

Аннотация к рабочей программе по виду спорта «Гимнастика»

Дополнительная общеобразовательная программа по виду спорта - гимнастика составлена в соответствии с: Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным законом Российской Федерации от 14 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», Приказом Министерства просвещения Российской Федерации (Минпросвещения России) от 9 ноября 2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27 декабря 2013 г. № 1125 «Об утверждении особенности организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта».

Направленность Программы: физкультурно-спортивная (формирование основ здорового образа жизни, укрепление здоровья, физическое и психическое развитие, эмоциональное благополучие каждого ребенка).

Цель программы - на основе обучения техники упражнений с предметами, хореографии и акробатики сформировать у детей потребность в здоровом образе жизни и самосовершенствовании.

Задачи Программы:

Обучающие:

- овладение, закрепление и совершенствование разнообразных двигательных умений навыков;

- овладение основами техники упражнений без предмета и с предметами;

- подготовка ребёнка к участию в соревнованиях по гимнастике различного уровня.

Развивающие:

- развитие специфических качеств, пластичности, танцевальности, музыкальности, выразительности и творческой активности.

- разносторонняя общая физическая подготовка и развитие двигательных качеств: координационных способностей и ловкости, гибкости, силы, быстроты и равновесия.

Воспитывающие:

- воспитание развитие волевых и нравственных качеств, определяющих формирование личности ребенка;

- воспитание эмоционально-ценностное отношение к окружающей действительности;

- воспитание умения общаться в коллективе, организованности, трудолюбию;

- воспитание творческой инициативной личности;

- привитие любви к ежедневным занятиям физической культуры и спортом.

Учебные занятия проводятся в соответствии с годовым учебным планом, рассчитанным на 42 недели (168 ч.)

Содержание:

1. Теоретическая подготовка;
2. Общефизическая подготовка;
3. Специально-физическая подготовка;
4. Техничко-тактическая подготовка
5. Контрольные испытания

Формы текущего контроля – выполнение упражнений по ОФП и СФП (зачет/незачет)

Формы итоговой аттестации - сдача контрольных испытаний, собеседования по теоретической подготовке.

Результатом освоения Программы является приобретение учащимися следующих знаний, умений и навыков в предметных областях: в области «теоретической подготовки»: история развития гимнастики; место и роль физической культуры и спорта в современном обществе; необходимые сведения о строении и функциях организма человека; гигиенические знания, умения и навыки; режим дня, закаливание организма, здоровый образ жизни; требования к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке; требования техники безопасности при занятиях гимнастики. В области «общей и специальной физической подготовки»: освоение комплексов физических упражнений; развитие основных физических качеств (гибкости, быстроты, силы, координации, выносливости) и психологических качеств, их гармоничное сочетание применительно к специфике художественной гимнастики; укрепление здоровья, повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию.