Муниципальное дошкольное образовательное учреждение-

детский сад комбинированного вида №19.

«Звездочка»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

«Согласовано» «Утверждаю»

главный специалист отдела образования Заведующий МДОУ детский сад №19 и информационных технологий \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Безрукова Г.Р. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Борисова Н.В.

\_\_\_\_\_\_\_\_2011 г. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2011г

.

Принято на заседании педагогического совета

. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2011 год

Рабочая программа по

Образовательной области «Физическая культура»

«**Ритмическая гимнастика»**

(старшая и подготовительная группы)

Инструктор по физической культуре:

Смирнова Елена Сергеевна

 г.о. Жуковский.

Пояснительная записка.

Актуальной проблемой на сегодняшний день является проблема сохранения здоровья. Физическая культура важна для детей всех возрастов, она жизненно необходима. Дошкольный возраст наиболее благоприятен для формирования у детей практически всех физических качеств и координационных способностей, реализуемых в двигательной активности. В дошкольном возрасте самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников методам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам.

Настоящая программа «Ритмическая гимнастика» направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей дошкольного возраста и рассчитана на два года обучения – от 5 до 7 лет. В программе «Ритмическая гимнастика» представлены различные разделы, но основными являются танцевально-ритмическая гимнастика и нетрадиционные виды упражнений. В нетрадиционные виды упражнений входят разделы: игропластика, пальчиковая гимнастика, игровой самомассаж, игрогимнастика, игроритмика, музыкально-подвижные игры. В структуре занятий ритмической гимнастики выделяют три части: подготовительная, основная, заключительная. Каждая из частей занятий специфична, различается физиологической направленностью, содержанием и техникой упражнений, а также приемами регулирования нагрузки. Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. 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.

Занятия по данному курсу проводятся 1 раз в неделю, всего 34 занятия в год.

Программа составлена с учетом содействия всестороннему развитию личности дошкольника средством ритмической гимнастики.

.

Программа составлена с учетом реализации межпредметных связей по образовательным областям:

1. «Музыка»

где дети развивают умения выражать в движении характер музыки и ее настроение, пере­давать контрасты и оттенки настроений в звучании, развивают музыкальный кругозор и познавательный интерес к искусству звуков, воспитывается умения вести себя в группе вовремя движения.

1. «Коммуникация»

 где дети запоминают стихотворный текст сдвижением, развивают умения выражать различные эмоции в мимике и пантомимике: радость, грусть, страх, тревога, и т.д. ,сочувствовать игровым персонажам.

1. «Познание»

Формирование целостной картины мира,

 где дети знакомятся с природой родного края, животными ,учатся сопереживать живот­ным.

Формирование элементарных математических представлений,

 где дети овладевают навыками счета, ориентировкой в пространстве.

1. «Социализация»,

где дети имитируют движения, мимику, интонацию изображаемых героев.

*Целью курса* является: укрепление здоровья; развитие основных физических и двигательных качеств и способностей нетрадиционными для дошкольной практики средствами ритмической гимнастики.

Задачи:

1. Укрепление здоровья:
* содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма
* способствоватьоптимизацииростаиразвитияопорно-двигательногоаппарата;
* содействовать профилактике плоскостопия;
* формировать правильную осанку.
1. Совершенствование психомоторных способностей дошкольников:
* содействовать развитию чувства ритма, умения согласовывать движения с музыкой;
* формировать навыки пластичности грациозности и изящества танцевальных движений;
* развивать координацию, гибкость, выносливость;
* развивать мелкую моторику.
1. Развитие творческих и созидательных способностей детей:
* формировать навыки самостоятельного выражения движений по музыку;
* развивать мышление, воображение, находчивость,
* воспитывать умения эмоционального выражения, творчества в движениях;
* развивать инициативу, чувство взаимопомощи и трудолюбия.

Содержание программы.

Содержание программы включает 4основных блока:

Блок 1 – Игропластика (пальчиковая гимнастика, игровой самомассаж)

Блок 2-.Игрогимнастика

Блок 3-Игроритмика.

Блок 4 - Музыкально-подвижные игры

Календарно-тематическое планирование

Старшая группа.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| месяцСентябрь | Наименование тем | №блока |  Содержание занятия |
|  |  | Базовая программа | Компонент ДОУ | Национально- региональный компонент |
| 1.Вводное занятие. Медицинский контроль.2. Истоки ритмики. «Топ-топ»3. Виды ритмической гимнастики. 4. Музыка и ее характер. | 11-24-12-3 | Осуществить медицинский контроль, чтобы узнать о состоянии здоровья каждого ребенка, определить нагрузку на различные группы мышц. Учить координировать движения в такт музыкиУкрепление здоровья ребёнка, его полноценное физическое и умственное развитиеСпособствовать развитию чувства ритма и двигательных способностей ребёнка, позволяющих красиво и координационно выполнять движения под музыку, соответственно её характеру, ритму, темпу | Воспитывать у детей желание заботится о своем здоровье. Дать детям обобщенное представление о музыкальном ритмеСоздание необходимого двигательного режима, положительного психологического настроя.Учить ходить в такт музыки с хлопками в ладоши | Естественное развитие организма ребёнка, функциональное совершенствование его отдельных органов и системУчить выполнять шаги под музыку Способствовать формированию у детей танцевальных движений,доставлять эстетическую радость под музыку  |
| октябрь | 1.Обучение игровому массажу « Поиграем ручками», «Поиграем ножками»2. «Чебурашка»3.Изучение основных элементов ритмики.4.Точка, точка, запятая | 1142 | Упражнять детей в выполнении интенсивного воздействия на кончики пальцев рук и подошв ног, что благоприятствует физическому здоровью и тонизирует весь организм.Формировать умения исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку Познакомить с элементами ритмики и их разновидности Закреплять умения детей правильно ставить ноги и формировать правильную осанку.Учить самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары и друг за другом, строиться в несколько кругов. | Продолжать работу по укреплению здоровья детей и функций организма.Развивать умения передавать в пластике разнообразный характер музыки, раз­личные оттенки настроенияРазвивать умения самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкойРазвивать координацию и гибкость | Использовать в работе стихотворения знакомых русских поэтовПознакомить с русским композитором В. Шаинским Способствовать освоению ребёнком различных видов движений с использованием нарезок музыки В. ШаинскогоИспользовать в работе попури из российских мультфильмов  |
| Ноябрь | 1.Что делать после дождика2. «Листопад»3«Морская звезда»,4.«Если весело живётся» | 4-1314-2 | Вызывать у детей желание следить за собой, за своим здоровьем, содействовать профилактике плоскостопияРазвивать эмоционально-волевую сферу в игровой деятельностиФормировать у детей осознанного стремления к здоровью, навыка собственного оздоровления.Учить развивать ловкость, точность в координации движений | Развивать мелкую моторику ,оказывать положительное воздействие на улучшение памяти, мышленияПродолжать работу по укреплению здоровья детей и функций организма.Продолжать прививать навык дыхания по методу А. СтрельниковойФормировать правильную осанку, красивую походку | Познакомить с комплексом характерных явлений русской природы и сезонными изменениямиИспользовать в работе произведение русского композитора И.Чайковского «Осенняя песня»Уточнить представления детей об уникальном подводном мире с использыванием игры русского народа «Море волнуется»Развивать эмоциональную сферу и умения выражать эмоции в мимике под музыку В. Шаинского « От улыбки» |
| Декабрь | 1 Падают снежинки.2 «.Мы пойдем сначала вправо»3.«Обезъянки»4.«Буратино» | 1-23-42-41-5 | Содействовать развитию музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой.Способствовать освоению ребёнком различных видов движений. Развивать умение общаться в паре, используя невербальные способы.Учить выполнять свободные и точные перестроения в пространстве в простых фигурных маршировках | Воспитывать настойчивость, упорство в достижении цели.Обогащать внутренний мир ребёнкаОбеспечивать эффективное формирование умений и навыковУметь быстро исполнять перестроения | Поощрять самостоятельные наблюдения за изменением в природеФормировать у ребёнка ориентироваться в пространствеИспользовать в работе музыку из советской сказки «Золушка» «Добрый жук» |
| Январь | 1.«Пингвины»2. «Гномики»3.«Жираф»4. «Неваляшки» | 1-33-41-22-4 | Развивать основные физические и двигательные качестваУкреплять мышцы всего тела, исправление дефектов в осанкеУвеличивать подвижность позвоночника, Укреплять силу и выносливость мышц туловища.Развивать умения передавать в пластике разнообразный характер музыки, раз­личные оттенки настроения | Совершенствовать двигательные навыки, укрепление мышц и суставовОтражать изменением движения любые изменения в характере темпе музыкиУпражнять выполнять движения в медленном темпе до ощущения утомления мышц, с постепенным увеличением нагрузкиРазвивать слуховое внимание, способность координировать слуховые представле­ния и двигательную реакцию. | Закрепить знания детей о животных южного полюса: как передвигаются, какие они.Обобщить знания детей о сказочных персонажах русских народных сказокЗакреплять знания детей о животных в жарких странах |
| Февраль | 1. «Вьюга»2. «Улыбка»3.«Богатыри»4. «Русская народная музыка» | 1-43-42-33-4 | Развивать координацию, гибкость, выносливость; развивать мелкую моторику.Формировать умения исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыкуРазвивать мышление, воображение, находчивость подбирать слова, характеризующие музыку и пла­стический образ.Формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества движений. | Учить детей выполнять движения под музыку красиво, свободно, координационноОбеспечивать эффективное формирование умений и навыковРазвивать ловкость, учить быстро переключать внимание.Учить детей выполнять движения под музыку красиво, свободно, координационно. | Уточнить представления детей о сезонных изменениях зимой.Познакомить с пиктограмами, научить понимать эмоциональное состояние другого человека.Уточнить знания детей о былинах богатырях.Способствовать повышению русской культуры ребёнка. Использовать русскую плясовую«Барыня» |
| Март | 1.Миллион алых роз2. «Птички»3 «Солнышко»4 «Кошка» | 1124 | Создавать благоприятные возможности для развития созидательных способностей детей, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения.Тренировать подвижность (лабильность) нервных процессовУчить владеть своим телом; уметь легко выполнять упражненияФормировать у детей умение выполнять двигательные действия в разном темпе с разной амплитудой и степенью мышечного напряжения | Содействовать развитию у детей чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкойРазвивать способность к импровизации в движенииСовершенствовать уровень пластического развития ребенка: быстрота исполнения, качество исполненияУчить детей правильно расслабляться | Разучить танец – подарок для мам Совершенствовать знания детей о перелетных птицах: как они радуются наступлению весныУточнить представления о весенних признаках нашего края: солнце яркое, теплоеЗакреплять знания детей о повадках домашних животных нашего края. |
| Апрель | 1.«Кузнечик»2.Обучение игровому самомассажу «Поиграем с пальчиками»3.«Бабочки»4 «Светофор» | 1-43-54-5 | Поддерживать у детей радостное настроение и чувство удивления и гордости своими почти безграничными возможностями.Упражнять детей в массаже ушек, т.к. он полезен для улучшения работы органов дыхания и для защиты организма от простудных заболеваний.Закрепить знания детей о том, что полезно и вредно для зрения и слуха. Развивать внимание, память.Укреплять мышечный корсет, совершенствовать координацию движений | Обогащать и систематизировать умения детей в танце передавать свое настроение.Продолжать работу по укреплению здоровья детей и функций организма.Учить сравнивать предметы по общим признакам.Обогащать двигательный опыт детей разнообразными видами движений. | Расширять знания детей о насекомых |
| Май | 1. «Птичий двор»2.«Вот оно какое наше лето»3-4 Диагностика | 24 | Улучшать процесс мышления, развивать и укреплять мышечный аппаратФормировать у детей танцевальные движенияВыяснить уровень развития двигательных способностей, состояние эмоциональной сферы | Развивать чувство ритмаРазвивать скоростно-силовые и координационные способности | Совершенствовать знания детей о домашних птицах нашего края. |

Подготовительная группа

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| месяц | Наименование тем | №блока | Содержание занятия |
|  |  | Базовая программа | Компонент ДОУ | Национально- региональный компонент |
| Сентябрь | 1Осенние хороводы2.Путешествие в страну грации и движений3. Цыганочка4. «Лесная школа» | 12-324 | Развивать восприятие и музыкально-ритмическое чувство, ритмичность движений.Вызывать интерес детей к содержанию занятия.Упражнять ходьбу и бег с выполнением задания под ритмичную музыку. Воспитывать умения эмоционального выражения, творчества в движенияхРазвивать координацию движений, ориентироваться в пространстве | Развивать эмоционально, познавательную активность детей, привлекать к подбору материала для составления танцев, композиций.Учить держать равновесие стоя на одной ноге. Продолжать работу по укреплению здоровья детей и функций организма.Продолжать развивать интерес к музыкальным движениям. | Расширять знания о русском народном танце.Активизировать работу дыхательной системы, способствовать концентрации вниманияСовершенствовать знания детей о танцах разных народов. |
| Октябрь | 1. «Зонтики»2. «Куколка»3. «Ручеек»4. « Дождик» | 3-41-242 | Учить детей выполнять движения выразительно, уделять внимание на правильное дыханиеУмение согласовывать свои действия с музыкальным ритмомЗакрепить полученные знания, ритмических движения, развивать координацию движений.Развивать координацию движений, ориентировку в пространстве. | Развивать ловкость, внимание.Совершенствовать техническую подготовленность: освоение различных поворотов, прыжков.Учить детей правильно воспринимать музыку и придумывать соответствующие движения.Продолжать учить детей заботится о своем здоровье. |  |
| Ноябрь | 1.Шаг вальса2. «На детской танцевальной волне»3. «Мишки Гамми»4. «Танцуем сидя» | 131-24 | Научить детей танцевать в паре, двигаться согласованно с партнером.Закрепление полученных знаний, при выполнении движений под музыку. Формировать навыки пластичности, грациозности и изящества танцевальных движенийУчить детей составлять характерные движения танцев | Расширять знания о классическом, танце. Вызывать у детей радостные чувства от совместной деятельностиФормировать любовь к танцевальным и ритмическим движениям.Развивать творческое воображение, воспитывать выносливость и силу. | Познакомить с русской классической музыкой композитора П.И.Чайковского «Вальс цветов» |
| декабрь | 1. «Мышиный Новый год»2. «Метелица»3. «Кабы не было зимы»4. «Новогодние игрушки» | 11-322-3 | Укреплять мышечную, дыхательную и сердечно-сосудистую систему.Уметь активно участвовать в разных видах двигательной деятельности, Развивать физические качества и двигательные способности: быстроту реакции, ловкость.Учить выполнять движения легко, стремительно, на слегка согнутых ногах, незначительно наклоняя туловище вперед. | Развивать ловкость, быстроту и выносливость.Самостоятельно использовать свой арсенал двигательных действий в различных условияхУчить прыгать по кругу на одной ногеРасширять знания об эстрадном танце | Использовать в работе русскую современную, эстрадную музыку. Создать праздничную атмосферу.  |
| Январь | 1.«Снегурочка»2. «Новый год»3. «Макарена»4. «Облака» | 1232 | Закреплять умения детей перестраиваться под музыку,Формировать навыки пластичности и грациозности танцевальных движенийСпособствовать освоению ребёнком различных видов движенийРазвивать способность к выразительному, одухотворенному исполнению движений, умения импровизировать под незнакомую музыку | Учить красиво и координационно выполнять движения под музыкуРазвивать музыкальный слух, память и вниманиеОбогащать внутренний мир ребёнкаСовершенствовать умения выражать в движении характер музыки и ее настроение.. | Познакомить с персонажами русских народных сказок Совершенствовать знания детей о танцах разных народов мира. |
| Февраль | 1. «Черный кот»2. «Богатырские потехи»3. «Топни ножка моя»4. «Улыбка» | 121-24 | Учить детей делать повороты с хлопками и притопамиЗакрепить умения детей делать упражнения под музыку парамиУчить выполнять движения сдержанно, плавно (тройной шаг, переменный шаг, шаг с приставкой и дрФормировать навыки самостоятельного выражения движений по музыку | Формировать умение детей двигаться легко и непринужденноСовершенствовать умение двигаться согласованноРасширять знания о народном танцеРазвивать координацию, гибкость, выносливость | Обратить внимание на особенности русской зимы, Познакомить с народными зимними забавами.Познакомить с народными весенними забавами. |
| Март | 1.«Кошечка»2.«Дорогой длинною»3. «Маг-волшебник4. Арабские мелодии | 121-23-4 | Продолжать развивать мышечную силу и гибкость.Закрепить и расширить представления детей о классическом танцеУчить, правильно держать спину во время выполнения упражнений и отдыха.Познакомить детей с мелодиями других стран | Развивать воображение, фантазию, умение находить свои, оригинальные дви­жения для выражения характера музыки, игрового образа выразительными жестамиРазвивать гибкость и пластичностьРазвивать эмоциональную сферу и умение выражать эмоции в мимике Совершенствовать навыки пластичности и грациозности танцевальных движений | Закрепить знания детей о мелодиях в других странах |
| Апрель | 1. «Жук»2. «Капель»3. «Умка»4. «Журавлики» | 1-2234 | Способствовать возникновению чувства радостного настроения.Закрепить полученные знания, развивать представление, воображение.Формировать у детей умение выполнять двигательные действия в разном темпе с разной амплитудой и степенью мышечного напряженияУпражнять развитие гибкости точности и ловкос­ти движений | Развивать общие творческие способности детейЗакреплять умения детей отражать изменением движения любые изменения в характере, темпе музыкиРазвивать уровень умственно-слуховой и двигательной реакцииЗакреплять полученные знания. Развивать внимание, память, быстроту реакции. | Продолжать наблюдение за изменениями в природеПриобщать детей к интересу жизни в разных уголках планеты  |
| Май | 1. «Танцы народов мира» (Летка-енка)2. «Салют»3. «Маленькая страна»4 Диагностика | 1-222 | Осуществлять коррекцию имеющихся нарушений опорно-двигательного аппаратаФормировать устойчивый интерес к выполнению физических упражнений с предметамиЗакрепить полученные знания. Развивать внимание, память, быстроту реакции.Анализ, обобщение полученных знаний и представлений. | Закреплять умения детей работать в пареПродолжать работу по укреплению здоровья детей.Формировать правильную осанку и красивую походку |  |

Основные требования к уровню подготовки детей.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Воспитанник должен | Базовая программа | Компонент ДОУ |
| Знать | -правильно выполнять упражнения под музыку различного характера и темпа,-уметь владеть своим телом - чувствовать себя уверенно при выполнении упражнений, - делать высокие махи ногами в последовательность упражнений,- владеть последовательность упражнений,- владеть культурой движения | Развивать физические качества и двигательные способности: быстроту реакции, ловкости, гибкости, силы, выносливости, координационных способностей |
| Иметь представление | О разных жанрах музыки, о сильных и слабых долей такта ,об упражнениях имеющих свой определенный ритмический рисунок, о базовых умениях и навыках в разных играх и упражнениях, об элементах техники всех основных видов движений. | О развитии умения выражать в движении характер музыки и ее настроение, пере­давая как контрасты, так и оттенки настроений в звучанииО смысле любого танца |
| Уметь | 1.Уметь владеть своим телом2.Уметь правильно выполнять ритмические упражнения3.Запомнить последовательность упражнений в ритмической комбинации4.Чувствовать себя уверенно при выполнении упражнений5. Выполнять разные физические упражнения, подвижные игры. | 1.Развитие точности в выполнении упражнений2.Выработать правильную осанку, развить координацию движения, овладеть основам техники и стилем выполнения ритмических упражнений |

Анализ результатов .

Уровни усвоения программы.

 *Высокий уровень* – Ребенок полностью самостоятелен в выполнении заданий. Движения выполняет четко, уверенно использует свой двигательный арсенал в такт музыки.

*Средний уровень*- Ребенок не полностью самостоятелен в выполнении заданий, справляется с заданием с помощью взрослого.

*Низкий уровень*- Ребенок не уверен в себе, не справляется с заданием.

Список средств обучения.

1. ТСО: музыкальный центр, диапроектор, фотооборудование.
2. Диски - СД, МП-3, кассеты
3. Оборудование и инвентарь для проведения ОВД;
4. Оборудования и пособия для проведения игр.
5. Демонстрационный материал (иллюстрации, фотографии и др.)

Список литературы.

1.**Л. В. Гаврючина « Здоровье сберегающие технологии в ДОУ»**
 Издательство: ТЦ Сфера, 2010г.

**2. «Физическое воспитание в детском саду» Э.Я.Степаненкова**

**3. «Методика физического воспитания» Э.Я.Степаненкова**

**4. «Зеленый огонек здоровья» М.Ю. Картушина 2009г.**

**5. «Программа воспитания и обучения в детском саду» М.А.Васильева**

**6. «Занимательная физкультура» К.К.Утробина**

**7. «Физкультурные занятия с детьми - старшая группа» Л.И.Пензулаева**

**8. «Физкультурные занятия в детском саду – подготовительная группа» Л.И.Пензулаева**

**9.«Оздоровительные занятия с детьми 6-7 лет» М.Ю. Картушина 2008г**

**10. «Ритмическая мозаика» А. И. Буренина 2005 г.**

**11. «Танцевальная ритмика для детей» Т.И. Суворова**

**12. « Необычные физкультурные занятия для дошкольников» Е.И. Подольская**

 Аннотация.

Данная рабочая программа составлена с учетом приоритетного физического направления работы в МДОУ. В ритмической гимнастике обеспечивается системой упражнений и методов воздействия, направленных на воспитание двигательной культуры детей, на расширение арсенала выразительных средств. А также развивается координация, гибкость, пластичность, выразительность, точность движений, дети учатся чувствовать характер музыкального сопровождения, получают умение согласовывать свои действия с музыкальным ритмом, что определяет музыкальность. Программа составлена для детей старшего возраста и предполагает усложнение материала от старшей к подготовительной группе.

Программа направлена на воспитание положительных привычек и методов сохранения здоровья.

Программа взаимосвязана со многими видами деятельности детей в детском саду, что позволяет дополнить знания детей по таким разделам как, математика, ознакомление с окружающим и развитие речи.

Программа является нужной и своевременной, так как, построена по принципу: «Каждый ребенок продвигается независимо от возраста». Программа послужит одним из важнейших инструментов обновления содержания, образования в дошкольном учреждении и будет способствовать развитию физических способностей детей.

Диагностическая карта знаний, умений и навыков детей по программе

«Ритмическая гимнастика»

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Фамилия, имя ребенка | Двигается ритмично с различным характером музыки передает ритмический рисунок | Самостоятельно начинает и заканчивает движения после музыкального вступления | Выполняет ОВД: приставной шаг ,боковой галоп, хороводный шаг | Эмоционально передает в мимике, позе, жестах разную гамму чувств | Импровизирует под знакомую и незнакомую музыку освоенными движениями | Пластика | Гибкость | Способность не отвлекаться от музыки и процесса движения | Точность, ловкость движений, правильное сочетание движений рук и ног | Общие показатели |
|  |  | нг | кг | нг | кг | нг | кг | нг | кг | нг | кг | нг | кг | нг | кг | нг | кг | нг | кг |  |
| 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 13 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Условные обозначения:

Ο - высокий уровень ;  - средний уровень,Δ - низкий уровень.