

АННОТАЦИЯ
к рабочим программам обучения по дополнительной общеразвивающей программе
«Художественная гимнастика»
на 2021-2022 учебный год

В муниципальном автономном учреждении дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа» муниципального образования «Мирнинский район» Республики Саха (Якутия) реализуется дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по художественной гимнастике.

Рабочая программа по дополнительной *общеразвивающей* программе составлена в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства просвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановлением Главного санитарного врача РФ от 28 09.2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Уставом МАУ ДО «ДЮСШ» МО «Мирнинский район» Республики Саха (Якутия).

Рабочая программа является основным документом учебно-тренировочной работы. Трудоемкость общеразвивающей программы определяется из расчета 42 недель в год. В основу разработки данной Программы лег результат обобщения многолетнего передового опыта работы тренеров-преподавателей с обучающимися. Рабочие программы составлены с учетом местных условий и материально-технических возможностей.

Цель программы - формирование двигательных умений и навыков универсального характера, позволяющих обеспечить успешную адаптацию ребёнка к систематической спортивной деятельности и заложить основу устойчивой привычки к выполнению спортивных упражнений, как обязательному условию гармоничного физического развития личности и укрепления здоровья на протяжении всей жизни.

Основными задачами данной программы являются:

- развитие у детей 5-7 лет потребности в здоровом образе жизни;
- формирование средствами художественной гимнастики специальных двигательных знаний, умений и навыков;
- соразмерное развитие физических качеств (быстрота, ловкость, гибкость, выносливость, сила) и возможностей детского организма, повышение физической подготовленности обучающихся;
- формирование общей культуры личности ребенка (дисциплинированность, аккуратность, старательность), способной адаптироваться в современном обществе;
- воспитание морально – волевых и нравственно – эстетических качеств.

Учитывая современный темп жизни, большинство родителей, всё-таки, желают видеть своего ребёнка здоровым, общительным, открытым, всесторонне развитым, и поэтому уже с ранних лет вовлекают его в изобилие различного ряда занятий. **Актуальность** программы обусловлена тем, что художественная гимнастика является очень востребованной, ведь занятия направлены на укрепление здоровья, развитие физических качеств, воспитание морально-волевых качеств, развитие музыкальности и т.д.

Так же девочки учатся быть грациозными, пластичными, эстетически слаженными. Данная программа сохраняет преемственность существующих подходов и принципов, содержит необходимые разделы, отвечающие современным требованиям к учебно-тренировочному процессу с учётом возрастных особенностей обучающихся.

Новизна данной программы. Учитывая специфику работы МАО ДО «ДЮСШ» возникла необходимость в разработке программы по художественной гимнастике для детей дошкольного и младшего школьного возраста (5-7 лет). Программа основана на постепенном и последовательном прохождении всех годов обучения, с освоением программного материала, для формирования базовых компетенций обучающихся и подготовке к дальнейшему обучению по дополнительной предпрофессиональной программе.

Педагогическая целесообразность. В процессе обучения развиваются физические качества обучающихся, формируются необходимые навыки и накапливается определённый запас лексики. Занятия художественной гимнастикой оказывают так же общевоспитательное воздействие: вырабатываются такие качества как трудолюбие, целеустремлённость, дисциплина, коллективизм.

Планируемые результаты освоения образовательной программы.

Учитывая возрастные особенности занимающихся программа рассчитана на освоение базовых практических и теоретических знаний, умений, навыков, и подразумевает предполагаемые результаты по следующим разделам:

Теоретическая подготовка:

- техника безопасности в зале и на тренировке,
- противопожарная безопасность,
- личная гигиена и гигиена занятий (одежда и обувь для занятий),
- здоровый образ жизни (полезная пища, фрукты, зарядка, сон, закаливание),
- строение и функции организма,
- истоки развития гимнастики (художественной гимнастики)
- терминология в художественной гимнастике,
- проведение соревнований по художественной гимнастике,
- основы музыкальной грамоты (понятие о содержании и характере музыки, метр, тakt, размер, ритм и мелодия, темп, значение музыки в художественной гимнастике)

Практическая подготовка:

- укрепить здоровье,
- научиться заниматься самостоятельно утренней гимнастикой,
- освоить простейшие строевые упражнения,
- научиться сотрудничать в паре, группе,
- овладеть разнообразными двигательными умениями и навыками,
- развить гибкость,
- повысить координацию,
- развить физические и психомоторные качества,
- овладеть базовыми элементами художественной гимнастики без предмета и с предметом
- научиться творческому самовыражению посредством двигательных действий.

Продолжительность одного занятия при реализации образовательных общеразвивающих программ в области физической культуры и спорта рассчитывается в

академических часах с учетом возрастных особенностей и не может превышать в группах спортивно-оздоровительного этапа не более 2-х часов.

По форме обучения – очное и (или) с целью принятия дополнительных мер по предупреждению распространения коронавирусной инфекции (covid-19) – с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Сроки реализации Программы 1 год.

Директор
МАУ ДО «ДЮСШ»
МО «Мирнинский район»

Н.Е. Дементьев

