

Аннотация

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

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

Вид программы: общеразвивающая.

Направленность программы: физкультурно-спортивная. Спортивно-оздоровительный этап нацелен на приобретение теоретических, практических навыков в виде спорта спортивная гимнастика и ориентирован на укрепление здоровья, формирование навыков здорового образа жизни, морально-волевых качеств, системы ценностей с приоритетом жизни, и здоровья.

Цель программы заключается в эффективной организации учебного процесса занимающихся спортивной гимнастикой на основе создания устойчивой мотивации к систематической двигательной активности, расширения знаний о физической культуре, улучшения показателей физической подготовленности, обогащения двигательного опыта разнообразными гимнастическими упражнениями, формирования социально значимых положительных личностных качеств и развития творческих начал в двигательном самообразовании.

Возраст обучающихся: с 5 лет

Уровень программы – ознакомительный

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 «спортивная 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: 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, навыков коллективного общения, развитию двигательного аппарата, мышления, фантазии, раскрытию индивидуальности личности ребенка.

Программный материал содержит сведения о теоретической, технической, тактической, физической и психологической подготовке, воспитательной работе, антидопинговом обеспечении. Специфика организации тренировочного процесса заключается в том, что занятия проходят с музыкальным сопровождением. Составной частью занятия является хореографическая подготовка.

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:

Капитонова Людмила Владимировна – старший инструктор-методист высшей квалификационной категории.

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