Комитет образования и науки администрации г. Новокузнецка
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Городской Дворец детского (юношеского) творчества имени
Н.К. Крупской»

Грудинина Анастасия Евгеньевна

Подписано цифровой подписью: Грудинина Анастасия Евгеньевна
Дата: 2023.09.29 11:22:24 +07'00'

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «СТЕП-ДЭНС»

Направленность: физкультурно - спортивная
Возраст учащихся: 11 – 14 лет
Срок реализации программы: 1 лет

Разработчики:
Антропова Юлия Сергеевна
педагог дополнительного образования

Новокузнецкий городской округ, 2023г.

Муниципальное бюджетное образовательное
учреждение дополнительного образования
«Городской дворец детского (юношеского) творчества им. Н.К. Крупской»

РАССМОТРЕНА На заседании методического совета	ПРИНЯТА На заседании педагогического совета	УТВЕРЖДАЮ Директор Дворца детского (юношеского) творчества им. Н.К. Крупской
Протокол № 2	Протокол № 3	А.Е. Грушинина
от 23.05.2023 г.	от 30.05.2023 г.	Приказ № 590 от 30.05.2023

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «СТЕП-ДЭНС»

Направленность: физкультурно - спортивная
возраст учащихся: 11 – 14 лет
срок реализации программы: 1 год

Разработчик программы:
Антропова Ю. С.
педагог дополнительного образования

Новокузнецкий городской округ, 2023

КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

Пояснительная записка

Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Степ» (далее Программа) – физкультурно – спортивная.

Нормативно-правовое обеспечение разработки и реализации программы:

– Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года с последующими изменениями и дополнениями.

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

– Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

– Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 N 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 06.12.2019 N 56722).

– Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей, и молодежи».

– Приказ Министерства просвещения РФ от 2 декабря 2019 г. N 649 «Об утверждении Целевой модели цифровой образовательной среды».

– Письмо Министерства просвещения РФ от 19.03.2020 No ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» («Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»).

– Распоряжение губернатора Кемеровской области от 06.02.2023 «Об утверждении Стратегии развития воспитания «Я – Кузбассовец» на период до 2025 года».

– Распоряжение Коллегии Администрации Кемеровской области от 03.04.2019 № 212 «О внедрении системы персонифицированного дополнительного образования на Территории Кемеровской области».

– Приказ Департамента образования и науки Кемеровской области от 13.01.2023 № 102 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования».

– Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования, и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242).

– Устав муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования детей «Городской Дворец детского (юношеского) творчества им. Н.К. Крупской».

– Положение о порядке разработки, оформления и утверждения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Городской Дворец детского (юношеского) творчества им. Н.К. Крупской».

Уровень освоения содержания программы: стартовый.

Актуальность программы. В настоящее время занятия аэробикой популярны в молодежной и детской среде. Они привлекают эмоциональностью и созвучием современным танцам, степ аэробика позволяет исключить монотонности исполнения движений. Основой

занятия по степ-аэробике является выполнение базовых шагов и их комбинаций - ритмичных и непрерывных движений на специальной степ-платформе. Для детей это базовые шаги с акцентом на правильное положение тела в пространстве и точную технику выполнения шагов и хореографии рук. Благодаря таким занятиям, дети скорее избавляются от неуклюжести, угловатости излишней застенчивости, исправляют осанку, укрепляют мышцы, успешно овладевают другими видами физических упражнений.

Преимущества степ-аэробики:

- В степе используются те же упражнения, что и в классической гимнастике. Все они направлены на выработку лучшей координации движений.
- Степ-аэробика воздействует на тело комплексно, при этом деликатно корректирует форму ног, развивая нужную группу мышц. Тело будет более гибким, пластичным и выносливым.
- Аэробика оказывает положительное действие на весь организм, укрепляя дыхательную, сердечно-сосудистую, мышечную и нервную системы, а также нормализуются артериальное давление и деятельность вестибулярного аппарата.

Таким образом, актуальность программы «Step dance» в том, что дети 11 – 14 лет очень много времени проводят в сидячем положении, имея малоподвижный образ жизни, что негативно сказывается на здоровье школьника, а данная программа способствует укреплению здоровья детей, развитию физических качеств, воспитывает в детях эмоционально-положительное отношение и устойчивый интерес к занятиям физической культурой и самостоятельной двигательной деятельности.

Также актуальность Программы обусловлена воспитательным потенциалом подросткового клуба им. И. С. Назарова, который одновременно выступает и как структурное подразделение МБОУ ДО «Городской Дворец детского (юношеского) творчества им. Н. К. Крупской», и как форма совместной инициативы взрослых и детей, объединенных общей деятельностью. Для успешной реализации плана воспитательной работы разработан модуль «Лето в нашем клубе», который осваивается учащимися в каникулярное время (в том числе и самостоятельно). В соответствие с запросами учащихся и родителей модуль «Лето в нашем клубе» может быть заменен на другой.

Отличительные особенности программы. Использование современного оборудования (степ - платформы), как средство оздоровления и развития физических качеств детей. Программа позволяет использовать степ-аэробику как ключевое звено для развития всех функциональных систем организма и сочетает в себе не только движения циклического характера с использованием степ – платформы, но и силовую гимнастику. В программу включено множество упражнений на степ-платформе с предметом и без него, интересные спортивные игры разной подвижности. Материал программы направлен на сохранение и укрепление здоровья детей и носит оздоровительный характер.

Адресат программы. По программе могут заниматься дети в возрасте 11 – 14 лет, без разделения по гендерному принципу (девочки и мальчики). Отбор детей осуществляется по принципу добровольности, без отбора и предъявления требований к наличию у них специальных умений. Обязательным условием приёма детей в объединение является наличие медицинской справки, дающей допуск к занятиям с физическими нагрузками.

Количественный состав группы первого года обучения – 10-12 человек

Объем и срок освоения программы. Программа рассчитана на 1 год обучения, общий объем часов на весь период обучения – 72 ч.

Формы обучения и формы организации обучения. Основной формой обучения является занятие. Обучение по программе проходит в очной форме, на русском языке.

Режим занятий. Распределение учебной нагрузки составлено следующим образом: первый год обучения – 2 раза в неделю по 1 академическому часу, академический час – 40 минут. Расписание занятий составляется исходя из возможностей детей, с учетом санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы и условиям проведения занятий.

Цель программы: формирование навыков здорового образа жизни и развитие физических качеств младших школьников средствами степ – аэробики.

Задачи стартового уровня освоения программы:

- развивать двигательные способности детей и физические качества (силу, гибкость, подвижность в суставах координацию движений и функцию равновесия для тренировки вестибулярного аппарата ребенка).
- формировать навыки правильной осанки развивать мышечную систему через упражнения на степ – платформах;
- развивать чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;
- воспитывать смелость и выдержку;
- воспитывать доброжелательность во взаимодействии со сверстниками, уважительное отношение к традициям клуба имени И.С. Назарова, поощрять активное и добровольное участие в мероприятиях и социальных акциях клуба и коллектива.

Учебно-тематический план 1-го года обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем программ	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие.	2	1	1
2	Основные танцевальные шаги	12	2	10
3	Основные базовые шаги	14	1	13
4	Основные прыжки	10	1	9
5	Игроритмика	6	-	6
6	Упражнения для развития выносливости, координации и равновесия.	8	-	8
7	Упражнения, укрепляющие грудные, ягодичные и мышцы пресса	8	-	8
8	Упражнения со спортивным инвентарем	10	1	9
9	Итоговое занятие	2	-	2
	Итого:	**72**	**6**	**66**

Содержание учебно – тематического плана 1 года обучения

1. **Вводное занятие.**

Теория: Правила поведения на занятиях, правила работы на степ платформе, техника безопасности.

Практика: Знакомство со степ платформой.

2. **Основные танцевальные шаги.**

Теория: Правила исполнения танцевальных шагов.

Практика: приставной шаг, шаг марш, бег, бег вокруг степа, «крест», махи, ходьба с хлопками, ритмичный шаг с руками, шаг – пружинка, шаг со сменой квадрата.

3. **Основные базовые шаги.**

Теория: Что такое базовый шаг, положение ног на степ платформе, правила исполнения базовых шагов на степ платформе и около степ платформы.

Практика: Ходьба на степе, шаг на степ – со степа, приставной шаг на степ, шаг в сторону со степа, шаг в сторону на степ, бег на степе, шаг с высоким подъемом бедра, шаг на степ с подъемом бедра, basic step, knee up, kick side, toe touch, mambo.

4. **Основные прыжки.**

Теория: Правила исполнения прыжков, техника исполнения прыжков на степ - платформе, положение ног во время прыжка на платформе.

Практика: Обычный прыжок, высокий прыжок, выпрыгивания на степ-платформу, прыжок с двух ног на две, прыжок с двух ног на одну, прыжок на степе, прыжок, меняя ноги на степе, прыжок через степ – платформу.

5. Игроритмика.

Практика: Игровые упражнения «Веселые ступеньки», «Шаг за шагом»»; музыкально – ритмические игры «Разноцветный мячик», «В гости к бабушке», «Веселый зоопарк»; логоритмические упражнения «Маша и медведи», «Радуга – дуга», строевые упражнения «Идем в поход».

6. Упражнения для развития выносливости, координации и равновесия.

Практика: Выпады с прыжком, стойка бегуна, упражнение «берпи», упражнение «берпи с прыжком в сторону», «фламинго», «шасси».

7 . Упражнения, укрепляющие грудные, ягодичные и мышцы пресса

Практика: «Планка», «планка, ноги на степ-платформе», «ягодичный мост на степ-платформе», «отжимание от степ – платформы», «отжимание от степа за спиной», plié, перекрестные выпады.

8 . Упражнения со спортивным инвентарем

Теория: Правила использования спортивного инвентаря на занятиях.

Практика: Ходьба на степе с мячом, шаг на степ – со степа с мячом, шаг на степ с подъемом с подъемом бедра с мячом, упражнения для укрепления мышц пресса с мячом, упражнения для развития равновесия с мячом, упражнение «весы», упражнение «баланс с мячом», прыжки на скакалке с выносом ноги вперед, прыжки на скакалке с перекрещиванием ног,

9. Итоговое занятие.

Практика: Открытое итоговое занятие для родителей «Шаг за шагом».

Планируемые результаты

Стартовый уровень (1 год обучения):

- у учащихся будут развиваться двигательные способности детей и физические качества (сила, гибкость, подвижность в суставах, координация движений и функция равновесия для тренировки вестибулярного аппарата ребенка);
- у учащихся появится возможность сформировать навыки правильной осанки и развивать мышечную систему через упражнения на степ – платформах;
- у учащихся будут развиваться чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;
- учащиеся получат возможность воспитать смелость и выдержку;
- получат возможность воспитывать доброжелательность во взаимодействии со сверстниками, уважительное отношение к традициям клуба имени И.С. Назарова, поощрять активное и добровольное участие в мероприятиях и социальных акциях клуба и коллектива.

КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Календарный учебный график

№ п/п	Год обучения	Объем учебных недель	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Режим работы
1.	Первый	36	36	72	2 раза в неделю по 1 академическому часу

КУГ – Приложение № 1.

Условия реализации программы

Для реализации Программы необходим отдельный учебный кабинет, который должен быть оснащен мебелью и специальным оборудованием:

- зеркала вдоль стен;
- станок;
- гимнастические коврики;
- степ-платформы;
- мячи.

Кабинеты оснащены необходимой техникой:

- ноутбук;
- телевизор;
- музыкальный центр;
- флеш-накопители;
- DVD-диски.

Кадровое обеспечение

Образовательная деятельность осуществляется педагогом дополнительного образования, имеющим среднее профессиональное или высшее образование по профилю, соответствующему реализуемой дополнительной общеразвивающей программы.

Формы аттестации

Оценка образовательных результатов учащихся проводится в следующих формах: открытое занятие.

Используются методы: наблюдение, контроль, самоконтроль, опрос, оценка, самооценка. Результаты промежуточного и итогового мониторинга уровня усвоения материала по программе заносятся в диагностическую карту.

Оценочные материалы

Таблица диагностики результатов освоения ДООП.

Методические материалы

При реализации программы используются следующие методические материалы:

- видео материалы по разделам программы;
- презентации по темам программы
- схемы рисунков и перестроений на площадке.

Для реализации данной программы используются *традиционные* методы обучения: *словесный* (рассказ, беседа), *наглядный* (демонстрация, схема выполнения того или иного танцевального элемента, упражнения, позиций рук, ног; показ педагога); *практический* (самостоятельная работа, постановка этюдов, массовых танцев, выполнение заданий, упражнений); *игровой, репродуктивный.* Репродуктивный метод используется при многократном повторении упражнений с целью точного и правильного освоения техники выполнения упражнений. Он обеспечивает возможность передачи значительного объема знаний, умений за минимально короткий срок. Репродуктивная деятельность предшествует творческой. Поэтому игнорировать ее в обучении нельзя, как нельзя чрезмерно увлекаться ею. Репродуктивный метод должен сочетаться с другими методами.

Методы воспитания: поощрение, стимулирование, убеждение и мотивация.

Педагогические технологии: технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология разноуровневого обучения, технология развивающего обучения, технология игровой деятельности, технология коллективной творческой деятельности, технология педагогической мастерской, здоровьесберегающая технология.

Здоровьесберегающая технология предполагает использование физических упражнений, направленных на формирование осанки, правильной ходьбы, дозирование нагрузок с учетом возрастных и физических особенностей учащихся.

Технология развивающего обучения предполагает взаимодействие педагога и учащихся на основе коллективно-распределительной деятельности поиска различных способов решения учебных задача посредством организации учебного диалога и практического сотрудничества учащихся. Методические особенности – проблемное изложение учебного материала, использование метода учебных задач, организация коллективно-распределительной деятельности.

Технология игрового обучения включает достаточно обширную группу методов и приемов организации образовательного процесса в форме различных педагогических игр. Педагогическая игра обладает существенным признаком – четко поставленной целью обучения и соответствующим ей педагогическим результатом, которые могут быть обоснованны. Игровая форма занятий создается при помощи игровых приемов и ситуаций, выступающих как средство побуждения, стимулирования учащихся к учебной деятельности.

Технология индивидуального обучения используется как учебно-познавательная деятельность учащихся по выполнению специфических заданий, позволяющая регулировать темп продвижения каждого ребенка сообразно его возможностям. Важным является контроль педагога за ходом выполнения заданий, его своевременная помощь в разрешении возникающих у учащихся затруднений.

Технология коллективной творческой деятельности предполагает организацию совместной деятельности между самими учащимися и педагогом, при которой все члены коллектива участвуют в подготовке и осуществлении творческих проектов и анализе выполнения упражнений и полученных результатов.

Реализация вышеперечисленных методов и технологий обучения дополняется методами контроля, которые позволяют отслеживать результативность реализации Программы.

Программой предусмотрены следующие формы организации учебной деятельности: индивидуальная, фронтальная, групповая.

Типы занятий: вводное, итоговое, теоретическое, практическое, комбинированное; репетиционное; контрольное; диагностическое.

Формы занятий: репетиция, беседа, игра, конкурс, открытое занятие.

Модуль «Лето в нашем клубе»

Учитывая потребность родителей интересно и творчески организовать времяпровождение детей в летний период, используется специфика подросткового клуба, который являясь микросоциумом, в котором идет процесс формирования духовно-нравственных ценностей, норм и навыков полноценного общения, обеспечивает создание единого воспитательного пространства.

Содержание Модуля «Лето в нашем клубе» способствует решению задачи по воспитанию доброжелательности во взаимодействии со сверстниками, уважительного отношения к традициям клуба имени И.С. Назарова; дает возможность поощрить активное и добровольное участие в мероприятиях и социальных акциях клуба.

Всего объем модуля - 48 часов, он предназначен для работы в летний период, при этом часть реализуется самостоятельно и/или с участием педагога.

Основной объем Модуля реализуется на игровой площадке, организуемой в летний период педагогами подросткового клуба им. И. С. Назарова, а также содержит материалы, которые педагоги рекомендуют для освоения учащимся в свободное время при помощи ЭОР, разработанных в соответствии с содержанием.

Оценочные материалы: интерактивные задания по темам программы, поделки и рисунки.

Модуль направлен на активизацию учащихся в мероприятиях и социальных акциях клуба и коллективов, воспитание доброжелательного отношения во взаимодействии со сверстниками, уважительного отношение к традициям клуба имени И.С. Назарова

Содержание модуля

Учебно-тематический план

№	Наименование разделов и тем Модуля	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Общее	Теория	Практика	
1	С именем Героя. Помним и гордимся	6	4	2	Тест
2	Когда мои друзья со мной. Игры и развлечения.	14	4	10	Опрос по теме
3	Творчество нас объединяет.	14	4	10	Творческие работы
4	Россия традициями славится	14	4	10	Кроссворд по теме. Творческие работы
	Итого	48	16	32	

1. С именем Героя. Помним и гордимся

Теория: биография земляка, подвиг Ильи Назарова, память о нашем Герое, волонтерская деятельность сегодня.

Практика: макет битвы при Яссах 30 мая 1944, уход за «Садом Памяти», экскурсия на бульвар Героев.

2. Когда мои друзья со мной. Игры и развлечения.

Теория: Правила игры. Игры твоих родителей. Народные игры. Настольные игры. Игры во время дождя.

Практика: Игры нашего двора: «классики», «резиночка», «Красочки-коробочки». игры на бумаге «Морской бой», «Крестики-нолики», «Слова из слов», «Имя-растение-город-животное», «Дорисовки». Детские песни (караоке). Танцевальные флешмобы.. презентация «Русские народные игры», Русская народная игра "Золотые ворота". Презентация «Игры наших бабушек и дедушек». Презентация «Игры народов мира». Просмотр м\ф «Самый большой друг» (1968); м\ф «Бобик в гостях у Барбоса» (1977); м\ф «Волшебное лекарство» (1982), м\ф «Зеркальце» (1967), х\ф «Добро пожаловать, или Посторонним вход воспрещен» (1964), х\ф «Двое: я и моя тень» (1995), «Этот негодяй Сидоров» (1983). Опрос по теме «Дворовые игры. Правила»

3. Творчество нас объединяет.

Теория: Увлекательная графика. Приемы работы и отличительные особенности рисования. Графические материалы. Лего-мастер: знакомство с профессией архитектор, инженер – конструктор. Виды и особенности конструкций: равновесие., устойчивость, прочность и жесткость конструкции.

Практика: Творческие задания «Коллективный рисунок», «Рисуем сказку». Упражнения с дорисовкой на развитие воображения «Простые превращения», «Незаконченный рисунок», «Дорисуй картинку». Рисование животных простым карандашом (по алгоритмическим схемам). Рисование цветными карандашами («Сочные фрукты», «Четвероногий друг»). Рисование фломастерами («Моя буква», «Морские обитатели», «Чудо-дерево»). Рисование мелками («Цветы небывалой красоты», «Сказочная птица», «Веселая улитка») Летние творческие марафоны: «Мой город – Новокузнецк». Фотографии, посвященные Дню города; «Что нам стоит дом построить»; «Читаем и рисуем: иллюстрации к любимой книге»; «Цветы – природы украшения», «Вот оно, какое наше лето!».

4. Россия традициями славится

Теория: «День защиты детей», «Что за прелесть эти сказки…» (сказки А.С. Пушкина) «День России» История праздника, символы и песни о России. День летнего солнцестояния. Пословицы и заклички про солнышко. История народного танца «Хоровод». Народные промыслы

Практика:.Праздник «Здравствуй, лето!». Беседа о творчестве А.С. Пушкина. Чтение и просмотр мультфильмов по сказкам А.С. Пушкина («Сказка о попе и работнике его Балде», «Сказка о золотом Петушке»). Квест по сказкам Пушкина. Игра –путешествие «Моя страна». Летний хоровод. Рисунки на асфальте «Нарисуй солнышко». Видео презентация «Народные промыслы России», выполнение интерактивного задания (кроссворд «Матрешка – душа и образ России») просмотр видео мастер-класса «Рисуем матрешку» и рисование своей матрешки.

Методические материалы

Алгоритм работы по разделу№1. С именем Героя. Помним и гордимся.

Посмотри презентацию, перейдя по ссылке https://disk.yandex.ru/i/YdVPTBTcbqA32Q . Вместе с педагогом создавайте макет битвы при Яссах.

Алгоритм работы по разделу №2. Когда мои друзья со мной. Игры и развлечения.

Пройди по ссылкам и посмотри презентации и видео по темам «Русские народные игры», Русская народная игра "Золотые ворота", презентация «Игры наших бабушек и дедушек», презентация «Игры народов мира»;

"Русские народные игры" Онлайн беседа - YouTube

Русская народная игра "Золотые ворота". - YouTube

https://disk.yandex.ru/i/2WjhV4P1M6AqkQ

https://disk.yandex.ru/i/ahCpCdFhx7B9ng

Далее пройди по ссылкам и ответь на вопросы викторины на знание игр и опроса «Твои любимые подвижные игры».

Подвижные игры (learningapps.org)

Онлайн-викторина Детство без гаджетов, или Во что играли наши бабушки (learningapps.org)+

Алгоритм самостоятельной работы по разделу №4. «Россия традициями славится»:

Посмотри видео рассказ "Иван Купала" история и традиции праздника, перейдя по ссылке https://www.youtube.com/watch?v=NMkcZW5A1n8, сделай венок на праздник (https://www.youtube.com/watch?v=zRyp0mCJkU0), сфотографируй и отправь фото на адрес электронной почты club.nazarova@yandex.ru

Посмотри видеопрезентацию «Народные промыслы России» перейдя по ссылке https://www.youtube.com/watch?v=2UgtQ0-Lxt. Выполни кроссворд «Матрешка – душа и образ России») https://learningapps.org/view20826546

План воспитательных мероприятий

№ п/п	Дела, события, мероприятия	Место проведения	Время проведения	Ответственные
«Воспитываем, создавая и сохраняя традиции»				
1.	**«Здравствуй, Клуб!»** День открытых дверей для детей и родителей	Подростковый клуб	Сентябрь, 2023 г.	Педагог – организатор, Зав.отделом, педагоги клуба
2.	**«Академия творчества».** Творческое представление объединений. Посвящение в «Назаровцы»	Подростковый клуб	Октябрь, 2023 г.	Педагог – организатор, Зав.отделом, педагоги клуба
3.	**«Новый год шагает по планете!»** Новогодние праздники в клубе	Подростковый клуб	Декабрь, 2023 г.	Педагог – организатор, Зав.отделом, педагоги клуба
4.	**«Мы кормушку смастерили и столовую открыли».** Изготовление кормушек и сбор корма для зимующих птиц	Подростковый клуб	Январь – февраль, 2024 г.	Педагог – организатор, Зав.отделом, педагоги клуба
5.	**«С Днем рождения, Клуб»**	Подростковый	Март, 2024	Педагог – организатор,

	Праздничный отчетный концерт	клуб	г.	Зав.отделом, педагоги клуба
6.	**«С именем Героя»** Традиционное мероприятие, посвященное дню присвоения клубу имени Героя – Земляка.	Подростковый клуб	Апрель, 2024 г.	Педагог – организатор, Зав.отделом, педагоги клуба
7.	**«Итоги года»** Праздник, посвященный окончанию учебного года	Подростковый клуб	Май, 2024 г.	Педагог – организатор, Зав.отделом, педагоги клуба
«Воспитываем социальную активность»				
1.	Собрание творческой группы **«Территория детства»**	Подростковый клуб	Сентябрь, 2023 г.	Педагог – организатор, Творческая группа «Территория детства»
2.	**«День пожилого человека»,** участие в акции в рамках РДДМ.	Подростковый клуб	Октябрь, 2023 г.	Педагог – организатор, Творческая группа «Территория детства»
3.	**«День учителя»,** участие в акции в рамках РДДМ.	Подростковый клуб	Октябрь, 2023 г.	Педагог – организатор, Творческая группа «Территория детства»
4.	Участие творческой группы «Территория детства» в проведении новогодних праздников	Подростковый клуб	Декабрь, 2023 г.	Педагог – организатор, Творческая группа «Территория детства»
5.	Организация и проведение акции **«Мы кормушку смастерили и столовую открыли»** участниками волонтерской творческой группы «Территория детства»	Подростковый клуб, территория подросткового клуба	Январь – март, 2024 г.	Педагог – организатор, Творческая группа «Территория детства»
6.	**«С именем Героя»** Помощь в проведении традиционного мероприятия.	Подростковый клуб	Апрель, 2024 г.	Педагог – организатор, Творческая группа «Территория детства»
7.	**Комплекс акций в формате «Дни единых действий»** в рамках РДДМ.	Подростковый клуб	В течение года	Педагог – организатор, Творческая группа «Территория детства», Педагоги клуба
«Воспитываем вместе»				
1.	**«Дни открытых дверей».** Родительские собрания в творческих коллективах подросткового клуба	Подростковый клуб	Сентябрь, 2023 г.	Педагоги клуба
2.	**«Моя семья»** Спортивное соревнование среди семей	Подростковый клуб	Февраль, 2024 г.	Педагог – организатор, педагоги клуба.
3.	**«Светлый праздник – женский день»,** посвященный женскому дню 8 марта	Подростковый клуб	Март, 2024 г.	Педагог – организатор, Зав.отделом, педагоги клуба
«Я – Кузбассовец»				
1.	Информационное обеспечение Календаря памятных дат и событий программы воспитания МБОУ ДО «Городской Дворец детского (юношеского) творчества им. Н. К. Крупской		В течение года	Педагог - организатор

2.	**«Международный день пожилых людей»** Поздравление ветеранов микрорайона	Микрорайон подросткового клуба	Октябрь, 2023 г.	Педагог – организатор, Творческая группа «Территория детства»
4.	**«Мой папа лучший!»**	Подростковый клуб	Октябрь, 2023 г.	Педагог – организатор, Зав. отделом, педагоги клуба.
5.	Экскурсия к стеле «Город трудовой доблести» в сквер им. Жукова, посвященная Дню народного единства.	Сквер им. Жукова	Ноябрь, 2023 г.	Педагог – организатор, Зав. отделом, педагоги клуба.
6.	**«Слово «мама» — нет его добрей».** Викторина, посвященная Дню Матери.	Подростковый клуб	Ноябрь, 2023 г.	Педагог – организатор, Зав. отделом, педагоги клуба.
7.	День добровольца (волонтера) в России	Подростковый клуб	Декабрь, 2023 г.	Педагог – организатор, творческая группа «Территория детства»
8.	Международный день художника	Подростковый клуб	Декабрь, 2023 г.	Педагог – организатор, Сторублева Ю.А
9.	**Письмо герою**, посвященное бессмертному подвигу кузнецких металлургов А.С. Красилову, И.С. Герасименко, Л.А. Черемнову.	Подростковый клуб	Январь, 2024 г.	Педагог – организатор, педагоги клуба
10.	Всемирный день театра	Подростковый клуб	Март, 2024 г.	Педагог – организатор, Киселева Я. В.
11.	День рождения КМК.	Подростковый клуб	Апрель, 2024 г.	Педагог – организатор, Малышева Г.Е., Мартыненко – Фриауф Е.И.
12.	Квест , посвященный **«Дню космонавтики»**	Подростковый клуб	Апрель, 2024 г.	Педагог – организатор, педагоги клуба
13.	Акция **«Всемирный день земли»**	Подростковый клуб	Апрель, 2024 г.	Педагог – организатор, педагоги клуба
15.	**Акция «Вахта Памяти»** - «Окна Победы» - «Письмо герою» - «Георгиевская ленточка» - «Бессмертный полк» - «Открытка Победы»	Подростковый клуб	Май, 2024 г.	Педагог – организатор, Творческая группа «Территория детства»

Список литературы

Базовая аэробика в оздоровительном фитнесе. Учебное пособие. – М.: ООО «УИЦ «ВЕК», 2006.

Детский фитнес. Учебное пособие. – М.: ООО «УИЦ «ВЕК», 2006

Даминова Гульнара « Растяжка: 50 эффективных упражнений»- М.: 2013г

Е.В. Сулим Детский фитнес «Физическое развитие детей 7 -9 лет» М.: ТЦ Сфера, 2016