

Департамент образования Администрации городского округа Самара
муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования «Центр дополнительного образования
«Экология детства» городского округа Самара

Принята на заседании
Научно-методического совета Центра
протокол № 2
13 августа 2019 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУ ДО «ЦДО
«Экология детства» г.о. Самара
Е.А. Павлова
«13» августа 2019 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Гармония»**

Возраст обучающихся: 9 - 18 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Тимашова Алина Сергеевна,
педагог дополнительного образования

г. Самара, 2019

ОГЛАВЛЕНИЕ

Паспорт	
программы	3
Пояснительная записка	4
Учебно-тематический план	12
Модуль «Гимнастика»	13
Модуль «Музыкально ритмические занятия»	15
Модуль «Современный танец»	16
Методическое обеспечение	19
Список литературы	20
Приложения	
Приложение 1 «Календарный учебный график»	21
Приложение 2 Диагностика по образовательной программе «Гармония»	22
Приложение 3 Критерии общефизического и двигательного развития	23
Приложение 4 «Календарно-тематический план на 2019 - 2020 учебный год»	24

I. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Гармония»
Направленность программы	художественная
Вид программы	адаптированная
Учреждение, реализующее программу	муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр дополнительного образования «Экология детства» г.о. Самара
Составитель программы	Тимашова Алина Сергеевна, педагог дополнительного образования
Возраст учащихся	9-18
Срок реализации	1 год
С какого года реализуется программа (новые редакции)	2017 г.

II. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная программа разработана для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (дети с задержкой психического развития, с умственной отсталостью) и учитывает особенности психофизического развития и индивидуальных возможностей обучающихся. Программа направлена на компенсацию ограничений в здоровье обучающихся средствами хореографии.

Направленность программы: художественная.

Новизна данной дополнительной образовательной программы заключается в том, что по форме организации образовательного процесса она является модульной.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Гармония» состоит из 3-х модулей:

Отличительные особенности программы

Программа «Гармония» адаптирована для детей с задержкой психического развития, с умственной отсталостью, с учетом их психофизического развития и индивидуальных возможностей.

В содержание программы включено ознакомление с общими правилами музыкального движения, ритмикой, психогимнастикой, логоритмикой, изучаются танцевальные связки и этюды.

Актуальность

Данная программа разработана в соответствии с:

- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утв. приказом Минобрнауки от 29.08.2013 г. № 1008);
- Стратегией развития воспитания в РФ на период до 2025 года (утв. Распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. №996-р);

•ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ Мин. обр. и науки РФ №1599 от 19.12.2014 г.);

•Санитарно-эпидемиологические требования СанПиН 2.4.4.3172-14.

Программа направлена на развитие внимания и запоминания обучающихся через коррекционно-воспитательную работу по хореографии с детьми с ОВЗ.

Специфика работы с детьми с ОВЗ:

- адаптация классических методов и технологий с учётом индивидуальных психофизических особенностей ребёнка;
- снижение уровня возрастных требований к танцевальным упражнениям;
- кратковременность выполнения каждого отдельного движения

Педагогическая целесообразность программы

В ходе реализации программы решаются важные педагогические задачи: создание условий для социального, культурного и профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка.

Для наиболее эффективного решения этих задач используются следующие формы и методы работы: игровой, демонстрационный (метод показа); метод творческого взаимодействия; объяснительно-иллюстративный (наглядный, с использованием схематических элементарных партитур); метод наблюдения и подражания.

Метод показа. Разучивание нового движения, позы педагог предваряет точным показом. Это необходимо и потому, что в исполнении педагога движение предстает в законченном варианте.

Метод наглядности. Этот метод включает в себя слуховую наглядность (слушание музыки во время исполнения танцев, песен и др.), зрительное и тактильное проявление наглядности, которые сочетаются со слуховыми

впечатлениями (показ певческих приемов, движений, картинок, игрушек и др.).

Игровой метод. На музыкально-ритмических занятиях формируются знания, умения и навыки в различных видах деятельности, связанных с музыкой: восприятие музыки, музыкально-ритмические движения (танцевальные и гимнастические движения, несложные их композиции под музыку), инсценирование и т. п.

Выбор форм, методов и видов деятельности в учебной группе определяется с учётом возрастных и индивидуальных особенностей учащихся.

На занятиях групп 9-12 лет используются игровые формы, направленные на:

- раскрепощение, снятие страха оценки,
- формирование доброжелательных отношений внутри учебной группы,
- восприятие и осознание искусства, воплощение своих чувств и мыслей в образах,
- развитие эмоционально-чувственной сферы, погружение в заданную ситуацию.

Так как для этих ребят свойственна высокая возбудимость нервных центров и слабость процессов внутреннего торможения. Отсюда у них менее устойчиво внимание и большая утомляемость. Детям этого возраста тяжело сконцентрировать внимание на медленном и методичном исполнении экзерсиса у станка. Поэтому в работу у станка вводятся танцевальные движения, как на месте, так и в продвижении (на круг, линии, диагонали, змейки и т.д.), прыжки.

Учащиеся 13-18 лет. Для данной возрастной группы приоритетны игровые, соревновательные формы и методы, коллективная творческая деятельность (КТД), работа в микрогруппах, частая смена состава микрогрупп и позиции участников в совместной деятельности. Выбор

методов и форм проведения занятий обусловлен возрастными особенностями воспитанников: показ, воспроизведение, анализ, самостоятельная проба. Важную роль на этом этапе играет метод упражнений, отработки техники через многократное повторение. Активно используются методы создания системы образов, методы тактильного ощущения, самоконтроля.

Цель программы - развитие познавательных и созидательных способностей детей с ОВЗ, социализация и адаптация обучающихся через занятия хореографией.

Задачи программы:

Обучающие:

1. Научить основам современного танца.
2. Обучение умению слышать и чувствовать музыку.
3. Обучить основам хореографии и привить любовь к танцевальному искусству.
4. Научить правилам поведения на сцене.

Развивающие:

1. Развивать музыкально-ритмические способности.
2. Развивать у учащихся пластичность и чувство ритма.
3. Совершенствовать физическое развитие (правильная посадка головы, осанка, ловкость, сила, координация движений).
4. Развивать танцевальные, физические и творческие способности обучающихся, учитывая возрастные особенности.

Воспитательные:

1. Воспитывать личность способную адаптироваться в современном обществе.
2. Формировать у обучающихся культуру общения и поведение в социуме.

3. Привить навыки культурного общения и уважения в процессе выступлений.

4. Создавать атмосферу доброжелательности, взаимопонимания, взаимопомощи в творческом коллективе.

5. Создавать оптимальные условия для успешного взаимодействия между педагогом и детьми.

Программа рассчитана на детей в возрасте от 9 до 18 лет.

Количество детей в группе: 12 человек.

Содержание образовательной программы разработано с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, их интересов.

Состав группы разновозрастный.

Сроки реализации

Программа рассчитана на 1 год обучения

1 год обучения - 72 часа.

Формы обучения: очная.

Формы организации деятельности: всем составом.

Режим занятий:

1 год обучения - 2 часа в неделю (2 дня по 1 часу с перерывом на отдых 10 минут), в соответствии с приложением № 3 к СанПиН 2.4.4.3172-14 продолжительность учебного часа 40 минут, время перерыва – 10 мин.

Группы формируются по возрастному признаку и физическому развитию.

1 группа – от 9 до 12 лет.

2 группа – от 13 до 18 лет.

Психофизиологические особенности обучающихся 1 группы

Этот возраст ещё относительно спокойного и равномерного физического развития. Увеличение роста и веса, мышечной силы и выносливости, жизненной ёмкости лёгких идёт довольно равномерно и пропорционально. Сердечные мышцы хорошо снабжаются кровью, поэтому сердце достаточно

выносливо, головной мозг получает достаточное кровоснабжение, что является необходимым условием его работоспособности.

Ведущая потребность у ребят этого возраста - общение со сверстниками. В поведении проявляется склонность к риску, острым ощущениям. Наблюдается быстрая утомляемость и низкая работоспособность, резкие перепады настроения в связи с бурным психофизиологическим развитием. Появляется необходимость ощущения социальной востребованности (формирование чувства взрослости). Наряду с этим еще слабо сформирована эмоционально-волевая сфера, ответная реакция замедленная (подросток не сразу отвечает на вопросы, не сразу начинает выполнять задания).

Рекомендации:

- слушать, признавать и принимать чувства ребёнка;
- относиться к нему с уважением; - быть честным с ребёнком;
- делать только конкретные замечания, не использовать выражения типа: «Ты всегда...»;
- предоставить ребёнку брать на себя ответственность, быть независимым и иметь свободу выбора;
- следует привлекать ребёнка к решению проблем и принятию решений, касающихся его собственной жизни, уважать его чувства, потребности, желания, предложения, разумные решения;
- предоставлять ребёнку возможность экспериментировать, удовлетворять свои интересы, проявлять или не проявлять свои творческие способности;
- быть для ребёнка хорошим примером: быть о себе достаточно высокого мнения, действовать, исходя из своих интересов;
- избегать назидательности;
- принимать ребёнка всерьёз, считаться с его суждениями.

Психофизиологические особенности обучающихся 2 группы

Это период больших физических возможностей в развитии двигательных качеств. Улучшаются координационные способности, силовые способности, умеренно увеличиваются скоростные способности и выносливость. Низкие темпы наблюдаются в развитии гибкости. В работу вводятся элементы повышенной технической сложности. Вращения, пируэты, силовые прыжки, а также более сложные и разнообразные танцевальные комбинации.

Рекомендации:

При построении учебного процесса рекомендуется учитывать индивидуальные особенности познавательной деятельности обучающихся, но большое внимание уделять игре, созданию ситуации успеха. Дело в том, что учащиеся этой возрастной группы стремятся добиться поставленной цели в течение одного занятия и желают видеть наглядный результат своего труда. Основные задачи развития на этом возрастном этапе – развитие логического мышления, умения оперировать полученной информацией, развитие самостоятельности детей в учебной деятельности. Для этого необходимо создание учебной ситуации, способствующей удовлетворению познавательных потребностей детей.

Ожидаемые результаты:

Результатом освоения навыков в области современного танца

Предметные результаты:

В процессе освоения данной программы учащийся:

1 год обучения

Должен знать:

- понятия и термины программных движений;
- правила исполнения изучаемых движений в современном танце.
- понятия о пространстве класса, понятия: линия, ряд, шеренга, круг.; основные «степы» и «качи» современных направлений.

Должен уметь:

- выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами, отмечать в движении музыкальные фразы, несложный ритмический рисунок;
- ориентироваться в пространстве класса, воспринимать задания и замечания педагога, направлять свои усилия в русло правильной мышечной работы, точно и правильно выполнять позиции ног, рук, заданные движения;
- различать музыкальный размер, темп музыки;
- запоминать последовательность движений в танцевальных комбинациях.

Личностные результаты:

- ценностное отношение к современной культуре;
- уважительное отношение к людям и результатам их труда;
- видеть, анализировать и исправлять ошибки.

Метапредметные результаты:

- самостоятельность и личная ответственность за свои поступки;
- умение договариваться, приходить к общему решению в совместной творческой деятельности при реализации проектов;
- умение задавать вопросы, необходимые для организации сотрудничества с партнером;
- различать музыкальный размер, темп, ритм;
- умение коллективно и слаженно выполнять поставленные педагогом задания;
- умение грамотно распределять усилия при исполнении танцевальных комбинаций.

Критерии и способы определения результативности

Критерии результативности освоения программы

1 год обучения

1. Свод стопы.

2. Упражнения на координацию (марш в определенной музыкальной раскладке по точкам зала на 8, на 4, на 2, в продвижении по рисунку).

3. Боковой галоп.

4. Танцевальный шаг с носка на 2/4, 3/4, 4/4 (ход вперед, ход назад).

5. Подготовка к вращению (шен).

6. Гимнастика («лягушка», «складочка», «корзинка», «свечка»).

Способы определения результативности

Для определения результативности реализации программы используется диагностическая карта, которая составляется на каждого обучающегося для сравнительного анализа по вышеуказанным критериям. Три раза в год педагог заносит в карту данные по качеству выполнению каждого задания (входная, промежуточная и итоговая диагностика обученности).

Формы подведения итогов реализации программы:

- открытые занятия;
- концерты;
- фестивали;
- зачеты в конце изучения тем;
- диагностика.

Учебный план ДОП «Гармония»

№ п/п	наименование модуля	1 год обучения		
		всего	теори я	практ ика
1.	Гимнастика	24	2	22
2.	Музыкально ритмические занятия	24	2	22
3.	Современный танец	24	6	18
	итого	72	10	96

Модуль «Гимнастика»

Цель: Формирование теоретических знаний в области гимнастических упражнений, для развития профессионально необходимых физических качеств.

Задачи:

- развивать гибкость
- развить выворотность в тазобедренном суставе
- выносливость, быстроту и координацию движений,

Учебно-тематический план модуля «Гимнастика»

№ п/п	тема	1 год обучения		
		всего	теория	практика
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2	1	1
2.	Педагогическая диагностика (входная, промежуточная, итоговая).	2	1	1
3.	Постановка корпуса, рук, ног и головы	12	-	12
4.	Коррекция осанки и профилактика плоскостопия	14	-	14
5.	Развитие выворотности	14	-	14
6.	Развитие балетного шага	14	-	14
7.	Гимнастические упражнения на основе элементов классического танца	14	-	14
	ИТОГО	72	2	70

Содержание модуля «Гимнастика»

1 год обучения

Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.

Теория беседа о правилах поведения на занятиях хореографией (приложение 1). Введение специальных терминов: хореография, гимнастика (приложение 2).

Тема 2. Педагогическая диагностика (входная, промежуточная, итоговая).

Практика Гимнастические упражнения в основе которых элементы классического танца.

Тема 3. Постановка корпуса, рук, ног и головы

Теория Формирование теоретических знаний в области гимнастики для развития необходимых физических качеств для занятия хореографией.

Практика Гимнастические упражнения, в основе которых – изучение элементов классического танца – лежа или сидя на полу: постановка корпуса, рук, ног и головы; повороты и наклоны головы вправо, влево, вперед, назад; первое, второе пордебра в сочетании с складкой, и перегибами корпуса.

Тема 4. Коррекция осанки

Практика Упражнения направленные на коррекцию осанки и профилактику плоскостопия; сокращение и натяжение стоп, растяжение подкаленных связок, прогибы спины, «Рыбка», «Корзинка», «Ласточка».

Тема 5. Развитие выворотности

Практика Упражнения, направленные на развитие выворотности; «Кузнечик», «Лягушка, «Бабочка»

Тема 6. Развитие балетного шага

Практика Упражнение на развитие балетного шага

Упражнения «Солнышко», «часики», «боковая стойка», «батман». Растяжение мышц внутренней и внешней поверхности бедра; «Часики» лежа на спине, боку, животе, растяжение на продольный и поперечный шпагат.

Тема 7. Гимнастические упражнения на основе элементов классического танца

Практика Гимнастические упражнения, в основе которых – изучение элементов классического танца – лежа или сидя на полу: постановка корпуса, рук, ног и головы; повороты и наклоны головы вправо, влево, вперед, назад; первое, второе пордебра в сочетании с складкой, и перегибами корпуса.

Модуль «Музыкально-ритмические занятия»

Цель: Овладение основами музыкально-ритмической грамоты.

Задачи:

1. Развитие умение ориентироваться в пространстве,
2. развитие навыка танцевального движения,
3. Развитие музыкального слуха.

**Учебно-тематический план модуля
«Музыкально-ритмические занятия»**

№ п/п	тема	1 год обучения		
		всего	теория	практик а
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2	1	1
2.	Выполнение коллективно порядковых упражнений	14	-	14
3.	Музыкально-ритмические упражнения	14	-	14
4.	Упражнения на темпо-ритм	14	-	14
5.	Ритмические упражнения с предметом	14	-	14
6.	Изучение точек класса, диагоналей	14	-	14
	итого	72	1	71

Содержание модуля «Музыкально-ритмические занятия»

1 год обучения

Тема 1. Выполнение коллективно порядковых упражнений, направленных на умение ориентироваться в пространстве, находить свое место в линии, колонне.

Тема 2. Музыкально-ритмические упражнения на развитие координации, элементы асимметричной гимнастики; шаги на носках, пятках лицом и спиной по кругу, шаг высоко поднимая колени, высокий бег «Лошадка», бег с подскоками, выпады, галоп лицом и спиной, в центр и со сменой ног, марш – один шаг на такт, два шага на такт.

Тема 3. Упражнения на темпо-ритм, ритмические упражнения в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо, громче, тише); регистрами (высокий, средний, низкий); переход от умеренного к быстрому или медленному темпу.

Тема 4. Ритмические упражнения с предметом (мяч, обруч, платок, скакалка, флажки).

Тема 5. Изучение точек класса, диагоналей:

- Упражнения в повороте на месте по точкам зала;
- Трамплинные прыжки на месте по точкам зала.

Модуль «Современный танец»

Цель: Подготовка двигательного аппарата учащихся к исполнению танцевального материала различного характера, разнообразных жанров, различной степени технической трудности.

Задачи:

1. Развить координацию, хореографическую память, внимание, формировать технические навыки;
2. Воспитать силу, выносливость;
3. Формировать навыки коллективного общения.

Учебно-тематический план модуля «Современный танец»

№ п/п	тема	1 год обучения		
		всего	теория	практика
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2	1	1
2	Позиции рук и ног в современном танце:	17	-	17
3	Экзерсис на полу	17	-	17
4	Основные движения современного хип хоп	17	-	17
5	Определения бита в музыке хип-хоп	19	-	19
	итого	72	1	71

Содержание модуля «Современный танец»

1 год обучения

Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.

Теория беседа о правилах поведения на занятиях хореографией (приложение 1). Введение специальных терминов: хореография, гимнастика (приложение 2).

Тема 2. Позиции рук в современном танце:

- I – руки согнуты в локтях, близко к диафрагме, локти в сторону;
- II – руки в сторону, ладони вниз;
- III – руки вверх, ладони «смотрят» друг на друга

Позиции ног:

- I – пятки вместе, носки врозь;
- II- параллельная и выворотная;
- IV – параллельная
- VI – параллельная

Тема 3. Экзерсис на полу

Экзерсис на полу состоит из нескольких разделов:

- упражнения, сидя на полу
- лёжа на спине
- лёжа на боку
- лёжа на животе

Каждый из разделов имеет свои задачи, но практически через все упражнения проходит нацеленность на укрепление мышц спины, в стремлении добиться прямой осанки, вытянутости ног в коленях и стопе.

1. Задачи раздела «Упражнения, сидя на полу»:

укрепление мышц спины, постановка осанки, вытянутость ног в колене и в стопе, растяжение ахиллового сухожилия.

2. Задачи раздела «Упражнения, лёжа на спине»:

укрепление мышц брюшного пресса, выворотности бёдер.

3. Задачи раздела «Упражнения, лёжа на боку»:

развитие шпагата в сторону, выворотности бёдер.

Тема 4. Основные движения современного хип хопа

Основой современного хип хопа стали прыжковые движения, «качи» и элементарные шаги. Большая часть движений «направлены» вниз, а не вверх. Присутствует некая «расслабленность» в теле. Корпус мягкий, колени также мягкие и всегда чуть согнуты. Движения выполняются на 8 счетов.

Тема 5. Определения бита в музыке хип-хоп

Темп 26-30 тактов в минуту или 96-112 ударов в минуту, акцентируется 2-й удар. Учимся чувствовать и уметь изучать и раскладывать музыку на сильные и слабые части, отличать основу композиции от второстепенных звуков. Можно использовать такой прием как «Передай другому», «Пинг-понг».

V. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Литература по детской педагогике и психологии, хореографии (теоретические, методические, практические аспекты работы с детьми)
2. Программа деятельности, планы, методические разработки.

Материально-техническое обеспечение:

1. Хореографический зал, оборудованный станками и зеркалами
2. Магнитофон, видеоманитофон, dvd - плеер, cd – проигрыватель
3. Фонотека, видеотека, реквизит.

VI. СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Белкин, Е.Л. Психолого-дидактические основы построения эффективных методик обучения. М., 2003
2. Давыдова Е.К. движение как сигнал. М., Наука, 1986г.
3. Зеньковский, В.В. Психология детства. М., 2006.
4. Иоффе М.Е. Механизмы двигательного обучения. М., Наука, 1991г.
5. Катаева А.А. Развитие наглядного мышления у детей дошкольного возраста с нарушениями слуха и интеллекта. // Под ред. Л.П.Носковой. - М., 1984.
6. Ковальчук, Я.Н. Индивидуальный подход воспитанию ребенка. М., 2001.
7. Коц Я.М. Организация произвольного движения. М., 1975г.
8. Лифиц А. Ритмика. Учебное пособие для студентов средних и высших педагогических учебных учреждений. М., «Академия», 1999г.
9. Матвеева Л.Г., Выбойщик И.В., Мякушкин Д.Е. Возрастная психология. М., 1997.
10. Новоселова, С.Н. Развивающая предметная среда. М., 2005.
11. Одаренный ребенок. М., 1997.
12. Управление движением. /Под ред. А.А.Митькина, М., Наука, 1990г.
13. Управление движением. /Под ред. А.А.Митькина, М., Наука, 1990г.
14. Фомин А.Н., Вавилов Ю.Н. Физиологические основы двигательной активности. М., «Физкультура и спорт», 1981г.
15. Франио Г., Лифиц И. Методическое пособие по ритмике. М., Музыка, 1987г.
16. Щетинин, М. Н. Дыхательная гимнастика А. Н. Стрельниковой / М.Н. Щетинин. – М.: Метафора, 2006.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Продолжительность учебного года:

- начало учебного года с 01 сентября.
- начало учебного года по программе первого года обучения – не позднее 15 сентября,
- окончание учебного года – 31 августа.

Количество учебных недель – 36 недель.

Количество учебных дней – 273 дня.

Продолжительность каникул - образовательная деятельность по дополнительной общеразвивающей программе ведется в течение всего календарного года, включая каникулярное время.

Дата начала учебного периода – 1 сентября.

Дата окончания учебного периода – 31 мая.

Продолжительность учебной недели - 6 дней.

Праздничные дни:

- 1, 2, 3, 4, 5, 6 и 8 января - Новогодние каникулы;
- 7 января - Рождество Христово;
- 23 февраля - День защитника Отечества;
- 8 марта - Международный женский день;
- 1 мая - Праздник Весны и Труда;
- 9 мая - День Победы;
- 12 июня - День России;
- 4 ноября - День народного единства.

Диагностика по образовательной программе «Гармония»

<u>№</u>	<u>ФИО</u> <u>ребенка</u>	<u>Задание</u> <u>1</u>	<u>Задание</u> <u>2</u>	<u>Задание</u> <u>3</u>	<u>Задание</u> <u>4</u>	<u>Задание</u> <u>5</u>	<u>Задание</u> <u>6</u>
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
6.							
7.							

1 год обучения

7. Свод стопы
8. Упражнения на координацию (марш в определенной музыкальной раскладке по точкам зала на 8, на 4, на 2, в продвижении по рисунку)
9. Боковой галоп
10. Танцевальный шаг с носка на 2/4, 3/4, 4/4 (ход вперед, ход назад)
11. Подготовка к вращению (шен)
12. Гимнастика («лягушка», «складочка», «корзинка», «свечка»)

Критерии общефизического и двигательного развития

Высокий уровень – 5 баллов

Средний уровень – 4 балла

Низкий уровень – 3 балла

Высокий уровень. У ребенка хорошо развита координация тела и движения. При маршировки корпус держит прямо. Шаг четкий, правильная отмашка рук. Свободно справляется со сложнокоординированными движениями. Состояние мелкой моторики на высоком уровне.

Средний уровень. Ребенок достаточно координирует свои движения. Умеет точно и уверенно выполнять простые маршевые движения. В более сложных комбинациях не всегда справляется с координированием движений. Марширует не совсем красиво, корпус не подтянутый. Отмашка рук вялая. Состояние мелкой моторики на среднем уровне.

Низкий уровень. Не умеет координировать свои движения. Маршируя, не владеет принципом «противодвижения» т.е. правя рука совпадает с правой ногою, левая рука с левой ногой. Корпус наклонен вперед, шаг не уверенный, не четкий, отмашка рук не правильная. Состояние мелкой моторики находится на низком уровне.