

Описание

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы в области физической культуры и спорта

по виду спорта «Художественная гимнастика»

муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования города Ростова-на-Дону

«Спортивная школа №5»

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта по виду спорта «Художественная гимнастика» (далее - Программа) предназначена для осуществления образовательной деятельности в МБУ ДО СШ № 5 города Ростова-на-Дону. Программа составлена в соответствии Федеральным Законом Российской Федерации 273-ФЗ от 29.12.2012 г. «Об образовании в Российской Федерации, Федеральным Законом Российской Федерации «О физической культуре и спорте», Концепцией развития дополнительного образования детей, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р (Далее – Концепция), нормативными правовыми актами Министерства просвещения Российской Федерации:

1. Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

2. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ от 18.11.2015 г. Министерства образования и науки Российской Федерации.

Программа разработана специалистами в области физической культуры и спорта, тренерами-преподавателями отделения художественной гимнастики МБУ ДО СШ № 5.

При работе над программой учтены нормативные требования по физической и технико-тактической подготовке юных спортсменов, полученные на основе новейших научных исследований, методических разработок, многолетнего педагогического опыта.

Направленность: физкультурно-спортивная

Тип программы: общеразвивающая.

Вид программы: модифицированная.

Уровень освоения – базовый.

Форма обучения – очная.

Виды занятий: групповые.

Адресат программы (возраст): дети в возрасте 4-17 лет.

Объем и срок освоения программы:

Количество часов в год: 156-312 часов (3-6 часов в неделю), 3 года.

Режим занятий: 1.5 -2 часа

Наполняемость группы: 10-20 чел.

Тип занятий: теория и практика.

Актуальность разработки данной программы обоснованы необходимостью совершенствования деятельности МБУ ДО СШ № 5 в условиях изменения Российского законодательства в сфере образования и физической культуры и спорта.

Отличительные особенности программы, новизна: дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа физкультурно-спортивной направленности «Художественная гимнастика» (далее – Программа) представляет собой единую систему, задачами которой являются: оптимальное развитие всех основных физических качеств, крепкое здоровье, высокий уровень двигательных способностей и навыков, начальные теоретические знания в области физической культуры и спорта, в том числе по художественной гимнастике, отбор одаренных детей для занятий художественной гимнастикой.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что в процессе обучения педагогом создаются условия для гармоничного развития и укрепления здоровья обучающихся. Занятия художественной гимнастикой позволяют расширить двигательный опыт ребенка, основанный на повышении его интереса к занятиям физической культурой и спортом. Образовательный процесс проектируется на общих дидактических принципах (активности, сознательности, систематичности и последовательности, наглядности, доступности, индивидуализации обучения) и принципах физического воспитания (связи физического воспитания с практикой жизни, оздоровительной направленности, осознанности и активности, повторения и др.). В процессе тренировочных занятий обучающиеся усваивают учебный материал посредством активных системных действий, осваивают технические и тактические элементы художественной гимнастики.

В настоящей программе выделен один этап подготовки – спортивно-оздоровительный этап (СО).

Спортивно-оздоровительный этап подготовки охватывает дошкольный (4-5 лет) и младший школьный возраст (6-7, 8-9 лет), решающий возраст в жизни ребенка. Это этап набора и отбора детей.

Содержание программы разработано с учетом возрастных психофизиологических особенностей обучающихся. Методы, формы и средства педагогической работы отбираются с учетом возрастных особенностей психофизиологического развития детей, а также гендерных особенностей развития обучающихся.

Цель и задачи программы:

Цель - Создание оптимальных условий для физического и психического развития, самореализации, укрепления здоровья и формирования позитивных жизненных ценностей детей и подростков в процессе систематических занятий художественной гимнастикой в МБУ ДО СШ № 5.

Задачи спортивно-оздоровительного этапа (СО):

Образовательные:

- освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники художественной гимнастики в процессе регулярных физкультурно-спортивных занятий;
- приобретение навыков контроля состояния здоровья и физической работоспособности;
- приобретение навыков использования полученных знаний и умений для самостоятельных занятий;
- обучение использованию в речи детей спортивной терминологии.

Воспитательные:

- воспитание личностных качеств: коллективизма, трудолюбия, уважения к товарищам и педагогам, сознательной дисциплины, внимания, настойчивости и волевых качеств;
- воспитание стремления к здоровому образу жизни;
- воспитание патриотизма и любви к родному краю;
- привитие стойкого интереса к занятиям физической культурой и спортом;
- воспитание духовно-нравственных качеств поведения в коллективе.

Развивающие:

- развитие физических качеств и физической подготовленности обучающихся;
- развитие природного потенциала каждого ребенка;
- укрепление здоровья, повышение работоспособности обучающегося;
- всестороннее гармоничное развитие физических способностей;
- развитие мотивации и положительного отношения ребенка к

занятиям;

- развитие специальных качеств (выносливости, быстроты, ловкости, силы, координации движений);

Оздоровительные:

- укрепление здоровья;
- предотвращение приобретения вредных привычек;
- формирование устойчивой привычки к соблюдению режима дня;
- способствование закаливанию организма и устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды.

Программа содержит учебный план и программный материал, а также календарный учебный график.

Материал Программы представлен в разделах, отражающих тот или иной вид подготовки по виду спорта «художественная гимнастика»: теоретическая, общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, , техническая подготовка, тактическая подготовка, акробатическая подготовка, специальные навыки участие в мероприятиях.

Представлены разделы, в которых раскрывается содержание здоровьесберегающих технологий и восстановительных мероприятий, проводимых в МБУ ДО СШ № 5 в обязательном порядке.

В программе представлены **планируемые результаты** (личностные, метапредметные, предметные).

Комплекс организационно-педагогических условий, включающих формы контроля, содержит Условия реализации программы: кадровое обеспечение и материально-техническое оснащение.

Методическое обеспечение программы отражает требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и физкультурно-спортивных мероприятий, а также методику проведения занятий по художественной гимнастике.

Условия реализации программы представлены в разделах: Кадровое обеспечение и материально-техническое оснащение.

Программа содержит **формы контроля и аттестации**: итоговая и промежуточная аттестация.

Для оценки уровня освоения Программы приведены Требования к результатам реализации программы:

Промежуточная аттестация проводится после освоения базового уровня, итоговая аттестация проводится после освоения продвинутого уровня

обучения. Ежегодно проводится «аттестационный срез» с целью определения динамики обученности.

Результатом освоения образовательной программы служит приобретение юными спортсменами знаний, умений и навыков в предметной области «общая физическая подготовка» и «вид спорта».

Диагностический инструментарий программы содержит методические указания по организации тестирования, а также требования к тестированию.

Воспитательный потенциал программы и календарный план воспитательных мероприятий отражен в специальном разделе. В его основу легла Концепция воспитательной работы школы. В процессе реализации программы воспитательная деятельность проектируется с учётом возрастных психофизиологических особенностей развития детей и осуществляется педагогом дополнительного образования, тренером-преподавателем как во время занятий в форме бесед, так и за пределами учебного времени.

Информационное обеспечение программы представлено следующими разделами: нормативно-правовые документы, литература для педагогов, перечень аудиовизуальных средств (видеозаписи соревнований с участием сильнейших российских и иностранных спортсменов в художественной гимнастике, видеозаписи тренировочных занятий сильнейших спортивных школ России и мира, видеозаписи всероссийских и международных семинаров), перечень Интернет-ресурсов.

Методический отдел МБУ ДО СШ № 5