

Комитет по делам образования города Челябинска
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Дворец пионеров и школьников им. Н.К. Крупской г. Челябинска»

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАУДО «ДПШ»
Ю.В. Смирнова
Приказ МАУДО «ДПШ»
№ 22 от 13.05.2024

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Эстетическая гимнастика. Начало»**

Направленность Программы: физкультурно-спортивная

Возраст учащихся: 5-6 лет

Срок реализации: 1 год

Год разработки Программы: 2024

Автор-составитель:
Сажко Алёна Евгеньевна,
педагог дополнительного образования

Челябинск, 2024 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Раздел 1. Пояснительная записка.....	3
Раздел 2. Содержание программы.....	7
2.1. Учебный план Программы.....	7
2.2. Содержание учебного плана Программы.....	8
Раздел 3. Воспитательная деятельность.....	14
Раздел 4. Формы аттестации и оценочные материалы.....	16
Раздел 5. Организационно-педагогические условия реализации программы.....	17
5.1. Методические материалы.....	17
5.2. Материально-техническое обеспечение и оснащённость образовательного процесса Программы.....	18
Приложение 1. Календарный учебный график Программы.....	19
Приложение 2. Карточка Программы.....	20
Приложение 3. Контрольно-измерительные материалы.....	22

Раздел 1. Пояснительная записка

Перечень нормативно-правовых актов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 25.12.2023).
2. Федеральный закон от 24.07.1998 №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (ред. от 28.04.2023).
3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 №996-р).
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (разд. VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи)».
6. Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 07.12.2018, протокол №3).
7. Постановление Правительства Российской Федерации от 26.12.2017 №1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования» (ред. от 08.12.2023).
8. Постановление Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 №1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
9. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года и плана мероприятий по ее реализации».
10. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
11. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (с изм. и доп. от 21.04.2023).
12. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации №882, Министерства просвещения Российской Федерации №391 от 05.08.2020 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (вместе с «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ») (ред. от 22.02.2023).

13. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 №114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального образования, дополнительным общеобразовательным программам».

14. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 №652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

15. Методические рекомендации по проектированию общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы), разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «МГПУ», ФГАУ «ФИРО» и АНО дополнительного профессионального образования «Открытое образование» (письмо Минобрнауки России №09-3242 от 18.11.2015).

16. Закон Челябинской области от 30.08.2013 №515-ЗО «Об образовании в Челябинской области» (ред. от 29.01.2024).

17. Локальные акты МАУДО «ДПШ».

Направленность программы «Эстетическая гимнастика. Начало» (далее Программа): физкультурно-спортивная.

Уровень освоения Программы: базовый.

В соответствии с п. 3.3 «Особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта» (утв. приказом Мин спорта РФ №1125 от 27.12.13) настоящая программа реализуется на спортивно-оздоровительном этапе.

Актуальность Программы заключается в комплексном влиянии на физическое и духовное развитие человека, способствуя его гармоничному развитию, так как эстетическая гимнастика — это синтетический вид спорта (художественная гимнастика, танец, акробатика), который характеризуется умением передавать общий характер музыки в движении и придавать движениям целостность, слитность, свободу, изящество и различную эмоциональную окраску. Это молодой, но активно развивающийся в нашей стране вид спорта.

Занятия эстетической гимнастикой способствуют развитию физических качеств, таких как координация движений, баланс, гибкость и сила. Этот вид спорта улучшает общую физическую форму, формирует правильную осанку и укрепляет мышцы. Также эстетическая гимнастика развивает эстетический вкус, чувство ритма и музыкальность.

Воспитательный потенциал Программы предполагает развитие ценностного отношения к физической культуре и спорту через овладение элементами эстетической гимнастики, исполнение хореографических форм, содействие эстетическому воспитанию, соблюдение правил здорового образа жизни. Занятия гимнастикой способствуют формированию характера у юных спортсменов. Они учатся целеустремленности, самодисциплине, выдержке и командной работе — все это важные качества, которые пригодятся в жизни.

В содержание Программы включены темы: «Мой Дворец» - 2 часа, «Мой выбор» - 2 часа. Тема «Мой Дворец» предполагает знакомство с историей и традициями Дворца. Тема «Мой выбор» рассчитана на профессиональную ориентацию обучающихся.

Новизна Программы связана с добавлением инновационных элементов и упражнений, которые помогают разнообразить тренировочный процесс и повысить эффективность тренировок. Все это способствует развитию талантов и формированию сильной и конкурентоспособной сборной команды в данной дисциплине.

Отличительные особенности Программы.

Программа составлена для детей старшего дошкольного возраста и основана на индивидуальном подходе к каждому обучающемуся, учитывая его физические способности, цели и потенциал. Это помогает добиться более высоких результатов и повысить мотивацию юных спортсменов для продолжения обучения на другом уровне.

Адресат Программы: 5 – 6 лет.

Старший дошкольный возраст – 5-6 лет. Это возраст активного развития физических и познавательных способностей ребенка, общения со сверстниками. Игра остается основным способом познания окружающего мира, хотя меняются ее форма и содержание. Дети в этом возрасте уже могут распределять роли до начала игры и строят свое поведение, придерживаясь роли. Поскольку дети начинают осваивать социальные отношения и понимать подчиненность позиций в различных видах деятельности взрослых, одни роли становятся для них более привлекательными, чем другие.

К шести годам у ребенка хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабы мелкие мышцы, особенно кистей рук. Поэтому дети относительно легко усваивают задания на ходьбу, бег, прыжки, но затрудняются в выполнении упражнений, требующих работы мелких мышц. Позвоночный столб ребенка пяти-шести лет также чувствителен к деформирующим воздействиям. Скелетная мускулатура характеризуется слабым развитием сухожилий, фасций, связок. Основой двигательной деятельности является развитие устойчивого равновесия. При выполнении упражнений на равновесие девочки имеют некоторое преимущество перед мальчиками.

Объем, структура, содержание, формы и методы обучения определены в соответствии с возрастными физиологическими и психологическими особенностями обучающихся.

Данная Программа может быть освоена обучающимися с ОВЗ (по запросу родителей (законных представителей) обучающихся). Возможно включение в общую группу.

Оптимальное количество обучающихся по Программе (в одной группе) – 15 человек.

Цель Программы: комплексное физическое и эстетическое развитие обучающихся средствами художественной гимнастики.

Задачи Программы:

Личностные:

- развитие ценностного отношения к физической культуре и спорту;
 - развитие целеустремленности и самодисциплины.
- Метапредметные:*
- развитие навыков постановки цели, планирования и осуществления деятельности;
 - развивать навыки бесконфликтного и конструктивного общения с окружающими.

Предметные (образовательные)

- освоение базовых элементов художественной гимнастики, хореографических и акробатических упражнений;
- развитие гибкости и скоростно-силовых качеств;
- совершенствование специальных эстетических качеств: музыкальность, выразительность, артистизм, эмоциональность.

Планируемые образовательные результаты

Личностные:

- ведет здоровый образ жизни, систематически занимается физической культурой;
- демонстрирует в поведении целеустремленность и самодисциплину.

Метапредметные:

- умеет контролировать и адекватно оценивать собственные действия;
- умеет бесконфликтно и конструктивно общаться с окружающими.

Предметные:

- освоены базовые элементы художественной гимнастики, хореографических и акробатических упражнений;
- демонстрирует гибкость и скоростно-силовые качества;
- на выступлении демонстрирует: музыкальность, выразительность, артистизм, эмоциональность.

Объем Программы: 111 часов.

Форма обучения: очная. Программа может быть частично реализована с применением дистанционных образовательных технологий.

Виды занятий: беседа, практическое занятие, тренировочные занятия, мастер-класс, соревнования (показательные выступления).

Срок освоения Программы: 1 год.

Режим занятий:

Программа «Эстетическая гимнастика. Начало»: 3 раза в неделю по 1 академическому часу.

Раздел 2. Содержание Программы

2.1. Учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Эстетическая гимнастика. Начало»

Предмет: «Гимнастика»

№ п/п	Наименование разделов и тем	Общее кол-во часов	Из них		Формы контроля/ аттестации
			теория	практика	
1.	Раздел 1. Введение в «Эстетическую гимнастику»	6	6	-	
1.1.	Инструктаж по технике безопасности	1	1	-	
1.2.	«Мой Дворец»: Дворец и его традиции	2	2	-	
1.3.	Ведение в образовательную программу	3	3	-	
2.	Раздел 2. Общая физическая подготовка	23	-	23	
2.1.	Упражнения в ходьбе и беге	4	-	4	
2.2.	Упражнения для мышц шеи	4	-	4	
2.3.	Упражнения для мышц туловища	4	-	4	
2.4.	Упражнения для мышц ног	4	-	4	
2.5.	Формирование правильной осанки	4	-	4	
2.6.	Игровые упражнения	3	-	3	
3.	Раздел 3. Специальная физическая подготовка	20	-	20	
3.1.	Упражнения для развития прыгучести	4	-	4	
3.2.	Упражнения для развития координации	4	-	4	
3.3.	Упражнения на растяжку	4	-	4	
3.4.	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств	4	-	4	
3.5.	Связки и комбинации	4	-	4	
4.	Раздел 4. Специальная техническая подготовка	14	-	14	
4.1.	Динамические и статические равновесия	2	-	2	
4.2.	Прыжки, широкие прыжки	2	-	2	
4.3.	Повороты и вращения	2	-	2	
4.4.	Волны	2	-	2	
4.5.	Взмахи	2	-	2	
4.6.	Изгибы	2	-	2	
4.7.	Показательные упражнения. Текущий контроль	2	-	2	Тестирование
5.	Раздел 5. Акробатическая подготовка	20	-	20	
5.1.	Кувырок вперед	2	-	2	
5.2.	Кувырок назад	2	-	2	
5.3.	Мост	2	-	2	
5.4.	Кувырок вперед с прямых ног	2	-	2	
5.5.	Березка	2	-	2	
5.6.	Полушпагат, шпагат	2	-	2	
5.7.	Акробатическая комбинация	6	-	6	
5.8.	Показательная комбинация. Текущий контроль	2	-	2	Тестирование

контроль					
6.	Раздел 6. Музыкально-ритмическая подготовка	28	-	28	
6.1	Музыкально-ритмические этюды и игры	4	-	4	
6.2	Балетная гимнастика	4	-	4	
6.3	Постановка корпуса и рук	4	-	4	
6.4	Танцевальные этюды	4	-	4	
6.5	Элементы историко-бытовых танцев	4	-	4	
6.6	Танцевально-художественная работа	6	-	6	
6.7	Итоговое занятие «Эстетическая гимнастика. Начало». Промежуточная аттестация	2	-	2	Контрольное занятие
Итого:		111	6	105	

2.2. Содержание учебного плана дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Эстетическая гимнастика. Начало»

Раздел 1. Введение в «Эстетическую гимнастику. Начало» (6 часов).

Тема 1.1. Инструктаж по технике безопасности (1 час).

Теория (1 час).

Инструктаж по охране труда на рабочем месте, правила поведения в учреждении при возникновении чрезвычайной ситуации.

Тема 1.2. «Мой Дворец»: Дворец и его традиции (2 часа).

Теория (2 часа).

Беседа о Дворце пионеров и школьников им. Н.К. Крупской и его традициях. Проведение мероприятия «Давайте познакомимся».

Тема 1.3. Введение в образовательную программу (3 часа).

Теория (3 часа).

Ознакомление с особенностями обучения, цели и задачи образовательной программы. Гигиена, режим и питание спортсменов. Гимнастическая терминология.

Раздел 2. Общая физическая подготовка (23 часа).

Тема 2.1. Упражнения в ходьбе и беге (4 часа).

Практика (4 часа).

Передвижение по залу: в обход, противоходом, змейкой, спиралью, по диагонали. Фигурные построения: ряды, колонны, круги. Движения строевым и походным шагом. Обозначение шага на месте и в движении. Движения бегом: переходы с бега на шаг, с шага на бег, повороты в движении. Перемена направления. Границы площадки, углы, середина, центр. Движение в обход, противоходом, по диагонали, змейкой.

Тема 2.2. Упражнения для мышц шеи (4 часа).

Практика (4 часа).

Выполнение общеразвивающих упражнений на мышцы шеи и рук, наклоны и круговые движения головой в различных направлениях; маховые, пружинящие движения туловищем из различных исходных положений, упражнения на растягивание во всех направлениях; расслабление; наклоны; прогибы; упражнения с небольшими отягощениями.

Тема 2.3. Упражнения для мышц туловища (4 часа).

Практика (4 часа).

Выполнение общеразвивающих упражнений на мышцы туловища из разных исходных положений. Круговые движения туловищем в стойке ноги врозь, в стойке на коленях. Поднимание туловища из положения лежа на животе (спине) на полу (скамейке), ноги закреплены за гимнастическую стенку или удерживаются партнером. Строевые упражнения (повороты на месте; перестроения из одно колонны в 2,3,4; размыкание и смыкание; движение в различных перестроениях; передвижения в обход, противоходом, по диагонали, «змейкой»).

Тема 2.4. Упражнения для мышц ног (4 часа).

Практика (4 часа).

Выполнение общеразвивающих упражнений на мышцы ног и различные виды прыжков на месте. Сгибание и разгибание стоп, и круговые движения стопой. Полуприседы и приседы в быстром и медленном темпе; ходьба на пальцах, пятках, на внешней и внутренней стопах; выпады вперед, назад, в сторону. Прыжки на двух ногах, из приседа, через гимнастическую скамейку (сериями слитно). Максимальное растягивание и расслабление ног, маховые и круговые движения из различных исходных положений, упражнения в седе для развития выворотности ног, пассивное растягивание с помощью партнера или на снарядах.

Тема 2.5. Формирование правильной осанки (4 часа).

Практика (4 часа).

Упражнения для исправления осанки:

- плавное сведение-разведение лопаток из положения сидя и стоя;
- поочередный подъем ног вверх из положения лежа;
- одновременные подъемы прямых рук и ног из положения лежа на животе;
- выгибание рук вверх из позы «лотоса»;
- упражнение «кошка»: стоя на четвереньках, на выдохе ребенок должен опустить голову вниз и максимально округлить спину, со вдохом вернуться в исходное положение, вытягиваясь макушкой вверх;
- ходьба на носках. Подобные упражнения можно усложнить, выполняя ходьбу и одновременно пытаясь удержать на голове книгу.

Тема 2.6. Игровые упражнения (3 часа).

Практика (3 часа).

Использование игр и игровых упражнений («Пластилин», «Белые медведи и т.д.). Сюжетные игры, например: «Веселая бабочка» – свободная ходьба и бег с

размахиванием руками. «Веселые воробышки» – подскоки на двух ногах. «Резвые мышата» – ползание на коленях. «Догоняй-ка» – дети бегают друг за другом.

Раздел 3. Специальная физическая подготовка (20 часов).

Тема 3.1. Упражнения для развития прыгучести (4 часа).

Практика (4 часа).

Отработка и совершенствование навыков прыгучести. Выполнение спортивных эстафет используя разновидность прыжков гимнастики. Выполнение прыжковых упражнений из разных и.п. выпрямившись, прогнувшись, со сменой ног (спереди, сзади).

Тема 3.2. Упражнения для развития координации (4 часа).

Практика (4 часа).

Отработка способов развития координации. Выполнение отдельных координационных элементов в обычных условиях. Выполнение координационных элементов в усложненных условиях (без зрительной ориентировки, на уменьшенной площади опоры).

Тема 3.3. Упражнения на растяжку (4 часа).

Практика (4 часа).

Отработка упражнений на растяжку: растяжка в парах на поперечный шпагат, в «лягушке»; растяжка лежа вперед, в сторону, стоя около стенки.

Тема 3.4. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств (4 часа).

Практика (4 часа).

Существуют упражнения на силу мышц рук, ног, туловища: сгибание и разгибание, отведение и приведение, круговые движения, бег, прыжки, выпады, приседы. Различные прыжки со скакалкой с постепенным увеличением продолжительности и скорости (второй год обучения). Различные эстафеты и игры с бегом и прыжками, используя мячи, обручи и др. предметы. Прыжки на месте и с продвижением на одной, двух ногах (высоту прыжка постепенно увеличивать). Прыжки с предметами в руках и с грузами.

Тема 3.5. Связки и комбинации (4 часа).

Практика (4 часа).

Изучение связок и комбинаций. Отработка обязательных элементов эстетической гимнастики (движения тела, равновесная, повороты, прыжки, и т.д.).

Раздел 4. Специальная техническая подготовка (14 часов)

Тема 4.1. Динамические и статические равновесия (2 часа).

Практика (2 часа).

Выполнение равновесия как технических элементов: боковое равновесие; вперед с помощи руки; равновесие в захвате; равновесие панше; арабеск.

Отработка динамических и статических равновесий.

Тема 4.2. Прыжки, широкие прыжки (2 часа).

Практика (2 часа).

Обучение технике выполнения прыжка по фазам. Выполнение разных прыжков: касаясь, касаясь с носка; касаясь в кольцо с носка, шагом в кольцо; касаясь с поворотом; шагом касаясь в наклон, касаясь в наклон с носка; прыжок в шпагат. Отработка различных прыжков.

Тема 4.3. Повороты и вращения (2 часа).

Практика (2 часа).

Обучение технике выполнения поворотов и вращений. Выполнение разных прыжков: с ногой в пасе; с ногой вперед с помощью; с ногой вперед, назад, в сторону на 90 град.; в аттитюд; в захват с согнутой, прямой ногой. Выполнение разных вращений: с переступанием, разноименные, кувырок назад, кувырок боком, длинный кувырок. Отработка различных поворотов и вращений.

Тема 4.4. Волны (2 часа).

Практика (2 часа).

Обучение технике выполнения волны по фазам. Выполнение разных волн: руками вертикальные и горизонтальные; одновременные и последовательные; боковая волна; боковой целостный взмах; вращения, стойки (на лопатках, на груди). Отработка различных волн.

Тема 4.5. Взмахи (2 часа).

Практика (2 часа).

Обучение технике выполнения взмахов. Отработка элементов в команде: взмахи рук, ног, тела могут выполняться вперед, из стороны в сторону и в горизонтальной плоскости (по кругу). Отработка различных взмахов.

Тема 4.6. Изгибы (2 часа).

Практика (2 часа).

Обучение технике выполнения изгибов. Отработка элементов в команде: выполнение изгиба вперед, в сторону, назад с четкой формой.

Тема 4.7. Показательные упражнения (2 часа). Текущий контроль

Практика (2 часа).

Выполнение комплекса упражнений с включением: равновесия, прыжков, поворотов, волны, взмахов, изгиба.

Раздел 5. Акробатическая подготовка (20 часов)

Тема 5.1. Кувырок вперед (2 часа).

Практика (2 часа).

Изучение техники выполнения кувырка вперед из и.п. упор присев. Выполнение поводящих упражнений и кувырка в целом. Отработка выполнения кувырка.

Тема 5.2. Кувырок назад (2 часа).

Практика (2 часа).

Изучение техники выполнения кувырка назад из и.п. упор присев. Выполнение поводящих упражнений и кувырка в целом. Отработка выполнения кувырка.

Тема 5.3. Мост (2 часа).

Практика (2 часа).

Изучение техники выполнения моста с и.п. стойка ноги врозь. Выполнение элемента стоя на коленях у стены, а затем стоя у стены, затем на середине. Отработка выполнения моста.

Тема 5.4. Кувырок вперед с прямых ног (2 часа).

Практика (2 часа).

Изучение техники выполнения кувырка вперед из и.п. стоя. Выполнение поводящих упражнений и кувырка в целом. Отработка выполнения кувырка.

Тема 5.5. «Березка» (2 часа).

Практика (2 часа).

Изучение техники выполнения «березка» и группировки. Выполнение поводящих упражнений и элемента в целом. Отработка выполнения «березки».

Тема 5.6. Полушпагат, шпагат (2 часа).

Практика (2 часа).

Изучение техники выполнения шпагата: сидя на полу с опорой и без, с прогибом и наклоном, с вращением в разных плоскостях. Выполнение поводящих упражнений и шпагата в целом. Отработка выполнения шпагата.

Тема 5.7. Акробатическая комбинация (8 часов).

Практика (8 часов).

Отработка выполнения комбинации с включением: кувырков, шпагата, моста, стойки на груди, «березки».

Тема 5.8. Показательная комбинация (2 часа). Текущий контроль.

Практика (2 часа).

Показательная комбинация с включением: кувырков, шпагата, моста, стойки на груди, «березки».

Раздел 6. Музыкально-ритмическая подготовка (28 часов).

Тема 6.1. Музыкально-ритмические этюды и игры (4 часа).

Практика (4 часа).

Формирование умений понимать музыку и выполнять движения в соответствии с ее характером, темпом, ритмом, динамикой. Знакомство с элементами музыкальной грамоты; формирование умения слушать и понимать музыку, различать средства музыкальной выразительности; развитие умения согласовывать движения с музыкой и средствами музыкальной выразительности; совершенствования творческих способностей – поиска соответствующих музыке движений.

Тема 6.2. Балетная гимнастика (4 часа).

Практика (4 часа).

Разучивание и выполнение основных хореографических позиций (демиплие, гран плие во всех позициях в сочетании с пор де бра, наклонами и др. движениями; батманы тандю и тандю жете в 1 и 5 позициях во всех направлениях; рон де жамб пар тер и ан Лер вперед и назад в разных вариантах и сочетаниях). Классическая разминка в партере.

Тема 6.3. Постановка корпуса и рук (4 часа).

Практика (4 часа).

Отработка хореографических позиций (демиплие, гран плие во всех позициях в сочетании с пор де бра, наклонами и др. движениями; батманы тандю и тандю жете в 1 и 5 позициях во всех направлениях; рон де жамб пар тер и ан Лер вперед и назад в разных вариантах и сочетаниях). Выполнение на середине зала упражнений на постановку корпуса и красивых рук.

Тема 6.4. Танцевальные этюды (4 часа).

Практика (4 часа).

Отработка умений согласовывать движения с музыкой и средствами музыкальной выразительности. Совершенствование творческих способностей – поиска соответствующих музыке движений. Отработка основных движений народных и современных балетных танцев (2 комбинации на 16-32 такта по выбору, по назначению, по жребью). Разучивание танцевальных этюдов для показательных выступлений.

Тема 6.5. Элементы историко-бытовых танцев (4 часа).

Практика (4 часа).

Отработка основных элементов историко-бытовых танцев: Полонез, Полька, Вальс.

Тема 6.6. Танцевально-художественная работа (6 часов).

Практика (6 часов).

Подготовка к показательным выступлениям с использованием танцевальных движений и акробатических комбинаций под музыку в заданной теме или образе.

Тема 6.7. Итоговое занятие «Эстетическая гимнастика. Начало».

Промежуточная аттестация (2 часа).

Практика (2 часов).

Показательное выступление с использованием танцевальных движений и акробатических комбинаций под музыку в заданной теме или образе.

Раздел 3. Воспитательная деятельность

3.1. Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания детей

Целью воспитания является развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде (Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ст. 2, п. 2).

Задачами воспитания по ДООП «Эстетическая гимнастика. Начало» являются:

- формирование коммуникативных навыков и способности к совместной работе;
- формирование ценностного отношения к здоровому и безопасному образу жизни;
- укрепление физического и психического здоровья;
- воспитание морально-волевых и нравственных качеств: целеустремленности, самообладания, ответственности, патриотизма.

Основные целевые ориентиры определяются на основе российских базовых конституционных ценностей с учётом целевых ориентиров результатов воспитания обучающихся в общеобразовательных организациях, что обеспечивает единство содержания воспитания, воспитательной деятельности, воспитательного пространства во всех образовательных организациях, в которых обучаются дети.

Основные целевые ориентиры воспитания детей ДООП «Эстетическая гимнастика. Начало»:

- развитие социальных навыков: командные композиции способствуют развитию коммуникативных навыков и умения работать в коллективе;
- воспитание уважения и умения проявлять спортивный дух в тренировочном процессе;
- формирование сознания ценности жизни, здоровья и безопасности, значения личных усилий в сохранении и укреплении здоровья, соблюдения правил личной и общественной безопасности;
- формирование у обучающихся навыков саморегуляции и самоорганизации в процессе подготовки к показательным выступлениям;
- формирование установки на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность), на физическое совершенствование с учётом своих возможностей и здоровья;
- формирование установки на соблюдение и пропаганду здорового образа жизни, сознательное неприятие вредных привычек, понимание их вреда;
- воспитание высоких морально-этических норм и нравственных качеств у спортсмена - гражданина России;
- воспитание волевых проявлений, связанных со спортивной деятельностью, но имеющих непосредственное отношение к воспитанию общих черт характера, важных для трудовой и общественной деятельности.

3.2. Формы и методы воспитания

Дополнительное образование имеет практико-ориентированный характер и ориентировано на свободный выбор педагогом таких видов и форм воспитательной деятельности, которые способствуют формированию и развитию у детей индивидуальных способностей и способов деятельности, объективных представлений о мире, окружающей действительности, внутренней мотивации к творческой деятельности, познанию, нравственному поведению.

Основными формами воспитания по методу воздействия в ДООП «Эстетическая гимнастика. Начало» являются:

- получение информации об эстетической гимнастике; знакомство со знаменитыми спортсменами и командами, как источник формирования у детей сферы интересов, этических установок, личностных позиций и норм поведения (важно, чтобы дети не только получали эти сведения от педагога, но и сами осуществляли работу с информацией: поиск, сбор, обработку, обмен и т. д.);

- практические занятия обучающихся (учебно-тренировочные, подготовка к соревнованиям) – способствуют усвоению и применению правил поведения и коммуникации, формированию умений в области целеполагания, планирования, укреплению внутренней дисциплины, дают опыт долгосрочной системной деятельности;

- участие в воспитательных мероприятиях коллектива/объединения, где проявляются и развиваются личностные качества: эмоциональность, активность, нацеленность на успех, готовность к командной деятельности и взаимопомощи;

- итоговые мероприятия (показательные выступления) – способствуют закреплению ситуации успеха, развивают рефлексивные и коммуникативные умения, воспитывают ответственность, целеустремленность, самообладание, патриотизм, благоприятно воздействуют на эмоциональную сферу обучающихся.

В воспитательной деятельности с обучающимися по ДООП «Эстетическая гимнастика. Начало» используются следующие методы воспитания:

- метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение);
- метод положительного примера (педагога и других взрослых, детей);
- метод упражнений (приучения);
- методы стимулирования, поощрения (индивидуального и публичного);
- методы самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки;
- методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

3.3. Условия осуществления воспитательного процесса, анализ результатов

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского коллектива на основной учебной базе реализации программы в организации дополнительного образования детей в соответствии с нормами и правилами работы организации, а также на выездных базах, площадках, мероприятиях в других организациях с учётом установленных правил и норм деятельности на этих площадках.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, в коллективе, их отношением к педагогам, к выполнению своих заданий по программе. Косвенная оценка результатов воспитания, достижения целевых

ориентиров воспитания по программе проводится путём опросов родителей в процессе реализации программы (отзывы родителей, интервью с ними) и после её завершения (итоговые исследования результатов реализации программы за учебный период, учебный год).

3.4. Календарный план воспитательной работы по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Эстетическая гимнастика. Начало»

№ п/п	Название мероприятия	Цель мероприятия	Сроки	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
1.	«Добро пожаловать!»	знакомство обучающихся с традициями коллектива; создание благоприятной психологической атмосферы для дальнейшего обучения в объединении	сентябрь	фото- и видеоматериалы с выступлением обучающихся на странице объединения ВКонтакте; в официальной группе ВКонтакте филиала МАУДО «ДПШ»
2.	Посещение показательных выступлений по эстетической гимнастике	ознакомление с конкурсами и фестивалями, мотивация к личностному росту обучающихся	ноябрь	фото- и видеоматериалы с выступлением обучающихся на странице объединения ВКонтакте; в официальной группе ВКонтакте филиала МАУДО «ДПШ»
3.	День открытых дверей	воспитание чувства уважения к традициям ДПШ и чувства сопричастности к успехам коллектива	май	фото- и видеоматериалы с выступлением обучающихся на странице объединения ВКонтакте; в официальной группе ВКонтакте филиала МАУДО «ДПШ»

Раздел 4. Формы аттестации и оценочные материалы

Текущий контроль

Форма контроля	Уровень освоения материала	Зачетные требования
Тест	высокий	Выполнение норматива более 70% контрольных упражнений
	средний	Выполнение норматива до 55% контрольных упражнений
	низкий	Выполнение норматива до 40% контрольных упражнений

Промежуточная аттестация

Форма контроля	Уровень освоения материала	Характеристика уровней освоения
Показательные выступления	высокий	Выступление под музыку без нарушения правил выполнения комбинаций
	средний	Выступление под музыку с редким нарушением правил выполнения комбинаций
	низкий	Выступление под музыку с частым нарушением правил выполнения комбинаций

Метапредметные результаты освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Эстетическая гимнастика. Начало» оцениваются по карте педагогического наблюдения (приложение 3).

Личностные результаты освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Эстетическая гимнастика. Начало» оцениваются специально подобранным психологическим инструментарием (приложение 3).

Раздел 5. Организационно-педагогические условия реализации Программы

5.1. Методические материалы

Форма обучения – очная; с применением дистанционных образовательных технологий.

Основные формы учебных занятий:

1. Беседа – диалогический метод обучения, при котором преподаватель путем постановки тщательно продуманной системы вопросов подводит обучающегося к пониманию нового материала или проверяет усвоение уже изученного.
2. Практическое занятие – это занятие, проводимое под руководством преподавателя, направленное на углубление научно-теоретических знаний и овладение определенными методами самостоятельной работы, которое формирует практические умения.
3. Мастер-класс – это особая форма учебного занятия, которая основана на «практических» действиях показа и демонстрации творческого решения определенной познавательной и проблемной педагогической задачи.
4. Соревнование (показательные выступления) – форма учебного занятия, мобилизующая обучающихся на практическую подготовку. Соревнования различаются по условиям, составу участников в командах, возрастным группам участников, форме встреч, системам проведения.

Методы обучения: объяснительно-иллюстративный, репродуктивный.

Форма организации образовательного процесса: групповая.

Методы воспитания: убеждение, поощрение, стимулирование, мотивация.

Педагогические технологии: технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, здоровьесберегающие технологии и др.

Список литературы

1. Лисицкая Т.С. Хореография в гимнастике / Т.С. Лисицкая. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2020. – 242 с.
2. Блеер А.Н. Терминология спорта: Толковый словарь - справочник / Блеер А.Н., Ф. П. Сулов, Д. А. Тышлер. – Москва.: Академия, 2010. – 464 с.
3. Холодов Ж.К. Теория и методика физической культуры и спорта / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – Москва: Издательский центр «Академия», 2013. -450 с.
4. Архипова Ю. А. Методика базовой подготовки гимнасток в упражнениях с предметами: метод. рекомендации/ Ю. А. Архипова, Л. А. Карпенко – Санкт-Петербург: гос. акад. физ. культуры им П. Ф. Лесгафта, 2001. – 24 с.
5. Базарова Н.С. Азбука классического танца/ Н. С. Базарова, В. Мей. – Ленинград: Искусство, 1983. – 207 с.
6. Винер - Усманова И.А. Программа дополнительного образования. Гармоничное развитие детей средствами гимнастики / И. А. Винер-Усманова, Н.М. Горбулина, О. Д. Цыганкова — Москва: Просвещение, 2011. – 24 с.

Электронные ресурсы:

1. Всероссийская Федерация художественной гимнастики. – Текст: электронный: [сайт]. - URL: <http://vfrg.ru/>

5.2 Материально-техническое обеспечение и оснащенность образовательного процесса Программы

№ п/п	Наименование основного оборудования	Кол-во единиц
1. Учебно-практическое оборудование		
1	Гимнастические маты	15
2	Шведская стенка	1
3	Зеркало (большое)	1
4	Спортивный инвентарь (мячи, ленты, скакалки, обручи)	по количеству обучающихся
5	Музыкальный центр	1
2. Мебель		
1	Демонстрационная доска	1
2	Стеллаж для хранения инвентаря	1
3	Шкаф для хранения костюмов и атрибутов	1
3. Дидактические материалы		
1	наглядно-иллюстрационный материал по темам: историко-бытовые танцы	
2	раздаточный материал – «Позиции в хореографии»	

Календарный учебный график дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Эстетическая гимнастика. Начало» в 2024/2025 учебном году

Комитет по делам образования города Челябинска
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Дворец пионеров и школьников им. Н. К. Крупской г. Челябинска»

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МАУ ДО «ДПШ»
Ю.В. Сырникова
« ____ » _____ 2024 г.

Первый заместитель директора
А.А. Замiatов
« ____ » _____ 2024 г.

Календарный учебный график
Финанс на 2024-2024 год

	Сентябрь		Октябрь		Ноябрь		Декабрь		Январь		Февраль		Март		Апрель		Май			
наименование программы		2-8 октября	9-15 октября	16-22 октября	23-29 октября	30 октября-6 октября	7-13 октября	14-20 октября	21-27 октября	28 октября-3 ноября	4-10 ноября	11-17 ноября	18-24 ноября	25 ноября-1 декабря	2-8 декабря	9-15 декабря	16-22 декабря	23-29 декабря		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
полугодие	первое полугодие 01.09.2024-31.12.2024										второе полугодие 01.01.2025-31.05.2025									
«Эстетическая гимнастика. Начало»	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з
									в	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з
									з	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з
									з	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з
									з	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з
									з	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з
									з	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з
									з	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з
									з	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з
									з	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з
									з	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з
									з	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з
									з	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з	з

г- текущий контроль
п- промежуточные аттестации
в- выходные праздничные дни

Приложение 2

Карточка ДОП для публикации в АИС «Навигатор дополнительного образования Челябинской области»

Наименование	Содержание
название ДООП	«Эстетическая гимнастика. Начало»
краткое название ДООП	«Эстетическая гимнастика. Начало»
направленность программы	Физкультурно-спортивная
краткое описание	Занятия эстетической гимнастикой способствуют развитию физических качеств, таких как координация движений, баланс, гибкость и сила. Этот вид спорта улучшает общую физическую форму, формирует правильную осанку и укрепляет мышцы. Также развивает эстетический вкус, чувство ритма и музыкальность. Занятия эстетической гимнастикой способствуют формированию характера у юных спортсменов. Они учатся целеустремленности, самодисциплине, выдержке и командной работе – все это важные качества, которые пригодятся в жизни.
содержание программы учебного плана (наименование разделов и тем)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Раздел 1. Введение в «Эстетическую гимнастику» <ol style="list-style-type: none"> 1.1. Инструктаж по технике безопасности 1.2 «Мой Дворец»: Дворец и его традиции 1.3 Ведение в образовательную программу 2. Раздел 2. Общая физическая подготовка <ol style="list-style-type: none"> 2.1 Упражнения в ходьбе и беге 2.2 Упражнения для мышц шеи 2.3 Упражнения для мышц туловища 2.4 Упражнения для мышц ног 2.5 Формирование правильной осанки 2.6 Игровые упражнения 3. Раздел 3. Специальная физическая подготовка <ol style="list-style-type: none"> 3.1 Упражнения для развития прыгучести 3.2 Упражнения для развития координации 3.3 Упражнения на растяжку 3.4 Упражнения для развития скоростно- силовых качеств 3.5 Связки и комбинации 4. Раздел 4. Специальная техническая подготовка <ol style="list-style-type: none"> 4.1 Динамические и статические равновесия 4.2 Прыжки, широкие прыжки 4.3 Повороты и вращения 4.4 Волны 4.5 Взмахи 4.6 Изгибы 4.7 Показательные упражнения. Текущий контроль 5. Раздел 5. Акробатическая подготовка <ol style="list-style-type: none"> 5.1 Кувырок вперед 5.2 Кувырок назад 5.3 Мост 5.4 Кувырок вперед с прямых ног 5.5 Березка 5.6 Полушпагат, шпагат 5.7 Акробатическая комбинация

	<ol style="list-style-type: none"> 5.8 Показательная комбинация. Текущий контроль 6. Раздел 6. Музыкально-ритмическая подготовка <ol style="list-style-type: none"> 6.1 Музыкально-ритмические этюды и игры 6.2 Балетная гимнастика 6.3 Постановка корпуса и рук 6.4 Танцевальные этюды 6.5 Элементы историко-бытовых танцев 6.6 Танцевально-художественная работа 6.7 Итоговое занятие «Эстетическая гимнастика. Начало». Показательное выступление
ключевые слова для поиска программы	Эстетическая гимнастика, гимнастика
цель и задачи	цель Программы: комплексное физическое и эстетическое развитие обучающихся средствами художественной гимнастики. Задачи Программы: развитие ценностного отношения к физической культуре и спорту; развитие целеустремленности и самодисциплины; развитие навыков постановки цели, планирования и осуществления деятельности по ее достижению; освоение базовых элементов художественной гимнастики, хореографических и акробатических упражнений; развитие гибкости и скоростно- силовых качеств; совершенствование специальных эстетических качеств: музыкальность, выразительность, артистизм, эмоциональность.
результат	по итогам освоения Программы: обучающиеся ведет здоровый образ жизни, систематически занимается физической культурой; демонстрирует в поведении целеустремленность и самодисциплину; умеет контролировать и адекватно оценивать собственные действия; умеет бесконфликтно и конструктивно общаться с окружающими; освоены базовые элементы художественной гимнастики, хореографических и акробатических упражнений; демонстрирует гибкость и скоростно- силовые качества; на выступлении демонстрирует: музыкальность, выразительность, артистизм, эмоциональность.
материальная база	оборудованный спортивный или танцевальный зал
требования к состоянию здоровью	есть
наличие медицинской справки для зачисления	есть
возрастной диапазон	5-6 лет
число учащихся в группе	15
способ оплаты	внебюджет
продолжительность	1 год
общее количество и количество часов в неделю	111/3

Приложение 3

Контрольно-измерительные материалы Программы

Текущий контроль

Форма контроля: тестирование по нормативам

Физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	Результат
Гибкость	И.П. - сед, ноги вместе наклон вперед, фиксация положения 5 счетов	«5» - плотная складка, колени прямые «4» - при наклоне вперед кисти рук выходят за линию стоп, колени прямые «3» - при наклоне вперед кисти рук на линии стоп, колени прямые
Гибкость	И.П. - лежа на животе «Рыбка» - прогиб назад в упоре на руках со сгибанием ног, измеряется расстояние между лбом и стопами	«5» - касание стопами лба «4» - до 5 см «3» - 6 - 10 см При выполнении движения колени обязательно вместе
Гибкость	И.П. - стойка ноги вместе, руки вверх, в замок. Отведение рук назад	«5» - 45° «4» - 30° «3» - 20°
Координационные способности	Равновесие на одной, другую согнуть вперед, стопа прижата к колену опорной ноги, руки в стороны (пасэ)	«5» - удержание положения в течение 6 секунд «4» - 4 секунды «3» - 2 секунды Выполнять с обеих ног
Скоростно-силовые качества	Прыжки на скакалке	«5»- 10 прыжков «4»- 8 прыжков «3» - 6 оцениваются прямые ноги и натянутые колени
Гибкость, подвижность позвоночного столба	Мост на коленях	«5» - колени вместе, локти прямые «4» - недостаточная складка в наклоне, руки согнуты «3» - недостаточная складка, согнутые руки, колени врозь «2» - наклон назад, руками до пола «1» - наклон назад, руками до пола, колени врозь
Гибкость	Мост из положения стоя	«5» - мост вплотную руками к пятке «4» - 6-10 см от рук до стоп «3» - 11-20 см от рук до стоп «2» - 20-25 см от рук до стоп «1» - 25 см и более

Гибкость, подвижность тазобедренного сустава	Шпагаты на полу: -с правой ноги -с левой ноги -поперечный	«5» - плотное касание пола правым и левым бедром «4» - 1-5 см от пола до бедра «3» - 6-10 см «2» - 15 см
Пресс, силовые способности.	Из И.п. лежа на спине Сед до горизонтали И.п	«5» - 10 раз «4» - 9 раз «3» - 8 раз «2» - 7 раз «1» - 6 раз
Силовые способности: сила мышц спины	Из И.п. лежа на животе руки за голову, ноги закреплены Прогнуться назад И.п.	«5» - 10 раз до горизонтали «4» - 8 раз «3» - 6 раз «2» - 5 раз «1» - 4 раза

Таблица промежуточной аттестации обучающихся

Форма контроля: показательное выступление

Обучающиеся под музыку демонстрируют изученный материал танцевально-акробатическую композицию. Педагог оценивает качество исполнения на основании разработанных требований.

№ п/п	Критерии оценивания	Баллы
1.	Музыкальность	0-5 баллов
2.	Уровень сложности	0-10 баллов
3.	Правильность выполнения гимнастического движения	0-5 баллов
4.	Выразительность	0-5 баллов
5.	Правильность выполнения акробатического движения	0-10 баллов
6.	Рациональное использование площадки	0-5 баллов
7.	Артистизм	0-10 баллов

0-15 баллов - обучающийся освоил образовательную программу на низком уровне;
16-35 баллов - обучающийся освоил образовательную программу на среднем уровне;
36-50 баллов - обучающийся освоил образовательную программу на высоком уровне.

Карта педагогического наблюдения метапредметных результатов

№ п/п	Фамилия, имя обучающегося	Критерии оценки										
		Развитие навыков постановки цели, планирования и осуществления деятельности по ее достижению, коррекции своих действий в изменяющейся ситуации и соотношения своих действий с результатом на основе самоанализа				Развитие навыков конструктивного взаимодействия внутри коллектива на основе принятых норм взаимоотношений и освоение различных социальных ролей, умения работать на общий результат и нести ответственность за свои обязанности и поручения.				Развитие навыков бесконфликтного и конструктивного общения с окружающими посредством освоения различных средств коммуникации и способов саморегуляции своего поведения		
		Развиты навыки планирования своей работы	Умеет нести ответственность за результаты действий	Умеет определять способы действия в рамках предложенных условий и способен ставить цель и выбирать пути её достижения	Умеет взаимодействовать со сверстниками и педагогом	Развита социальная компетентность, готовность к осуществлению общественно-личной деятельности	Владеет различными социальными ролями	Владеет и применяет нормы взаимоотношения в коллективе	Умеет взаимодействовать со сверстниками и педагогом	Владеет различными средствами коммуникации	Владеет навыками саморегуляции в процессе общения	

+ 1 – владеет в совершенстве
0 – средний уровень
- 1 – не владеет

Педагог дополнительного образования _____

Анкета определения знаниевого компонента сформированности личностных результатов дополнительной общеобразовательной программы «Эстетическая гимнастика. Начало»

Ценностное основание/ориентир: Культура

№	Утверждение/основание/вопрос	Варианты ответа (подчеркните выбранный)
1.	Культура – это набор правил, которые предписывают человеку определённое поведение с присущими ему переживаниями и мыслями	4-полностью согласен (-а) 3 – в общем, это верно 2 – это не совсем так

24

		1 – это неверно
2.	Культура – это общая характерная особенность людей, которые живут в пределах одной страны или отдельного её региона	4-полностью согласен (-а) 3 – в общем, это верно 2 – это не совсем так 1 – это неверно
3.	Культурные ценности — это незаменимые материальные и нематериальные предметы и произведения культуры, имеющие художественную и материальную ценность, значимость	4-полностью согласен (-а) 3 – в общем, это верно 2 – это не совсем так 1 – это неверно
4.	Через культуру осуществляется связь между поколениями и совершенствуется развитие общества	4-полностью согласен (-а) 3 – в общем, это верно 2 – это не совсем так 1 – это неверно

10 – 16 баллов - показатель полностью сформирован
6 – 9 баллов – показатель частично сформирован
0 – 5 баллов – показатель не сформирован

Ценностное основание/ориентир: Человек как духовный образ

№	Утверждение/основание/вопрос	Варианты ответа (подчеркните выбранный)
1.	Человек с богатым внутренним миром или духовно богатый человек	4-полностью согласен (-а) 3 – в общем, это верно 2 – это не совсем так 1 – это неверно
2.	Духовное богатство – это единственный вид богатства, лишить которого человека невозможно	4-полностью согласен (-а) 3 – в общем, это верно 2 – это не совсем так 1 – это неверно
3.	Душа человека – это стержень, основа его бытия и определяет его бытие	4-полностью согласен (-а) 3 – в общем, это верно 2 – это не совсем так 1 – это неверно
4.	Духовно богатый человек обязан знать историю своего народа, элементы его фольклора, быть разносторонне образованным	4-полностью согласен (-а) 3 – в общем, это верно 2 – это не совсем так 1 – это неверно

10 – 16 баллов - показатель полностью сформирован
6 – 9 баллов – показатель частично сформирован
0 – 5 баллов – показатель не сформирован

25