

**Аннотация**  
**к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей**  
**программе «Художественная гимнастика»**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Художественная гимнастика» (далее - Программа) разработана в соответствии со следующими документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

- Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Устав Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Дворец спорта для детей и юношества «Олимп» г. Йошкар-Олы» (далее - Учреждение).

**Направленность программы:**

Физкультурно-спортивная.

**Уровень программы:**

Разноуровневая.

**Адресат программы:**

Дети от 6 до 18 лет.

**Срок освоения программы:**

Программа рассчитана на 8 лет обучения.

**Форма обучения:**

Очная.

**Цели программы:**

- формирование физических, хореографических, музыкальных способностей учащихся, раскрытие и развитие способностей учащихся в художественной гимнастике;

- выявление спортивно одаренных детей и дальнейшее развитие способностей в избранном виде спорта.

**Задачи программы:**

*Предметные:*

- обучить правильным двигательным умениям и навыкам выполнения отдельных двигательных действий;

- обучить эффективным приемам работы по формированию скоростно-силовых качеств, гибкости, силы, ловкости, выносливости, прыгучести и т.д. (с применением специальных методических приемов);

- обеспечивать усвоение общей структуры двигательной деятельности, понимание общего способа выполнения физических упражнений и связи «цель-результат».

*Метапредметные:*

- развивать самоконтроль и самооценку при выполнении физических упражнений;

- развивать адаптационные возможности и способствовать улучшению работоспособности детского организма;

- развивать пространственные ориентировки в статике и динамике;

- развивать творческие способности детей, духовное, нравственное физическое совершенствование.

*Личностные:*

- формировать интерес учащихся к двигательной деятельности;

- формировать способность самостоятельно выполнять физические упражнения;

- воспитывать доброжелательные отношения со сверстниками в совместной двигательной деятельности;

- формировать элементарные умения самоорганизации в двигательной направленности.

### **Структура учебного плана:**

- Теоретическая подготовка.
- Общая физическая подготовка.
- Специальная физическая подготовка.
- Техничко-тактическая подготовка.
- Интегральная подготовка, в т.ч. самостоятельная работа.
- Инструкторская и судейская практика.
- Психологическая подготовка.
- Соревновательная подготовка.
- Текущая и итоговая аттестация, контрольные испытания.

### **Система контроля:**

1. Текущий контроль.
2. Итоговый контроль.

### **Ожидаемые результаты:**

#### *Предметные:*

- формирование представления о роли физической культуры для укрепления здоровья;
- овладение умениями организовать здоровьесформирующую и здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями основных физических качеств (быстроты, координации, гибкости);
- знание истории развития физической культуры и спорта, художественной гимнастики;
- приобретение теоретических и практических знаний в области гигиены, закаливания, здорового образа жизни;
- планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств гимнастики;
- повышенный уровень освоения основ техники художественной гимнастики различными способами;
- овладение приемами и навыками правильных и выразительных движений художественной гимнастики;
- выполнение технических действий с предметами без музыкального сопровождения и с музыкальным сопровождением;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда;
- выполнение разрядных нормативов, присвоение судейских категорий.

#### *Метапредметные:*

- музыкально-ритмические навыки;
- двигательные умения и навыки;
- двигательная культура (сила мышц, эластичность связок, подвижность суставов, гибкость);
- укрепление здоровья и повышение работоспособности;
- стабильное развитие общей физической подготовки учащихся
- повышенный уровень освоения основ знаний в области гигиены и первой доврачебной помощи, а также овладения теоретическими основами физической культуры и навыков самоконтроля.

#### *Личностные:*

- общая культура личности учащихся, способных адаптироваться в современном обществе;
- чувство ответственности, активности, умение взаимодействовать со взрослыми и сверстниками;
- управление своими эмоциями в различных ситуациях и условиях;
- дисциплинированность, внимательность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- навыки безопасного, здорового образа жизни;
- стабильность состава учащихся, посещаемость ими учебно-тренировочных занятий.