

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ - ДЕТСКИЙ САД № 386 «ЗНАЙКА»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД ЕКАТЕРИНБУРГ**

620144, Екатеринбург, Большакова, д. 129, кор.«а», тел. (343)212-57-87,
e-mail: mdoy386@mail.ru; сайт: <http://386.tvoyasadik.ru>



ПРИНЯТА

Педагогическим советом
МБДОУ – детский сад № 386 «Знайка»
Протокол № 2 от «14» ноября 2024 года

УТВЕРЖДЕНА

приказом заведующего
МБДОУ – детский сад №386 «Знайка»
Приказ №51/1-ОД от «14» ноября 2024 года



О.В. Вахрушева

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
художественной направленности**

**ХОРЕОГРАФИЧЕСКАЯ СТУДИЯ
«РИТМИЧЕСКАЯ МОЗАИКА»**

(для детей 5-7 лет, срок реализации – 2 года, объем программы – 76 часов)

Автор-составитель:

Костина Евгения Петровна,
педагог дополнительного образования

I. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности хореографической студии «Ритмическая мозаика» (далее Программа) составлена на следующей нормативно-правовой основе:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее - ФЗ);
- Федеральный закон Российской Федерации от 14.07.2022 № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»,
- Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р,
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р);
- 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» (далее - СанПиН);
- 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»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее - Порядок);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
- Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»);
- Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской

области от 30.03.2018 № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года»;

- Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ в соответствии с социальным сертификатом»;

- Постановления правительства Российской Федерации от 15.09.2020 № 1441 «Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг».

- Устав МБДОУ – детского сада № 386 «Знайка».

Направленность общеразвивающей программы – художественная.

Актуальность дополнительной образовательной программы хореографической студии «Ритмическая мозаика» обусловлена тем, что в настоящее время, особое внимание уделяется культуре, искусству и приобщению детей к здоровому образу жизни, к общечеловеческим ценностям, укреплению психического и физического здоровья. Программа опирается на необходимость приобщить детей к танцевальному искусству, раскрыть перед ними его многообразие и красоту, способствовать эстетическому развитию дошкольников, привить им основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении ее образное содержание. Занятия танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию, память и трудолюбие, прививают любовь к прекрасному и способствуют развитию всесторонне-гармоничной личности дошкольника.

Занятия хореографией помогают детям снять психологические и мышечные зажимы, выработать чувство ритма, уверенность в себе, развить выразительность, научиться двигаться в соответствии с музыкальными образами, что необходимо для сценического выступления, а также воспитать в себе выносливость, скорректировать осанку, координацию, постановку корпуса, что необходимо не только для занятия танцем, но и для здоровья в целом. Игровой метод придаёт учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребёнка.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох также необходимо, как и изучение грамоты и математики. В этом и заключается основа национального характера, любовь к своему краю, своей родине.

Отличительной особенностью общеразвивающей программы «Ритмическая мозаика» состоит в том, что система обучения танцу строится с учетом индивидуальных и психофизиологических особенностей каждого ребенка; соблюдается личностно-ориентированный подход в обучении хореографии.

В программу входят такие разделы, как:

«Музыкально-развлекательные игры», позволяющие облегчить воспитание чувства ритма, музыкально-ритмической памяти. Способствуют сознательному освоению обучающимися метроритмической структуры музыки.

«Игровой стретчинг», позволяющий разгрузить позвоночник, проработать различные группы мышц, увеличить подвижность суставов, стимулировать работу дыхательной и сердечно-сосудистой системы.

«Танцевальные движения», в который вошли базовые элементы русской пляски, современного детского танца.

«Ритмопластические этюды» - основанные на упражнениях, развивающих зрительную и слуховую память, скорость запоминания, способствуют развитию музыкально-выразительных представлений.

Адресат общеразвивающей программы.

Программа рассчитана на детей дошкольного возраста 5-7 лет. При реализации

данной программы учитываются возрастные особенности познавательного развития дошкольников, исходя из которых, применяются те или иные формы образовательной деятельности.

Возрастные особенности воспитанников 5-6 лет

Дети этого возраста физически развиты настолько, что могут заниматься музыкально-танцевальной деятельностью без перерыва 15-20 минут. Их двигательный опыт включает умение исполнять различные действия с помощью разнообразных движений. У них хорошая координация движений в ходьбе, беге, прыжках. Возрастает уровень самостоятельности, проявляется способность делать простейшие умозаключения, сообщения, ярко прослеживается потребность в разнообразии тем, характеров, а также в индивидуальном проявлении. Улучшение памяти проявляется в способности запомнить и исполнить значительный ряд движений в простой последовательности и в комбинациях. Дети в этот период с удовольствием занимаются творчеством и проявляют его во всех видах их деятельности. Программа третьего года обучения включает как движения системы музыкального движения, так и собственно танцевальные, исполняющиеся в чистом виде, на месте, с продвижением, с фиксированным положением рук и корпуса, а также с движениями рук и корпуса.

В процессе занятий по ритмике и танцу у детей данного возраста следует формировать навыки, необходимые для исполнения танцевальных движений. Особое внимание уделяется освоению универсального комплекса движений, являющихся основными элементами большинства танцевальных движений. Активизация деятельности детей осуществляется за счет развития умения общаться в паре, тройках, четверках и ансамблем. Самостоятельное использование опыта музыкально-двигательной деятельности в импровизациях способствует раскрытию индивидуальности детей, создает условия для выражения детьми своего отношения к музыке, движению, партнеру по танцу.

У детей в результате обучения, воспитания и приобретения непосредственного опыта, накапливается большой запас конкретных представлений, вырабатывается хорошая осанка. Танцы для детей этого возраста отличаются более сложным построением, танцевальные движения более детально отражают изменения характера музыки.

Детей старшей группы продолжают учить:

- сознательно начинать и заканчивать движения одновременно с началом и концом музыки;
- изменять характер движений в соответствии с тремя частями музыкального произведения;
- воспитывать наблюдательность, инициативу и самостоятельность;
- развивать музыкальную память, чувство ритма, творческое воображение;
- легко и свободно двигаться парами;
- точно выполнять элементы народных плясок, доступных по координации: поочередное выставление ноги на пятку, «выбрасывание» ног, полуприседания и др.

Возрастные особенности воспитанников от 6-7 лет

Дети этого возраста имеют достаточно разнообразный арсенал выразительных средств, легко ориентируются в пространстве. В процессе занятий хореографией формируется способность воспринимать музыкально-танцевальный материал по словесному образу (словесному описанию), повышается технический уровень исполнения танцевальных движений, создаются танцы с сюжетно-ролевой основой с активным привлечением самих детей к творческому процессу.

Музыкальным сопровождением уроков, творческих заданий и танцевальных композиций должны быть пьесы с яркими интонационными, ритмическими и темповыми характеристиками, которые способствуют раскрытию эмоционального состояния детей и отношению к музыкально-танцевальной деятельности как художественному процессу.

Второй год базируется на результатах предыдущего года обучения. Занятия проводятся в основном в системе танцевальной деятельности. Обращение к бытовым и

музыкальным движениям является эпизодическим с целью характеристик персонажей этюдов, танцев или как прием контраста в упражнениях.

Занятие с детьми должно строиться на сочетании различных видов музыкально-танцевальной деятельности и включает разнообразные формы ее организации (коллективные, индивидуальные, подгрупповые).

Характерной особенностью детей является их стремление к большей самостоятельности в танцах, к точности выполнения движений, заинтересованность в исполнении. Поэтому в подготовительной группе обучение танцам имеет более целенаправленный характер, например, изучение определенного движения, необходимого в танце. Музыкальный материал и движения детей усложняются. Так, дошкольники учатся отмечать движениями форму музыкального произведения (двух- и трехчастную, вариационную), а также музыкальные предложения. Продолжается работа по обучению детей воспринимать темповые изменения (замедление, ускорение). Углубляется восприятие детьми регистровых изменений. Особое значение имеет самостоятельная деятельность и творческие проявления детей (дошкольники самостоятельно перестраиваются в большие круги и маленькие кружочки, соблюдая одинаковое расстояние, в колонки и шеренги). Работая над развитием музыкально-ритмических движений, большое внимание следует уделять выработке у детей умения двигаться свободно, непринужденно, легко и четко. Нужно добиваться, чтобы дети выполняли движения ритмично, выразительно, красиво, чтобы умелитоно останавливаться с окончанием музыки. Детей знакомят с различными перестроениями и движениями:

- двигаться легко, изящно, выразительно, изменяя направление движения;
- двигаться в соответствии с характером разнообразных вариаций;
- четко исполнять ритмический рисунок, различные элементы народного и бального танца;
- отмечать сильные доли такта.

Режим занятий. Организация образовательного процесса по программе «Ритмическая мозаика» организуется в групповой форме 1 раз в неделю.

Продолжительность одного занятия (академического часа):

- в младшей группе – 15 минут;
- в средней группе – 20 минут;
- в старшей группе – 25 минут;
- в подготовительной к школе группе – 30 минут.

Объем общеразвивающей программы – первый год обучения – 38 часов; второй год обучения – 38 часов.

Срок освоения общеразвивающей программы – 2 года.

Уровневость общеразвивающей программы – «Стартовый уровень», предполагающий использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предполагаемого для освоения содержания общеразвивающей программы.

Формы обучения – обучающие и развивающие занятия в группах и подгруппах, а также индивидуальные занятия.

Виды занятий. Организация образовательной деятельности по реализации дополнительной общеразвивающей программы «Ритмическая мозаика» делится на несколько видов:

Обучающие занятия. На занятиях детально разбирается движение. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений в медленном темпе. Объясняется прием его исполнения. На уроке может быть введено не более 2-3 комбинаций.

Закрепляющие занятия. Предполагают повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. При повторах выбирается кто-то из ребят, выполняющих движение правильно, лучше других, или идет соревнование - игра между второй и первой линиями. И в этом, и в другом случае дети играют роль солиста или

как бы помощника педагога.

Итоговые занятия. Дети практически самостоятельно, без подсказки, должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные комбинации.

Структура проведения занятий общепринятая, и состоит из трех частей: вводной, основной и заключительной. Деление на части относительно. Каждое занятие – это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

Вводная часть занимает от 5 до 15% общего времени и зависит от решения основных задач. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребенка — его центральную нервную систему, различные функции - к работе: разогреть мышцы, связки и суставы, создать психологический и эмоциональный настрой, сосредоточить внимание.

Для решения задач вводной части занятия в учебно-тематическом планировании представлены следующие средства: игрогимнастика (строевые, общеразвивающие упражнения); игроритмика, музыкально-подвижные игры малой интенсивности, игры на внимание, игротанцы (танцевальные шаги, элементы хореографии, ритмические танцы - несложные по координации или хорошо изученные), а также упражнения танцевально-ритмической гимнастики, отвечающие задачам подготовительной части занятия. Начинать его рекомендуется со строевых упражнений с использованием элементов игроритмики и подключением игры. Но возможны и другие варианты конструирования занятий, по усмотрению педагога и с учетом условий работы. Однако при этом необходимо помнить об основных педагогических принципах систематичности, постепенности, доступности и пр. Систему упражнений и игр надо строить от простого к сложному, от известного к неизвестному.

Основная часть длится от 70% до 85% общего времени. В этой части решаются основные задачи, формируются двигательные умения и навыки, идет основная работа над развитием двигательных способностей: гибкости, мышечной силы, быстроты движений, ловкости, выносливости и др.

На этой стадии дается большой объем знаний, развивающих творческие способности детей, достигается оптимальный уровень физической нагрузки. В основную часть занятия могут входить все средства танцевально-игровой гимнастики: ритмические и балльные танцы, игропластика, креативная гимнастика и др.

Заключительная часть длится от 3% до 7% общего времени. В том случае если в основной части имеет место большая физическая нагрузка, время заключительной части увеличивается. Это создает условия для постепенного снижения нагрузки и обеспечивает постепенный переход от возбужденного к относительно спокойному состоянию детей. В заключительной части занятия используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки, игровой самомассаж. Если урок направлен преимущественно на разучивание нового материала и требует от детей максимального внимания, то необходима эмоциональная разрядка. В этом случае в заключительной части следует проводить музыкально-подвижные игры малой интенсивности (ходьба с речитативом, с песней, полюбившиеся детям ритмические танцы и другие задания).

Импровизационная работа. На этих занятиях дети танцуют придуманные ими вариации или сочиняют танец на тему, данную им педагогом. Такие задания развивают фантазию. Ребенок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать свое видение образа.

Методические приемы. Педагог для каждого танца выбирает наиболее эффективный путь объяснения, обучения. Интересные методические приемы вызывают у детей желание танцевать.

Метод показа. Показывая детям движения, педагог дает им возможность увидеть художественное воплощение образа. Иногда, в основном в начале работы, специалист может выполнять вместе с детьми. Это увлекает детей и усиливает желание поскорее овладеть определенными двигательными навыками.

Словесный метод. Разговорная речь является связующим звеном между движениями и музыкой. Словесные объяснения должны быть краткими, точными, образными и конкретными. Так же необходимо обращать внимание на интонацию и на то, с какой силой сказано слово.

Импровизационный метод. При обучении танцам следует постепенно подводить детей к свободному, непринужденному движению, такому, как подсказывает музыка. При использовании этого метода не надо никакого предварительного прослушивания музыки. Дети должны попытаться сами найти нужные движения. Также не рекомендуется подсказывать им вид движения и отмечать успевающих. Но при этом надо внимательно наблюдать за тем, чтобы дети не придумывали движения, которые несвязаны с музыкой.

Метод иллюстративной наглядности. Полноценная деятельность не может проходить без рассказа о танцах, их истории и многообразии, без знакомства репродукций, книжными иллюстрациями, фотографиями и видеofilmами.

Игровой метод. Суть игрового метода в том, что педагог подбирает для детей такие игрушки, которые помогают в обучении. Игрушки (атрибуты) украшают танец и оказывают большое влияние на его исполнение. Увлеченные игрушкой, дети перестают фиксировать свое внимание на технических особенностях танца. А игры-превращения помогут научить детей выразительному выполнению движений, разовьют их фантазию и воображение.

Концентрический метод. Этот метод заключается в том, что педагог по мере усвоения детьми определенных движений, танцевальных композиций снова возвращается к пройденному, но уже может предложить усложненный вариант.

Формы подведения результатов являются:

- конкурсы на лучшее исполнение сольного и коллективного танца;
- праздничные выступления;
- фольклорные праздники («Масленица» и т.д.);
- развлечения и досуги;
- отчетные концерты;
- участие в смотрах, конкурсах;
- поступление ребенка в танцевальные студии.

Программой предусмотрена система мониторинга освоения детьми содержания дополнительной общеразвивающей программы, динамики их образовательных достижений, основанная на методе наблюдения и включающая:

- педагогические наблюдения, педагогическую диагностику, связанную с оценкой эффективности педагогических действий с целью их дальнейшей оптимизации;
- детские портфолио, фиксирующие достижения ребенка в ходе образовательной деятельности.

1.2. Цели и задачи общеразвивающей программы

Цель программы: создание условий всестороннего развития личности дошкольника средствами танцевально-игровой гимнастики, обучение детей основам хореографии.

Задачи 1-го года обучения:

Образовательные задачи

1. Сформировать танцевальные знания, умения и навыки на основе овладения и освоения программного материала.
2. Научить выразительности и пластичности движений.
3. Научить детей переживать, мыслить, запоминать и оценивать культуру своих движений.
4. Дать возможность детям самостоятельно фантазировать и разрабатывать новые

танцевальные движения и сюжеты.

Развивающие задачи

1. Развивать эмоционально-волевою сферу средствами хореографических занятий.
2. Развивать координацию, гибкость, ловкость, пластику, общую физическую силу.
3. Развивать навыки самоконтроля, самооценки, работы в коллективе.

Воспитательные задачи

1. Формировать и развивать творческие способности воспитанников.
2. Воспитать музыкальный вкус и любовь к искусству танца.

Задачи 2-го года обучения:

Образовательные задачи

1. Сформировать танцевальные знания, умения и навыки на основе овладения и освоения программного материала.
2. Научить выразительности и пластичности движений.
3. Научить детей переживать, мыслить, запоминать и оценивать культуру своих движений.
4. Дать возможность детям самостоятельно фантазировать и разрабатывать новые танцевальные движения и сюжеты.

Развивающие задачи

1. Развивать эмоционально-волевою сферу средствами хореографических занятий.
2. Развивать координацию, гибкость, ловкость, пластику, общую физическую силу.
3. Развивать навыки самоконтроля, самооценки, работы в коллективе.

Воспитательные задачи

1. Формировать и развивать творческие способности воспитанников.
2. Воспитать музыкальный вкус и любовь к искусству танца.

1.3. Планируемые результаты

1-го года обучения:

Предметные

- у детей будут сформированы танцевальные знания, умения и навыки на основе овладения и освоения программного материала;
- дети будут обучены выразительности и пластичности движений;
- научатся переживать, мыслить, запоминать и оценивать культуру своих движений;
- у детей появится возможность самостоятельно фантазировать и разрабатывать новые танцевальные движения и сюжеты.

Метапредметные

Воспитанники будут демонстрировать:

- развитие эмоционально-волевой сферы средствами хореографических занятий;
- развитие координации, гибкости, ловкости, пластики, общей физической силы;
- развитие навыков самоконтроля, самооценки, работы в коллективе.

Личностные

- сформированы и развиты творческие способности воспитанников;
- ребенок имеет музыкальный вкус и проявляет любовь к искусству танца.

2-го года обучения:

Предметные

- у детей будут сформированы танцевальные знания, умения и навыки на основе овладения и освоения программного материала;
- дети будут обучены выразительности и пластичности движений;
- научатся переживать, мыслить, запоминать и оценивать культуру своих движений;

- у детей появится возможность самостоятельно фантазировать и разрабатывать новые танцевальные движения и сюжеты.

Метапредметные

Воспитанники будут демонстрировать:

- развитие эмоционально-волевой сферы средствами хореографических занятий;
- развитие координации, гибкости, ловкости, пластики, общей физической силы;
- развитие навыков самоконтроля, самооценки, работы в коллективе.

Личностные

- сформированы и развиты творческие способности воспитанников;
- ребенок имеет музыкальный вкус и проявляет любовь к искусству танца.

1.4. Содержание общеразвивающей программы

Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Игровой метод придает образовательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и усвоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

При реализации программы используются следующие группы двигательных упражнений:

Игроритмика является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей детей, позволяющих свободно, красиво и координационно правильно выполнять движения под музыку, соответственно ее структурным особенностям, характеру, метру, ритму, темпу и другим средствам музыкальной выразительности. В эту группу входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры, которые предполагают выполнение хлопков и ударов ногой на каждый счет и через счет; выполнение движений руками в различном темпе; различие динамики звука «громко-тихо».

Танцевально-ритмическая гимнастика. Здесь представлены образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Упражнения, входящие в такую композицию, оказывая определенное воздействие на детей, решают конкретные задачи программы, способствуют развитию музыкальности, двигательных качеств и умений, развитию творческих способностей, нравственно-коммуникативных качеств личности, тренировке психических процессов

Строевые упражнения являются средством организации занимающихся и целесообразного их размещения в зале. Строевые упражнения способствуют развитию умений ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в шеренгу и колонну, в несколько кругов.

Музыкально-подвижные игры содержат упражнения, применяемые практически на всех занятиях, и являются ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования – все то, что требуется для достижения поставленной цели при проведении занятий по ритмике.

Креативная гимнастика предусматривает целенаправленную работу педагога по применению нестандартных упражнений, специальных заданий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы. Благодаря этим играм создаются благоприятные возможности для развития созидательных способностей детей, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и раскрепощенности.

Элементы хореографии. Они используются с целью развития координации, выразительности движений, гибкости, силы мышц ног и туловища. Все хореографические

упражнения являются прекрасным средством формирования осанки и культуры движений **Образно-игровые упражнения** представляют собой сочетание основных движений с имитацией разнообразных действий, с имитацией поведения птиц, зверей и т.д.

Для разминок на занятии используются следующие группы и виды упражнений:

Игровой стретчинг – это система естественных статических растяжек мышц тела и суставно-связочного аппарата рук, ног, способствующая укреплению позвоночника и позволяющая предотвратить нарушения осанки и исправить ее. Также растяжка способствует развитию гибкости, раскрепощенности и уверенности в себе. Использование упражнений для развития мышечной силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях «Камушки», «Кочки», «Улитка», «Побежали пальчики», «Яблочко», «Бревнышко», «Бабочка», «Верблюд», «Корзинка», «Змеи», «Пантеры», «Рыбка», «Бегемоты», кроме радостного настроения и мышечной нагрузки, дают возможность ребенку вволю покричать, погримасничать, обретая умиротворенность, открытость и внутреннюю свободу. Все упражнения для занятий подобраны с учетом их корригирующего значения.

Пальчиковая гимнастика в программе служит основой для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук. Упражнения «Мартышки»; «Бабушка кисель варила»; «Жук»; «Паучок»; «Чашка»; «Червячок», превращая учебный процесс в увлекательную игру, не только обогащают мир внутренний мир ребенка, но и оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развивают фантазию. Очень важным фактором, необходимым для развития речи, является то, что в пальчиковых играх все подражательные действия сопровождаются стихами. Стихи привлекают внимание малышей и легко запоминаются.

Игровой самомассаж является основой закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение. Такие упражнения «Лепим лицо»; «Упругий живот»; «Ушки»; «Ладонки»; «Красивые руки»; «Быстрые ноги» способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления.

Все они выполняются под музыкальное сопровождение. Исходными положениями таких упражнений могут быть: лежа на спине, на животе, на боку; сидя с прямыми и согнутыми ногами; на пятках; в упорах присев, упорах стоя на коленях; стоя.

Упражнения общей направленности включают танцевальные упражнения, общеразвивающие упражнения при ходьбе на месте и в передвижениях, беге, прыжках, упражнения суставной гимнастики, на растягивание и расслабление мышц.

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.

Этапы реализации программы отличаются по целям, задачам, организации, содержанию, методике обучения, возрастному цензу, степени индивидуализации подходов и совпадают с годовыми циклами образовательного процесса.

Первый этап (1-й год обучения, 5-6 лет)

Начальный этап познания и освоения ритмики и народного танца с элементами свободной пластики. Он заключается в освоении азов ритмики, азбуки народного танца, игровой гимнастики, образных музыкально-танцевальных игр с элементами импровизации основных пространственных рисунков-фигур, мимического экзерсиса, общеукрепляющих упражнений, так необходимых на этом этапе развития ребенка.

Второй этап (2-й год обучения, 6-7 лет)

Этап отработки и оттачивания тех хореографических навыков, знаний и умений, которые получены на предыдущем этапе. Танцевальная ритмика с усложнённой координацией движений, изучение фрагментов, этюдов и танцев на основе русской национальной культуры культуры народов мира, активное освоение новых музыкально-

дидактических игр, хореографического репертуара, самостоятельный концертный показ, пластическая импровизация, специализированные индивидуальные занятия.

Учебный план первого года обучения для детей 5-6 лет

№п\п	Наименование раздела	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие	1	0,5	0,5	Педагогическое наблюдение
2	Разминка	6	1	5	Педагогическое наблюдение
3	Общеразвивающие упражнения	4	1	3	Педагогическое наблюдение
4	Музыкально-ритмические игры	2	1	1	Педагогическое наблюдение
5	Элементы хореографии	4	1	3	Педагогическое наблюдение
6	Танцевально-ритмические композиции	8	1	7	Педагогическое наблюдение
7	Партерная гимнастика	6	1	5	Педагогическое наблюдение
8	Игроритмика	3	1	2	Педагогическое наблюдение
9	Игрогимнастика	2	1	1	Педагогическое наблюдение
10	Пальчиковая гимнастика	1	0,5	0,5	Педагогическое наблюдение
11	Отчетное мероприятие	1	0,5	0,5	Педагогическое наблюдение
Всего:		38	9,5	28,5	

Учебный план второго года обучения для детей 6-7 лет

№п\п	Наименование раздела	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие	1	0,5	0,5	Педагогическое наблюдение
2	Разминка	6	1	5	Педагогическое наблюдение
3	Общеразвивающие упражнения	4	1	3	Педагогическое наблюдение
4	Музыкально-ритмические композиции	2	1	1	Педагогическое наблюдение

5	Элементы хореографии	4	1	3	Педагогическое наблюдение
6	Танцевально-ритмические композиции	8	1	7	Педагогическое наблюдение
7	Партерная гимнастика	6	1	5	Педагогическое наблюдение
8	Игроритмика	3	1	2	Педагогическое наблюдение
9	Игрогимнастика	2	1	1	Педагогическое наблюдение
10	Пальчиковая гимнастика	1	0,5	0,5	Педагогическое наблюдение
11	Отчетное мероприятие	1	0,5	0,5	Педагогическое наблюдение
	Всего:	38	9,5	28,5	

Содержание программы «Ритмическая мозаика» для детей 1-го года обучения (5-6 лет)

Тема 1. Вводное занятие (1 ч.)

Теория (0,5 ч.) Знакомство с воспитанниками. Инструктаж по технике безопасности.

Культура поведения на занятиях.

Практика (0,5 ч.) Разучивание танцевального приветствия (поклон). Тема 2. Разминка (6 ч.)

Теория (1 ч.) Для чего нужна разминка.

Практика (5 ч.) Проводится на каждом уроке в виде статистического танца в стиле аэробики под современную и популярную музыку, что создает благоприятный эмоциональный фон и повышает интерес к упражнениям. Задача – развитие координации, памяти и внимания, увеличение степени подвижности суставов и укрепление мышечного аппарата.

Тема 3. Общеразвивающие упражнения (4 ч.)

Теория (1 ч.) Ознакомление с правилами выполнения этих упражнений.

Практика (3 ч.) Движения на развитие координации, движения по линии танцев: носках, каблуках, перекаты стопы, высоко поднимая колени, выпады, ход лицом и спиной, бег с подскоками, галоп лицом и спиной, в центр и со сменой ног. Перестроения для танцев: линии, хоровод, шахматы, змейка.

Тема 4. Музыкально-ритмические игры (2 ч.)

Теория (1 ч.) Ознакомление с темами игр, с их правилами, с их направленностью.

Практика (1 ч.) Игры на координацию движений рук и ног, на развитие внутреннего слуха и чувства метроритма, параллельно с развитием навыков чувства пространства.

Тема 5. Элементы хореографии (4 ч.)

Теория (1 ч.) Ознакомление детей с танцевальной азбукой и с элементами танцевальных движений. Определение понятий «классический», «народный», «современный» танец.

Практика (3 ч.) Танцевальные позиции ног, танцевальные позиции рук, выставление ноги на носок, пятку в разных направлениях, полуприседы, комбинации хореографических упражнений. Изучение элементов классического, народного, современного танцев. Позиции рук и ног, деми плие, релеве, батман тандю (в классическом). «лесенка»,

«ковырялочка», «гармошка» (в народном). Простейшие комбинации современного и народного танца.

Тема 6. Танцевально-ритмические композиции (8 ч.)

Теория (1 ч.) Понятие ритм. Использование музыкальных акцентов в танце.

Практика (7 ч.) Исполнение танцевальных движений в соответствии с ритмом и темпом музыкального сопровождения.

Тема 7. Партерная гимнастика (6 ч.)

Теория (1 ч.) Ознакомление с элементами партерной гимнастики.

Практика (5 ч.) Упражнения для развития гибкости, упражнения для стоп, упражнения для развития растяжки, упражнения для позвоночника. Выполнение тренировочных упражнений на полу (стопы, подколенные мышцы, колени, «радуга», «угол»). Дыхательная гимнастика.

Комплекс упражнений, лежа на спине (движения на укрепление мышц живота, перекачивание вперед-назад, сложившись, «березка»).

Комплекс упражнений лежа на животе: движения на укрепление мышц спины, гибкость (змея, корзиночка, колечко). Комплекс упражнений на растяжку («неваляшка», «бабочка», «узел» «лягушка»).

Тема 8. Отчетное мероприятие (1 ч.)

Теория (0,5 ч.) Повторение пройденного.

Практика (0,5 ч.) Подготовка и проведение отчетных мероприятий.

**Содержание программы «Ритмическая мозаика»
для детей 2-го года обучения (6-7 лет)**

Тема 1. Вводное занятие (1 ч.)

Теория (0,5 ч.) Знакомство с воспитанниками. Инструктаж по технике безопасности.

Культура поведения на занятиях.

Практика (0,5 ч.) Разучивание танцевального приветствия (поклон).

Тема 2. Разминка (6 ч.)

Теория (1 ч.) Для чего нужна разминка.

Практика (5 ч.) Проводится на каждом уроке в виде статистического танца в стиле аэробики под современную и популярную музыку, что создает благоприятный эмоциональный фон и повышает интерес к упражнениям. Задача – развитие координации, памяти и внимания, увеличение степени подвижности суставов и укрепление мышечного аппарата.

Тема 3. Общеразвивающие упражнения (4 ч.)

Теория (1 ч.) Ознакомление с правилами выполнения этих упражнений.

Практика (3 ч.) Движения на развитие координации, движения по линии танцев: носках, каблуках, перекаты стопы, высоко поднимая колени, выпады, ход лицом и спиной, бег с подскоками, галоп лицом и спиной, в центр и со сменой ног. Перестроения для танцев: линии, хоровод, шахматы, змейка.

Тема 4. Музыкально-ритмическая композиция (4 ч.)

Теория (1 ч.) Ознакомление с темами композиций, с их правилами, с их направленностью.

Практика (3 ч.) Музыкально-ритмические композиции, направленные на формирование у детей пластичности, гибкости и координации.

Тема 5. Элементы хореографии (4 ч.)

Теория (1 ч.) Ознакомление детей с танцевальной азбукой и с элементами танцевальных движений. Определение понятий «бальный», «современный», «ритмический» танец.

Практика (3 ч.) Танцевальные позиции ног, танцевальные позиции рук, выставление

ноги на носок, пятку в разных направлениях, полуприседы, комбинации хореографических упражнений. Изучение элементов классического, народного, современного танцев. Позиции рук и ног, деми плие, релеве, батман тандю (в классическом). «лесенка», «ковырялочка», «гармошка» (в народном). Простейшие комбинации современного и народного танца.

Тема 6. Танцевально-ритмические композиции (8 ч.)

Теория (1 ч.) Понятие ритм. Использование музыкальных акцентов в танце.

Практика (7 ч.) Исполнение танцевальных движений в соответствии с ритмом и темпом музыкального сопровождения.

Тема 7. Партерная гимнастика (6 ч.)

Теория (1 ч.) Ознакомление с элементами партерной гимнастики.

Практика (5 ч.) Упражнения для развития гибкости, упражнения для стоп, упражнения для развития растяжки, упражнения для позвоночника. Выполнение тренировочных упражнений на полу (стопы, подколенные мышцы, колени, «радуга», «угол»). Дыхательная гимнастика.

Комплекс упражнений, лежа на спине (движения на укрепление мышц живота, перекачивание вперед-назад, сложившись, «березка»)

Комплекс упражнений лежа на животе: движения на укрепление мышц спины, гибкость (змея, корзиночка, колечко). Комплекс упражнений на растяжку («неваляшка», «бабочка», «узел» «лягушка»).

Тема 8. Отчетное мероприятие (1 ч.)

Теория (0,5 ч.) Повторение пройденного.

Практика (0,5 ч.) Подготовка и проведение отчетных мероприятий.

II. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

№	Основные характеристики образовательного процесса	
1.	Количество учебных недель	38
2.	Количество учебных дней	38
3.	Количество часов в неделю	1
4.	Количество часов в учебном году	38
5.	Неделя в 1 полугодии	19
6.	Неделя во 2 полугодии	19
7.	Начало занятий	1 сентября
8.	Каникулы	с 1 июня по 31 августа
9.	Праздничные дни	День народного единства, Новый год, 23 февраля, 8 марта, 1 мая, 9 мая
10.	Окончание учебного года	31 мая
11.	Сроки проведения аттестации	педагогический анализ проводится 2 раза в год (вводный – в сентябре, итоговый – в мае)
12.	Режим занятий	1 раз в неделю по 1 академическому часу

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Образовательная деятельность с детьми осуществляется в музыкальном зале детского сада, имеющим качественным освещением в дневное и вечернее время. Имеется музыкальная аппаратура; пианино; музыкальные инструменты (бубен, музыкальный треугольник и тд.); мячи разных цветов; искусственные цветы; обручи легкие пластмассовые; шнур яркий длиной 3-4 метра; гимнастические палки; куклы и мягкие игрушки; скакалки; фитболы, маски и костюмы.

В музыкальном зале имеются шкафы и стеллажи для хранения дидактических пособий, учебных материалов, костюмов.

Информационное обеспечение: мультимедийная система, ноутбук с выходом в интернет, проектор, музыкальный центр, CD-диски.

Кадровое обеспечение.

Дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу хореографической студии «Ритмическая мозаика» реализует педагог дополнительного образования – Рознина Ирина Олеговна.

Образование: ГБПОУ «Курганский областной колледж культуры» г. Курган, квалификация «Артист-вокалист, преподаватель, руководитель народного коллектива», 2019 год.

Методические материалы: художественная литература, серии сюжетных картинок, иллюстративный, наглядный материал. Мультимедийные презентации, видеофильмы. Коллекция видеоматериалов: выступления профессиональных коллективов, образцовых детских танцевальных коллективов. Видеоматериалы с записями выступлений обучающихся объединения.

Фонотека

1. Муз. произведение С. Прокофьев «Марш».
2. Муз. произведение Р. Шауман «Солдатский марш».
3. Муз. произведение Ф. Шуберта «Экоссез».
4. Муз. произведение И. С. Бах «Волынка».

5. Муз. произведение Н. Александрова «Пьеса».
6. Муз. произведения Ф. Шуберт «Марш», Р. Бойко «Дедушкины часы»
7. Муз. произведение Р. Шауман «Игра в жмурки» из «Детских сцен».
8. Муз. произведение Ф. Бургмюллера «Этюд»
9. Муз. произведение П.И. Чайковского «Полька»
10. Муз. произведение Д. Шостакович из Первой балетной сюиты «Вальс – шутка»
11. Муз. произведение русская народная песня «Как у наших у ворот»
12. Муз. произведение М. Мусоргский «Гопак» из оперы «Сорочинская ярмарка».
13. Муз. произведение А. Лядов «Музыкальная табакерка»
14. Муз. произведение Р. Шауман «Игра в жмурки» из «Альбома для юношества».
15. Муз. произведение белорусский народный танец «Бульба»
16. Муз. произведение М. Красёва «Колыбельная»
17. С. Маршака «Мяч».
18. Муз. произведения три народные песни – «На зелёном на лугу», «Как на тоненький ледок», «Петушок».

2.3. Формы контроля и оценочные материалы

Диагностика уровня музыкального и психомоторного развития детей – педагогический анализ проводится 2 раза в год (вводный – в сентябре, итоговый – в мае). Цель диагностики: выявление уровня музыкального и психомоторного развития детей (начального уровня и динамики развития), эффективности педагогического воздействия. Метод диагностики: наблюдение за детьми в процессе выполнения специально подобранных заданий (на основе репертуара).

Параметры оценки:

1. Музыкальность
2. Эмоциональность
3. Внимание
4. Память
5. Творческие проявления
6. Подвижность нервных процессов
7. Пластичность, гибкость
8. Координация движений
9. Ориентировка в пространстве

В процессе оценки используются уровни: высокий, средний, низкий.

Музыкальность – способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения – без показа педагога). Для каждого возраста определяют разные критерии музыкальности в соответствии со средними возрастными показателями развития ребенка, ориентируясь на объем умений, раскрытый в задачах.

Первый год обучения. Высокий уровень – ребенок умеет передать характер мелодии, самостоятельно начинает и заканчивает движение вместе с музыкой, меняет движения на каждую часть музыки. Средний уровень – в движениях ребенок выражает общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда. Низкий уровень – движения ребенка не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения.

Второй год обучения. Высокий уровень – движения выражают музыкальный образ и совпадают с тонкой нюансировкой, фразами; Средний уровень – передают только общий характер, темп и метроритм; Низкий уровень – движения не совпадают с темпом, метроритмом музыки, ориентированы только на начало и конец звучания, а также на счет и показ взрослого. Эмоциональность – выразительность мимики и пантомимики, умение

передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове.

Эмоциональные дети часто подпевают во время движения, что-то приговаривают, после выполнения упражнения ждут от педагога оценки. У неэмоциональных детей мимика бедная, движения невыразительные. Оценивается этот показатель по внешним проявлениям «+» или «-». Творческие проявления – умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные «па». Оценка конкретизируется в зависимости от возраста и обученности ребенка. Творческая одаренность проявляется в особой выразительности движений, нестандартности пластических средств и увлеченности ребенка самим процессом движения под музыку. Творчески одаренные дети способны выразить свое восприятие и понимание музыки не только в пластике, но также и в рисунке, в слове. Степень выразительности, оригинальности также оценивается педагогом в процессе наблюдения.

Внимание – способность не отвлекаться от музыки и процесса движения. Высокий уровень – если ребенок правильно выполняет ритмическую композицию от начала до конца самостоятельно. Средний уровень – если ребенок выполняет с некоторыми подсказками. Низкий уровень – большие затруднения в исполнении композиции из-за рассеянности внимания.

Память – способность запоминать музыку и движения. В данном виде деятельности проявляются разнообразные виды памяти: музыкальная, двигательная, зрительная. Как правило, детям необходимо 6-8 повторений композиции вместе с педагогом для запоминания последовательности упражнений. Это можно оценить, как норму. Высокий уровень – если ребенок запоминает с 3-5 исполнений по показу. Норма – если ребенок запоминает последовательность упражнений с 6-8 повторений 25 композиции вместе с педагогом. Низкий уровень – ребенок неспособен запомнить последовательность движений или потребность в большом количестве повторений (более 10 раз).

Подвижность (лабильность) нервных процессов проявляется в скорости двигательной реакции на изменение музыки. Норма, эталон – соответствие исполнения упражнений музыке, умение подчинять движения темпу, ритму, динамике, форме и т.д. (N) Заторможенность – запаздывание, задержка и медлительность в движении отмечаются как заторможенность (З). Повышенная возбудимость – ускорение движений, переход от одного движения к последующему без четкой законченности предыдущего (перескакивание, торопливость) (В).

Гибкость, пластичность – мягкость, плавность и музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника – от 1 до 3 баллов).

Координация движений – точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений (в ходьбе, общеразвивающих и танцевальных движениях); правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе (а также и в других общеразвивающих видах движений). Ориентировка в пространстве – оценивается на основе наблюдений за исполнением различных перестроений в соответствии с возрастными возможностями, умением выполнять движение в нужном направлении, произвольностью выполнения движений правой или левой рукой (ногой).

В результате наблюдений и диагностики педагог может подсчитать средний суммарный балл для общего сравнения динамики в развитии ребенка на протяжении определенного периода времени, выстроить диаграмму или график показателей развития. При проведении анализа педагог руководствуется тем, что в педагогической диагностике важна **выраженность динамики развития**, а не количество баллов. Результаты заносятся в карты наблюдений детского развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка.

III. Список литературы

Перечень литературы для педагога

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. - СПб, 2015. - 220 с.
2. Воспитание ребенка-дошкольника: [программа-методическое пособие для педагогов дошкольных образовательных учреждений] / В. Н. Зимонина. - Москва : Гуманитар.-изд. центр ВЛАДОС, 2003 (Казань : ГУП ПИК Идел-Пресс). – 301 с.
3. Занимательная физкультура в детском саду для детей 5-7 лет : Занимательная физкультура для дошкольников 5-7 лет : Конспекты нетрадиц. занятий и развлечений в спортив. зале. Конспекты дыхательной гимнастики и точечного массажа. Веселый тренинг, спортив.-дидакт. и подвиж. игры / К. К. Утробина. - Москва : Изд-во ГНОМ и Д, 2003 (Домодедово : ДПК). - 128 с.
4. Здоровьеформирующее физическое развитие. Развивающие двигательные программы для детей 5-6 лет : Пособие для педагогов дошк. учреждений / [И.К. Шилкова и др.]; Науч. ред. Безруких М.М. - Н. Новгород : ВЛАДОС, 2001. – 333 с.
5. Коррекционно-развивающее обучение : Нач. шк. : Математика. Физ. культура. Ритмика. Трудовое обучение / [Сост. С. Г. Шевченко]. - Москва : Изд. дом "Дрофа", 1998. - 222 с.
6. Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ : практ. пособие / авт.-сост. О. Н. Моргунова. - Воронеж : ТЦ "Учитель", 2005 (ГУП Смол. полигр. комб.). - 109 с.
7. Ритмика : Ходьба. Упражнения. Игры. Танцы : метод. пособие для воспитателей, муз. рук. дет. сада и учителей нач. шк. / А. Е. Чибрикова-Луговская. - Москва : Дрофа, 1998. - 102 с.
8. Ритмическая гимнастика : Метод. рекомендации / Рос. гос. пед. ун-т им. А. И. Герцена; [Сост.: О. А. Богданов, Ю. Б. Кузьмина]. - СПб. : Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2000. - 23 с.
9. Танцы в детском саду / Наталия Зарецкая, Зинаида Роот. - 4-е изд. - Москва : АЙРИС ПРЕСС, 2007. – 108 с.
10. Физическое развитие детей 5-7 лет : планирование, занятия с элементами игры в волейбол, подвижные игры, физкультурные досуги / авт.-сост. Т. Г. Анисимова, Е. Б. Савинова. - Волгоград : Учитель, 2009. - 144 с.
11. Фирилева, Ж.Е. Лечебно-профилактический танец «Фитнес-данс»: Учебно-методическое пособие /Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина. – М.: Детство-Пресс, 2007 – 384 с.

Перечень литературы для детей и воспитанников

1. «Са-фи-дансе». Танцевально-игровая гимнастика для детей : Учеб.-метод. пособие для педагогов дошк. и шк. учреждений / Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина. - СПб. : Детство-пресс, 2000. – 321 с.
2. Сюжетно-ролевая ритмическая гимнастика : методические рекомендации к программе по физическому воспитанию дошкольников / Н. А. Фомина. - Москва : Изд. дом Рос. акад. образования : Баласс, 2005. – 137 с.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 80760091953345287616995357499410305195481097506

Владелец Вахрушева Оксана Викторовна

Действителен с 06.04.2025 по 06.04.2026