

Аннотация
к программе дополнительного образования «Художественная гимнастика»

В системе дополнительного образования существенное место занимает кружковая работа. Данная форма работы позволяет углубленно заниматься с детьми. Данная программа вводит детей в большой и удивительный мир гимнастики и музыки, посредством игры знакомит с элементами акробатики, с разнообразными упражнениями с предметом (обруч, лента, скакалка, мяч), стилем хореографии, элементами танца. В основу программы легли элементарные упражнения художественной гимнастики, интересные по содержанию и легкодоступные детскому организму. Дети с большим желанием занимаются гимнастическими упражнениями, т.к. занятия проводятся в игровой форме. Им нравится видеть как оживает предмет в их руках, как становится послушным хрупкое тело. У детей расширяется двигательный опыт, совершенствуются приобретенные ранее навыки и умения, развивается ловкость, быстрота, гибкость, равновесие, формируется самостоятельность, активность, положительное отношение со сверстниками.

Цель программы – содействие физическому развитию ребенка средствами художественной гимнастики;

Для достижения цели программы решаются следующие задачи:
обучающие:

- обучать основам художественной гимнастике;
- помогать овладевать разнообразными двигательными умениями и навыками и закреплять их;

воспитывающие:

- стимулировать развитие волевых и нравственных качеств, определяющих формирование личности ребенка;
- сформировать жизненно важные гигиенические навыки;

развивающие:

- способствовать нормальному росту и укреплению здоровья ребенка;
- развивать и совершенствовать его физические и психомоторные качества, обеспечивающие его высокую дееспособность;
- содействовать развитию познавательных интересов, творческой активности и инициативы;
- формировать эстетический вкус, чувство гармонии.

Основные виды учебной деятельности.

- упражнения общей физической подготовки;
- упражнения специальной физической подготовки;
- упражнения хореографии;

- упражнения ритмики;
- упражнения акробатики;
- упражнения без предмета;
- упражнения с предметом (мяч, обруч, скакалка, лента)

Организация учебного процесса:

Программа рассчитана на 2 года обучения.

Возраст детей- 5-7 лет.

Занятия первого года обучения проводятся 2 раза в неделю по 25 минут, занятия второго года обучения 2 раза в неделю по 30 минут.

Оптимальное количество детей – 15

Предполагаемые результаты:

К концу программы обучающиеся:

- овладеют разнообразными двигательными умениями и навыками;
- приобретут необходимые гигиенические навыки;
- разовьют физические и психомоторные качества;
- научиться творческому самовыражению посредством двигательных действий;
- разовьют художественно-эстетический вкус, воображение и фантазию;
- овладеют основными акробатическими упражнениями и элементами художественной гимнастики;
- научиться красиво, грациозно двигаться.