

Аннотация

к дополнительной общеразвивающей программе спортивной подготовки по виду спорта «художественная гимнастика»

Наименование программы: Дополнительная общеразвивающая программа спортивной подготовки по виду спорта «художественная гимнастика»

Вид программы: общеразвивающая.

Направленность программы: физкультурно-спортивная. Программа нацелена на совершенствование творческих способностей детей посредством занятий художественной гимнастики и развитие навыков по поддержанию и укреплению здорового образа жизни. Разработанная программа для спортивно-оздоровительных групп по художественной гимнастике поможет ознакомить девочек с основами художественной гимнастики, отбору и подготовке одаренных гимнасток к освоению этапов программы спортивной подготовки по художественной гимнастике, сформировать мотивацию к занятиям гимнастики, развить физические качества, обучить основам техники выполнения базовым упражнениям художественной гимнастики, а также способствовать раскрытию индивидуального потенциала юной спортсменки.

Цель: Создание условий для гармоничного физического, эстетического и творческого развития детей дошкольного возраста средствами художественной гимнастики, выявление способных детей и отбор гимнасток к освоению этапов программы спортивной подготовки по художественной гимнастике, сформировать мотивацию к занятиям гимнастики

Возраст обучающихся: с 5 лет

Актуальность и педагогическая целесообразность программы.

Актуальность программы обусловлена необходимостью создания групп ознакомительного уровня с целью максимального охвата обучающихся желающих заниматься физической культурой и спортом. Занятия в спортивно-оздоровительных группах с направленностью «художественная гимнастика», позволяют ребёнку в целом улучшить общее состояние его здоровья, а также позволяют ребёнку развить общую культуру, чувство ритма, сформировать воображение, пробудить и укрепить творческие силы и уверенность в себе. Занятия способствуют развитию упорства в спортивной борьбе и умение достигать желаемого результата, что наиболее плодотворно влияет на становление личности ребёнка в целом. В процессе комплексных занятий большое внимание уделяется формированию правильной осанки у детей, сбалансированного элегантного движения, взаимоотношений между участниками детского коллектива. В результате деятельности по программе наблюдается благотворное воздействие на все системы детского организма для успешной жизнедеятельности в современном обществе.

Продолжительность реализации программы: – 1 год.

Виды подготовки: Теоретическая подготовка Техническая подготовка. Тактическая подготовка Физическая подготовка Психологическая подготовка Режим занятий: Продолжительность учебного года 46 недель.

Формы организации процесса обучения: индивидуальные и групповые теоретические и практические занятия, соревнования.

Отличительные особенности программы.

Данная общеразвивающая программа, в отличие от программ спортивной подготовки, не завязана на подготовку профессиональных спортсменов. Данная программа направлена на физкультурно-спортивное, художественно-эстетическое и духовно-нравственное воспитание детей, выявление и развитие творческих способностей, а также укрепление физического здоровья. Главной особенностью этой программы является привитие детям понятия о здоровом образе жизни. Освоение Программы способствует формированию общей культуры детей, музыкального вкуса, навыков коллективного общения, развитию двигательного аппарата, мышления, фантазии, раскрытию индивидуальности личности ребенка.

Программный материал содержит сведения о теоретической, технической, тактической, физической и психологической подготовке юных гимнасток, воспитательной работе, антидопинговом обеспечении.

Ожидаемые результаты: Улучшение показателей физического развития обучающихся в конце года, по сравнению с показателями начала учебного года (измерения физической подготовки), овладение разнообразным арсеналом двигательных действий, потребность в желании выбора здорового образа жизни, выбора вида спорта.

Авторы программы:

Пикалова Алена Владимировна - тренер-преподаватель, первой квалификационной категории, Капитонова Екатерина Викторовна -инструктор-методист, Литвинова Виктория Антоновна - тренер-преподаватель.

Программа составлена в соответствии с действующими законодательными актами и предназначена для организации работы МБУДО СШ гимнастики им.Р.Кузнецова.