

Муниципальное автономное образовательное учреждение
дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Саям»
городского округа город Уфа Республики Башкортостан

«Утверждено»

Директор МАОУ ДО «Саям»

Э.Н. Арсланова

Приказ № 231 от 01.09.2025 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа**

**Художественной направленности
«На-строение»**

Возраст обучающихся : 3- 6 лет

Срок реализации 1 год

педагог дополнительного
образования:
Сайтова Л.Х

Рассмотрено
на Методическом Совете № 5 от 01.09.25
Рекомендовано к утверждению
на Педагогическом Совете № 1 от 01.09.25

2025 год

Пояснительная записка

Актуальность

Среди многих факторов (социально-экономических, демографических, культурных и др.), которые оказывают влияние на состояние здоровья детей, по интенсивности воздействия физическое воспитание занимает особое место. Ведь чем активнее вовлечение ребёнка в мир движений, тем богаче и интереснее его физическое и умственное развитие, крепче здоровье.

Движение необходимы ребёнку, так как они способствуют совершенствованию его физиологических систем и, следовательно, определяют темп и характер нормального функционирования растущего организма. Но в условиях возрастания объёма учебно-познавательной деятельности двигательная активность стала занимать более чем скромное место в жизни современного ребёнка дошкольника. Он всё больше времени проводит за компьютерными играми, просмотром телепередач.

На фоне прогрессирующей гиподинамии актуальной стала задача формирования у детей интереса к танцевальным движениям, физической культуре и спорту.

Вырастить здоровых, красиво сложенных детей – непростая задача.

С каждым годом медицинские работники выявляют все больше детей с плоскостопием и нарушением опорно-двигательного аппарата.

Осанку ребёнку необходимо формировать с самого раннего детства.

Предупреждение развития, а так же устранение неправильной осанки должны находиться в центре внимания родителей, педагогов.

Для профилактики подобных нарушений большое значение имеет мероприятие, улучшающее физическое развитие, а так же воспитывающие у ребёнка правильное положение тела, обеспечивающие частичную разгрузку позвоночника.

Только системный подход к организации физкультурно-коррекционных мероприятий позволит эффективно осуществлять коррекцию нарушений в развитии ребёнка.

В последнее время в дошкольных учреждениях все чаще стали применять нетрадиционные средства физического воспитания детей: упражнения ритмической гимнастики, танцев и другие. Ценятся оба компонента — гимнастика и танец. Доступность этого вида основывается на простых общеразвивающих упражнениях.

Для ребёнка дошкольного возраста важнее всего не только физическое развитие, но и развитие его внутренней жизни, питание его эмоциональной сферы чувств.

Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, входящими в оздоровительные упражнения, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных.

Танец — вид художественной деятельности, оптимальный для формирования и развития у детей творчества и воображения, благодаря сочетанию в единой деятельности трех характеристик танца - музыки, движения и игры.

Возможности применения танцевально-оздоровительных упражнений довольно широки и под умелым руководством педагога могут быть использованы в дошкольных учреждениях.

Новизна настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как лечебно-профилактический танец, музыка и оздоровительная гимнастика все упражнения даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников.

Физические упражнения, выраженные в танцевальной форме под музыку, приобретают более яркую окраску и оказывают большой оздоровительный эффект. Танцевальные движения имеют огромный психотерапевтический потенциал, и воздействует на занимающихся через все органы чувств, и особенно через нервную систему.

Заниматься определенными видами спорта можно не всем. При болезнях сердечно-сосудистой системы, дыхательной системы, заболеваниях суставов и спины существует много ограничений и не рекомендуются

занятия шейпингом, аэробикой или спортивной гимнастикой. Эти занятия могут оказывать отрицательное влияние на организм ребенка за счет больших нагрузок на проблемные или больные системы организма.

Данная программа адаптирована для детей с любыми физическими возможностями и отклонениями в здоровье за счет оптимальных нагрузок и игровой деятельности. Таким образом, танцевально-игровая гимнастика, включающая в себя лечебно-профилактический танец, гимнастику для глаз, дыхательную гимнастику и игровую деятельность, имеет большое оздоровительное значение и может применяться в терапевтическом и психотерапевтическом лечении, а также для коррекции и профилактики различных заболеваний у детей дошкольного возраста.

Педагогическая целесообразность программы заключается в поиске новых импровизационных и игровых форм.

Данная программа является приложением к программе школа развития «Умка» и ориентирована во-первых, на профилактику и коррекцию нарушений функций опорно-двигательного аппарата, укрепление мышц брюшного пресса и формирование нормального свода стопы, на развитие мелкой моторики и зрительно-пространственной координации путем освоения детьми танцевальных движений оздоровительной направленности, во-вторых, на развитие личностных качеств детей, тех, которые могут быть сформированы в совместной музыкально-танцевальной деятельности. Программа рассчитана на один год обучения и имеет стартовый уровень, который предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

Исходя из вышеизложенного ставятся цели и задачи.

Цель: Создание условий для укрепления физического и психологического здоровья детей через танцевально-игровую деятельность.

Задачи

Обучающие:

- Обучение правильной последовательности выполнения общеразвивающих упражнений из различных исходных положений.

- Обучение чувству ритма и правильному выполнению движений под музыку.
- Выработка умения эмоционального выражения и творчества в движениях.
- Обучение разным видам ходьбы, бега, прыжкам.

Развивающие:

- Развитие пластичности, свободы движения, умения контролировать смену ощущений в процессе напряжения и расслабления мышц.
- Развитие физических качеств: скорость, сила, гибкость, выносливость, координация движений, и творческие способности.
- Формирование правильной осанки и мышц участвующих в формировании свода стопы.
- Развитие чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой.
- Развитие мелкой моторики.

Оздоровительные:

- Развитие и тренировка всех систем организма путём оптимальных физических нагрузок.
- Предупреждение задержки развития двигательных навыков и физических качеств.
- Осуществление коррекции имеющихся нарушений опорно-двигательного аппарата.
- Профилактика простудных заболеваний и травматизма.
- Содействие развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечнососудистой и нервной систем организма.

Воспитывающие:

- Воспитание чувства товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.
- Воспитание умения эмоционального выражения, раскрепощенности в движениях.

- Удовлетворение естественной биологической потребности ребёнка в движении.
- Воспитать у детей нравственно - эстетические формы общения.

Контингент детей и особенности набора.

- ❖ Программа рассчитана на 1 год для детей 4-7 лет. Занятия проводятся два раза в неделю, в соответствии с нормами СанПиН 2.4.4.3172-14.

Ожидаемые результаты

Стартовый уровень 1 год обучения

Умеют:

- выполнять простейшие построения и перестроения;
- ритмично двигаться в различных музыкальных темпах;
- передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок;
- ходить, меняя характер движения;
- выполнять движения различного характера с предметами и без них (плавно, энергично), пружинить на ногах;
- ориентироваться в пространстве («точки зала», рисунок в танце);
- слушать музыку, начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;
- синхронно двигаться под музыку (разогрев-разминка, танцевальная разминка);
- делать пальчиковую гимнастику;
- держать правильную осанку;
- выполнять гимнастику для глаз;
- стоять и работать в паре;
- ритмично выполнять танцевальные движения под музыку;
- координировать движения в мелких и крупных мышечных группах;
- произвольно расслаблять мышцы;

Знают:

- основные танцевальные позиции рук и ног;
- простые комбинации танцевальных элементов;
- все виды ходьбы и бега.

Условия реализации программы

- Материально – техническое обеспечение: спортивный зал соответствует гигиеническим требованиям, магнитофон, спортивные коврики, гимнастические палки.
- Соответствующая занятиям комфортная спортивная одежда и обувь.

Учебно-тематический план Стартовый уровень 1 год обучения

Учебно-тематический план		Количество часов		
Блок	Темы	Теор	Прак	Всего
Вводное занятие	Инструктаж по техники безопасности	1	-	1
Игроритмика	Специальные упражнения для согласования движений с музыкой	-	11	11
Игрогимнастика	Общеразвивающие упражнения Строевые упражнения Упражнения без предметов Упражнения с предметами Упражнения на расслабление мышц Дыхательные упражнения Упражнения на укрепление осанки	-	28	28

	Релаксация с речевым сопровождением.			
Игротанцы	Хореографические упражнения Танцевальные шаги Ритмические танцы		28	28
Всего:		1	67	68

Содержание программы

Стартовый уровень 1 год обучения

1. Тема: Вводное занятие (теория – 1 ч; практика – 0 ч.)

Основные вопросы:

- Знакомство с коллективом
- Правила по ТБ, ПДД, ППБ

Требование к знаниям и умениям учащихся:

Знают:

- Участников группы по имени
- Требования к нормам поведения
- Правила по ТБ, ПДД, ППБ

Умеют:

- Рассказывать о себе и слушать других
- Снимать излишнее эмоциональное напряжение
- Создавать рабочую атмосферу

Практическая работа:

- Игры на знакомство и раскрепощение: «Познакомимся», «Друзья», «Я – это..», «Приветствие»

2. Тема: Игроритмика (теория – 0 ч; практика – 11 ч.)

Основные вопросы:

Раздел «Игроритмика» является основной для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и координационно правильно выполнять движения под музыку, соответственно ее структурным особенностям, характеру, метру, ритму, темпу и другим средствам музыкальной выразительности. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движения с музыкой, музыкальные задания и игры.

Требование к знаниям и умениям учащихся:

Знают:

- Определение музыкального размера 4/4 и 3/4

Умеют:

- Ходить на каждый счет и через счет
- Делать хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта
- Бегать в различном темпе
- Делать пружинки с покачиванием рук вправо, лево
- Шаг вперед, руки вверх, шаг назад, руки вниз
- Взмахи руками вверх поочередно, с пружинкой
- Ходьба по кругу, оттягивая ноги
- Акцентированная ходьба с выделением сильной доли (счет 1 и 3 при музыкальном размере 4/4) ударом ноги или хлопком
- Выполнение упражнения под музыку с притопом под сильную долю такта
- Стоя, руки на поясе. Наклон вперед, выпрямиться, притоп

Практическая работа:

- Игры: «Снежинки», «Фонарики», «Пружинки», «Бабочки».

3. Тема: Игрогимнастика (теория – 0 ч; практика –28 ч.)

Основные вопросы:

Раздел Игροгимнастика включает:

- **Упражнения общей направленности** - строевые упражнения, общеразвивающие упражнения при ходьбе на месте и в передвижениях, беге, прыжках, упражнения суставной гимнастики, на растягивание и расслабление мышц, и танцевальные упражнения. Комплексы физических упражнений общей направленности содействуют развитию мышечной силы (формируют «мышечный корсет»), выносливости, подвижности в различных суставах и других двигательных способностей, то есть решаются задачи общей физической подготовленности занимающихся, а в связи с этим и их физического развития.
- **Упражнения специальной направленности** включают упражнения для формирования и закрепления осанки, профилактики плоскостопия, дыхательную гимнастику, пальчиковую гимнастику, гимнастику для глаз. Комплексы физических упражнений специальной направленности содействуют той функции или системе организма занимающихся, на которую они направлены. Здесь используется большинство упражнений коррекционной и лечебно-профилактической направленности.

Требование к знаниям и умениям учащихся:

Знают:

- Все виды ходьбы и бега
- Стихи для релаксации
- Название пальчиковой гимнастики

Умеют:

- Ходить обычным шагом, с высоким подниманием колен, на носках, на пятках, на внешней и внутренней стороны стопы
- Ходить с различным положением рук, с сохранением дистанции, с выполнением подражательных движением, широким или семенящим шагом, и с перекатом с пятки на носок

- Бегать в колонне по одному, в рассыпную, змейкой, с захлестом назад, с изменением направления по сигналу, боковой галоп и оздоровительный бег в медленном и средней темпе.
- Выполнять упражнения без предметов, с гимнастическими палками, со скакалкой, с мешочком с песком, с кольцами, маленькими мячами

Практическая работа:

- **Коррекционные упражнения:** «Качалочка», «Цапля», «Морская звезда», «Стойкий оловянный солдатик», «Самолёт», «Карусель», «Танец медвежат», «Птица», «Паровозик», «Маленький мостик», «Колобок», «Ножницы», «Гусеница», «Лягушка», «Пингвины на льдинах», «Великаны и гномики», «Ёж с ежатами», «Мышка и мишка», «Кошечка», «Ласточка». «Уголок», «По-турецки мы сидели», «Сидячий футбол», «Черепахи», «Достань палочку», «Качели», «Малыши», «Выросли», «Велосипед», «Ветер», «Бабочка», «Ёлочка», «Кузнечик», «Часики», «Буратино», «Жучок на спине», «Родная спина», «Весёлые гномики», «Кто быстрее», «Не урони», «Идём за грибами».
- **Релаксация с речевым сопровождением:** «Весёлые гномы», «Сказка», «Рыбки», «Молчок», «Расслабление», «Кулачка», «Волшебный сон», «Космос», «Олени», «Океан».
- **Дыхательная гимнастика:** «Наш носик», «Глубокое дыхание», «Звук М», «Штангисты», «Дразнилка», «Барабан».
- **Дыхательные упражнения:** «Часики», «Петух», «Шар лопнул», «Маятник», «Гуси», «Регулировщик», «Грибок», «Насос», «Вертолёт Хлопушка», «Лыжник», «Пловец», «Лягушка», «Пляска».
- **Игры на формирование правильной осанки:** «Едем в зоопарк», «Петушиный шаг», «Ледокол», «Длинная скакалка», «Живое кольцо», «Летим на марс», «Большие ноги идут по дороге», «Ласточка», «Качели-карусели», «Маленький гимнаст», «Гимнастика для Ёжика», «Регулировщик», «Буря на море», «Коршун и наседки», «Лягушонок», «Ходим боком», «Мышки в кладовой», «Белочка».

- **Игры направленные на преодоление плоскостопия:** «Спящий кот», «Парашютисты», «Ловкие ноги», «Бегущая скакалка», «Мяч бросай», «Не теряй», «Донеси , не урони», «Гуси лебеди», «Самый стойкий», «Поймай комара», «Прыжки со скакалкой».
- **Игры для наиболее подверженных простудным заболеванием:** «Золотая осень», «Петушок», «Шарик», «Хомячок», «Совушка», «Пёрышки», «Кто самый громкий», «Воздушный шар».
- **Оздоровительные игры для профилактики болезней сердечно-сосудистой системы:** «Резвый мешочек», «Пятнашки», «Космонавты», «Челнок и ткач», «Найди клад», «Совушка», «Дни недели», «Стоп, хлоп, раз», «Филин».
- **Игры на преодоление последствий общих бронхолёгочных заболеваний:** «Учение пожарных», «Велогонки», «Поезд», «Вверх ногами», «Подпрыгни и подуй», «Самый сильный ветер», «Кто вперёд», «Косари», «Задень обруч», «Идёт коза по лесу».
- **Пальчиковая гимнастика:** «Моя семья», «Наш малыш», «Качели», «Белка», «Детки», «Стали мальчики», «Мы считали», «Пальчики здороваются», «Воздушные щелчки», «Человек», «Вертолёт», «Коза рогатая», «Зайчик», «Очки», «Кольцо», «Домик», «Шарик», «Бабочка», «Стульчик», «Гусь».
- **Упражнения на укрепление мышечной системы глаза:** Для наружных мышц глаза, для прямых мышц, для внутренней мышцы глаза, самомассаж, зажмуривание, моргание, фиксирование взгляда на определённой точке.

4. Тема: Игротанцы (теория – 0 ч; практика –28 ч.)

Основные вопросы:

Раздел Игротанцы направлен на формирование у воспитанников танцевальных движений.

В этот раздел входят: танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений, танцевальные этюды:

- танцевальные позиции рук и ног, выставление ноги в сторону, на носок стоя лицом к опоре, повороты переступанием, комбинации хореографических упражнений
- мягкий, высокий и высокий на носках, приставной, скрестный в сторону, переменный и русский хороводные шаги, прыжки с ноги на ногу, другую ногу сгибая назад

Требование к знаниям и умениям учащихся:

Знают:

- Как не теряться в характере, темпе, ритме музыки
- хореографические названия изученных элементов
- требования к внешнему виду на занятиях
- движения, изученные по программе

Умеют:

- Выполнять поклон для мальчиков, реверанс для девочек
- Танцевальные позиции рук: на поясе и перед грудью
- Полуприседы и подъемы на носки, стоя боком к опоре
- Выставление ноги вперед и в сторону, поднимание ноги назад на носок и поднимание ноги, стоя лицом к опоре
- Прыжки с упором на опору
- Перевод рук из одной позиции в другую
- Открывание рук в сторону и на пояс
- Подъемы ног и махи ногами
- Шаг польки, пружинные движения ногами на полуприседах, шаг с подскоком
- Русский переменный шаг, шаг с притопом, русский шаг – припадание
- Комбинации из изученных танцевальных шагов
- Основные движения танца: «дробь с притопом», «простая дробь», основной шаг, «тройной притоп», «гармошка», «ковырялочка»
- В прыжке выставлять поочередно то - правую, то - левую ногу

Практическая работа:

- **Специальные композиции и комплексы упражнений:** «Зарядка», «Танцуй со мной», «Воробьиная дискотека», «Сосулька», «Веселая коляда», «Король городка», «Приходи сказка», «В лесу расцвел подснежник», «Наездники», «Черный кот», «Конькобежцы», «Вальс цветов», «Веселый перепляс», Вальс «Пробуждение», «Давай танцуй», «Танец с хлопками», «Хоровод», «Дружба», «Танец с предметами».
- **Танцевально-игровые этюды:** «Маленькие гномики», «Ёжик по лесу бежал», «Ветер веет - ветер веет», «Я ребенок как картинка», «Серый слон», «Любопытная Варвара», «Лохматый пёс», «Мишка косолапый»

Методическое обеспечение программы

Двигательная активность является мощным биологическим стимулятором жизненных функций растущего организма. Потребность в движениях составляет одна из основных физиологических особенностей детского организма и необходима для его нормального формирования и развития. Движение в любой форме, адекватные физиологическим возможностям детей, всегда выступает как оздоровительный фактор – этим объясняется высокая эффективность разнообразных методик и форм проведения занятий, основанных на общем воздействии на организм в сочетании танцев со специальными физическими упражнениями.

Движения под музыку создают новые условно-рефлекторные связи, которые быстро образуются благодаря высокой пластичности высшей нервной деятельности и интенсивности восстановительных процессов в детском возрасте. Существенный фактор действия танцевальных движений – повышение эмоционального тонуса. Во время занятий у ребёнка улучшается настроение, появляется чувство радости, удовольствия. На положительном эмоциональном фоне ускоряется выработка новых условных рефлексов.

Особенность организма ребёнка – постоянный рост органов. Следовательно, развиваются интенсивнее те мышцы к которым осуществляется более сильный приток крови, то есть к органам, находящимся в движении. Кроме того, известно, что мышечная система в раннем возрасте имеет тесную связь с главными регуляторными

механизмами. Ограниченное движение негативно сказывается не только на больном органе, но и на нервной, эндокринной и медиаторной системах в целом. Ограниченное движение влияет на нарушение осанки, ослабление функций дыхания, кровообращения. В результате этого могут развиваться расстройства центральной нервной системы и внутренних органов. А значит, ослабляется организм в целом, что ведёт к более частым заболеваниям.

Однако психика ребёнка, особенно в раннем возрасте, устроена так, что малыша практически невозможно заставить целенаправленно выполнять какие либо движения. Ребёнку должно быть интересно это делать не потому, что надо и полезно, а потому, что ему это нравится. Именно поэтому в программе предлагается адаптированные, изменённые танцевальные движения в виде игры по оздоровлению и профилактике заболеваний.

Процесс обучения осуществляется различными методами и приемами: наглядные, практические, словесные. Все три группы методов используются в обучении на протяжении всего дошкольного возраста. Каждая из выделенных групп методов предполагает включение приемов различного характера (наглядный показ, и объяснение).

Программа реализуется через идеи, ценности, принципы обучения и воспитания, следование которым обеспечивает реализацию целевого назначения программы, – это:

- Личностно-ориентированный подход. Принцип предполагает помощь педагога воспитаннику в выявлении своих возможностей, реализации своих интересов.
- Преемственность. После изучения элементарных движений танца задания осторожно усложняются. Освоение последующих заданий гораздо легче на основе предыдущих.
- Систематичность. Соблюдение дидактического принципа «от простого к сложному», осознанное отношение детей к средствам танцевальной выразительности, овладение языком танцевальных движений. Понимание семантики, значений этих движений, умение с их помощью выражать отношение, настроение свое собственное или изображаемого персонажа, а также умение связывать эти «единицы» языка движений в

«речевые» построения, включая их в контекст танца. И здесь главное для педагога – целенаправленное обучение их этому языку, в процессе которого дети знакомятся не только с семантикой отдельных движений, но и с принципами их изменения, варьирования, а также простейшими приемами композиции танца.

- «Обучение - творчество». Творчество рассматривается в качестве не столько итога обучения, сколько его своеобразного «метода». Относительная кратковременность периодов обучения не позволяет заучивать образцы движений до «жестких» стереотипов. При переходе к творческим заданиям эти образцы остаются еще достаточно пластичными, что облегчает детям их произвольное изменение. В тоже время самостоятельные пробы, варьирующие учебный материал, становятся дополнительным путем его изучения.

Структура занятия:

В структуру любого занятия входят три части: подготовительная, основная и заключительная.

В подготовительной части осуществляется начальная организация занимающихся, сосредоточение их внимания, установка на эмоциональный и психологический настрой. Решаются задачи функциональной подготовки организма детей к предстоящей работе в основной части урока. Это достигается с помощью строевых упражнений, специальных упражнений для согласования движений и музыки, различных видов ходьбы и бега, музыкальных игр, общеразвивающих упражнений и других средств, отвечающих задачам этой части урока. В процессе выполнения различных упражнений могут решаться и частные лечебно-профилактические задачи.

Основная часть занимает большую часть времени. В ней решаются задачи общей и специальной направленности средствами танца, разучиваются специальные коррекционные упражнения, совершенствуется техника и стиль их выполнения, отрабатывается согласованность движений с музыкой.

В работе могут быть использованы как комплексы обще -развивающих упражнений определенной лечебной направленности, серии танцевальных

упражнений, так и целые композиции, то есть группы упражнений, объединенные единым смысловым значением и решающие определенные задачи.

Структура основной части может изменяться в зависимости от:

- повторяемости упражнений, чередования их в различных исходных положениях (стоя, сидя, в упорах, лежа),
- направленности (на коррекцию позвоночника, стопы, равновесие, координацию движений и др.)
- отдельному воздействию на мышцы (рук, шеи, ног и т. д.).

В заключительной части решаются задачи восстановления сил организма детей после физической нагрузки. Нагрузка здесь должна значительно снижаться за счет уменьшения количества упражнений, их повторяемости, характера и двигательных действий. К таким упражнениям можно отнести спокойную ходьбу, упражнения в растягивании и расслаблении мышц как отдельных звеньев тела, так и всего организма в положении стоя, сидя, лежа или в висах, спокойные музыкальные игры или творческие задания, танцевальные движения малой интенсивности или импровизации.

Оздоровительный бег, дыхательная гимнастика, приёмы релаксации позволяют повысить резистентность организма ребёнка к воздействию внешних факторов.

○ Список литературы

Нормативные основания разработки образовательной программы:

Законы Российской Федерации:

- ❖ Закон Российской Федерации "Об образовании" (с последними изменениями от 03.02.2014 N 11-ФЗ).
- ❖ Федеральный закон "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" (с последними изменениями от 02.07.2013 N 185-ФЗ).
- ❖ «Конвенция о правах ребенка». Принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.89 и вступила в силу 2 сентября 1990 года.
- ❖ «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Приказ от 29.08.2013 г. № 1008, зарегистрировано в Минюсте РФ 27.11.2013 г.).

Законы Республики Башкортостан:

- ❖ Закон Республики Башкортостан «Об образовании в Республике Башкортостан» (с последними изменениями от 1 января 2014 г.).
- ❖ Программа развития системы образования городского округа город Уфа Республики Башкортостан на 2006-2010 гг. № решения 8/14 от 21.02.2006 г.
- ❖ Закон Республики Башкортостан от 31.12.99 N 44-з (ред. от 10.12.2007) "ОБ ОСНОВНЫХ ГАРАНТИЯХ ПРАВ РЕБЕНКА В РЕСПУБЛИКЕ БАШКОРТОСТАН"
- ❖ Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14.
- ❖ Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей (утверждены научно-методическим советом по дополнительному образованию детей Министерства образования Российской Федерации 03.06.2003 г.).
- ❖ О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей. Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06 – 1844.
- ❖ Устав МАОУ ДО «Саям».

○ **Литература для педагогов.**

- ❖ А.И. Фомина Физкультурные занятия и спортивные игры. – М. 2012
- ❖ В. Золотарев. Шагают девочки и мальчики: Музыка и движение. – М .2014
- ❖ А.М. Мессерер Танец. Мысль .Время. – М .:Искусство,2014
- ❖ Т.К. Васильева Секрет танца. – М . 2012
- ❖ Р. Глиэр Методическое пособие по ритмике. – М . 2015
- ❖ Т. В. Пуртова, А. Н. Беликова, О. В. Кветная, «Учите детей танцевать». – М изд. «Владос» 2013
- ❖ Н.С. Голицина Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. –М.: Скрипторий. 2015
- ❖ И. Каплунова , И. Новоскольцева Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. – СПб: Композитор, 2015
- ❖ Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб: Детство-пресс, 2016.
- ❖ Н.Б. Муллаева Занятия по физической культуре для дошкольников. Учебно-методическое пособие. – СПб. «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2013
- ❖ Н.С. Голицина Нетрадиционные занятия физкультурой. – М. 2013
- ❖ А.Е. Белая, В.И. Мирясова Пальчиковые игры. – М. 2014
- ❖ Е.Н. Вареник Физкультурно-оздоровительные занятия. – М. 2014
- ❖ Г.В. Каштанова Лечебная физкультура и массаж. Методика оздоровления детей дошкольного возраста – М. 2013
- ❖ Е.А. Бабенкова Игры которые лечат. – М. 2012
- ❖ Р.А. Ереминой Формирование правильной осанки Коррекция плоскостопия у дошкольников: рекомендации, занятия, игры, упражнения. – Волгоград 2013
- ❖ Л.Ю. Кострыкина, О.Г. Рыкова Малыши, физкульт - привет! - М. 2013
- ❖ М.Н. Щетинин Стрельниковская дыхательная гимнастика для детей. Методическое пособие. – М. 2014

○ **Литература для родителей.**

- ❖ А.Б. Галанов Игры, которые лечат. – М. 2013
- ❖ Л.П. Савина Пальчиковая гимнастика. – М. 2014
- ❖ О.В. Козырева Если ребенок часто болеет: пособие для педагогов и родителей. – М. 2014