

АННОТАЦИЯ К РАБОЧИМ ПРОГРАММАМ ПО ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ

Рабочие программы по художественной гимнастике разработаны на основе дополнительной предпрофессиональной программы по художественной гимнастике для муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеской спортивной школы» города Моршанска.

Рабочие программы составлены тренерами-преподавателями отдельно на каждый этап подготовки и рассчитаны на один учебный год.

Рабочие программы составлены для следующих этапов подготовки: этап начальной подготовки 2-го года обучения, тренировочный этап 1-го года обучения.

Годичный цикл в рабочих программах рассчитан на 46 недель учебных занятий непосредственно в условиях ДЮСШ и 6 недель работы по индивидуальным планам и в спортивно-оздоровительных лагерях.

Планирование годичного цикла тренировки зависит от задач конкретного этапа подготовки, календаря спортивно-массовых мероприятий и сроков проведения основных стартов года.

Структура рабочих программ составлена в соответствии с требованиями к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам, утвержденными приказом Министерства спорта Российской Федерации №730 от 13.09.2013 года.

Структура рабочих программ содержит следующие предметные области:

- теория и методика физической культуры и спорта;
- общая физическая подготовка;
- избранный вид спорта;
- хореография и (или) акробатика.

Рабочие программы описывают многолетний, круглогодичный, специально организованный процесс всестороннего развития, обучения и воспитания обучающихся.

Задачи подготовки по художественной гимнастике включают:

- всестороннее гармоничное развитие человека;
- развитие физических качеств (ловкости, быстроты, гибкости, прыгучести и т.д.);
- формирование специальных знаний, умений и навыков, необходимых в области художественной гимнастики;
- воспитание нравственно-этических качеств;
- развитие эстетических качеств (музыкальности, танцевальности, выразительности и артистизма).

К частным задачам художественной гимнастики относятся:

- воспитание умения произвольно регулировать силу (степень мышечного напряжения) движений в соответствии с их амплитудой, направлением, темпом и ритмом;
- воспитание умения придавать движениям разнообразную эмоциональную окраску;
- эстетическое воспитание занимающихся на основе связи движений с музыкой и использования элементов танца.

Результатом освоения Рабочих программ по предметной области является комплексное обследование (тестирование) спортсменов. Состав упражнений подбирается с учетом задач комплексной оценки уровня подготовленности на этапах многолетней подготовки.

Программа комплексного обследования включает оценку всех видов подготовки:

- оценка морфотипических внешних данных;
- оценка хореографической подготовленности;
- оценка технической подготовленности;
- оценка физической подготовленности.