

Комитет по образованию администрации
Городского округа «Город Калининград»
муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
города Калининграда
Детско-юношеский центр «Московский»

Принята
на заседании педагогического совета
Протокол № 2 от «28» мая 2024 года

Утверждаю
Директор МАУДО ДЮЦ «Московский»

Л.К. Козынченко
Приказ № 77 от «21» августа.2024 года

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Акробатика»**

Возраст обучающихся: 6 - 14 лет
Срок реализации: 3 года

Автор-составитель:
Белосток Ксения Максимовна,
педагог дополнительного образования

г. Калининград
2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Описание предмета, дисциплины которому посвящена программа

Предметом акробатики как учебной дисциплины является: основы техники выполнения акробатических элементов (кувырки, колеса, перевороты, сальто, шпагаты, мостики, все виды стоек, а также комплекс специальных физических упражнений на все группы мышц), прыжки с использованием специального инвентаря: камеры, батута, страховочного пояса и без них. Затем осваивают более сложный материал, например, соединения из акробатических прыжков. Благодаря своей специфике акробатические прыжки завоевали большую популярность и признание как прикладной вид двигательной деятельности в спортивной, концертной и бытовой практике. После овладения методами и приемами основ акробатики - кувырков назад и вперед, переворотов назад и вперед, перекатов, фляков с места, полетов-кувырков, сальто вперед с камеры с разбега, рондадов – дети успешно могут решать основные задачи физического и интеллектуального развития и воспитания. Акробатика позволяет ребенку развиваться комплексно (развивает все группы мышц, скорость реакции, быстроту мышления, дыхательную систему организма, координацию движений, вестибулярный аппарат, пластику и гибкость тела, и многое другое).

Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа

Ведущая идея программы - занятия спортивной акробатикой укрепляют здоровье ребенка, полностью удовлетворяют потребность детей в активных движениях, так как это вид спорта, который даёт нагрузку на все мышечные группы. Акробатические упражнения позволяют развивать и совершенствовать такие двигательные качества, как ловкость, быстроту, координацию движений и сил. Использование акробатических упражнений дает возможность не только обогатить и расширить круг доступных ребенку движений, но и формирует устойчивый интерес и желание заниматься спортом. Идея программы состоит в следующем: умения и навыки, полученные на занятиях по программе, ребенок может использовать для специальной подготовки и на занятиях другими видами спорта.

Описание ключевых понятий, которыми оперирует автор программы

Ключевые понятия:

Перека́т – вращательное движение тела с последовательным касанием опоры (без переворачивания через голову).

Различают: перека́т впе́рёд, в сторо́ну, круговой перека́т, перека́т назад согнувшись, выполняемый из седа.

Группи́ровка – согнутое положение тела (колени к плечам, локти прижаты, захват за голени).

Различают группировку лёжа, сидя и в приседе, а также широкую группировку.

Кувыро́к – вращательное движение тела с последовательной опорой и переворачиванием через голову.

Различают: кувырок вперёд, длинный кувырок, кувырок с прыжка с фазой полёта до опоры руками, лет-кувырок, кувырок с поворотом, заканчивающимся лицом в другую сторону, кувырок назад, кувырок назад в упор на колене, кувырок назад согнувшись и др.

Гимнастический мост – дугообразное, максимально прогнутое положение тела спиной к опоре.

Различают: мост, мост на одной руке, мост на одной ноге, мост на предплечьях, мост разноименный. Например, с опорой правой ногой и левой рукой, и др.

Шпагат – сед с предельно разведёнными ногами (с касанием опоры всей длиной той и другой ноги).

Различают: шпагат, шпагат правой, левой (указывается нога, находящаяся впереди), одноименный, разноименный, шпагат с наклоном и др.

Полу-шпагат – аналогичное положение, но с согнутой ногой, находящейся впереди.

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Акробатика» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Уровень освоения программы

Уровень освоения программы – базовый

Актуальность программы

Акробатика – это современный вид спорта, способствующий оздоровлению и положительному эмоциональному подъёму. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Акробатика» призвана осуществлять физкультурно-оздоровительную и воспитательную работу среди обучающихся, направленную на формирование здорового образа жизни, всестороннее физическое развитие, совершенствование двигательных качеств и способностей, связанных с выполнением прыжков, вращений, равновесий. Программа пропагандирует здоровый образ жизни и служит средством профилактики и коррекции здоровья. В программу подготовки детей включён комплекс упражнений на формирование правильной осанки, что способствует профилактике искривления позвоночника и укрепление мышечного корсета.

Педагогическая целесообразность программы

Программа «Акробатика» составлена таким образом, чтобы обучающиеся могли овладеть техниками правильного выполнения акробатических, хореографических и танцевальных элементов, приобрести практические навыки работы с партнёром и в группах. Данная программа позволяет планомерно работать с разновозрастными обучающимися, объединяя их по физическим данным и уровням физической подготовки. Реализация данной программы является конечным результатом, а также ступенью для перехода на другой уровень сложности.

Практическая значимость программы

Обучающиеся научатся выполнять прыжковые и сложно координационные упражнения, использовать парногрупповые элементы,

освоят элементы хореографии и танцев. Содержание данной программы построено таким образом, что обучающиеся под руководством педагога смогут не только выполнять акробатические элементы, следуя пошаговым методическим указаниям, но и, используя танцевальные и хореографические элементы, составлять красивые акробатические этюды.

Принципы отбора содержания программы

Принципы отбора содержания программы:

Принцип сознательности и активности. Успешное формирование двигательных навыков и умений, развитие физических качеств во многом зависит от сознательного отношения обучающихся к занятиям. С этой целью необходимо объяснять детям важность занятий, значение упражнений, технику их выполнения, приучать обучающихся наблюдать за выполнением упражнений сверстниками, побуждать их к самонаблюдению и самоанализу, самооценке своих действий, предварительному «прочувствованию» (мысленное воспроизведение) движений, привлечь к объяснению знакомого упражнения. Принцип сознательности предусматривает воспитание у обучающихся инициативы, самостоятельности, умения творчески решать поставленные перед ними задачи, например, придумать самим, как соединить 2-Закробатических элемента, придумать композицию.

Принцип наглядности заключается в том, что при обучении применяются разнообразные наглядные приемы: показ упражнений, использование наглядных пособий, имитации, зрительные, звуковые ориентиры.

Принцип доступности и индивидуализации. Принцип доступности предполагает включение таких трудностей, которые могут быть успешно преодолены при мобилизации физических и моральных сил обучающегося, но без нарушения оздоровительного эффекта занятий. Возможности ребёнка с возрастом и подготовленностью увеличиваются, поэтому нужно усложнять требования, чтобы стимулировать его дальнейшее развитие. В процессе обучения и воспитания следует придерживаться правил: от известного к неизвестному, от простого к более сложному, от освоенного к неосвоенному. При переходе к более трудным заданиям соблюдается постепенность, так как функциональные возможности организма повышаются постепенно. Функциональные возможности, здоровье, физическое развитие обучающихся различны. Имеются также индивидуальные различия в скорости освоения движений, в характере реакции организма на физическую нагрузку. Поэтому тренировочный процесс строго индивидуализируется. При выполнении общих программных требований индивидуальный подход выражается в дифференцировании заданий, норм нагрузок и способов их регулирования, а также приемов педагогического воздействия.

Принцип систематичности. Функциональные и структурные изменения в организме, двигательные навыки обратимы, т. е. они претерпевают обратное развитие в случае прекращения занятий физическими упражнениями. Поэтому занятия проводятся через такой промежуток времени, чтобы эффект каждого последующего занятия наслаивался на

«следы» предыдущего, закрепляя и развивая вызванные им положительные изменения.

Занятия насыщены разнообразными упражнениями, такими как: бег, прыжки, танцевальные, акробатические и хореографические элементы, что способствует более эффективному совершенствованию двигательных способностей школьников.

Отличительные особенности программы

В условиях развития современного общества отмечается выраженная тенденция к активной пропаганде новых форм и видов танцевального искусства с развитием популярных танцевальных стилей, и направлений современной хореографии. В качестве компонента, способствующего усилению эффекта танцевальной постановки, педагогами рассматривается включение в танцы элементов акробатики, которыми, наряду с усилением эффекта, обычному танцевальному номеру придается элемент шоу, повышается его яркость, сила, усиливается его влияние на зрителя.

Посредством включения в танцевальную программу акробатических упражнений повышается спортивная направленность танцев, уровень развития рельефной и гармонично развитой мускулатуры, развиваются координационные, силовые способности, вестибулярная устойчивость и ориентировка в пространстве обучающихся. Наличие и сложность акробатических элементов в составе программ выступлений коллективов современного танца позволят иметь более высокие рейтинги данных коллективов.

Цель программы

Цель программы: практическое овладение обучающимися техниками выполнения акробатических элементов как компонента содержания танцевальных программ коллективов современного танца.

Задачи программы

Задачи программы:

Образовательные:

- обучить общеразвивающим упражнениям на растяжку и гибкость, базовым статическим элементам, основам техники исполнения акробатических элементов;
- изучить балансовые элементы акробатики; технику исполнения элементов индивидуальной работы.

Развивающие:

- развить мотивацию к потребности в саморазвитии;
- повысить уровень развития физических и личностных качеств: силы, гибкости, выносливости, трудолюбия, ловкости, воли, смелости, целеустремленности и упорства;
- сформировать специальные двигательные навыки, направленные на повышение уровня успешности освоения акробатических упражнений;
- укрепить опорно-двигательный аппарат детей.

Воспитательные:

- способствовать физическому, музыкально-ритмическому и эстетическому воспитанию;
- содействовать духовно-нравственному становлению личности;
- способствовать воспитанию морально-волевых качеств: смелости, ловкости, решительности;
- способствовать развитию культуры здорового образа жизни.

Психолого-педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предназначена для детей в возрасте 6 – 14 лет. Набор детей в объединение – свободный. Необходимо наличие медицинской справки.

Особенности организации образовательного процесса

Программа объединения предусматривает индивидуальные, групповые, фронтальные формы работы с детьми. Состав группы – 8-22 человека.

Форма обучения по программе

Форма обучения – очная.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Общее количество часов в 1 год обучения – 144 часа, во 2 год обучения – 144 часов, в 3 год обучения-144 часов. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – для обучающихся 6 лет – 30 минут, 7-10 лет – 40 минут, 11-14 лет – 45 минут. Между занятиями установлены 10 – минутные перемены. Недельная нагрузка на одну группу: 4 часа в первый год обучения, 4 часов во второй год обучения, 4 часа в третий год обучения.

Объем и срок освоения программы

Срок освоения программы – 3 года. На полное освоение программы потребуется 432 часов.

Основные методы обучения

Процесс обучения двигательным действиям условно подразделяют на три этапа: этап начального обучения двигательному действию, этап углубленного разучивания, этап закрепления и совершенствования техники исполнения.

Этап начального обучения двигательному действию. Для этого этапа характерным является постановка двигательной задачи и помощь ученику в поиске наиболее рациональных (эффективных) путей её решения.

Этап углубленного разучивания. Характерным для этого этапа является детальное решение поставленной задачи.

Этап закрепления и совершенствования техники исполнения. На этом этапе осуществляется закрепление найденного (оптимального) решения двигательной задачи и создаются необходимые условия для использования достигнутого в решении последующих двигательных задач.

В ходе практической деятельности применяются различные методы. Их выбор зависит от учебной задачи, характера и сложности изучаемого упражнения, времени, места и условий, в которых проводятся занятия, от физической и технической подготовленности занимающихся. К методам обучения относят: **словесный метод, метод наглядной демонстрации,**

методы упражнения. При реализации словесного метода применяются следующие методические приёмы: описание, объяснение, рассказ, инструкция, указание, команда, распоряжение, просьба.

Метод наглядной демонстрации реализуется в показе упражнения, демонстрации наглядных пособий, макетов снарядов, в использовании внешних ориентиров и др.

К методам упражнения относят: метод целостного упражнения и метод расчленённого упражнения.

Метод целостного упражнения предполагает выполнение упражнения в целом сразу после его называния, показа и объяснения техники выполнения. Он применяется при освоении несложных по технике элементов и соединений. Разновидности целостного метода:

- самостоятельное выполнение упражнения;
- выполнение упражнения с направляющей помощью;
- замедленная или быстрая проводка;
- выполнение упражнения на тренажёре.

Методом расчленённого упражнения изучаются технически сложные гимнастические упражнения, которые предварительно делятся на относительно самостоятельные составные части и каждая из них изучается отдельно. При разучивании упражнения этим методом используются следующие методические приёмы: временная фиксация тела или отдельных его звеньев в той или иной фазе; проводка в изучаемой части или фазе упражнения; имитация движения; изменения исходных и конечных условий движения; освоение главного в технике исполнения упражнения. Разновидности расчленённого метода:

- собственно расчленённый метод с использованием относительно крупных двигательных заданий, охватывающих одну или несколько фаз изучаемого упражнения;
- метод решения узких двигательных задач, применяемый для уточнения представлений об отдельных движениях и фазах упражнения, осанке, величине суставных углов, моменте количества движения, способах исправления ошибки в движениях.

Планируемые результаты

В результате освоения данной программы обучающиеся должны *знать*:

- о технике безопасности на занятиях по акробатике;
- об истории возникновения акробатики;
- терминологию элементов;
- о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности человека;
- о режиме дня и личной гигиене;
- о правилах составления комплексов утренней зарядки;
- о причинах возникновения травм во время занятий физическими упражнениями, профилактики травматизма;
- о технике выполнения динамических и статических упражнений;
- о способах изменения направления и скорости движения

- о физической подготовке и ее связи с развитием физических качеств, систем дыхания и кровообращения;
- о физической нагрузке и способах ее регулирования (дозирования);
- о строении и физиологии человека;
- о частях тренировочного процесса;
- о гигиене, закаливании и режиме питания.

Уметь:

- выполнять элементы по программе обучения;
- выполнять простейшие акробатические и хореографические элементы;
- составлять простейшие композиции;
- оценивать выполнение элементов и композиций;
- рационально распределять время тренировочного занятия;
- составлять индивидуальный режим питания.

Владеть:

- хореографическими элементами;
- элементами основной акробатики;
- пластикой движения тела;
- методами и средствами спортивной подготовки.

Механизм оценивания образовательных результатов

Механизм оценивания образовательных результатов по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Акробатика» состоит из письменного и устного опроса, наблюдения педагога, практической работы.

При работе по данной программе *входной контроль* проводится на первых занятиях 1 года обучения с целью выявления физического и творческого уровня детей, их способностей. Он может быть в форме собеседования, наблюдения, выполнения упражнений.

Текущий контроль осуществляется в середине учебного года в виде проверки знаний, умений, навыков, тестирования уровня двигательных способностей обучающихся, а также наблюдение педагога за деятельностью обучающихся.

В рамках текущего контроля предусмотрена оценка выполнения контрольных упражнений по окончании каждой учебной темы.

Также одним из методов оценивания результатов является участие обучающихся в смотрах и конкурсах с акробатическими номерами.

Формы подведения итогов реализации программы

Итоговый контроль умений и навыков проводится в конце учебного года в форме контрольных заданий.

Итоговая аттестация проводится с целью выявления уровня развития способностей, соответствия стандартам дополнительной общеразвивающей программы и как один из эффективных путей повышения качества образовательного процесса.

Оптимальным вариантом итоговой аттестации в объединении является проведение отчетного концерта, а также анализ концертного выступления в форме просмотра и беседы.

Организационно-педагогические условия реализации программы **Материально-технические условия (обеспечение)**

- Маты большие - 15 шт.
- Маты маленькие - 4 шт.
- Скакалки - 20 шт.
- Коврики - 20 шт.
- Мячики маленьких размеров - 10 шт.
- Мячики больших размеров - 5 шт.
- Кубики для растяжки - 20 шт.
- Музыкальный центр- 1шт.

Кабинет, соответствующий санитарным нормам СанПиН.

Пространственно-предметная среда (стенды, наглядные пособия и др.).

Кадровые

Педагог дополнительного образования, реализующий данную программу, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю 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.

Оценочные и методические материалы

Вся оценочная система делится на три уровня сложности:

1. Обучающийся может ответить на общие вопросы по большинству тем, с помощью педагога может построить и объяснить принцип работы одной из установок (на выбор).

2. Обучающийся отвечает на все вопросы, поднимаемые за период обучения. Может самостоятельно построить и объяснить принцип действия и особенности любой из предложенных ему установок.

3. Обучающийся отвечает на все вопросы, поднимаемые за период обучения. Может самостоятельно построить и объяснить принцип действия и особенности любой из предложенных ему установок. Но, располагает сведениями сверх программы, проявляет интерес к теме. Вносит предложения, имеющие смысл.

Кроме того, весь курс делится на разделы. Успехи обучающегося оцениваются так же и по разделам:

- теория;
- практика.

Обучающиеся участвуют в различных конкурсах и соревнованиях муниципального, регионального и всероссийского уровня.

Методическое обеспечение

Обеспечение программы предусматривает наличие следующих методических видов продукции:

- видеоролики;

– информационные материалы на сайте, посвященном данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 1 год обучения

№ п/ п	Название раздела, блока, модуля	Количество часов				Формы аттестац./ контроля
		Теория	Практика	Самост. подготов ка	Общее кол-во часов	
Учебный период						
1	Техника безопасности на занятиях	1	1	0	2	
2	Самоконтроль	1	1	0	2	
3	Гигиенические условия	1	1	0	2	
4	Общая и специальная физическая подготовка	1	43	0	44	
5	Техника выполнения элементов начальной акробатики	2	44	0	46	Рисунки элементов акробатики. Показ и оценка элементов
6	Текущий контроль ЗУН	0	2	0	2	Оценка выполнения элементов
7	Техника выполнения элементов начальной хореографии	2	20	0	22	Рисунки элементов хореографии. Показ и оценка выполнения элементов
8	Постановка и отработка композиций, подготовка к конкурсам	0	20	0	20	Оценка выполнения композиции, совместный анализ выполнения, отбор для участия в конкурсах. Оценка уровня подготовленности
9	Итоговое занятие. Итоговый контроль ЗУН	2	2	0	4	Выполнение элементов и теоретические задания
	Всего за учебный	10	134	0	144	

	период (аудиторные занятия)					
--	-----------------------------	--	--	--	--	--

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1 год обучения (144 часа, 4 часа в неделю)

Раздел 1. Техника безопасности на занятиях (2 ч.).

Теория. Инструктаж по технике безопасности и охране здоровья.

Практика. Соблюдение ТБ на занятиях по акробатике, при любых видах деятельности, а также требования безопасности в аварийных ситуациях. Самоконтроль, самостраховка.

Раздел 2. Самоконтроль (2ч.).

Контроль самочувствия на занятиях. Пульсометрия.

Раздел 3. Гигиенические условия (2 ч.).

Гигиена спортивной формы. Личная гигиена.

Раздел 4. Общая и специальная физическая подготовка (44 ч). Физические качества и их развитие. Упражнения для развития быстроты, силы, ловкости, гибкости, выносливости, координации движений, для формирования осанки. Научить различать ОФП от СФП.

Упражнения для развития быстроты:

1. Махи ногами, с постепенным увеличением частоты движений в течение 5 – 10 секунд.

2. Пробег отрезков 10-15 метров в максимальном темпе.

3. Прыжки на скакалке со сменой ритма вращения скакалки.

4. «Пятнашки ногами» – игра.

Упражнения на развитие силы:

1. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на четыре счета.

2. Подтягивание на перекладине

3. Прыжки в высоту с глубокого приседа.

4. Упражнение на развитие силы брюшного пресса.

5. Приседания.

6. Динамические упражнения с переменной опорой на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки и булавы).

7. Комплексы упражнений с постепенным включением в работу основных мышечных групп и увеличивающимся отягощением.

8. Лазанья с дополнительным отягощением на поясе (по гимнастической стенке и наклонной гимнастической скамейке: в упоре на коленях и в упоре присев).

9. Перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки.

10. Подтягивание в висе стоя и лежа.

11. Отжимание лежа с опорой на гимнастическую скамейку.

12. Прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперед поочередно на правой и левой, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево).

13. Прыжки вверх вперед толчком одной и двумя ногами о гимнастический мостик.

14. Переноска партнера в парах.

15. Комплексы упражнений с дополнительным отягощением и индивидуальные комплексы избирательной направленности на отдельные мышечные группы.

Упражнения на развитие ловкости.

1. Прыжки с поворотами на 180 градусов и 360 градусов.

2. Прыжки в сторону.

3. Прыжки в высоту с разным положением рук.

4. Подвижные и спортивные игры.

Упражнения на развитие гибкости.

1. Наклоны вперед из положения, сидя с помощью и без помощи партнера.

2. Шпагат: а) поперечный б) продольный.

3. Мостик.

4. Широкие стойки на ногах.

5. Ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, взмахом ногами.

6. Наклоны вперед, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах.

7. Выпады и полушпагаты на месте.

8. «Выкруты» с гимнастической палкой, скакалкой.

9. Высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя у гимнастической стенки и при передвижениях.

10. Комплексы упражнений, включающие в себя максимальное сгибание туловища (в стойках и седах), прогибание туловища.

Упражнения на развитие выносливости.

1. Непрерывный бег.

2. Прыжки на скакалке (дозировка устанавливается с зависимости от индивидуальной подготовленности).

Упражнения на развитие координации.

Подскоки и прыжки:

1. На двух ногах (в фазе полета ноги вместе или в другом положении) на месте и с продвижением в разных направлениях (с осторожностью выполнять перемещения в стороны).

2. С переменой положения ног: в стойку ноги врозь, на одну ногу, в выпад и др. (не рекомендуется выполнять больше 4 прыжков на одной ноге подряд).

3. Сочетание прыжков и подскоков на месте или с перемещениями.

Упражнения для формирования осанки:

1. Ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой.

2. Виды стилизованной ходьбы под музыку.

3. Комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановки головы, плеч, позвоночного столба), на контроль осанки в движении, положений тела и его звеньев стоя, сидя, лежа.

4. Комплексы упражнений для укрепления и коррекции мышечного корсета.

Раздел 5. Техника выполнения элементов начальной акробатики (46 ч).

Теория. Понятие акробатика, история возникновения, терминология элементов, связь занятий с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности ребенка, режим дня и личной гигиены, правила составления комплексов утренней зарядки. Представление о здоровье, о спорте, о начальных элементах акробатики.

Практика. Выполнение:

Элементы акробатики:

1. перекаты вперед и назад в группировке;
2. кувырок вперед в группировке;
3. кувырок назад в группировке;
4. кувырок, вперед согнувшись в складку;
5. кувырок назад с прямых ног в группировке;
6. колесо на обе ноги.

Статика:

1. стойка на лопатках;
2. стойка на голове в группировке;
3. ласточка, флажок на обе ноги;
4. стойка на руках у стенки;
5. угол ноги вместе в группировке.

Гибкость:

1. 3 шпагата не менее чем на 1 балл;
2. мост (можно из и.п. лежа) не менее, чем на 2 балла;
3. складка ноги вместе и врозь.

Раздел 6. Текущий контроль ЗУН (2 ч). Индивидуальное практическое выполнение элементов акробатики

Раздел 7. Техника выполнения элементов начальной хореографии (22 ч).

Теория. Терминология элементов, хореографическая подготовка в акробатике.

Практика. Выполнение простейших хореографических элементов. Изучение элементов галоп с левой и правой, галоп правым и левым боком, прыжок прогнувшись, прыжок с поворотом 180, бег с прямыми ногами, прыжок «ножницы».

Раздел 8. Постановка и отработка композиций, подготовка к конкурсам (20 ч). Слитное и безраздельное выполнение акробатических элементов. Выполнение упражнений без музыкального сопровождения:

1. кувырок вперед в группировке;
2. стойка на лопатках (3 секунды);

3. перекат вперед – сесть;
4. флажок (3 секунды);
5. кувырок вперед с прямых ног – сесть;
6. складка (3 секунды) – лечь;
7. мост (3 секунды) – лечь;
8. перекат на живот – корзинка;
9. прыжком через упор присев – встать.

Раздел 9. Итоговое занятие. Итоговый контроль ЗУН (4 ч). Техника выполнения элементов и теоретические задания. Проверка соответствия уровня обучения детей по программе. Практическое выполнение акробатического упражнения. Анализ выполненных работ.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 2 год обучения

№ п/п	Название раздела, блока, модуля	Количество часов				Формы аттестац./ контроля
		Теория	Практика	Самост. подготовка	Общее кол-во часов	
Учебный период						
1	Техника безопасности на занятиях	1	1	0	2	
2	Самоконтроль	1	1	0	2	
3	Гигиенические условия	1	1	0	2	
4	Общая и специальная физическая подготовка	1	43	0	44	
5	Обучение техники выполнения основных элементов акробатики	2	44	0	46	Рисунки элементов акробатики. Показ и оценка элементов
6	Текущий контроль ЗУН	0	2	0	2	Оценка выполнения элементов
7	Выполнение групповых и парных поддержек	2	20	0	22	Оценка выполнения поддержек, отбор для использования их в танце. Оценка уровня подготовленности
8	Постановка и отработка композиций, подготовка к конкурсам	0	20	0	20	Оценка выполнения композиции, совместный анализ

						выполнения, отбор для участия в конкурсах. Оценка уровня подготовленности
9	Итоговое занятие. Итоговый контроль ЗУН	2	2	0	4	Выполнение элементов и теоретические задания
	Всего за учебный период (аудиторные занятия)	10	134	0	144	

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2 год обучения (144 часов, 4 часов в неделю)

Раздел 1. Техника безопасности на занятиях (2 ч.).

Теория. Инструктаж по технике безопасности и охране здоровья.

Практика. Соблюдение ТБ на занятиях по акробатике, при любых видах деятельности, а также требования безопасности в аварийных ситуациях. Самоконтроль, самостраховка.

Раздел 2. Самоконтроль (2 ч.).

Контроль самочувствия на занятиях. Пульсометрия. Гигиена спортивной формы.

Раздел 3. Гигиенические условия (2ч.)

Раздел 4. Общая и специальная физическая подготовка (44 ч). Физические качества и их развитие. Упражнения для развития быстроты, силы, ловкости, гибкости, выносливости, координации движений, для формирования осанки. Научить различать ОФП от СФП.

Упражнения для развития быстроты:

1. Махи ногами, с постепенным увеличением частоты движений в течение 10–15 секунд.

2. Пробег отрезков 15-20 метров в максимальном темпе.

3. Прыжки на скакалке со сменой ритма вращения скакалки.

4. «Пятнашки ногами» – игра.

Упражнения на развитие силы:

1. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на четыре счета.

2. Подтягивание на перекладине.

3. Прыжки в высоту с глубокого приседа.

4. Упражнение на развитие силы брюшного пресса.

5. Приседания.

6. Динамические упражнения с переменной опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки и булавы).

7. Комплексы упражнений с постепенным включением в работу основных мышечных групп и увеличивающимся отягощением.

8. Лазанья с дополнительным отягощением на поясе (по гимнастической стенке и наклонной гимнастической скамейке: в упоре на коленях и в упоре присев).

9. Перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки.

10. Подтягивание в висе стоя и лежа.

11. Отжимание лежа с опорой на гимнастическую скамейку.

12. Прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперед поочередно на правой и левой, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево).

13. Прыжки вверх вперед толчком одной и двумя ногами о гимнастический мостик.

14. Переноска партнера в парах.

15. Комплексы упражнений с дополнительным отягощением и индивидуальные комплексы избирательной направленности на отдельные мышечные группы.

Упражнения на развитие ловкости.

1. Прыжки с поворотами на 180 градусов и 360 градусов.

2. Прыжки в сторону.

3. Прыжки в высоту с разным положением рук.

4. Подвижные и спортивные игры.

Упражнения на развитие гибкости.

1. Наклоны вперед из положения, сидя с помощью и без помощи партнера.

2. Шпагат: а) поперечный б) продольный.

3. Мостик.

4. Широкие стойки на ногах.

5. Ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, взмахом ногами.

6. Наклоны вперед, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах.

7. Выпады и полушпагаты на месте.

8. «Выкруты» с гимнастической палкой, скакалкой.

9. Высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя у гимнастической стенки и при передвижениях.

10. Комплексы упражнений, включающие в себя максимальное сгибание туловища (в стойках и седах), прогибание туловища.

Упражнения на развитие выносливости.

1. Непрерывный бег.

2. Прыжки на скакалке (дозировка устанавливается с зависимости от индивидуальной подготовленности).

Упражнения на развитие координации.

Подскоки и прыжки:

1. На двух ногах (в фазе полета ноги вместе или в другом положении) на месте и с продвижением в разных направлениях (с осторожностью выполнять перемещения в стороны);

2. С переменной положения ног: в стойку ноги врозь, на одну ногу, в выпад и др. (не рекомендуется выполнять больше 4 прыжков на одной ноге подряд);

3. Сочетание прыжков и подскоков на месте или с перемещениями
Упражнения для формирования осанки.

1. Ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой.

2. Виды стилизованной ходьбы под музыку.

3. Комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановки головы, плеч, позвоночного столба), на контроль осанки в движении, положений тела и его звеньев стоя, сидя, лежа.

4. Комплексы упражнений для укрепления и коррекции мышечного корсета.

Раздел 5. Обучение техники выполнения основных элементов акробатики (46 ч).

Теория. Терминология новых элементов, связь занятий с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности ребенка, режим дня и личной гигиены, правила составления комплексов утренней зарядки. Представление о здоровье, о спорте, о основных элементах акробатики.

Практика. Выполнение:

Элементы акробатики:

1. стойка в кувырок;

2. кувырок назад в упор;

3. стойка в мост;

4. колесо на одной руке;

5. кувырок назад с прямых ног в упор;

6. рондат.

Статика:

1. стойка на груди;

2. стойка на голове;

3. стойка на руках;

4. угол ноги врозь;

5. угол ноги вместе.

Гибкость:

1. 3 шпагата не менее чем на 3 балла;

2. мост (можно из И.П. лежа) не менее, чем на 5 балла;

3. складка ноги вместе и врозь.

Раздел 6. Текущий контроль ЗУН (2 ч). Индивидуальное практическое выполнение элементов акробатики

Раздел 8. Выполнение групповых и парных поддержек (22 ч).

Теория. Терминология поддержек, подготовка к конкурсам.

Практика. Выполнение всех возможных парных и групповых поддержек.

Раздел 9. Постановка и отработка композиций, подготовка к конкурсам (20 ч). Слитное и безраздельное выполнение акробатических элементов. Выполнение упражнений с музыкальным сопровождением:

1. стойка на голове (3 секунды)
2. шпагат (3 секунды)
3. пережат - встать
4. колесо на одной руке
5. стойка в кувырок
6. складка (5 секунды) – лечь
7. мост (5 секунды) – встать
8. кувырок назад в упор
9. рондат.

Раздел 10. Итоговое занятие. Итоговый контроль ЗУН (4 ч). Техника выполнения элементов и теоретические задания. Проверка соответствия уровня обучения детей по программе. Практическое выполнение акробатического упражнения. Анализ выполненных работ.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 3 год обучения

№ п/п	Название раздела, блока, модуля	Количество часов				Формы аттестац./ контроля
		Теория	Практика	Самост. подготовка	Общее кол-во часов	
Учебный период						
1	Техника безопасности на занятиях	1	1	0	2	
2	Самоконтроль	1	1	0	2	
3	Гигиенические условия	1	1	0	2	
4	Общая и специальная физическая подготовка	1	44	0	44	
5	Обучение техники выполнения усложненных элементов акробатики	2	46	0	46	Рисунки элементов акробатики. Показ и оценка элементов
6	Текущий контроль ЗУН	0	2	0	2	Оценка выполнения элементов
7	Выполнение групповых и парных поддержек	2	22	0	22	Оценка выполнения поддержек, отбор для использования их

						в танце. Оценка уровня подготовленности
8	Постановка и отработка композиций, подготовка к конкурсам	2	20	0	20	Оценка выполнения композиции, совместный анализ выполнения, отбор для участия в конкурсах. Оценка уровня подготовленности
9	Итоговое занятие. Итоговый контроль ЗУН	2	2	0	4	Выполнение элементов и теоретические задания
	Всего за учебный период (аудиторные занятия)	12	137	0	144	

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

3 год обучения (144 часов, 4 часов в неделю)

Раздел 1. Техника безопасности на занятиях (2 ч.).

Теория. Инструктаж по технике безопасности и охране здоровья.

Практика. Соблюдение ТБ на занятиях по акробатике, при любых видах деятельности, а также требования безопасности в аварийных ситуациях. Самоконтроль, самостраховка.

Самоконтроль и гигиенические условия (4 ч.).

Контроль самочувствия на занятиях. Пульсометрия. Гигиена спортивной формы.

Раздел 2. Общая и специальная физическая подготовка (44ч). Физические качества и их развитие. Упражнения для развития быстроты, силы, ловкости, гибкости, выносливости, координации движений, для формирования осанки. Научить различать ОФП от СФП.

Упражнения для развития быстроты:

1. Махи ногами, с постепенным увеличением частоты движений в течение 10 – 15 секунд.
2. Пробег отрезков 15-20 метров в максимальном темпе.
3. Прыжки на скакалке со сменой ритма вращения скакалки.
4. «Пятнашки ногами» – игра.

Упражнения на развитие силы:

1. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на четыре счета.
2. Подтягивание на перекладине.
3. Прыжки в высоту с глубокого приседа.

4. Упражнение на развитие силы брюшного пресса.
5. Приседания.
6. Динамические упражнения с переменной опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки и булавы).
7. Комплексы упражнений с постепенным включением в работу основных мышечных групп и увеличивающимся отягощением.
8. Лазанья с дополнительным отягощением на поясе (по гимнастической стенке и наклонной гимнастической скамейке: в упоре на коленях и в упоре присев).
9. Перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки.
10. Подтягивание в висе стоя и лежа.
11. Отжимание лежа с опорой на гимнастическую скамейку.
12. Прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперед поочередно на правой и левой, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево).
13. Прыжки вверх вперед толчком одной и двумя ногами о гимнастический мостик.
14. Переноска партнера в парах.
15. Комплексы упражнений с дополнительным отягощением и индивидуальные комплексы избирательной направленности на отдельные мышечные группы.

Упражнения на развитие ловкости.

1. Прыжки с поворотами на 180 градусов и 360 градусов.
2. Прыжки в сторону.
3. Прыжки в высоту с разным положением рук.
4. Подвижные и спортивные игры.

Упражнения на развитие гибкости.

1. Наклоны вперед из положения, сидя с помощью и без помощи партнера.
2. Шпагат: а) поперечный б) продольный.
3. Мостик.
4. Широкие стойки на ногах.
5. Ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, взмахом ногами.
6. Наклоны вперед, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах.
7. Выпады и полушпагаты на месте.
8. «Выкруты» с гимнастической палкой, скакалкой.
9. Высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя у гимнастической стенки и при передвижениях.
10. Комплексы упражнений, включающие в себя максимальное сгибание туловища (в стойках и седах), прогибание туловища.

Упражнения на развитие выносливости.

1. Непрерывный бег.

2. Прыжки на скакалке (дозировка устанавливается с зависимости от индивидуальной подготовленности).

Упражнения на развитие координации.

Подскоки и прыжки:

1. двух ногах (в фазе полета ноги вместе или в другом положении) на месте и с продвижением в разных направлениях (с осторожностью выполнять перемещения в стороны);
2. с переменной положения ног: в стойку ноги врозь, на одну ногу, в выпад и др. (не рекомендуется выполнять больше 4 прыжков на одной ноге подряд);
3. сочетание прыжков и подскоков на месте или с перемещениями

Упражнения для формирования осанки.

1. Ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой.
2. Виды стилизованной ходьбы под музыку.
3. Комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановки головы, плеч, позвоночного столба), на контроль осанки в движении, положений тела и его звеньев стоя, сидя, лежа.
4. Комплексы упражнений для укрепления и коррекции мышечного корсета.

Раздел 3. Обучение техники выполнения усложненных элементов акробатики (46 ч).

Теория. Терминология новых элементов, связь занятий с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности ребенка, режим дня и личной гигиены, правила составления комплексов утренней зарядки. Представление о здоровье, о спорте, о основных элементах акробатики.

Практика. Выполнение:

Элементы акробатики:

1. стойка в кувырок в угол;
2. кувырок назад в стоку;
3. стойка в мост на одну ногу;
4. колесо на одной руке на колено;
5. кувырок назад с прямых ног в стойку;
6. рондат поворот рондат.

Статика:

1. стойка на груди;
2. стойка на голове;
3. стойка на руках;
4. угол ноги врозь;
5. угол ноги вместе.

Гибкость:

1. 3 шпагата не менее чем на 5 балла;
2. мост (можно из И.П. лежа) не менее, чем на 6 балла;
3. складка ноги вместе и врозь.

Раздел 4. Текущий контроль ЗУН (2 ч). Индивидуальное практическое выполнение элементов акробатики

Раздел 6. Выполнение групповых и парных поддержек (22 ч).

Теория. Терминология поддержек, подготовка к конкурсам.

Практика. Выполнение всех возможных парных и групповых поддержек

Раздел 7. Постановка и отработка композиций, подготовка к конкурсам (20 ч). Слитное и безраздельное выполнение акробатических элементов.

Выполнение упражнений с музыкальным сопровождением:

1. стойка на руках (3 секунды)
2. шпагат (3 секунды)
3. перекат - встать
4. колесо на одной руке на колено
5. стойка в кувырок в угол
6. складка (5 секунды) – лечь
7. мост (5 секунды) – встать
8. кувырок назад в стойку
9. рондат поворот рондат.

Раздел 8. Итоговое занятие. Итоговый контроль ЗУН (4 ч). Техника выполнения элементов и теоретические задания. Проверка соответствия уровня обученности детей по программе. Практическое выполнение акробатического упражнения. Анализ выполненных работ.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Срок обучения	Начало учебного года	I полугодие (17 недель)	Форма контроля	Зимний каникулярный период	II полугодие (19 недель)	Форма контроля	Продолжительность учебного периода (аудиторные занятия)	Летний каникулярный период	
								Срок (01.06-31.08)	6 недель
3 года	01.09	07.09-31.12	Текущий контроль	31.12-09.01	09.01-31.05	Итоговый контроль	36 учебных недель	Виды деятельности	
								аудиторные	внеаудиторные
								ЛОЛ, мастер-классы, хобби-клубы, культурно-досуговые мероприятия; просмотр фильмов и спектаклей	Самостоятельная работа, работа над темами проектов, рефератов; учебно-исследовательская деятельность по направленности

РЕГЛАМЕНТ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Продолжительность учебного периода (36 недель): 1 сентября – 31 мая.

Продолжительность учебной недели: 6 дней с 08:00-20:00 часов.

Количество учебных смен: 1 смена 08:30-14:00, 2 смена 14:30-20:00 часов (с 16 лет до 21:00)

Занятия проводятся в соответствии с расписанием, утвержденным директором МАУДО ДЮЦ «Московский».

Родительские собрания проводятся в объединении по усмотрению педагога не реже двух раз в год.

Календарно-тематическое планирование 1 года обучения

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
Раздел 1. Техника безопасности на занятиях.							
1.	сентябрь	2	Тема 1. Вводное занятие. Техника безопасности		Формирование у обучающихся знаний о технике безопасности и жизнедеятельности	Беседа, игра, викторина	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
Раздел 2. Самоконтроль							
2.	сентябрь	2	Тема 2. Самоконтроль	Беседа с раздачей памяток о способах противодействию терроризму «Будь бдителен»!	Формирование умения у обучающихся оценки самочувствия; привитие навыков измерения пульса; воспитание ответственного отношения к себе и окружающим. Воспитывать наблюдательность, ответственность, умение быстро реагировать на сложные жизненные	Беседа, викторина, деловая игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					ситуации.		
Раздел 3. Гигиенические навыки							
3.	сентябрь	2	Тема 3. Гигиенические условия	Беседа с просмотром презентации «Отцы славянской грамотности»	Формирование гигиенических навыков и умений на занятиях; воспитание аккуратности и бережного отношения к одежде на занятиях; формирование правильного использования спортивного зала, раздевалок и оборудования. Формирование у детей знаний о создателях славянской азбуки.	Беседа, игра, викторина	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
Раздел 4. Общая и специальная физическая подготовка							
4.	сентябрь	2	Тема 4. Упражнения для развития быстроты		Формировать понятие зачем нужна физическая подготовка.	Беседа. Игра	Индивидуальный контроль за действиями.

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики Укрепление здоровья, мышц		Устный опрос
5.	сентябрь	2	Тема 5. Упражнения для развития быстроты		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики. Укрепление здоровья, мышц	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
6.	сентябрь	2	Тема 6. Упражнения для развития быстроты	Беседа, презентация «К 166-летию К.Э. Циолковского»	Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики. Укрепление здоровья, мышц. Знакомство детей с	Беседа, игра, викторина, просмотр презентации	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					историей. Формировать у детей интерес к науке		
7.	сентябрь	2	Тема 7. Упражнения для развития быстроты		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики. Укрепление здоровья, мышц.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
8.	сентябрь	2	Тема 8. Упражнения на развитие силы		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики. Укрепление здоровья, мышц.	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
9.	сентябрь	2	Тема 9. Упражнения на развитие силы		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					Укрепление здоровья, мышц.		
10.	октябрь	2	Тема 10. Упражнения на развитие силы	«С любовью к вам» Изготовление открыток для бабушек и дедушек. Беседа «Музыка вокруг».	Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики. Укрепление здоровья, мышц. Формирование у детей уважительного отношения к пожилым, воспитывать доброжелательное отношение и уважение к близким. Формировать у детей знания о народных традициях. Знакомство детей с историей музыки и с музыкальными.	Беседа, игра, изготовление открыток	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
11.	октябрь	2	Тема 11. Упражнения	«Педагогическая планета»	Формировать навыки и	Беседа, игра,	Индивидуальн

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
			на развитие ловкости	Открытый урок	умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики, укрепление здоровья, мышц, формировать интерес к спорту. Воспитывать уважение к педагогу.	викторина	ый контроль за действиями. Устный опрос
12.	октябрь	2	Тема 12. Упражнения на развитие ловкости		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики, укрепление здоровья, мышц, формировать интерес к спорту	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
13.	октябрь	2	Тема 13. Упражнения на развитие ловкости		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики, укрепление здоровья, мышц, формировать	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					интерес к спорту		
14.	октябрь	2	Тема 14. Упражнения на развитие гибкости	Спортивные эстафеты «Я - сильный как папа!»	Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики, укрепление здоровья, мышц, формировать интерес к спорту. Формировать у детей понятия о празднике. Воспитывать уважительное отношение к папе	Беседа, игра, эстафеты	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
15.	октябрь	2	Тема 15. Упражнения на развитие гибкости		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики, укрепление здоровья, мышц, формировать интерес к спорту	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
16.	октябрь	2	Тема 16. Упражнения		Формировать навыки и	Беседа, игра.	Индивидуальный

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
			на развитие гибкости		умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики, укрепление здоровья, мышц, формировать интерес к спорту.		ый контроль за действиями. Устный опрос
17.	октябрь	2	Тема 17. Упражнения на развитие выносливости		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики, укрепление здоровья, мышц, формировать интерес к спорту	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
18.	октябрь	2	Тема 18. Упражнения на развитие выносливости		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики, укрепление здоровья, мышц, формировать интерес к спорту.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
19.	ноябрь	2	Тема 19. Упражнения на развитие выносливости	Викторина «Моя великая Россия»	Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики, укрепление здоровья, мышц, формировать интерес к спорту. Развитие чувств сопричастности к судьбе своей страны. Воспитывать чувство любви и патриотизма к родной стране, уважение к её праздникам и традициям.	Беседа, игра, викторина	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
20.	ноябрь	2	Тема 20. Упражнения на развитие координации		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики, укрепление здоровья, мышц, формировать интерес к спорту,	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					формировать чувство коллективизма		
21.	ноябрь	2	Тема 21. Упражнения на развитие координации		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики, укрепление здоровья, мышц, формировать интерес к спорту	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
22.	ноябрь	2	Тема 22. Упражнения на развитие координации		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики, укрепление здоровья, мышц, формировать интерес к спорту	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
23.	ноябрь	2	Тема 23. Упражнения для формирования осанки		Формирование знаний у детей о правильной осанке и соблюдении её. Формировать умение проявлять дисциплинированность,	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

[illegible]

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
26.	ноябрь	2	Тема 26. Элементы акробатики	«Мама- слово дорогое!» Беседа (рассказ детей о их мамах, фотографии, рисунки)	Знакомство с понятием акробатики. Формировать у детей ответственное отношение к занятиям, формировать чувство коллективизма, прививать интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц. Пробуждение чувств и любви к маме, воспитывать уважение	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
27.	декабрь	2	Тема 27. Статические элементы	Презентация «История русского герба»	Формировать у детей ответственное отношение к занятиям, формировать чувство коллективизма, привить интерес к спорту и занятиям, укрепление здоровья и мышц. Расширение кругозора детей о государственной символике и истории	Беседа, игра, просмотр презентации	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					герба. Воспитание патриотизма, чувства гордости и уважения за родину и к государственным		
28.	декабрь	2	Тема 28. Гибкость	Беседа «Неизвестный солдат»	Формировать у детей ответственное отношение к занятиям, формировать чувство коллективизма, прививать интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц. Воспитание патриотических чувств, уважение к подвигам солдат, к героизму и силе	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
29.	декабрь	2	Тема 29. Элементы акробатики	Викторина «Художник и краски» Просмотр фильма «Героями не рождаются»	Формировать у детей ответственное отношение к занятиям, формировать чувство коллективизма, прививать интерес к спорту и занятиям	Беседа, викторина, просмотр фильма	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					Укрепление здоровья и мышц. Развить интерес к художественному труду, развивать творческое мышление. Развивать чувства гордости и уважения к воинам- защитникам Отечества. Сохранять память о подвигах Героев Отечества.		
30.	декабрь	2	Тема 30. Статические элементы		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям, формировать чувство коллективизма, прививать интерес к спорту и занятиям, укрепление здоровья и мышц.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
31.	декабрь	2	Тема 31. Гибкость		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям, формировать чувство коллективизма,	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями.

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					прививать интерес к спорту и занятиям, укрепление здоровья и мышц		Устный опрос
32.	декабрь	2	Тема 32. Элементы акробатики		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям, формировать чувство коллективизма, привить интерес к спорту и занятиям, укрепление здоровья и мышц	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
33.	декабрь	2	Тема 33. Статические элементы	Презентация «Россия – моя родина»	Формировать у детей ответственное отношение к занятиям, формировать чувство коллективизма, прививать интерес к спорту и занятиям, укрепление здоровья и мышц. Расширение кругозора детей о государственной символике и истории	Беседа, игра, показ презентации	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					флага, герба и гимна. Воспитание патриотизма, чувства гордости и уважения за родину и к государственным символам страны.		
34.	декабрь	2	Тема 34. Гибкость	Танец «Сказки водят хоровод»	Формировать у детей ответственное отношение к занятиям, формировать чувство коллективизма, привить интерес к спорту и занятиям, укрепление здоровья и мышц	Танец	Индивидуальный контроль за действиями.
35.	январь	2	Тема 35. Элементы акробатики	Презентация «Оглянись вокруг»	Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма, прививать интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц. Формирование	Беседа, игра, показ презентации	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					представления о заповедных местах, познакомить с исчезающими видами животных		
36.	январь	2	Тема 36. Статические элементы		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям, формировать чувство коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
37.	январь	2	Тема 37. Гибкость		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					мышц.		
38.	январь	2	Тема 38. Элементы акробатики		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям, формировать чувство коллективизма, привить интерес к спорту и занятиям, укрепление здоровья и мышц	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
39.	январь	2	Тема 39. Статические элементы	Просмотр фильма «Подвиг Ленинграда»	Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма, прививать интерес к спорту и занятиям, укрепление здоровья и мышц. Формирование знаний о блокаде Ленинграда и о Международном дне памяти жертв Холокоста. Воспитание патриотизма, гордости за наших	Беседа, просмотр фильма	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					солдат, уважения и благодарного отношения к погибшим героям военных действий		
40.	январь	2	Тема 40. Гибкость		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям, формировать чувство коллективизма, прививать интерес к спорту и занятиям, укрепление здоровья и мышц	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
41.	февраль	2	Тема 41. Элементы акробатики		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма, прививать интерес к спорту и занятиям, укрепление здоровья и мышц	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
42.	февраль	2	Тема 42. Статические элементы		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям, формировать	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					чувство коллективизма, прививать интерес к спорту и занятиям, укрепление здоровья и мышц		за действиями. Устный опрос
43.	февраль	2	Тема 43. Гибкость	Викторина «Наука- это мы»	Формировать у детей ответственное отношение к занятиям, формировать чувство коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям, укрепление здоровья и мышц. Воспитать у детей интерес к науке. Формировать понимание значимости труда людей разных профессий для развития российской науки.	Беседа, игра, викторина	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
44.	февраль	2	Тема 44. Элементы акробатики		Формировать у детей ответственное отношение	Беседа, игра	Индивидуальный контроль

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					к занятиям. Формировать чувство коллективизма, привить интерес к спорту и занятиям, укрепление здоровья и мышц		за действиями. Устный опрос
45.	февраль	2	Тема 45. Статические элементы	Беседа «Знать и помнить»	Формировать у детей ответственное отношение к занятиям, формировать чувство коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям, укрепление здоровья и мышц. Воспитание военно-патриотических ценностей, любви и уважения к Родине. Формировать представления о воинском долге и службе Отечеству.	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
46.	февраль	2	Тема 46. Гибкость	Конкурс «Пословицы и	Формировать у детей ответственное отношение	Беседа, игра,	Индивидуальный контроль

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
				поговорки»	к занятиям, формировать чувство коллективизма, привить интерес к спорту и занятиям, укрепление здоровья и мышц. Формировать знания о языковых и культурных традициях.	конкурс	за действиями. Устный опрос
47.	февраль	2	Тема 47. Элементы акробатики	«Открытка ко дню защитника Отечества»	Формировать у детей ответственное отношение к занятиям, формировать чувство коллективизма, привить интерес к спорту и занятиям, укрепление здоровья и мышц. Воспитание патриотизма, гордости за наших солдат, уважения и благодарного отношения к погибшим героям военных действий.	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
48.	февраль	2	Тема 48. Статические элементы		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям, формировать	Беседа, игра	Индивидуальный контроль

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					чувство коллективизма, прививать интерес к спорту и занятиям, укрепление здоровья и мышц		за действиями. Устный опрос
Раздел 6. Текущий контроль ЗУН							
49.	март	2	Тема 49. Контроль ЗУН		Проверка знаний. Закрепить навыки и умения.	Тест, нормативы	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
Раздел 7. Техника выполнения элементов начальной хореографии							
50.	март	2	Тема 50. Выполнение простейших хореографических элементов	Беседа «НЕТ наркотикам»	Изучение терминологии элементов и хореографическая подготовка в акробатике. Научить детей чувствовать свое тело. Формировать чувство коллективизма Развитие памяти и	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					мышления. Закрепить у детей знания о том, что здоровье-главное условие счастливой жизни. Формировать отрицательное отношение к наркотикам. Пропаганда ЗОЖ		
51.	март	2	Тема 51. Выполнение простейших хореографических элементов	«8 МАРТА» (Изготовление открыток, игры, беседа)	Научить детей чувствовать свое тело. Формировать чувство коллективизма. Развитие памяти и мышления.	Беседа, игра, изготовление открыток	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
52.	март	2	Тема 52. Выполнение простейших хореографических элементов	Беседа о традициях «Гуляй, Масленица»	Научить детей чувствовать свое тело. Формировать чувство коллективизма. Развитие памяти и	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					мышления. Формировать у детей представление о народных праздниках и традиций		
53.	март	2	Тема 53. Выполнение простейших хореографических элементов		Научить детей чувствовать свое тело. Формировать чувство коллективизма. Развитие памяти и мышления	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
54.	март	2	Тема 54. Выполнение простейших хореографических элементов		Научить детей чувствовать свое тело. Формировать чувство коллективизма. Развитие памяти и мышления.	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
55.	март	2	Тема 55. Выполнение простейших хореографических элементов		Научить детей чувствовать свое тело. Формировать чувство	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями.

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					коллективизма. Развитие памяти и мышления.		Устный опрос
56.	март	2	Тема 56. Выполнение простейших хореографических элементов		Научить детей чувствовать свое тело. Формировать чувство коллективизма. Развитие памяти и мышления.	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
57.	март	2	Тема 57. Выполнение простейших хореографических элементов		Научить детей чувствовать свое тело. Формировать чувство коллективизма. Развитие памяти и мышления.	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
58.	апрель	2	Тема 58. Выполнение простейших хореографических	Презентация «Пернатые соседи»	Научить детей чувствовать свое тело. Формировать чувство коллективизма. Развитие памяти и	Беседа, игра, показ презентации	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					мышления. Расширять знания о птицах и их значения в природе. Пробудить у детей желание беречь и заботится о птицах. Воспитывать любовь к природе		
59.	апрель	2	Тема 59. Выполнение простейших хореографических	«Пируэт» Акробатический танец. Эстафеты «ЗОЖ».	Научить детей чувствовать свое тело. Формировать чувство коллективизма. Развитие памяти и мышления. Пропаганда ЗОЖ. Формировать интерес к систематическим занятиям физической	Беседа, эстафеты, танец	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					культурой и спортом.		
60.	апрель	2	Тема 60. Выполнение простейших хореографических	«Штурм Кёнигсберга» Презентация	Научить детей чувствовать свое тело. Формировать чувство коллективизма. Развитие памяти и мышления. Воспитывать чувство гордости и патриотизма к своему городу и стране.	Беседа, игра, показ презентации	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
Раздел 8. Постановка и отработка композиций, подготовка к конкурсам							
61.	апрель	2	Тема 61. Выполнение акробатических связок без музыкального сопровождения	Просмотр фильма «Звездное небо»	Развитие памяти. Научить детей запоминать простые акробатические связки. Формировать чувство коллективизма. Расширить кругозор детей о космонавтах,	Беседа, просмотр фильма	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					космических аппаратах и космосе.		
62.	апрель	2	Тема 62. Выполнение акробатических связок без музыкального сопровождения	Беседа «Пасха радость нам несёт»	Развитие памяти. Научить детей запоминать простые акробатические связки. Формировать чувство коллективизма. Пробудить интерес детей к народной культуре, познакомить детей с праздником и его историей	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
63.	апрель	2	Тема 63. Выполнение акробатических связок без музыкального сопровождения		Развитие памяти. Научить детей запоминать простые акробатические связки. Формировать чувство коллективизма.	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
64.	апрель	2	Тема 64. Выполнение акробатических связок	Викторина «Земля - наш общий дом»	Развитие памяти. Научить детей	Беседа, игра, викторина	Индивидуальный контроль

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
			без музыкального сопровождения		запоминать простые акробатические связки. Формировать чувство коллективизма. Обобщить знания детей о нашей планете, её природных ресурсах. Воспитывать у детей бережное отношение к природе.		за действиями. Устный опрос
65.	апрель	2	Тема 65. Выполнение акробатических связок без музыкального сопровождения		Развитие памяти. Научить детей запоминать простые акробатические связки Формировать чувство коллективизма	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
66.	апрель	2	Тема 66. Выполнение акробатических связок без музыкального сопровождения	Конкурс на лучший танец «Двигайся с нами»	Развитие памяти. Научить детей запоминать простые акробатические связки. Формировать чувство	Беседа, игра, импровизация, танец	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					коллективизма. Пробудить у детей творческий интерес. Активизация творчества детей		
67.	май	2	Тема 67. Выполнение акробатических связок без музыкального сопровождения		Развитие памяти. Научить детей запоминать простые акробатические связки. Формировать чувство коллективизма.	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
68.	май	2	Тема 68. Выполнение акробатических связок без музыкального сопровождения		Развитие памяти. Научить детей запоминать простые акробатические связки. Формировать чувство коллективизма.	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
69.	май	2	Тема 69. Выполнение акробатических связок без музыкального	Возложение цветов «9 мая»	Развитие памяти. Научить детей запоминать простые	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями.

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
			сопровождения		акробатические связки. Формировать чувство коллективизма. Воспитание детей в духе патриотизма и любви к Родине. Расширение знаний детей о героях Великой Отечественной войны.		Устный опрос
70.	май	2	Тема 70. Выполнение акробатических связок без музыкального сопровождения		Развитие памяти. Научить детей запоминать простые акробатические связки. Формировать чувство коллективизма	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
Раздел 9. Итоговое занятие. Итоговый контроль ЗУН							
71.	май	2	Тема 71. Итоговый контроль ЗУН	Беседа «Семья-это весело!»	Проверка знаний за год. Закрепить навыки и умения. Воспитывать у детей	Тест, нормативы	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					любовь к своей семье и своим родственникам, уважение к ним		
72.	май	2	Тема 72. Итоговый контроль ЗУН		Проверка знаний за год. Закрепить навыки и умения.	Тест, нормативы	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

Календарно-тематическое планирование 2 года обучения

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
Раздел 1. Техника безопасности на занятиях							
1.		2	Тема 1. Вводное занятие. Техника безопасности		Формирование у обучающихся знаний о технике безопасности и жизнедеятельности	Беседа, игра, викторина	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
Раздел 2. Самоконтроль							
2.		2	Тема 2. Самоконтроль	Беседа с раздачей памяток о способах противодействию терроризму «Будь бдителен»!	Формирование умения у обучающихся оценки самочувствия. Привитие навыков измерения пульса. Воспитание ответственного отношения к себе и окружающим, воспитывать наблюдательность, ответственность, умение быстро реагировать на сложные жизненные	Беседа, викторина, деловая игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					ситуации		
Раздел 3. Гигиенические условия							
3.		2	Тема 3. Гигиенические условия		Формирование гигиенических навыков и умений на занятиях. Воспитание аккуратности и бережного отношения к одежде на занятиях. Формирование правильного использования спортивного зала, раздевалок и оборудования.	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
Раздел 4. Общая и специальная физическая подготовка							
4.		2	Тема 4. Упражнения для развития быстроты	Беседа с просмотром презентации «Отцы славянской грамотности»	Повторение и закрепление полученных навыков. Укрепление здоровья, мышц. Формирование у детей	Беседа. Игра. викторина	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					знаний о создателях славянской азбуки.		
5.		2	Тема 5. Упражнения для развития быстроты		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики, укрепление здоровья, мышц	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
6.		2	Тема 6. Упражнения для развития быстроты		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики, укрепление здоровья, мышц	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
7.		2	Тема 7. Упражнения для развития быстроты		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики. Укрепление здоровья,	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					мышц.		
8.		2	Тема 8. Упражнения на развитие силы	«Беседа, презентация «К 166-летию К.Э. Циолковского»	Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики. Укрепление здоровья, мышц Знакомство детей с историей. Формировать у детей интерес к науке.	Беседа, игра, викторина, просмотр презентации	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
9.		2	Тема 9. Упражнения на развитие силы		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики, укрепление здоровья, мышц.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
10.		2	Тема 10. Упражнения на развитие силы		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					упражнений, связанных с элементами акробатики, укрепление здоровья, мышц.		за действиями. Устный опрос
11.		2	Тема 11. Упражнения на развитие ловкости		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики. Укрепление здоровья, мышц. Формировать интерес к спорту.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
12.		2	Тема 12. Упражнения на развитие ловкости		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики. Укрепление здоровья, мышц. Формировать интерес к	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					спорту.		
13.		2	Тема 13. Упражнения на развитие ловкости		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики. Укрепление здоровья, мышц. Формировать интерес к спорту.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
14.		2	Тема 14. Упражнения на развитие гибкости	Беседа «Музыка вокруг»	Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики. Укрепление здоровья, мышц. Формировать интерес к спорту. Формировать у детей знания о народных	Беседа, игра, викторина.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					традициях. Знакомство детей с историей музыки и с музыкальными инструментами		
15.		2	Тема 15. Упражнения на развитие гибкости	Открытый урок «Педагогическая планета»	Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики. Укрепление здоровья, мышц. Формировать интерес к спорту. Воспитывать уважение к профессии педагога.	Беседа, игра, викторина.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
16.		2	Тема 16. Упражнения на развитие гибкости		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики. Укрепление здоровья,	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					мышц. Формировать интерес к спорту.		
17.		2	Тема 17. Упражнения на развитие выносливости		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики. Укрепление здоровья, мышц. Формировать интерес к спорту.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
18.		2	Тема 18. Упражнения на развитие выносливости		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики. Укрепление здоровья, мышц. Формировать интерес к	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					спорту.		
19.		2	Тема 19. Упражнения на развитие выносливости		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики. Укрепление здоровья, мышц. Формировать интерес к спорту.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
20.		2	Тема 20. Упражнения на развитие координации	Спортивные эстафеты «Я - сильный как папа!»	Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики. Укрепление здоровья, мышц. Формировать интерес к спорту. Формировать чувство	Беседа, игра, викторина.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					коллективизма. Формировать у детей понятия о празднике.		
21.		2	Тема 21. Упражнения на развитие координации		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики. Укрепление здоровья, мышц. Формировать интерес к спорту.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
22.		2	Тема 22. Упражнения на развитие координации		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики. Укрепление здоровья, мышц. Формировать интерес к спорту.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
23.		2	Тема 23. Упражнения для формирования осанки		Формирование знаний у детей о правильной осанке и соблюдении её. Формировать умение проявлять дисциплинированность. Формировать умение видеть и чувствовать красоту движения.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
24.		2	Тема 24. Упражнения для формирования осанки		Формирование знаний у детей о правильной осанке и соблюдении её. Формировать умение проявлять дисциплинированность. Формировать умение видеть и чувствовать красоту движения.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
25.		2	Тема 25. Упражнения для формирования осанки		Формирование знаний у детей о правильной осанке и соблюдении её Формировать умение	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями.

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					проявлять дисциплинированность. Формировать умение видеть и чувствовать красоту движения.		Устный опрос
Раздел 5. Обучение техники выполнения основных элементов акробатики							
26.		2	Тема 26. Элементы акробатики		Знакомство с понятием акробатики. Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Прививать интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
27.		2	Тема 27. Статические элементы		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями.

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц		Устный опрос
28.		2	Тема 28. Гибкость	Викторина «Моя великая Россия»	Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц. Развитие чувств сопричастности к судьбе своей страны. Воспитывать чувство любви и патриотизма к родной стране, уважение к её праздникам и	Беседа, игра, викторина.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					традициям.		
29.		2	Тема 29. Элементы акробатики		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Прививать интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
30.		2	Тема 30. Статические элементы		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
31.		2	Тема 31. Гибкость		Формировать у детей ответственное отношение	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц.		за действиями. Устный опрос
32.		2	Тема 32. Элементы акробатики		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
33.		2	Тема 33. Статические элементы		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц.		
34.		2	Тема 34. Гибкость		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
35.		2	Тема 35. Элементы акробатики		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Привить интерес к спорту	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					и занятиям. Укрепление здоровья и мышц.		
36.		2	Тема 36. Статические элементы		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
37.		2	Тема 37. Гибкость		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					мышц.		
38.		2	Тема 38. Элементы акробатики	«Мама- слово дорогое!» Беседа (рассказ детей о их мамах, фотографии, рисунки)	Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц. Воспитание чувств и любви к маме. Воспитывать уважение к маме.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
39.		2	Тема 39. Статические элементы	Презентация «История российского герба»	Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Прививать интерес к	Беседа, игра, показ презентации, викторина	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц. Расширение кругозора детей о государственной символике и истории герба. Воспитание патриотизма, чувства гордости и уважения за родину и к государственным символам страны		
40.		2	Тема 40. Гибкость		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям Формировать чувство коллективизма Прививать интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
41.		2	Тема 41. Элементы акробатики	Беседа «Неизвестный солдат»	Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Прививать интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц. Воспитание патриотических чувств, уважение к подвигам солдат, к героизму и силе	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
42.		2	Тема 42. Статические элементы		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					мышц.		
43.		2	Тема 43. Гибкость	Просмотр фильма «Героями не рождаются»	Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Прививать интерес к спорту и занятиям. укрепление здоровья и мышц. Развивать чувства гордости и уважения к воинам- защитникам Отечества. Сохранять память о подвигах Героев Отечества	Беседа, просмотр фильма	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
44.		2	Тема 44. Элементы акробатики	Викторина «Художник и краски»	Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство	Беседа, игра, викторина	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					коллективизма. Прививать интерес к спорту и занятиям Укрепление здоровья и мышц. Развить интерес к художественному труду. Развивать творческое мышление.		
45.		2	Тема 45. Статические элементы		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц.	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
46.		2	Тема 46. Гибкость		Формировать у детей	Беседа, игра	Индивидуальн

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц.		ый контроль за действиями. Устный опрос
47.		2	Тема 47. Элементы акробатики		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц.	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
48.		2	Тема 48. Статические элементы		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями.

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц.		Устный опрос
Раздел 6. Текущий контроль ЗУН							
49.		2	Тема 49. Контроль ЗУН		Проверка знаний. Закрепить навыки и умения.	Тест, нормативы	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
Раздел 8. Выполнение групповых и парных поддержек							
50.		2	Тема 50. Обучение основам для поддержек	Презентация «Россия – моя родина»	Знакомство детей с основами поддержек Развивать интерес к занятию. Укрепление мышц. Прививать важность спорта в их жизни Расширение кругозора детей о государственной	Беседа, игра. Показ презентации	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					символике и истории флага, герба и гимна. Воспитание патриотизма, чувства гордости и уважения за родину и к государственным символам страны		
51.		2	Тема 51. Обучение основам для поддержек		Знакомство детей с основами поддержек Развивать интерес к занятию. Укрепление мышц. Прививать важность спорта в их жизни	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
52.		2	Тема 52. Выполнение парных поддержек	Танец «Сказки водят хоровод»	Обучение парным поддержкам. Развивать интерес к занятию. Укрепление мышц. Формировать чувство	Танец	Индивидуальный контроль за действиями.

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					коллективизма. Учить детей помогать друг – другу.		
53.		2	Тема 53. Выполнение парных поддержек	Презентация «Оглянись вокруг»	Обучение парным поддержкам. Развивать интерес к занятию. Укрепление мышц. Формировать чувство коллективизма. Учить детей помогать друг – другу. Формирование представления о заповедных местах. Познакомить с исчезающими видами животных.	Беседа, викторина, просмотр презентации	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
54.		2	Тема 54. Выполнение	Викторина «Наука- это мы»	Обучение парным	Беседа, игра	Индивидуальн

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
			парных поддержек		поддержкам. Развивать интерес к занятию. Укрепление мышц. Формировать чувство коллективизма. Учить детей помогать друг – другу. Воспитать у детей интерес к науке. Формировать понимание значимости труда людей разных профессий для развития российской науки.		ый контроль за действиями. Устный опрос
55.		2	Тема 55. Выполнение парных поддержек	Беседа «Знать и помнить»	Обучение парным поддержкам. Развивать интерес к занятию. Укрепление мышц.	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					Формировать чувство коллективизма. Учить детей помогать друг – другу. Воспитание военно - патриотических ценностей, любви и уважения к Родине. Формировать представления о воинском долге и службе Отечеству.		
56.		2	Тема 56. Выполнение парных поддержек	Конкурс «Пословицы и поговорки»	Обучение парным поддержкам. Развивать интерес к занятию. Укрепление мышц. Формировать чувство коллективизма. Учить детей помогать	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					друг – другу. Формировать знания о языковых и культурных традициях		
57.		2	Тема 57. Выполнение групповых поддержек	«Открытка ко дню защитника Отечества»	Обучение групповым поддержкам Развивать интерес к занятию Укрепление мышц Формировать чувство коллективизма Учить детей помогать друг - другу Воспитание патриотизма, гордости за наших солдат, уважения и благодарного отношения к погибшим героям военных действий.	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
58.		2	Тема 58. Выполнение	Беседа «НЕТ наркотикам»	Обучение групповым	Беседа, игра	Индивидуальн

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
			групповых поддержек		поддержкам Развивать интерес к занятию Укрепление мышц Формировать чувство коллективизма Учить детей помогать друг - другу Закрепить у детей знания о том, что здоровье- главное условие счастливой жизни. Формировать отрицательное отношение к наркотикам. Пропагандировать ЗОЖ		ый контроль за действиями. Устный опрос
59.		2	Тема 59. Выполнение групповых поддержек	«8 МАРТА» (Изготовление открыток, игры, беседа)	Обучение групповым поддержкам Развивать интерес к	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями.

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					занятию Укрепление мышц Формировать чувство коллективизма Учить детей помогать друг - другу		Устный опрос
60.		2	Тема 60. Выполнение групповых поддержек	«Подвиг Ленинграда» Просмотр фильма	Обучение групповым поддержкам Развивать интерес к занятию Укрепление мышц Формировать чувство коллективизма Учить детей помогать друг - другу Формирование знаний о блокаде Ленинграда и о Международном дне памяти жертв Холокоста. Воспитание патриотизма, гордости за наших	Беседа, просмотр фильма	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					солдат, уважения и благодарного отношения к погибшим героям военных действий		
61.		2	Тема 61. Выполнение групповых поддержек	Беседа о традициях «Гуляй, Масленица»	Обучение групповым поддержкам Развивать интерес к занятию Укрепление мышц Формировать чувство коллективизма Учить детей помогать друг - другу Формировать у детей представление о народных праздниках и традиций	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
Раздел 9. Постановка и отработка композиций, подготовка к конкурсам							
62.		2	Тема 62. Выполнение акробатических связок с музыкальным	«Пернатые соседи» Презентация	Развитие памяти и мышления Научить детей	Беседа, игра, показ презентации	Индивидуальный контроль за действиями.

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
			сопровождением		запоминать сложные акробатические связки под музыку Формировать чувство коллективизма Расширять знания о птицах и их значения в природе, пробудить у детей желание беречь и заботиться о птицах, воспитывать любовь к природе		Устный опрос
63.		2	Тема 63. Выполнение акробатических связок с музыкальным сопровождением	«Пируэт» Акробатический танец «ЗОЖ» Эстафеты	Развитие памяти и мышления Научить детей запоминать сложные акробатические связки под музыку Формировать чувство коллективизма	Танец, эстафеты	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
64.		2	Тема 64. Выполнение акробатических связок с музыкальным	Презентация «Штурм Кёнигсберга»	Научить детей запоминать сложные акробатические связки	Беседа, игра, показ	Индивидуальный контроль

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
			сопровождением		под музыку. Формировать чувство коллективизма - воспитывать чувство гордости и патриотизма к своему городу и стране	презентации	за действиями. Устный опрос
65.		2	Тема 65. Выполнение акробатических связок с музыкальным сопровождением	Просмотр фильма «Звездное небо»	Развитие памяти и мышления Научить детей запоминать сложные акробатические связки под музыку Формировать чувство коллективизма - Расширить кругозор детей о космонавтах, космических аппаратах и космосе.	Беседа, игра, просмотр фильма	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
66.		2	Тема 66. Выполнение акробатических связок с музыкальным сопровождением	Беседа «Пасха радость нам несёт»	Развитие памяти и мышления. Научить детей запоминать сложные акробатические связки	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					под музыку. Формировать чувство коллективизма - пробудить интерес детей к народной культуре. Познакомить детей с праздником и его историей.		
67.		2	Тема 67. Выполнение акробатических связок с музыкальным сопровождением		Развитие памяти и мышления Научить детей запоминать сложные акробатические связки под музыку. Формировать чувство коллективизма	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
68.		2	Тема 68. Выполнение акробатических связок с музыкальным сопровождением	Викторина «Земля - наш общий дом»	Развитие памяти и мышления Научить детей запоминать сложные акробатические связки	Беседа, игра, викторина	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					под музыку Формировать чувство коллективизма - обобщить знания детей о нашей планете её природных ресурсах Воспитывать у детей бережное отношение к природе		
69.		2	Тема 69. Выполнение акробатических связок с музыкальным сопровождением	Конкурс на лучший танец «Двигайся с нами»	Развитие памяти и мышления Научить детей запоминать сложные акробатические связки под музыку Формировать чувство коллективизма - пробудить у детей творческий интерес Активизация творчества детей	Конкурс, импровизация, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
70.		2	Тема 70. Выполнение акробатических связок с музыкальным сопровождением	Возложение цветов «9 мая»	Развитие памяти и мышления Научить детей запоминать сложные акробатические связки под музыку Формировать чувство коллективизма - воспитание детей в духе патриотизма и любви к Родине Расширение знаний детей о героях Великой Отечественной войны	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
71.		2	Тема 71. Выполнение акробатических связок с музыкальным сопровождением	Беседа «Семья-это весело!»	Развитие памяти и мышления Научить детей запоминать сложные акробатические связки под музыку Формировать чувство коллективизма	Беседа, игра, викторина	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
					Воспитывать у детей любовь к своей семье и своим родственникам, уважение к ним		
Раздел 10. Итоговый контроль ЗУН							
72.		2	Тема 72. Итоговый контроль ЗУН		Проверка знаний за год Закрепить навыки и умения	Тест, нормативы	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

№ занятия	Дата занятия (дд.мм.гг)	Кол-во часов	Тема дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Название мероприятия, события календарного плана воспитательной работы	Цель и задачи занятия:	Форма и методы обучения	Вид контроля
Раздел 1. Техника безопасности на занятиях							
1.		2	Тема 1. Вводное занятие. Техника безопасности		Формирование у обучающихся знаний о технике безопасности и жизнедеятельности	Беседа, игра, викторина	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
Раздел 2. Самоконтроль							
2.		2	Тема 2. Самоконтроль	Беседа с раздачей памяток о способах противодействию терроризму «Будь бдителен»!	Формирование умения у обучающихся оценки самочувствия. Привитие навыков измерения пульса. Воспитание ответственного отношения к себе и окружающим, воспитывать наблюдательность, ответственность, умение быстро реагировать на сложные жизненные ситуации	Беседа, викторина, деловая игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

Раздел 3. Гигиенические условия							
3.		2	Тема 3. Гигиенические условия		Формирование гигиенических навыков и умений на занятиях. Воспитание аккуратности и бережного отношения к одежде на занятиях. Формирование правильного использования спортивного зала, раздевалок и оборудования.	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
Раздел 4. Общая и специальная физическая подготовка							
4.		2	Тема 4. Упражнения для развития быстроты	Беседа с просмотром презентации «Отцы славянской грамотности»	Повторение и закрепление полученных навыков. Укрепление здоровья, мышц. Формирование у детей знаний о создателях славянской азбуки.	Беседа. Игра. викторина	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
5.		2	Тема 5. Упражнения для развития быстроты		Формировать навыки и умения, необходимые для	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль

					выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики, укрепление здоровья, мышц		за действиями. Устный опрос
6.		2	Тема 6. Упражнения для развития быстроты		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики, укрепление здоровья, мышц	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
7.		2	Тема 7. Упражнения для развития быстроты		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики. Укрепление здоровья, мышц.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
8.		2	Тема 8. Упражнения на развитие силы	«Беседа, презентация «К 166-летию К.Э. Циолковского»	Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики. Укрепление здоровья, мышц Знакомство детей с	Беседа, игра, викторина, просмотр презентации	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

					историей. Формировать у детей интерес к науке.		
9.		2	Тема 9. Упражнения на развитие силы		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики, укрепление здоровья, мышц.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
10.		2	Тема 10. Упражнения на развитие силы		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики, укрепление здоровья, мышц.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
11.		2	Тема 11. Упражнения на развитие ловкости		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики. Укрепление здоровья, мышц. Формировать интерес к	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

					спорту.		
12.		2	Тема 12. Упражнения на развитие ловкости		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики. Укрепление здоровья, мышц. Формировать интерес к спорту.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
13.		2	Тема 13. Упражнения на развитие ловкости		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики. Укрепление здоровья, мышц. Формировать интерес к спорту.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
14.		2	Тема 14. Упражнения на развитие гибкости	Беседа «Музыка вокруг»	Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики. Укрепление здоровья,	Беседа, игра, викторина.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

					мышц. Формировать интерес к спорту. Формировать у детей знания о народных традициях. Знакомство детей с историей музыки и с музыкальными инструментами		
15.		2	Тема 15. Упражнения на развитие гибкости	Открытый урок «Педагогическая планета»	Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики. Укрепление здоровья, мышц. Формировать интерес к спорту. Воспитывать уважение к профессии педагога.	Беседа, игра, викторина.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
16.		2	Тема 16. Упражнения на развитие гибкости		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

					Укрепление здоровья, мышц. Формировать интерес к спорту.		
17.		2	Тема 17. Упражнения на развитие выносливости		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики. Укрепление здоровья, мышц. Формировать интерес к спорту.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
18.		2	Тема 18. Упражнения на развитие выносливости		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики. Укрепление здоровья, мышц. Формировать интерес к спорту.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

19.		2	Тема 19. Упражнения на развитие выносливости		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики. Укрепление здоровья, мышц. Формировать интерес к спорту.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
20.		2	Тема 20. Упражнения на развитие координации	Спортивные эстафеты «Я - сильный как папа!»	Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики. Укрепление здоровья, мышц. Формировать интерес к спорту. Формировать чувство коллективизма. Формировать у детей понятия о празднике.	Беседа, игра, викторина.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
21.		2	Тема 21. Упражнения на развитие координации		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями.

					элементами акробатики. Укрепление здоровья, мышц. Формировать интерес к спорту.		Устный опрос
22.		2	Тема 22. Упражнения на развитие координации		Формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с элементами акробатики. Укрепление здоровья, мышц. Формировать интерес к спорту.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
23.		2	Тема 23. Упражнения для формирования осанки		Формирование знаний у детей о правильной осанке и соблюдении её. Формировать умение проявлять дисциплинированность. Формировать умение видеть и чувствовать красоту движения.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
24.		2	Тема 24. Упражнения для формирования		Формирование знаний у детей о правильной	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль

			осанки		осанке и соблюдении её. Формировать умение проявлять дисциплинированность. Формировать умение видеть и чувствовать красоту движения.		за действиями. Устный опрос
25.		2	Тема 25. Упражнения для формирования осанки		Формирование знаний у детей о правильной осанке и соблюдении её Формировать умение проявлять дисциплинированность. Формировать умение видеть и чувствовать красоту движения.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
Раздел 5. Обучение техники выполнения усложненных элементов акробатики							
26.		2	Тема 26. Элементы акробатики		Знакомство с понятием акробатики. Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Прививать интерес к	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

					спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц.		
27.		2	Тема 27. Статические элементы		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
28.		2	Тема 28. Гибкость	Викторина «Моя великая Россия»	Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц. Развитие чувств сопричастности к судьбе своей страны.	Беседа, игра, викторина.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

					Воспитывать чувство любви и патриотизма к родной стране, уважение к её праздникам и традициям.		
29.		2	Тема 29. Элементы акробатики		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Прививать интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
30.		2	Тема 30. Статические элементы		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
31.		2	Тема 31. Гибкость		Формировать у детей ответственное отношение	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль

					к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц.		за действиями. Устный опрос
32.		2	Тема 32. Элементы акробатики		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
33.		2	Тема 33. Статические элементы		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

					мышц.		
34.		2	Тема 34. Гибкость		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
35.		2	Тема 35. Элементы акробатики		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
36.		2	Тема 36. Статические элементы		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

					Привить интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц.		
37.		2	Тема 37. Гибкость		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
38.		2	Тема 38. Элементы акробатики	«Мама- слово дорогое!» Беседа (рассказ детей о их мамах, фотографии, рисунки)	Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц. Воспитание чувств и любви к маме.	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

					Воспитывать уважение к маме.		
39.		2	Тема 39. Статические элементы	Презентация «История русского герба»	Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Прививать интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц. Расширение кругозора детей о государственной символике и истории герба. Воспитание патриотизма, чувства гордости и уважения за родину и к государственным символам страны	Беседа, игра, показ презентации, викторина	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
40.		2	Тема 40. Гибкость		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям Формировать чувство коллективизма Прививать интерес к	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

					спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц.		
41.		2	Тема 41. Элементы акробатики	Беседа «Неизвестный солдат»	Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Прививать интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц. Воспитание патриотических чувств, уважение к подвигам солдат, к героизму и силе	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
42.		2	Тема 42. Статические элементы		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

					мышц.		
43.		2	Тема 43. Гибкость	Просмотр фильма «Героями не рождаются»	Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Прививать интерес к спорту и занятиям. укрепление здоровья и мышц. Развивать чувства гордости и уважения к воинам- защитникам Отечества. Сохранять память о подвигах Героев Отечества	Беседа, просмотр фильма	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
44.		2	Тема 44. Элементы акробатики	Викторина «Художник и краски»	Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Прививать интерес к спорту и занятиям Укрепление здоровья и	Беседа, игра, викторина	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

					мышц. Развить интерес к художественному труду. Развивать творческое мышление.		
45.		2	Тема 45. Статические элементы		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц.	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
46.		2	Тема 46. Гибкость		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц.	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

47.		2	Тема 47. Элементы акробатики		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц.	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
48.		2	Тема 48. Статические элементы		Формировать у детей ответственное отношение к занятиям. Формировать чувство коллективизма. Привить интерес к спорту и занятиям. Укрепление здоровья и мышц.	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
Раздел 6. Текущий контроль ЗУН							
49.		2	Тема 49. Контроль ЗУН		Проверка знаний. Закрепить навыки и умения.	Тест, нормативы	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
Раздел 8. Выполнение групповых и парных поддержек							

50.		2	Тема 50. Обучение основам для поддержек	Презентация «Россия – моя родина»	Знакомство детей с основами поддержек Развивать интерес к занятию. Укрепление мышц. Прививать важность спорта в их жизни Расширение кругозора детей о государственной символике и истории флага, герба и гимна. Воспитание патриотизма, чувства гордости и уважения за родину и к государственным символам страны	Беседа, игра. Показ презентации	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
51.		2	Тема 51. Обучение основам для поддержек		Знакомство детей с основами поддержек Развивать интерес к занятию. Укрепление мышц. Прививать важность спорта в их жизни	Беседа, игра.	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
52.		2	Тема 52. Выполнение парных поддержек	Танец «Сказки водят хоровод»	Обучение парным поддержкам.	Танец	Индивидуальный контроль

					Развивать интерес к занятию. Укрепление мышц. Формировать чувство коллективизма. Учить детей помогать друг – другу.		за действиями.
53.		2	Тема 53. Выполнение парных поддержек	Презентация «Оглянись вокруг»	Обучение парным поддержкам. Развивать интерес к занятию. Укрепление мышц. Формировать чувство коллективизма. Учить детей помогать друг – другу. Формирование представления о заповедных местах. Познакомить с исчезающими видами животных.	Беседа, викторина, просмотр презентации	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

54.		2	Тема 54. Выполнение парных поддержек	Викторина «Наука- это мы»	Обучение парным поддержкам. Развивать интерес к занятию. Укрепление мышц. Формировать чувство коллективизма. Учить детей помогать друг – другу. Воспитать у детей интерес к науке. Формировать понимание значимости труда людей разных профессий для развития российской науки.	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
55.		2	Тема 55. Выполнение парных поддержек	Беседа «Знать и помнить»	Обучение парным поддержкам. Развивать интерес к занятию. Укрепление мышц. Формировать чувство коллективизма. Учить детей помогать	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

					друг – другу. Воспитание военно - патриотических ценностей, любви и уважения к Родине. Формировать представления о воинском долге и службе Отечеству.		
56.		2	Тема 56. Выполнение парных поддержек	Конкурс «Пословицы и поговорки»	Обучение парным поддержкам. Развивать интерес к занятию. Укрепление мышц. Формировать чувство коллективизма. Учить детей помогать друг – другу. Формировать знания о языковых и культурных традициях	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
57.		2	Тема 57. Выполнение	«Открытка ко дню защитника	Обучение групповым	Беседа, игра	Индивидуальный

			групповых поддержек	Отечества»	поддержкам Развивать интерес к занятию Укрепление мышц Формировать чувство коллективизма Учить детей помогать друг - другу Воспитание патриотизма, гордости за наших солдат, уважения и благодарного отношения к погибшим героям военных действий.		ый контроль за действиями. Устный опрос
58.		2	Тема 58. Выполнение групповых поддержек	Беседа «НЕТ наркотикам»	Обучение групповым поддержкам Развивать интерес к занятию Укрепление мышц Формировать чувство коллективизма Учить детей помогать друг - другу Закрепить у детей знания о том, что здоровье- главное условие счастливой	Беседа, игра	Индивидуальн ый контроль за действиями. Устный опрос

					жизни. Формировать отрицательное отношение к наркотикам. Пропагандировать ЗОЖ		
59.		2	Тема 59. Выполнение групповых поддержек	«8 МАРТА» (Изготовление открыток, игры, беседа)	Обучение групповым поддержкам Развивать интерес к занятию Укрепление мышц Формировать чувство коллективизма Учить детей помогать друг - другу	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
60.		2	Тема 60. Выполнение групповых поддержек	«Подвиг Ленинграда» Просмотр фильма	Обучение групповым поддержкам Развивать интерес к занятию Укрепление мышц Формировать чувство коллективизма Учить детей помогать	Беседа, просмотр фильма	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

62.		2	Тема 62. Выполнение акробатических связок с музыкальным сопровождением	«Пернатые соседи» Презентация	Развитие памяти и мышления Научить детей запоминать сложные акробатические связки под музыку Формировать чувство коллективизма Расширять знания о птицах и их значения в природе, пробудить у детей желание беречь и заботиться о птицах, воспитывать любовь к природе	Беседа, игра, показ презентации	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
63.		2	Тема 63. Выполнение акробатических связок с музыкальным сопровождением	«Пируэт» Акробатический танец «ЗОЖ» Эстафеты	Развитие памяти и мышления Научить детей запоминать сложные акробатические связки под музыку Формировать чувство коллективизма	Танец, эстафеты	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
64.		2	Тема 64. Выполнение акробатических связок с музыкальным	Презентация «Штурм Кёнигсберга»	Научить детей запоминать сложные акробатические связки	Беседа, игра, показ презентации	Индивидуальный контроль за действиями.

			сопровождением		под музыку. Формировать чувство коллективизма - воспитывать чувство гордости и патриотизма к своему городу и стране		Устный опрос
65.		2	Тема 65. Выполнение акробатических связок с музыкальным сопровождением	Просмотр фильма «Звездное небо»	Развитие памяти и мышления Научить детей запоминать сложные акробатические связки под музыку Формировать чувство коллективизма - Расширить кругозор детей о космонавтах, космических аппаратах и космосе.	Беседа, игра, просмотр фильма	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
66.		2	Тема 66. Выполнение акробатических связок с музыкальным сопровождением	Беседа «Пасха радость нам несёт»	Развитие памяти и мышления. Научить детей запоминать сложные акробатические связки под музыку. Формировать чувство коллективизма - пробудить интерес детей	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

					к народной культуре. Познакомить детей с праздником и его историей.		
67.		2	Тема 67. Выполнение акробатических связок с музыкальным сопровождением		Развитие памяти и мышления Научить детей запоминать сложные акробатические связки под музыку. Формировать чувство коллективизма	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
68.		2	Тема 68. Выполнение акробатических связок с музыкальным сопровождением	Викторина «Земля - наш общий дом»	Развитие памяти и мышления Научить детей запоминать сложные акробатические связки под музыку Формировать чувство коллективизма - обобщить знания детей о нашей планете её природных ресурсах Воспитывать у детей бережное отношение к природе	Беседа, игра, викторина	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

69.		2	Тема 69. Выполнение акробатических связок с музыкальным сопровождением	Конкурс на лучший танец «Двигайся с нами»	Развитие памяти и мышления Научить детей запоминать сложные акробатические связки под музыку Формировать чувство коллективизма - пробудить у детей творческий интерес Активизация творчества детей	Конкурс, импровизация, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
70.		2	Тема 70. Выполнение акробатических связок с музыкальным сопровождением	Возложение цветов «9 мая»	Развитие памяти и мышления Научить детей запоминать сложные акробатические связки под музыку Формировать чувство коллективизма - воспитание детей в духе патриотизма и любви к Родине Расширение знаний детей о героях Великой Отечественной войны	Беседа, игра	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

71.		2	Тема 71. Выполнение акробатических связок с музыкальным сопровождением	Беседа «Семья-это весело!»	Развитие памяти и мышления Научить детей запоминать сложные акробатические связки под музыку Формировать чувство коллективизма Воспитывать у детей любовь к своей семье и своим родственникам, уважение к ним	Беседа, игра, викторина	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос
Раздел 10. Итоговый контроль ЗУН							
72.		2	Тема 72. Итоговый контроль ЗУН		Проверка знаний за год Закрепить навыки и умения	Тест, нормативы	Индивидуальный контроль за действиями. Устный опрос

Воспитательная работа

Воспитательный компонент осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

- 1) гражданско-патриотическое;
- 2) нравственное и духовное воспитание;
- 3) воспитание положительного отношения к труду и творчеству;
- 4) интеллектуальное воспитание;
- 5) здоровьесберегающее воспитание;
- 6) правовое воспитание и культура безопасности;
- 7) воспитание семейных ценностей;
- 8) формирование коммуникативной культуры;
- 9) социокультурное медиакультурное воспитание;
- 10) экологическое воспитание;
- 11) художественно-эстетическое воспитание.

Цель – формирование гармоничной личности с широким мировоззренческим кругозором, с серьезным багажом теоретических знаний и практических навыков.

Используемые формы воспитательной работы: викторина, экскурсии, диспуты, беседы, лекции, игра, рейды, конкурсы, мероприятия.

Методы: словесные (беседа, рассказ, викторина), наглядные (видеопросмотр, презентации, демонстрация иллюстраций), практические (упражнения, познавательные и деловые игры), моделирование.

Планируемый результат:

- повышение мотивации к основам конструирования и созданию собственных моделей;
- сформированность настойчивости в достижении цели, трудолюбия, ответственности, дисциплинированности;
- стремление к получению качественного законченного результата;
- умение работать в команде;
- сформированность нравственного, познавательного и коммуникативного потенциалов личности;
- сформированность активной гражданской позиции, чувства любви к Родине на основе изучения культурного наследия и традиций народа России;
- усвоения культуры общения;
- осознание здоровья как ценности;
- сформированность бережного отношения к окружающей среде;
- сформированность ценностного отношения к семейным традициям.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	День единых действий	Название мероприятия, события, проводимого педагогом	Форма проведения	Направление воспитательной работы
1	3 сентября День солидарности в борьбе с терроризмом	Беседа с раздачей памяток о способах противодействия терроризму «Будь бдителен»	В рамках занятий	Социокультурное медиакультурное воспитание
2	8 сентября Международный день распространения грамотности. Кирилл и Мефодий - просветители славян, создатели славянской азбуки	Беседа с просмотром презентации «Отцы славянской грамотности»	В рамках занятий	Культурное наследие и народные традиции
3	17 сентября 166 лет со дня рождения русского учёного, писателя К.Э. Циолковского (1857-1935), в рамках 300-летия российской науки в 2024 г.	Беседа, презентация «К 166-летию К.Э. Циолковского»	В рамках занятий	Гражданско-патриотическое
4	01 октября Международный день пожилых людей	«С любовью к вам» Изготовление открыток для бабушек и дедушек	В рамках занятий	Воспитание семейных ценностей
5	01 октября Международный день музыки	Беседа «Музыка вокруг»	В рамках занятий	Культурное наследие и народные традиции
6	05 октября День учителя	Открытый урок «Педагогическая планета»	В рамках занятий	Гражданско-патриотическое
7	16 октября День отца в России	Спортивные эстафеты «Я-сильный как папа!»	В рамках занятий	Воспитание семейных ценностей
8	04 ноября День народного единства	Викторина «Моя великая Россия»	В рамках занятий	Гражданско-патриотическое
9	27 ноября День матери в России	«Мама- слово дорогое!» Беседа (рассказ детей о их мамах, фотографии, рисунки)	В рамках занятий	Воспитание семейных ценностей

10	30 ноября День Государственного герба Российской Федерации	Презентация «История российского флага»	В рамках занятий	Гражданско-патриотическое
11	03 декабря День неизвестного солдата	Беседа «Неизвестный солдат»	В рамках занятий	Гражданско-патриотическое
12	08 декабря Международный день художника	Викторина «Художник и краски»	В рамках занятий	Культурное наследие и народные традиции
13	09 декабря День Героев Отечества	Просмотр фильма «Героями не рождаются»	В рамках занятий	Гражданско-патриотическое
14	25 декабря День Государственных символов Российской Федерации: гимн, герб, флаг	Презентация «Россия- моя родина»	В рамках занятий	Гражданско-патриотическое
15	31 декабря Новый год в России	Танец «Сказки водят хоровод»	Мероприятие «Новый год в России»	Культурное наследие и народные традиции
16	7 января Православное Рождество	Квест «Свет Рождественской звезды»	В рамках занятий	Воспитание семейных ценностей
17	11 января День заповедников и национальных парков	Презентация «Оглянись вокруг»	В рамках занятий	Экологическое воспитание
18	27 января День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады. День памяти жертв Холокоста	Просмотр фильма «Подвиг Ленинграда»	В рамках занятий	Гражданско-патриотическое
19	08 февраля День российской науки	Викторина «Наука- это мы»	В рамках занятий	Гражданско-патриотическое
20	15 февраля День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества	Беседа «Знать и помнить»	В рамках занятий	Гражданско-патриотическое
21	21 февраля Международный день родного языка	«Пословицы и поговорки» Конкурс	В рамках занятий	Культурное наследие и народные традиции
22	23 февраля День защитника Отечества	«Открытка ко Дню защитника Отечества»	Мероприятие День защитника	Воспитание семейных ценностей

			Отечества	
23	1 марта Международный день борьбы с наркоманией	Беседа «НЕТ наркотикам»	В рамках занятий	Здоровьесберегающее воспитание
24	8 марта Международный женский день	«8 марта» (изготовление открыток, игры, беседа)	Мероприятие «Международный женский день»	Воспитание семейных ценностей
25	11 марта Масленица	Беседа о традициях «Гуляй, Масленица»	Мероприятие «Масленица»	Культурное наследие и народные традиции
26	01 апреля Международный день птиц	Презентация «Пернатые соседи»	В рамках занятий	Экологическое воспитание
27	06 апреля Международный день спорта	Акробатический танец «Пируэт»	В рамках занятий	Здоровьесберегающее воспитание
28	07 апреля Всемирный день здоровья	Эстафеты «ЗОЖ»	В рамках занятий	Здоровьесберегающее воспитание
29	09 апреля Штурм Кёнигсберга	Презентация «Штурм Кёнигсберга»	В рамках занятий	Гражданско-патриотическое
30	12 апреля День космонавтики	Просмотр фильма «Звездное небо»	В рамках занятий	Гражданско-патриотическое
31	16 апреля Православная Пасха	Беседа «Пасха радость нам несёт»	В рамках занятий	Воспитание семейных ценностей
32	22 апреля Всемирный день Земли	Викторина «Земля- наш общий дом»	В рамках занятий	Экологическое воспитание
33	29 апреля Международный день танца	Конкурс на лучший танец «Двигайся с нами»	В рамках занятий	Культурное наследие и народные традиции
34	9 мая День Победы	Возложение цветов «9 мая»	В рамках занятий	Воспитание семейных ценностей
35	15 мая Международный день семьи	Беседа «Семья- это весело!»	В рамках занятий	Воспитание семейных ценностей

Список литературы

Нормативные правовые акты

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599.
3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 года №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
6. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».
7. Приказ Министерства образования Калининградской области от 26 июля 2022 года № 912/1 «Об утверждении Плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022-2024 годы) в Калининградской области и Целевых показателей реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Калининградской области».

Для педагога дополнительного образования:

8. Барташевич Ю.В. Методика обучения акробатическим упражнениям школьной программы, РИО БарГУ, 2011.
9. Барчуков И.С. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / И.С. Барчуков, А.А. Нестеров; под общ. ред. Н.Н. Маликова. – 3-е изд. - М.: Издательский центр «Академия», 2009.
10. Барышникова Т.К. Азбука хореографии - Санкт-Петербург: Респекс, Люкси, 1996.
11. Вавилова Е.Н. Укрепляйте здоровье детей. - М.: Просвещение, 2015.
12. Габриелян К.Г., Ермолаев Б.В. 500 тестов по дисциплине «Физическая культура». – М.: Физкультура и Спорт, 2006.
13. Гусева Т.А. Вырастай-ка! Гармоническая спортивная игровая гимнастика - Тобольск ТГПИ им. Д.И. Менделеева, 2004.
14. Дубровский В.И. Лечебная физкультура и врачебный контроль. - М.: ООО «Медицинское информационное агентство», 2006.
15. Журавин Б.А., Меньшикова Н.К. Гимнастика. - М.: Академия, 2005.

16. Манжелей И.В. Инновации в физическом воспитании: учебное пособие. – Тюмень: Издательство Тюменского государственного университета, 2010.

Для обучающихся и родителей:

17. Ингерлейб М.Б. Анатомия физических упражнений/М.Б. Ингерлейб. – Ростов н/Д: Феникс, 2010.

18. Казина О.Б. Веселая физкультура для детей и их родителей. - Ярославль: Академия развития: Академия холдинг, 2005.

19. Козлов В.В. Физическое воспитание детей в учреждениях дополнительного образования. - Акробатика. М.: Владос, 2003.

20. Морозевич Т.А. Особенности подготовки акробатов высокой квалификации: Лекция / Бел.гос. ун-т физ. культуры. - Минск: БГУФК, 2008.

21. Хазов А.А. Обучение технике упражнений на гимнастических снарядах и акробатических прыжков. Учебное пособие. – Рязань: РГУ им. С.А. Есенина, 2006.

**Задания для проведения контроля знаний, умений, навыков
Текущий контроль**

Практика

Юноши

№ п/п	Нормативы	Шкала оценок
1.	Подтягивание на высокой перекладине	«5» - 5раз «4» - 3 раз «3» - 2 раз
2.	Акробатика: Переворот в сторону – кувырок вперед – кувырок назад – перекат в стойку на лопатках – перекат вперед	«5» - 9,0-10,0 «4» - 8,0-8,95 «3» - 7,0-7,95
3.	Прыжок в длину с места	«5» - 1.4 «4» - 1.3 «3» - 1.2
4.	Мост Положение рук и ног вертикально Положение рук до 45 градусов Положение рук менее 30 градусов	«5» «4» «3»
5.	Шпагаты продольные и поперечный Касание опоры бедрами Неполное касание опоры бедрами (10 см.) Касание опоры голенью	«5» «4» «3»
6.	Наклон вперед из седа ноги врозь Касание пола всеми точками тела Туловище почти касается пола плечами Туловище почти касается пола (10 см.)	«5» «4» «3»

Девушки

№ п/п	Нормативы	Шкала оценок
1.	Отжимания	«5» - 7 раз «4» - 6 раз «3» - 5 раз
2.	Акробатика: Переворот в сторону – кувырок вперед – кувырок назад – перекат в стойку на лопатках – перекат вперед	«5» - 9,0-10,0 «4» - 8,0-8,95 «3» - 7,0-7,95
3.	Прыжок в длину с места	«5» - 1.3 «4» - 1.2 «3» - 1.1
4.	Мост Положение рук и ног вертикально Положение рук до 45 градусов Положение рук менее 30 градусов	«5» «4» «3»
5.	Шпагаты продольные и поперечный Касание опоры бедрами Неполное касание опоры бедрами (10 см.) Касание опоры голенью	«5» «4» «3»
6.	Наклон вперед из седа ноги врозь Касание пола всеми точками тела Туловище почти касается пола плечами Туловище почти касается пола (10 см.)	«5» «4» «3»

Теория

1. Форма одежды на занятиях по спортивной акробатике.
2. Как нужно вести себя на тренировках.
3. История возникновения акробатики.
4. Какие элементы акробатики вы знаете.
5. Назовите хореографические прыжки.
6. Как занятия по акробатике влияют на ваше здоровье.
7. Что запрещено делать на тренировке.
8. Какие элементы вы знаете для укрепления осанки.