

Департамент образования Вологодской области
Управление образования мэрии города Череповца
Муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного образования
«Дворец детского и юношеского творчества имени А.А. Алексеевой»

Рассмотрено на заседании
Методического Совета
МАОУ ДО «Дворец детского
и юношеского творчества
имени А.А. Алексеевой»
(протокол № 1 от 05.09.2023 г.)

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ДО
«Дворец детского и юношеского
творчества имени А.А. Алексеевой»
_____ Л.В. Чебоксарова
Приказ № 462 от 05.09.2023 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности**

«ГРАЦИИ – 6»

Вариант 1

Возраст учащихся: 7-16 лет

Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:

Шарынина Евгения Васильевна
педагог дополнительного образования
первой квалификационной категории
МАОУ ДО «Дворец детского и
юношеского творчества имени
А.А. Алексеевой»

Череповец, 2023

БЛОК 1. «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ»

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Грации – б» (далее - Программа) реализуется в соответствии с физкультурно-спортивной направленностью, направление деятельности – художественная гимнастика.

Актуальность программы обусловлена тем, что данный вид спорта направлен на развитие физических, музыкально-ритмических навыков и рост спортивных результатов детей начального и среднего школьного возраста. Особенностью художественной гимнастики можно считать развитие координационных способностей и владение предметами (обручем, скакалкой, мячом булавами, лентой), хореографической и акробатической подготовки. Одним из требований выполнения гимнастических упражнений является обязательное музыкальное сопровождение.

В связи с желанием детей (успешно освоивших программу «Юные грации») продолжить занятия художественной гимнастикой, возникла необходимость написания программы «Грации», которая будет отвечать новым мировым требованиям и основным тенденциям развития художественной гимнастики. При ее разработке была изучена программа Государственного комитета РФ по физической культуре, спорту и туризму, согласованная с Министерством образования и науки РФ.

Программа разработана в соответствии с основными нормативными документами и методическими рекомендациями:

- Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 25.12.2018 г.),
- Федеральный закон РФ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся» от 31.07.2020 г. № 304-ФЗ,
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р),
- Национальный проект «Образование» (утвержден Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол № 16 от 24.12.2018 г.),
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года / утверждена Распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р,
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629),
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28),
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242),

- Целевая модель развития региональной системы дополнительного образования детей (приказ Министерства просвещения РФ от 3.09.2019 г. № 467),
- Устав МАОУ ДО «Дворец детского и юношеского творчества имени А.А. Алексеевой»,
- Локальные акты МАОУ ДО «Дворец детского и юношеского творчества имени А.А. Алексеевой», определяющие организацию образовательного процесса в учреждении.

Педагогическая целесообразность

Гимнастика — один из основных высококоординационных видов спорта, которым можно заниматься с младенчества и который входит в обязательную программу подготовки любого спортсмена. Благодаря занятиям гимнастикой можно улучшить показатели физического развития, физические качества, исправить недостатки телосложения, осанки. Художественная гимнастика добавляет новые возможности в развитие детей. Она развивает не только физические качества, но и память, внимание, быстроту реакции, а также эстетическое восприятие детей — понимание красоты и гармонии — благодаря выполнению упражнений под музыку. Особое внимание в ней уделено развитию выразительности, танцевальности, координации юных гимнасток, а также подготовке групповых упражнений для участия в соревнованиях на различном уровне. Поэтому данная программа, выстроенная с учётом их возрастных особенностей, психологического развития и новых направлений в художественной гимнастике, является современной и актуальной.

Характеристики программы

Программа является модифицированной. При ее создании были изучены программы и взят за основу опыт тренеров-преподавателей Игнатъевой Е.Г., Ладновой М.Н. и собственного педагогического опыта с учетом новых тенденций в развитии художественной гимнастики. Особенностью работы в данном учреждении является материально-техническая база и СанПиН для учреждений дополнительного образования.

Срок реализации программы – 2 года.

Объем программы – 480 часов (2 года обучения по 240 учебных часов в год).

Режим занятий: 3 раза в неделю по 2 часа (время занятия включает два учебных часа по 45 минут и обязательный 10-минутный перерыв).

Уровень освоения содержания образования – углубленный.

Возраст учащихся – 7-16 лет.

Зачисление на обучение осуществляется по желанию детей, по заявлению их родителей (законных представителей). Набор детей на основную программу обучения производится после успешного освоения программы «Юные грации». Возможно дополнительное зачисление детей на основную программу «Грации» в исключительном случае (если ребенок перешел из другой спортивной организации или в связи с переездом из другого города) и имеющего 1 юношеский разряд, если ребенок не имеет медицинских противопоказаний для занятий художественной гимнастикой.

Количество учащихся в учебной группе – 12-14 человек.

Обучение ведется на русском языке.

Данная программа реализуется в очном формате. При необходимости может реализовываться в дистанционном формате с использованием интернет-ресурсов и интернет-платформ для осуществления онлайн-обучения. В этом случае в образовательном процессе используются формы и методы обучения учащихся, соответствующие технологии дистанционного образования.

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы:

Создание условий для воспитания здорового человека, гармонично развитой личности, развития двигательных и координационных возможностей учащихся средствами художественной гимнастики.

Задачи:

- Формировать и закреплять элементы групп движений тела (повороты, прыжки, равновесия, элементы гибкости).
- Формировать и развивать навыки работы с предметами (мяч, обруч, скакалка, булавы, лента).
- Формировать координацию и гимнастический стиль выполнения упражнений.
- Развивать умения учащихся работать в группе.
- Достигать выполнения взрослых разрядов.
- Формировать потребность в здоровом образе жизни.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Задачи:

- Формировать и закреплять базовые элементы групп движений тела (повороты, прыжки, равновесия, элементы гибкости).
- Формировать и развивать базовые навыки работы с предметами (мяч, обруч, скакалка, булавы, лента).
- Формировать координацию и гимнастический стиль выполнения базовых упражнений.
- Развивать умения учащихся работать в группе с помощью тренера.
- Формировать потребность в здоровом образе жизни.

Учебный план

№ п/п	Раздел, темы	Всего часов
Теория		
1	Вводное занятие	1
2	Правила безопасности	1
Практика		
3	Общая физическая подготовка	28
4	Специальная техническая подготовка: -группы движения тела -техника работы с предметом	58

5	Хореография	22
6	Акробатика	30
7	Программные упражнения	58
8	Воспитательная работа	4
9	Контрольные нормативы, открытые занятия.	14
10	Квалификационные соревнования на выполнение разрядов	24
Итого:		240

В разделе практика все темы имеют теоретическую основу, тесно связанную с практическими действиями, поэтому невозможно указать точное время, отводимое на теорию.

Итоговыми формами реализации программы являются:

- сдача контрольных нормативов,
- классификационные соревнования.

Содержание учебного плана первого года обучения

Теория:

1. Вводное занятие

Сведения об изменениях и новшествах в художественной гимнастике. Особенности, правила в художественной гимнастике. Польза занятий физической культурой. Требования к одежде при занятиях гимнастикой.

2. Безопасность поведения

Меры безопасности в случае возникновения пожара или появление задымленности. Правила поведения в спортивном зале, на гимнастической площадке, на соревнованиях различного уровня. Темы теории даются на всех годах обучения, с учетом возраста гимнасток и практического содержания программы.

Практика:

3. Общая физическая подготовка

- упражнения на силу и гибкость
- упражнения на развития скоростно-силовых качеств
- упражнения на выносливость
- упражнения на развития ловкости

4. Специальная техническая подготовка

- наклоны и элементы гибкости
- махи вперед, назад, в кольцо
- наклон к ногам лежа на животе назад к ногам
- стойка на груди
- перестроение группы по площадке с ритмическими шагами

Прыжки:

- скачек
- прыжок с поворотом «касаясь прогнувшись»
- «казачек с поворотом»

- прыжок «шагом в кольцо»
- прыжок «шагом прогнувшись»
- «жете анткрнан шагом»
- «касясь в кольцо прогнувшись»
- перестроение в группе с помощью прыжков
- перестроение по площадке с помощью прыжков

Равновесия:

- с прямой ногой вперед, в сторону, назад
- в шпагат с помощью руки
- в шпагат без помощи рук (боковой, передний, задний)
- арабск, аттитюд
- «кольцо» (с помощью и без помощи рук)
- боковое с помощью руки

Волны:

- руками одновременная и поочередная
- волна туловищем передняя на полу
- волна туловищем задняя на полу
- боковая - волна на пол с наклоном назад

Вращения, повороты:

- спиральное
- в горизонтальной плоскости с элементами гибкости
- поворот в пассе
- поворот с прямой ногой вперед
- поворот в кольцо (с помощью и без помощи рук)
- поворот в арабеске, аттитюде
- поворот в шпагат с помощью руки
- поворот в шпагат без помощи рук (боковой, передний, задний)

Упражнения с мячом:

- отбив от пола (разными частями тела)
- отбив от части тела
- переброски из руки в руку
- переброска без зрительного контроля
- броски с ловлей в одну руку
- броски с ловлей на тыльную сторону
- броски с ловлей другой частью тела
- бросок с ловлей на полу ногами
- бросок без зрительного контроля
- перекат по спине
- перекат по рукам
- перекат по двум частям тела
- перекат в положении лежа на спине
- перекат без зрительного контроля
- обволакивания
- закрутка
- броски в группах
- перекаты в группах
- бросок с вращательными элементами

Упражнения с обручем:

- вращения на шею
- вращение на талии
- вращение на ноге
- вращение на руке в лицевой плоскости
- вращение на руке в боковой плоскости
- вращение с изменением плоскости
- вращение над головой
- бросок в горизонтальной плоскости
- бросок в вертикальной плоскости
- бросок другой частью тела
- бросок без зрительного контроля
- перекат по спине
- перекат по полу
- перекат «бумеранг»
- перекат по рукам
- перекат по рукам без зрительного контроля
- большая переброска в парах
- большой бросок в группе
- совместный перекат по полу
- совместный перекат по телу
- сотрудничество между гимнасток работой предмета
- броски в группах
- перекаты в группах
- бросок с вращательными элементами

Упражнения со скакалкой:

- вращение в руке в лицевой плоскости
- вращение в руке в боковой плоскости
- вращение в горизонтальной плоскости
- «эшапе» с двойным вращением
- прыжки с вращением скакалки вперед
- прыжки назад
- прыжки «крестом» (с двойным вращением)
- прыжки в сложенную скакалку
- прыжок с двойным вращением
- бросок скакалки
- бросок с прыжка без зрительного контроля
- вращение развернутой скакалкой «мельница»
- бросок развернутой скакалки
- выброс одного конца скакалки и ловля
- броски в группах
- бросок с вращательными элементами

Упражнения с булавами:

- вращения (в горизонтальной и вертикальной плоскости)
- вращения вперед, назад
- вращения в разных плоскостях
- вращения с симметричными большими кругами
- мельницы (в горизонтальной, вертикальной плоскости)

- мельницы вперед, назад
- мельницы с переходом
- различные виды бросков

Упражнения с лентой:

- вращения (в горизонтальной и вертикальной плоскости)
- вращения в виде (спирали и змейки) вперед, назад
- вращения в виде (спирали и змейки) в разных плоскостях
- вращения с большими кругами
- «эшаше» (в горизонтальной, вертикальной плоскости)
- различные виды бросков

5. Хореография

- позиции рук
- позиции ног
- экзерсис на середине зала
- формирование мышечной массы
- вращения
- прыжки

6. Акробатика

- кувырок боком
- кувырок вперед
- кувырок назад
- стойка на руках
- переворот боком
- переворот вперед
- переворот назад

7. Программные упражнения

Упражнения составляются в соответствии с Требованиями Международной федерации художественной гимнастики (упражнения без предмета и с предметом).

8. Воспитательная работа

Экскурсии, беседы, участие в воспитательных мероприятиях учреждения.

9. Контрольные нормативы, открытые занятия

Сдача контрольных нормативов по общей физической подготовке и специальной технической подготовке (2 раза в год) в соответствии с годом обучения.

10. Классификационные соревнования на выполнение разрядов

Классификационные соревнования являются итоговой формой реализации программы «Грации». Соревнования проводятся в соответствии с календарным планом.

ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Задачи:

- Формировать и закреплять сложные элементы групп движений тела (повороты, прыжки, равновесия, элементы гибкости).
- Формировать и развивать специальные навыки работы с предметами (мяч, обруч, скакалка, булавы, лента).
- Формировать координацию и гимнастический стиль выполнения сложных упражнений.
- Развивать умения учащихся работать в группе самостоятельно.
- Достигать выполнения взрослых разрядов.
- Формировать потребность в здоровом образе жизни.

Учебный план

№ п/п	Раздел, темы	Всего часов
Теория		
1	Вводное занятие	1
2	Правила безопасности	1
Практика		
3	Общая физическая подготовка	28
4	Специальная техническая подготовка: -группы движения тела -техника работы с предметом	58
5	Хореография	22
6	Акробатика	30
7	Программные упражнения	58
8	Воспитательная работа	4
9	Контрольные нормативы, открытые занятия.	14
10	Квалификационные соревнования на выполнение разрядов	24
Итого:		240

В разделе практика все темы имеют теоретическую основу, тесно связанную с практическими действиями, поэтому невозможно указать точное время, отводимое на теорию.

Итоговыми формами реализации программы являются:

- сдача контрольных нормативов,
- классификационные соревнования.

Содержание учебного плана второго года обучения

Теория:

1. Вводное занятие

Сведения об изменениях и новшествах в художественной гимнастике.

Особенности, правила в художественной гимнастики. Польза занятий физической культурой. Требования к одежде при занятиях гимнастикой.

2. Безопасность поведения

Меры безопасности в случае возникновения пожара или появление задымленности. Правила поведения в спортивном зале, на гимнастической площадке, на соревнованиях различного уровня. Темы теории даются на всех годах обучения, с учетом возраста гимнасток и практического содержания программы.

Практика:

3. Общая физическая подготовка

- упражнения на силу и гибкость
- упражнения на развития скоростно-силовых качеств
- упражнения на выносливость
- упражнения на развития ловкости

4. Специальная техническая подготовка

- наклоны и элементы гибкости
- махи вперед, назад, в сторону, в кольцо
- наклон к ногам лежа на животе назад к ногам
- наклоны в шпагате
- стойка на груди
- перестроение группы по площадке с ритмическими шагами

Прыжки:

- прыжок с поворотом «касясь прогнувшись»
- «казачек с поворотом»
- прыжок «шагом в кольцо»
- прыжок «шагом прогнувшись»
- «жете анткрнан шагом»
- «касясь в кольцо прогнувшись»
- перестроение в группе с помощью прыжков
- перестроение по площадке с помощью прыжков

Равновесия:

- «панше» с низко опущенными плечами
- в шпагат с помощью руки
- в шпагат без помощи рук (боковой, передний, задний)
- арабеск, аттитюд
- «кольцо» (с помощью и без помощи рук)
- боковое с помощью руки

Волны:

- руками одновременная и поочередная
- волна туловищем передняя на полу
- волна туловищем задняя на полу
- боковая - волна на пол с наклоном назад

Вращения, повороты:

- в горизонтальной плоскости с элементами гибкости
- поворот в пассе

- поворот с прямой ногой вперед
- поворот в кольцо (с помощью и без помощи рук)
- поворот в арабеске, аттитюде
- поворот в шпагат с помощью руки
- поворот в шпагат без помощи рук (боковой, передний, задний)

Упражнения с мячом:

- переброска без зрительного контроля
- броски с ловлей в одну руку
- броски с ловлей на тыльную сторону
- броски с ловлей другой частью тела
- бросок с ловлей на полу ногами
- бросок без зрительного контроля
- перекат по спине
- перекат по рукам
- перекат по двум частям тела
- перекат в положении лежа на спине
- перекат без зрительного контроля
- обволакивания
- закрутка
- броски в группах
- перекаты в группах
- бросок с вращательными элементами

Упражнения с обручем:

- вращение с изменением плоскости
- вращение над головой
- бросок в горизонтальной плоскости
- бросок в вертикальной плоскости
- бросок другой частью тела
- бросок без зрительного контроля
- перекат по спине
- перекат по рукам
- перекат по рукам без зрительного контроля
- большая переброска в парах
- большой бросок в группе
- совместный перекат по полу
- совместный перекат по телу
- сотрудничество между гимнасток работой предмета
- броски в группах
- перекаты в группах
- бросок с вращательными элементами

Упражнения со скакалкой:

- «эшапе» с двойным вращением
- прыжки с вращением скакалки вперед
- прыжки назад
- прыжки «крестом» (с двойным вращением)
- прыжки в сложенную скакалку
- прыжок с двойным вращением
- бросок скакалки

- бросок с прыжка без зрительного контроля
- вращение развернутой скакалкой «мельница»
- бросок развернутой скакалки
- выброс одного конца скакалки и ловля
- броски в группах
- бросок с вращательными элементами

Упражнения с булавами:

- вращения (в горизонтальной и вертикальной плоскости)
- вращения вперед, назад
- вращения в разных плоскостях
- вращения с симметричными большими кругами
- мельницы (в горизонтальной, вертикальной плоскости)
- мельницы вперед, назад
- мельницы с переходом
- различные виды бросков

Упражнения с лентой:

- вращения (в горизонтальной и вертикальной плоскости)
- вращения в виде (спирали и змейки) вперед, назад
- вращения в виде (спирали и змейки) в разных плоскостях
- вращения с большими кругами
- «эшапе» (в горизонтальной, вертикальной плоскости)
- различные виды бросков

5. Хореография

- формирование мышечной массы
- партерная хореография
- классическая хореография у станка
- вращения
- прыжки

6. Акробатика

- кувырок «валяшка»
- стойка на руках
- переворот боком
- переворот вперед
- переворот назад

7. Программные упражнения

Упражнения составляются в соответствии с Требованиями Международной федерации художественной гимнастики (упражнения без предмета и с предметом).

8. Воспитательная работа

Экскурсии, беседы, участие в воспитательных мероприятиях учреждения.

9. Контрольные нормативы, открытые занятия

Сдача контрольных нормативов по общей физической подготовке и специальной технической подготовке (2 раза в год) в соответствии с годом обучения.

10. Классификационные соревнования на выполнение разрядов

Классификационные соревнования являются итоговой формой реализации программы «Грации». Соревнования проводятся в соответствии с календарным планом.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате освоения программы учащиеся должны:

В результате освоения содержания программы первого года обучения учащиеся: знают терминологию, название гимнастических предметов. Владеют знаниями и умениями при работе с гимнастическими предметами, навыками движения и пластики тела, безопасного поведения на учебном занятии, технику работы со скакалкой, мячом, обручем. Приобретают первичные знания работы с булавами, лентой. Умеют анализировать правильность выполнения элементов, упражнений с предметами.

В результате освоения содержания программы второго года обучения учащиеся: знают техническую и практическую часть выполнения поворотов, равновесий, прыжков, бросков и ловли предмета. Умеют анализировать правильность выполнения сложных гимнастических комбинаций в индивидуальной и групповой работе, техническую и практическую часть выполнения акробатических элементов: кувырки вперед, назад, боком, перевороты, бросок и ловля предмета, трудности тела, риски (бросок предмета и вращение под ним с последующей ловлей), повороты, серия прыжков, интегрированные равновесия. Знают партерную хореографию. Умеют выполнять: индивидуальные упражнения со скакалкой, обручем, мячом, булавами, лентой. Групповые упражнения с обручем, мячом, булавами.

В ходе реализации данной программы у учащихся формируются следующие **универсальные учебные действия (УУД):**

Предметные:

- соблюдать режим дня, питания и гигиены;
- умение работать в группе;
- умение работы с предметами (скакалка, обруч, мяч, булавы, лента).
- проявлять активность в практической деятельности;
- знать терминологию (художественной гимнастики);
- выполнение юношеских и взрослого разряда, соответствующий требованиям к спортивным разрядам, разработанным Международным техническим комитетом по художественной гимнастике.

Метапредметные:

Личностные:

- правильно оценивать себя и свои поступки;
- осознавать свою сопричастность к стране;
- формирование и развитие эстетических потребностей, ценностей и чувств.

Регулятивные:

- выделение и осознание учащимися того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению;
- осознание качества и уровня усвоения;
- способность к мобилизации сил и энергии, способность к волевому усилию;

- определять наиболее эффективные способы достижения результата.

Познавательные:

- структурирование знаний;
- осознание способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности.

Коммуникативные:

- умение работать в коллективе.

БЛОК 2. «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ»

ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Уровни усвоения программы

Название уровня	Описание
Высокий	<p>Знает: Название элемента, порядок выполнения</p> <p>Выполняет: Самостоятельно, соблюдая технику и чистоту исполнения(правильное исходное и конечное положения, правильно выполнены все этапы элемента).При выполнении все мышцы затянuty.</p> <p>Стремится к самообразованию, отлично формулирует и излагает свое мнение, принимает активное участие в групповых заданиях.</p>
Средний	<p>Знает: Название элементов, допускает незначительные ошибки в порядке их выполнения.</p> <p>Выполняет: Самостоятельно с небольшими ошибками в технике или чистоте исполнения. При выполнении не все мышцы натянуты.</p> <p>Иногда прослеживается стремление к самообразованию, достаточно хорошо формулирует и излагает свое мнение, редко принимает участие в групповых заданиях.</p>
Низкий	<p>Знает: Не знает названия элементов, допускает значительные ошибки в порядке их выполнения.</p> <p>Выполняет: Самостоятельно грубыми ошибками в технике или чистоте исполнения, либо с поддержкой тренера. При выполнении мышцы не натянуты.</p>

	Очень редко прослеживается стремление к самообразованию, плохо формулирует, излагает свое мнение, не принимает участие в групповых заданиях.
--	--

Мониторинг результативности

Качество реализации дополнительной общеобразовательной программы отслеживается при помощи мониторинга результативности образовательной деятельности обучаемого, ориентированного на задачи программы.

параметры	критерии	показатели	методы
Система знаний, умений, навыков	Формирование базовых навыков в работе с предметами, выполнение контрольных нормативов Выполнение разрядов	Правильность выполнения упражнений	Зачет, тестирование
Общие и профессиональные компетенции	Формирование пластики тела	Правильность выполнения	Зачет, контрольное занятие
	Коммуникативность	Способность работать в группе	Наблюдение, соревнования
Социальная воспитанность	Формирование потребности к ЗОЖ	Соблюдение режима дня, питания и гигиены	Наблюдения, опрос родителей

Периодичность проведения мониторинга 2 раза в год, в начале (октябрь) и в конце (апрель, май) учебного года с фиксацией полученных результатов в журнале мониторинга.

Наиболее способные дети участвуют в соревнованиях городского, областного, межрегионального, Российского и Международного уровня.

По итогам мониторинга и результатов участия в классификационных соревнованиях проводится итоговый контроль знаний, умений, навыков обучающихся.

ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ КОМПОНЕНТ ПРОГРАММЫ

Воспитательная работа в рамках данной дополнительной общеразвивающей программы направлена на создание условий для формирования уважительного отношения к истории и культуре своего народа, формирование чувства сопричастности к своему народу. Кроме того, воспитательная работа формирует у учащихся сознательное отношение к своей жизни, окружающим людям и явлениям,

способствует гуманизации отношений внутри коллектива, а также позволяет объединить детей и взрослых в рамках общих мероприятий.

Воспитательный компонент программы реализуется на следующих уровнях:
на учебных занятиях:

- с первых занятий педагог создает условия для установления доверительных отношений между взрослым и учащимися, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб педагога.

- учащиеся знакомятся с законами жизни в детском объединении, правилами общения со старшими (педагогами) и сверстниками (учащимися), принципами учебной дисциплины и самоорганизации.

- в ходе занятий внимание учащихся обращается к ценностному аспекту изучаемых на занятии явлений, ситуаций, инициируется их обсуждение, высказывание учащимися своего мнения по их поводу, выработка своего к ним отношения;

- с целью создания условий для самореализации детей на занятиях используются игровые элементы, стимулирующие инициативность и активность детей; моральное поощрение инициативы и творчества; продуманное сочетание индивидуальных, групповых и коллективных форм деятельности для создания благоприятных социально-психологических условий свободного межличностного общения.

- Каждый учащийся на занятиях находится в активной, деятельностной позиции – он не просто слушатель, не сторонний наблюдатель, а непосредственный участник процесса, вникающий во все детали работы.

- На учебных занятиях активно используется принцип передачи знаний «от учителя к ученику» и «от старшего к младшему». Организация помощи более старших учащихся младшим дает учащимся социально-значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи.

участие в жизни Дворца:

- знакомство учащихся с нормами и правилами совместной жизнедеятельности поведения в учреждении;

- участие объединения в ключевых культурно-образовательных событиях и социально-значимых акциях Дворца.

работа с родителями:

Родители учащихся активно привлекаются в жизнь объединения. Работа с родителями направлена на формирование у учащихся ценностных представлений о семейных ценностях, традициях, культуре семейной жизни.

- привлечение родителей к организации и проведению воспитательных мероприятий (тематические экскурсии, выставки творческих работ, ярмарки и др.);

- индивидуальная работа с родителями;

- родительские собрания в объединении;

- проведение открытых занятий для родителей.

Программа предполагает также организацию и проведение экскурсий, творческих встреч с известными гимнастками, детскими коллективами схожего направления деятельности, что способствует расширению кругозора учащихся, а также успешному усвоению теоретических знаний.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение

Помещение:

спортивный зал, оборудованный в соответствии с профилем проводимых занятий и санитарно-гигиеническими нормами

Оборудование:

- Гимнастические скамейки
- Шведские стенки
- Зеркала
- Гимнастические маты
- Музыкальный центр

Информационное обеспечение:

- Инструкции по технике безопасности.

Кадровое обеспечение:

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим высшее педагогическое образование. Педагог, реализующий программу, обладает необходимыми знаниями, умениями, навыками, соответствующими профилю данной программы.

Методическое обеспечение

№	Тема	Форма занятия	Приемы и методы	Оснащение занятий	Подведение итогов
1	Вводное занятие	групповая	рассказ, объяснение, показ, демонстрация	иллюстрации, средства ИКТ (учебный видеофильм)	устный опрос
2	Правила безопасности	групповая	беседа, демонстрация, показ, сравнение	план-схема эвакуации	устный опрос
3	Общая физическая подготовка	групповая, звеньевая	объяснение, упражнение, повторение, метод взаимной проверки, метод эмоционального стимулирования, создание ситуации успеха, поощрение и порицание, постановка системы перспектив, игра, контроль	гимнастические стенки и скамейка, скакалка, набивные мячи	зачет, сдача контрольных нормативов
4	Специальная техническая подготовка	групповая, звеньевая	объяснение, упражнение, повторение, показ, метод закрепления и повторения изученного, контроль за правильностью	обруч, скакалка, мяч, булавки, лента, средства ИКТ (музыкальный центр, аудио – записи)	зачет, сдача контрольных нормативов

			исполнения, сравнение, приучение к точному выполнению заданий, поощрение, порицание, игровые задания		
5	Хореография	групповая, звеньевая	упражнение, объяснение, повторение, показ, развитие познавательного интереса, создания ситуации творческого поиска	хореографический станок, гимнастическая стенка, музыкальный центр	анализ, фронтальный опрос
6	Акробатика	групповая, звеньевая	упражнение, объяснение, повторение, показ, контроль за правильностью исполнения, работа в парах, страховка	Гимнастические мат, стенка, скамейка. Гимнастические предметы (скакалка, обруч, мяч, булавы, лента).	сдача контрольных нормативов, зачет
7	Программные упражнения	индивидуальная, групповая, звеньевая	упражнение, объяснение, повторение, демонстрация, показ, контроль за правильностью исполнения, метод развития познавательного интереса, создание ситуации творческого поиска	средства ИКТ (музыкальный центр, аудиозаписи), мяч, скакалка, обруч, булавы, лента, гимнастический мат	анализ, наблюдение за работой детей, соревнования
8	Контрольные нормативы	индивидуальная, групповая	демонстрация, показ, устный опрос, тестирование контрольное задание, анализ	средства ИКТ (музыкальный центр, аудиозаписи), мяч, скакалка, обруч, булавы, лента	тестирование, анализ
9	Классификационные соревнования	Индивидуальная, групповые	самооценка, разъяснение, объяснение, настрой на успех, поощрение, анализ.	средства ИКТ (музыкальный центр, аудиозаписи), мяч, скакалка, обруч, булавы, лента	наблюдение, анализ

Организация образовательного процесса в дистанционном формате

В случае необходимости (карантинные мероприятия, вынужденное дистанцирование) реализация дополнительной общеразвивающей программы может осуществляться в дистанционном формате с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии учащихся и педагога.

Для организации эффективного процесса обучения, реализации учебного плана программы активно используются педагогом следующие электронные каналы взаимодействия с учащимися:

- группа детского объединения в социальной сети Вконтакте (создана педагогом),
- беседы в социальной сети Вконтакте для разных групп учащихся (созданные педагогом),
- группа учреждения в социальной сети Вконтакте,
- сервисы для проведения видеоконференций, онлайн-встреч,
- общение по телефону.

При организации образовательного процесса с применением дистанционных образовательных технологий учитываются возрастные особенности учащихся. В группах учащихся дошкольного и младшего школьного возраста обучение, взаимодействие с детьми проходит с привлечением помощи родителей.

Педагог при проведении онлайн-занятия соблюдает следующие требования: продолжительность онлайн-занятия, а также время самостоятельной работы младших школьников за компьютером, планшетом или другим электронным носителем не должна превышать 25 минут (для обучающихся 3-4 классов). Продолжительность онлайн-занятия для обучающихся среднего и старшего школьного возраста - 30 минут.

Структура учебного занятия в дистанционном формате содержит основные компоненты, что и занятие в очной форме. При проведении занятия в дистанционном формате в водной его части педагогом обозначаются правила работы и взаимодействия (педагог объясняет учащимся технические особенности работы и правила обмена информацией). В процессе занятия педагог дает инструкции выполнения заданий. В конце занятия используется контроль усвоения знаний учащимися.

Для изучения нового материала, закрепления и обобщения изученного материала используются:

- разработанные педагогом презентации с текстовым комментарием,
- самостоятельно созданные педагогом видеоуроки,
- тексты,
- художественные и научные фильмы,
- online-занятие,
- видеолекция,
- online-консультация,
- материалы доступных образовательных интернет-ресурсов,
- инструкции по выполнению практических заданий,
- дидактические материалы/ технологические карты,
- и др.

Для контроля и оценки результатов обучения используются контрольные задания, опросы, тесты, предусмотренные в каждом разделе программы. Выполненные учащимися контрольные задания, опросы и тесты отправляются на электронную почту педагога или размещаются на указанных ресурсах в сети Интернет в текстовом, видео- или фото-формате. Обратную связь по контролю педагог дает учащимся в виде текстовых или аудио-рецензий, устных онлайн-консультаций.

Для решения воспитательных задач программы в образовательный процесс включаются задания по участию учащихся в социально значимых мероприятиях различного уровня, организованных в дистанционном режиме.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Первый год обучения

№ п/п	Месяц	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятий	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	Учебное занятие	2	Вводное занятие, правила безопасности	Спортивный зал	Первичная диагностика
2	Сентябрь	Учебное занятие	1	Общая физическая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение
3	Сентябрь	Учебное занятие	5	Специальная техническая подготовка	Спортивный зал	Знакомство с предметами
4	Сентябрь	Учебное занятие	3	Хореография	Спортивный зал	Практическое упражнение
5	Сентябрь	Учебное занятие	2	Акробатика	Спортивный зал	Практическое упражнение
6	Сентябрь	Учебное занятие	5	Программные упражнения	Спортивный зал	Практическое упражнение
7	Сентябрь	Участие в мероприятиях Дворца	1	Воспитательная работа	Актный зал	Наблюдение, опрос,
8	Октябрь	Учебное занятие	2	Общая физическая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение

9	Октябрь	Учебное занятие	8	Специальная техническая подготовка	Спортивный зал	Знакомство с предметами
10	Октябрь	Учебное занятие	3	Хореография	Спортивный зал	Практическое упражнение
11	Октябрь	Учебное занятие	3	Акробатика	Спортивный зал	Практическое упражнение
12	Октябрь	Учебное занятие	5	Программные упражнения	Спортивный зал	Практическое упражнение
13	Октябрь	Учебное занятие	4	Контрольные нормативы	Спортивные зал	Практическое упражнение
14	Октябрь	Соревнования	5	Квалификационные соревнования	По назначению	Практическое упражнение
15	Ноябрь	Учебное занятие	2	Общая физическая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение
16	Ноябрь	Учебное занятие	8	Специальная техническая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение
17	Ноябрь	Учебное занятие	2	Хореография	Спортивный зал	Практическое упражнение
18	Ноябрь	Учебное занятие	3	Акробатика	Спортивный зал	Практическое упражнение
19	Ноябрь	Учебное занятие	5	Программные упражнения	Спортивный зал	Практическое упражнение
20	Ноябрь	Соревнования	3	Квалификационные соревнования	По назначению	Практическое упражнение
21	Декабрь	Учебное занятие	1	Общая физическая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение
22	Декабрь	Учебное занятие	5	Специальная техническая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение
23	Декабрь	Учебное занятие	2	Хореография	Спортивный зал	Практическое упражнение

24	Декабрь	Учебное занятие	2	Акробатика	Спортивный зал	Практическое упражнение
25	Декабрь	Учебное занятие	5	Программные упражнения	Спортивный зал	Практическое упражнение
26	Декабрь	Соревнования	2	Квалификационные соревнования	По назначению	Практическое занятие
27	Декабрь	Совместное занятие с родителями	1	Воспитательная работа	Спортивный зал	Воспитательное занятие
1	Январь	Учебное занятие	4	Общая физическая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение
2	Январь	Учебное занятие	4	Специальная техническая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение
3	Январь	Учебное занятие	2	Хореография	Спортивный зал	Практическое упражнение
4	Январь	Учебное занятие	2	Акробатика	Спортивный зал	Практическое упражнение
5	Январь	Учебное занятие	5	Программные упражнения	Спортивный зал	Практическое упражнение
6	Февраль	Учебное занятие	4	Общая физическая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение
7	Февраль	Учебное занятие	5	Специальная техническая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение
8	Февраль	Соревнования	2	Хореография	По назначению	Практическое упражнение
9	Февраль	Учебное занятие	5	Акробатика	Спортивный зал	Практическое упражнение
10	Февраль	Учебное занятие	6	Программные упражнения	Спортивный зал	Практическое упражнение
11	Февраль	Соревнования	3	Квалификационные соревнования	По назначению	Практическое упражнение

12	Март	Учебное занятие	3	Общая физическая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение
13	Март	Учебное занятие	6	Специальная техническая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение
14	Март	Учебное занятие	2	Хореография	Спортивный зал	Практическое упражнение
15	Март	Учебное занятие	5	Акробатика	Спортивный зал	Практическое упражнение
16	Март	Учебное занятие	6	Программные упражнения	Спортивный зал	Практическое упражнение
17	Март	Соревнования	4	Квалификационные соревнования	По назначению	Практическое упражнение
18	Апрель	Учебное занятие	3	Общая физическая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение
19	Апрель	Учебное занятие	6	Специальная техническая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение
20	Апрель	Учебное занятие	2	Хореография	Спортивный зал	Практическое упражнение
21	Апрель	Учебное занятие	3	Акробатика	Спортивный зал	Практическое упражнение
22	Апрель	Учебное занятие	6	Программные упражнения	Спортивный зал	Практическое упражнение
23	Апрель	Учебное занятие	4	Контрольные нормативы	Спортивный зал	Практическое упражнение
24	Апрель	Соревнования	4	Квалификационные соревнования	По назначению	Практическое упражнение
25	Май	Учебное занятие	4	Общая физическая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение
26	Май	Учебное занятие	5	Специальная техническая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение

27	Май	Учебное занятие	2	Хореография	Спортивный зал	Практическое упражнение
28	Май	Учебное занятие	3	Акробатика	Спортивный зал	Практическое упражнение
29	Май	Учебное занятие	5	Программные упражнения	Спортивный зал	Практическое упражнение
30	Май	Совместное занятие с родителями	2	Воспитательная работа	Спортивный зал	Практическое занятие
30	Май	Учебное занятие	6	Контрольные нормативы	Спортивный зал	Практическое занятие
31	Май	Соревнования	3	Квалификационные соревнования	По назначению	Практическое упражнение
32	Июнь	Учебное занятие	4	Общая физическая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение
33	Июнь	Учебное занятие	6	Специальная техническая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение
34	Июнь	Учебное занятие	2	Хореография	Спортивный зал	Практическое упражнение
35	Июнь	Учебное занятие	2	Акробатика	Спортивный зал	Практическое упражнение
36	Июнь	Учебное занятие	10	Программные упражнения	Спортивный зал	Практическое упражнение
		Итого:	240			

Второй год обучения

№ п/п	Месяц	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятий	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	Учебное занятие	2	Вводное занятие, правила безопасности	Спортивный зал	Первичная диагностика

2	Сентябрь	Учебное занятие	1	Общая физическая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение
3	Сентябрь	Учебное занятие	5	Специальная техническая подготовка	Спортивный зал	Знакомство с предметами
4	Сентябрь	Учебное занятие	3	Хореография	Спортивный зал	Практическое упражнение
5	Сентябрь	Учебное занятие	2	Акробатика	Спортивный зал	Практическое упражнение
6	Сентябрь	Учебное занятие	5	Программные упражнения	Спортивный зал	Практическое упражнение
7	Сентябрь	Участие в мероприятиях Дворца	1	Воспитательная работа	Актный зал	Наблюдение, опрос,
8	Октябрь	Учебное занятие	2	Общая физическая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение
9	Октябрь	Учебное занятие	8	Специальная техническая подготовка	Спортивный зал	Знакомство с предметами
10	Октябрь	Учебное занятие	3	Хореография	Спортивный зал	Практическое упражнение
11	Октябрь	Учебное занятие	3	Акробатика	Спортивный зал	Практическое упражнение
12	Октябрь	Учебное занятие	5	Программные упражнения	Спортивный зал	Практическое упражнение
13	Октябрь	Учебное занятие	4	Контрольные нормативы	Спортивные зал	Практическое упражнение
14	Октябрь	Соревнования	5	Квалификационные соревнования	По назначению	Практическое упражнение
15	Ноябрь	Учебное занятие	2	Общая физическая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение

16	Ноябрь	Учебное занятие	8	Специальная техническая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение
17	Ноябрь	Учебное занятие	2	Хореография	Спортивный зал	Практическое упражнение
18	Ноябрь	Учебное занятие	3	Акробатика	Спортивный зал	Практическое упражнение
19	Ноябрь	Учебное занятие	5	Программные упражнения	Спортивный зал	Практическое упражнение
20	Ноябрь	Соревнования	3	Квалификационные соревнования	По назначению	Практическое упражнение
21	Декабрь	Учебное занятие	1	Общая физическая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение
22	Декабрь	Учебное занятие	5	Специальная техническая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение
23	Декабрь	Учебное занятие	2	Хореография	Спортивный зал	Практическое упражнение
24	Декабрь	Учебное занятие	2	Акробатика	Спортивный зал	Практическое упражнение
25	Декабрь	Учебное занятие	5	Программные упражнения	Спортивный зал	Практическое упражнение
26	Декабрь	Соревнования	2	Квалификационные соревнования	По назначению	Практическое занятие
27	Декабрь	Совместное занятие с родителями	1	Воспитательная работа	Спортивный зал	Воспитательное занятие
1	Январь	Учебное занятие	4	Общая физическая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение
2	Январь	Учебное занятие	4	Специальная техническая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение
3	Январь	Учебное занятие	2	Хореография	Спортивный зал	Практическое упражнение

4	Январь	Учебное занятие	2	Акробатика	Спортивный зал	Практическое упражнение
5	Январь	Учебное занятие	5	Программные упражнения	Спортивный зал	Практическое упражнение
6	Февраль	Учебное занятие	4	Общая физическая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение
7	Февраль	Учебное занятие	5	Специальная техническая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение
8	Февраль	Соревнования	2	Хореография	По назначению	Практическое упражнение
9	Февраль	Учебное занятие	5	Акробатика	Спортивный зал	Практическое упражнение
10	Февраль	Учебное занятие	6	Программные упражнения	Спортивный зал	Практическое упражнение
11	Февраль	Соревнования	3	Квалификационные соревнования	По назначению	Практическое упражнение
12	Март	Учебное занятие	3	Общая физическая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение
13	Март	Учебное занятие	6	Специальная техническая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение
14	Март	Учебное занятие	2	Хореография	Спортивный зал	Практическое упражнение
15	Март	Учебное занятие	5	Акробатика	Спортивный зал	Практическое упражнение
16	Март	Учебное занятие	6	Программные упражнения	Спортивный зал	Практическое упражнение
17	Март	Соревнования	4	Квалификационные соревнования	По назначению	Практическое упражнение
18	Апрель	Учебное занятие	3	Общая физическая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение

19	Апрель	Учебное занятие	6	Специальная техническая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение
20	Апрель	Учебное занятие	2	Хореография	Спортивный зал	Практическое упражнение
21	Апрель	Учебное занятие	3	Акробатика	Спортивный зал	Практическое упражнение
22	Апрель	Учебное занятие	6	Программные упражнения	Спортивный зал	Практическое упражнение
23	Апрель	Учебное занятие	4	Контрольные нормативы	Спортивный зал	Практическое упражнение
24	Апрель	Соревнования	4	Квалификационные соревнования	По назначению	Практическое упражнение
25	Май	Учебное занятие	4	Общая физическая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение
26	Май	Учебное занятие	5	Специальная техническая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение
27	Май	Учебное занятие	2	Хореография	Спортивный зал	Практическое упражнение
28	Май	Учебное занятие	3	Акробатика	Спортивный зал	Практическое упражнение
29	Май	Учебное занятие	5	Программные упражнения	Спортивный зал	Практическое упражнение
30	Май	Совместное занятие с родителями	2	Воспитательная работа	Спортивный зал	Практическое занятие
30	Май	Учебное занятие	6	Контрольные нормативы	Спортивный зал	Практическое занятие
31	Май	Соревнования	3	Квалификационные соревнования	По назначению	Практическое упражнение
32	Июнь	Учебное занятие	4	Общая физическая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение

33	Июнь	Учебное занятие	6	Специальная техническая подготовка	Спортивный зал	Практическое упражнение
34	Июнь	Учебное занятие	2	Хореография	Спортивный зал	Практическое упражнение
35	Июнь	Учебное занятие	2	Акробатика	Спортивный зал	Практическое упражнение
36	Июнь	Учебное занятие	10	Программные упражнения	Спортивный зал	Практическое упражнение
		Итого:	240			

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагога:

1. Бирюк Е.В., Овчинникова Н.А. Педагогическая технология обучения упражнениям с предметами гимнасток высокой квалификации. – Тбилиси, 1988.
2. Бондаревская В.А. Смыслы и стратегии личностно-ориентированного воспитания.// Педагогика,-№1, 2001.
3. Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. - М.,1990.
- 4.Давыдов В.В. Проблемы развивающего обучения: Опыт теоретического и экспериментального психологического исследования. - М.: Педагогика, 1986.
5. Иванова М.М. Технологии формирования ценности у младших школьников. – Череповец, ЧГУ, 2006.
6. Иванова И. А. Многообразие русского танца // Хореография: история, теория, практика. Вып. 4. - М.: Московская академия образования Натальи Нестеровой, 2011. - 248с.
7. Ильенков Э.В. Сочинение танца. - М.: Прогресс, 2005 - 276с.
8. Карпенко Л.А., Винер И.А., Савицкий В.А. Методика оценки и развития физических способностей у занимающихся художественной гимнастикой. – М.: ВФХГ, 2007.
9. Лисицкая Т.С. Художественная гимнастика. - М.: ФиС, 1986.
10. Ломова Т.П. Музыка и движения. - М.,1984.
11. Назарова О.М. Методика проведение занятий по художественной гимнастике с детьми 5-6 лет. -М.: ВФХГ, 2001.
12. Овчинникова Т.Н. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. - М.: Просвещение, 1991.
13. Сивакова Д.А.Уроки художественной гимнастики. - М.: ФиС, 1978.
14. Соковикова Н. В. Национальный танец как средство развития генетической отзывчивости на национальную музыку детей дошкольного и младшего школьного возраста// Хореография: история, теория, практика. Вып. 4. - М.: Московская академия образования Натальи Нестеровой, 2011. - 248с.
15. Шипилина И.А. Хореография в спорте. – Ростов – на – Дону: Феникс,2004.

16. Щуркова Н.Е. Педагогическая технология. Педагогическое воздействие в процессе воспитания. - М., 1992.
17. Учебно-методический комплект под редакцией И.А.Винер. Рабочая программа «Физическая культура. Гимнастика» 1-4 классы. – М.: Издательство «Просвещение», 2011.
18. Винер И.А. «Физическая культура. Гармоничное развитие детей средствами гимнастики». Методическое пособие.1-4 классы. -М.: Издательство «Просвещение», 2012.
19. Винер И.А. «Физическая культура. Гимнастика» 1-4 классы. Учебник для общеобразовательных учреждений в 2-х частях, в т.ч. электронный учебник. М.: Издательство «Просвещение», 2011.
20. Винер И.А. Рабочая программа «Гармоничное развитие детей средствами гимнастики». Программа дополнительного образования. М.: Издательство «Просвещение», 2011.
21. Асмолов А.Г. Психология личности. Культурно-историческое понимание развития человека Серия "Психология для студента", 2007.

Для родителей и учащихся:

1. Лисицкая Т.С. Художественная гимнастика. - М.: ФиС, 1986.
2. Винер И.А. «Физическая культура. Гармоничное развитие детей средствами гимнастики». Методическое пособие.1-4 классы. -М.: Издательство «Просвещение», 2012.
3. Назарова О.М. Методика проведение занятий по художественной гимнастике с детьми 5-6 лет. - М.: ВФХГ, 2001.
4. Чуковский К., Барто А., Заходер Б., Михалков С. Любимые стихи. - М.: Детская литература, 2010.