

Аннотация

на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу

"Ритмическая гимнастика"

Направленность

Образовательная программа «Ритмическая гимнастика» имеет физкультурно-оздоровительную направленность. Программа направлена на всестороннее, гармоничное развитие учащихся, удовлетворение индивидуальных потребностей в их физическом совершенствовании.

Актуальность

В современных условиях развития общества проблема здоровья детей является как никогда ранее актуальной. А также формирование мотивации к занятиям физическими упражнениями, в том числе к занятиям физической культуры. Одним из таких путей являются дополнительные занятия по ритмической гимнастике.

Разработка программы запросом родителей подрастающего поколения на развитие психологической и физической адаптации учащихся в социуме.

В программе используются методики танцевально- игровой гимнастики Ж.Е. Фирилевой и Е.Г. Сайкиной.

Объем и сроки реализации программы

- 72 часа по программе
- 1 год обучения
- Уровень: общекультурный

Адресат программы

Учащиеся 6-8 лет, преимущественно из учащихся ОУ, не имеющие медицинских противопоказаний.

Цель: Развитие индивидуальных способностей учащихся на основе формирования интереса к ритмической гимнастике.

Задачи.

Обучающие:

- способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата учащегося;
- формировать правильную осанку;
- содействовать развитию чувства ритма, умения согласовывать движения с музыкой;
- формировать навыки самостоятельного выражения движений по музыку.

Развивающие:

- развивать у учащихся координацию, гибкость, выносливость;
- Воспитательные:
- формировать у детей чувство коллективизма и ответственности;
- воспитывать у детей выдержку, настойчивость в достижении цели;

Воспитательные

- способствовать выработке дисциплины и самодисциплины;
- способствовать снятию стрессов и раздражительности;
- пропагандировать здоровый образ жизни.

Условия реализации программы

В объединение зачисляются все желающие заниматься, без конкурсного отбора, с условием предоставления медицинской справки об отсутствии противопоказаний к занятиям ритмической гимнастикой.

При реализации программы используется смешанное (гибридное) обучение - сочетание традиционных форм очного обучения с элементами электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, в котором используются системы google класса, виртуальные тренажеры, онлайн-игры и т.п.

Основные формы организации детей на очных занятиях

Фронтальная: работа со всей группой одновременно (показ, объяснение, демонстрация, и т.п.)

Групповая: работа в парах, тройках для выполнения учебных задач.

Индивидуальная: для отработки определенных элементов.

Формы проведения занятий:

практическое занятие, занятие–игра, комбинированное занятие и др.

Так же одним из возможных условий для реализации данной программы является материально-техническое обеспечение, которое включает:

- Гимнастическая стенка;
- музыкальный центр, CD- диски;
- гимнастические коврики;
- гимнастические мячи;
- скакалки;
- свисток;
- скамейка 2 штуки.

Планируемые результаты

Личностные:

Учащиеся

- разовьют любознательность;
- научатся ориентироваться в ограниченном пространстве;
- приобретут навык самодисциплины и самоорганизации.

Метапредметные:

Учащиеся

- научатся двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки;
- научатся передавать в движении простейший ритмический рисунок;
- научатся планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- приобретут навык самовыражения через движение и танец.

Предметные:

Учащиеся научатся:

- понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться (быстро, точно);
- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции педагога, по звуковым и музыкальным сигналам;
- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
- умение координировать свои усилия с усилиями других.