**Муниципальное автономное**
**дошкольное образовательное учреждение**
**«Центр развития ребенка –**
**детский сад № 7 «Ярославна»**

# Описание действующих программ дополнительного образования различной направленности на 2026-2027 уч. год

**Рубцовск 2026**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА - ДЕТСКИЙ САД №7 «ЯРОСЛАВНА»**

Описание

дополнительной общеобразовательной программы «Грация»

(эстетическая гимнастика) для детей 4-7 лет.

Программа «Грация» составлена в 2026г.

Составитель – Бутузова Анастасия Валерьевна, тренер по спортивной гимнастике.

Программа **по виду** общеобразовательная общеразвивающая**, направленность –** физкультурно-спортивная**.**

**Язык образования** – русский, **форма обучения** – очная.

Срок обучения – 1 год. Общее количество часов на весь период обучения –62. Продолжительность занятий – до 20 минут - средний дошкольный возраст, до 25 минут – старший возраст и до 30 минут для детей подготовительного возраста, во второй половине дня.

Программа «Грация» имеет **художественно-эстетическую и физкультурно-оздоровительную направленность**. Она построена на основе принципов ритмопластики и эстетической гимнастики с элементами хореографии, адаптированных для дошкольников.

**Актуальность** программы обусловлена необходимостью гармоничного развития ребёнка в условиях повышенной учебной нагрузки и гиподинамии. Занятия сочетают физическое развитие с эстетическим воспитанием и эмоциональной разгрузкой.

**Цель:** Сформировать у дошкольников базовые музыкально-ритмические и двигательные навыки средствами эстетической гимнастики, обеспечить гармоничное физическое и эстетическое развитие ребёнка, укрепить здоровье и развить творческое самовыражение через движение.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- сформировать чувство ритма, умение соотносить движения с темпом, динамикой и формой музыкального произведения;

- обучить базовым элементам эстетической гимнастики и ритмопластики (повороты, наклоны, волны, пружинные движения, мягкие шаги и т. п.);

- познакомить с простыми танцевальными элементами и композициями;

- научить безопасному использованию инвентаря (мячи, ленты, обручи, султанчики) в двигательных заданиях.

**Развивающие:**

- развивать гибкость, координацию, равновесие, ориентацию в пространстве;

- совершенствовать психомоторные функции (точность, плавность, выразительность движений);

- стимулировать воображение и способность к двигательной импровизации;

- развивать музыкальный слух и эмоциональную отзывчивость.

**Воспитательные:**

- воспитывать интерес к физической активности и искусству движения;

- формировать навыки сотрудничества, умение действовать в группе, соблюдать правила и очередность;

- прививать культуру поведения на занятии (приветствие, построение, бережное отношение к инвентарю).

**Оздоровительные:**

- укреплять мышечный корсет и формировать правильную осанку;

- способствовать профилактике плоскостопия и нарушений опорно-двигательного аппарата;

- тренировать дыхательную и сердечно-сосудистую системы через дозированную нагрузку и дыхательные упражнения;

- снижать мышечные зажимы и эмоциональное напряжение за счёт релаксационных техник.

**Условия реализации программы:**

Занятия проводятся в зале хореографии, соответствующем санитарным нормам, с зеркалами, ровным покрытием, хорошей вентиляцией небольшими подгруппами 8-10 человек при наличии необходимого оборудования:
коврики, мячи (разных размеров), ленты, обручи, султанчики, аудиоаппаратура, фонотека.

Допуск к занятиям по справке от педиатра, учёт индивидуальных противопоказаний.

## Планируемые результаты:

К концу освоения программы ребёнок сможет:

- ритмично двигаться под музыку разного характера и темпа;
- выполнять упражнения на гибкость, координацию, равновесие;

- демонстрировать правильную осанку и походку;
- импровизировать движения под заданную музыку;
- участвовать в коллективных танцевальных композициях;
- проявлять интерес к занятиям эстетической гимнастикой и танцам.

**Формы контроля и подведения итогов**

- педагогическое наблюдение;
- открытые занятия для родителей;
- участие в утренниках и концертах ДОУ;
- фото- и видеофиксация достижений;
- творческие отчёты (мини-спектакли, танцевальные номера).

**Методическое обеспечение программы:**


1. **Пензулаева Л. И.** «Оздоровительная гимнастика для детей 3–7 лет: комплексы упражнений». ( М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2022);
2. **Осокина Т. И.** «Физическая культура в детском саду». ( М.: Просвещение, 2018);
3. **Буренина А. И.** «Ритмическая мозаика: программа по ритмической пластике для детей 3–7 лет». — 4-е изд., перераб. и доп. (Пб.: Фонд «Петербургский центр творческой педагогики „Аничков мост"», 2015);
4. **Коренева Т. Ф.** «Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного возраста: методическое пособие». ( М.: Русское слово, 2020);
5. **Карпенко Л. А.** (общ. ред.). «Избранное из научно-методических работ по эстетической гимнастике».(СПб., 2012);
6. **Карпенко Л. А., Румба О. Г.** «Теория и методика физической подготовки в художественной и эстетической гимнастике: учебное пособие». ( М.: РЕГЕНС, 2013);
7. **Базарова Н. П.** «Классический танец: учебное пособие». — 6-е изд., стер. (М.: URSS, 2020).