

Аннотация
к дополнительной предпрофессиональной
общеобразовательной программе
в области хореографического искусства
«Хореографическое творчество»
Предметная область ПО.01. Хореографическое исполнительство
ПО.01.УП.01. «ГИМНАСТИКА»

Статус программы: Программа учебного предмета «Гимнастика», разработана на основе и с учетом федеральных государственных требований к дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программе в области хореографического искусства «Хореографическое творчество».

Направленность: художественная

Возраст обучающихся: 6,5 - 9 лет, 10 – 12 лет.

Срок реализации программы для детей, поступивших в образовательное учреждение в 1 класс в возрасте

- от 6,6 (шести лет шести месяцев) до 9 лет, составляет 2 года (с 1 по 2 класс).
- от 10 до 12 лет, составляет 1 год (в 1 классе).

Разделы программы:

- I. Пояснительная записка
- II. Содержание учебного предмета
- III. Требования к уровню подготовки обучающихся
- IV. Формы и методы контроля, система оценок
- V. Методическое обеспечение учебного процесса
- VI. Списки рекомендуемой методической литературы

Цели программы: обучение и овладение учащимися специальными знаниями и навыками двигательной активности, развивающими гибкость, выносливость, быстроту и координацию движений, и способствующими успешному освоению технически сложных движений.

Задачи программы:

- овладение знаниями о строении и функциях человеческого тела;
- обучение приемам правильного дыхания;
- обучение комплексу упражнений, способствующих развитию двигательного аппарата ребенка;
- обогащение словарного запаса учащихся в области специальных знаний;
- формирование у детей привычки к сознательному изучению движений и освоению знаний, необходимых для дальнейшей работы;

- развитие способности к анализу двигательной активности и координации своего организма;
- развитие темпово-ритмической памяти учащихся;
- воспитание организованности, дисциплинированности, четкости, аккуратности;
- воспитание важнейших психофизических качеств двигательного аппарата в сочетании с моральными и волевыми качествами личности: силы, выносливости, ловкости, быстроты, координации.

Форма проведения учебных аудиторных занятий: мелкогрупповая (от 4 до 10 человек), рекомендуемая продолжительность урока – 40 минут. Мелкогрупповая форма позволяет преподавателю лучше узнать учеников, их возможности, трудоспособность, эмоционально-психологические особенности.

Краткое содержание: Полноценная подготовка учащихся предполагает высокую степень гибкости тела и умение управлять своими движениями. Для развития данных качеств в программу обучения вводится учебный предмет «Гимнастика», задача которого состоит в том, чтобы с помощью специальных упражнений подготовить учеников к успешному освоению движений классического танца.

Основное достоинство гимнастики, как средства физического воспитания учащихся, заключается в том, что она располагает большим разнообразием физических упражнений и методов, при помощи которых можно оказывать положительное воздействие на организм ребенка, способствовать развитию двигательного аппарата и формировать необходимые двигательные навыки.

Учитывая физиологические особенности организма человека, занятия балетной гимнастикой необходимо начинать с раннего возраста, когда костно-мышечный аппарат ребенка уже достаточно окреп для физических нагрузок, но еще гибкий и восприимчивый для развития необходимых навыков и умений в области хореографии.

За время обучения организм ребенка привыкает к физическим упражнениям, развивается и закрепляется гибкость, координация, точность движений тела. Важным элементом занятий является наличие музыкального сопровождения.

Это создает особую атмосферу в классе, воспитывая музыкальность и выразительность исполнения сложных упражнений. Такое исполнение уводит от сухого исполнительства и помогает большей свободе при выполнении движений.

Ожидаемые результаты освоения программы:

Уровень подготовки обучающихся является результатом освоения

программы учебного предмета «Гимнастика», и предполагает формирование комплекса знаний, умений и навыков, таких, как:

- знание анатомического строения тела
- знание приемов правильного дыхания
- знание правил безопасности при выполнении физических упражнений
- знание о роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни
- умение выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма
- умение сознательно управлять своим телом
- умение распределять движения во времени и в пространстве
- владение комплексом упражнений на развитие гибкости корпуса
- навыки координации движений.