены занятия-беседы, которые включают в себя следующие элементы:

- мониторинг состояния здоровья детей на основе динамики антропометрических показателей: вес, рост, давление;
- выстраивание рационального режима питания, физической нагрузки, отдыха;
- соблюдение правил личной гигиены, воздержание от вредных привычек. Особое внимание уделяется формированию правильной осанки,

воспитанию и развитию основных физических качеств, в процессе освоения упражнений.

Программа основана на следующих **принципах**:

- систематичность и последовательность обучения;
- связь теории и практики;
- учет возрастных и индивидуальных особенностей учащихся;
- создание ситуации успеха, обучение детей аэробике в доступной для них форме;
- формирование навыков самоконтроля, самопознания и самосовершенствования;
- расширение двигательного опыта по средствам использования и освоения физических упражнений;
- развитие творческих способностей, нравственное и физическое совершенствование.

Упражнения ритмической гимнастики универсальны и доступны, они позволяют поддерживать необходимый уровень развития целого ряда двигательных качеств и способностей, связанных с выполнением прыжков, вращений, удержания равновесия.

В работе используются методические приемы обучения и воспитания.

Методы обучения. В образовательном процессе активно используются методы обучения и воспитания педагогической дидактики: словесный, наглядный практический; объяснительно-иллюстративный, игровой, дискуссионный, проектный и др. и методы воспитания (убеждение, упражнение, стимулирование, мотивация).

В процессе обучения применяются педагогические технологии:

1. **Здоровьесберегающие технологии.** Во время занятий педагог уделяет особое внимание:

- приобретению и усвоению знаний о том, как сохранить свое здоровье и предупредить его нарушение;
- формированию духовно-нравственных качеств личности (ответственности, честности, доброты, милосердия);
- развитию умений и навыков безопасной, здоровой жизни;
- воспитанию культуры здоровья (поведения, питания, общения, отдыха и т.д.);
- воспитанию трудолюбия, духовной культуры, патриотизма, национального самосознания, толерантности.

2. **Технология проблемного обучения.** В целях повышения эффективности воспитательной работы важно использовать проблемную методику. Принципы проблемного обучения: самостоятельность учащихся; развивающий характер обучения; интеграция и вариативность в применении различных областей знаний; использование дидактических алгоритмизированных задач. В процессе занятий возможно предложить

детям дополнить танцевальную комбинацию или сочинить ее полностью, исполнить то или иное движение.

3. Игровая технология. Основная задача игровой технологии – дать ребенку раскрепоститься и обрести уверенность в себе. Катализатором формирования воображения является музыка, она направляет творческую активность. Музыкальное сопровождение должно соответствовать возрастному критерию, должно иметь свою драматургию, которая сможет активизировать воображение, направить его, побудить развитие творческого потенциала, грамотно подобранное музыкальное сопровождение благоприятно влияет на эмоциональный мир ребёнка. Приобретенные от музыки впечатления помогают выражать в движениях личные эмоциональные переживания, создавать оригинальные двигательные образы.

Игровые технологии являются средством, активизирующим деятельность учащихся, в их основу положена педагогическая игра как основной вид деятельности, направленный на усвоение учебного материала в соответствии с поставленной целью обучения и соответствующим ей педагогическим результатом, которые характеризуются учебно-познавательной направленностью.

Необходимо отметить, что игровые технологии предоставляют бескрайние возможности для их использования на занятиях. Игра является неотъемлемой частью в формировании и развитии творческой личности ребенка. Скудные упражнения после игры, приобретают совсем другой, более богатый смысл.

Структура занятия

1. Начальная организация, сосредоточение внимания, эмоциональный и психологический настрой. Подготовка организма учащихся к работе в основной части занятия.

2. Основная часть делится на этапы: обучение – проработка – закрепление – контроль. Результат – формирование новых знаний, умений, навыков.

3. Снижение физической нагрузки и рефлексия занятия, мониторинг знаний, умений, навыков и творческого развития.

Структура занятия может изменяться в зависимости от поставленных дидактических задач и цели занятия.

2.7. Порядок проверки и утверждения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Аэробика» обсуждается на методическом совете ДДТ, принимается на педагогическом совете и утверждается приказом директора МБУ ДО ДДТ ст. Старовеличковской.

Программа ежегодно корректируется с учетом изменяющихся условий, нормативных требований.

Список литературы

для педагога

1. Анисимова Т. Г. Физическое развитие детей 5–7 лет / Т. Г. Анисимова, Е. В. Савинова. – Москва, 2009. – 192 с.
2. Довыдов, В.Ю., Коваленко, Т.Г., Краснова, Г.О. Методика преподавания оздоровительной аэробики/ Довыдов В.Ю., Коваленко Т.Г., Краснова Г.О. – Волгоград: Изд-во Волгогр. гос. ун-та. – 2004 г.
3. Козлов В.В. «Акробатика. Физическое воспитание детей в учреждениях дополнительного образования» 2018, с. 36.
4. Лисицкая Т. С. Аэробика для детей : методическое пособие для педагогов дошкольного образования / Т. С. Лисицкая. – Москва : Просвещение, 2019. – 128 с.
5. Лисицкая Т.С. «Ритм плюс пластика» - М.: Физкультура и спорт, 2018, с.160.
6. Чжиаюн Ф «Стрейчинг для здоровья суставов». 2
7. Журнал «Дети, творчество и мы» № 7. Пуровский ДДТ Тарко-Сале 2018,-с14
8. Журнал «Дети, творчество и мы» № 6, Пуровский ДДТ, 2016,-с19.

Интернет- ресурсы для детей и родителей (законных представителей)

1. «Педсовет/Pedsovet.org» по ссылке <http://new.pedsovet.org/articles/article/view/id/211178>.
2. Образовательный ресурс и социальная сеть, где можно скачать презентации на различные темы, или разместить свои презентации <http://myshared.ru>

Приложение № 1

Мониторинг результатов освоения ДООП

[illegible]