

Аннотация

к рабочей программе

по курсу внеурочной деятельности

«Ритмическая гимнастика»

1 - 3 классов

Программа разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования и примерной программы по предмету «Физическая культура». В основу программы положена авторская методика обучения детей заслуженного тренера России И. А. Винер. Методика представляет собой общеразвивающий комплекс учебно-образовательных и игровых занятий художественной и ритмической гимнастикой. «Физическая культура. Гимнастика» является модульным курсом, который может быть использован как на учебных занятиях в общеобразовательной школе, так и во внеурочной деятельности. При планировании учебного материала для бесснежных районов России допускается углублённое изучение данной программы

Актуальность программы и ее новизна определяются ее направленностью на создание условий для гармоничного психического, духовного и физического развития, укрепление здоровья, раскрытие двигательных способностей детей. Программа соответствует приоритетам образовательной политики Краснодарского края, реализуя губернаторскую программу по привлечению детей к массовым видам спорта и нормативно закреплённой в Законе Краснодарского края РФ «Об образовании».

Ведущая идея программы: реализация данной программы позволит, не только приобщить детей к миру прекрасного, но и укрепить физически. Участие детей в спортивной деятельности является мощным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества.

Ведущей концептуальной идеей программы, подчиненной основной цели раскрытия и развития природных задатков и творческого потенциала, является создание условий для их деятельности по освоению ритмической и аэробной гимнастики.

Личностными результатами изучения курса «Физическая культура» являются:

- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных стандартных и не стандартных ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижение направленных целей;

- оказание помощи своим сверстникам и уважение к ним.

Метапредметными результатами изучения курса «Физическая культура» являются:

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий и способы их исправления
- общение и взаимодействие со сверстниками;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время спортивных мероприятий, турпоходов, и др.:
- занятия физическими упражнениями с учетом требований безопасности.

Предметными результатами изучения курса «Физическая культура» являются:

- организация отдыха и досуга средствами физической культуры;
- изложение фактов истории физической культуры;
- измерение показателей физического развития (рост, вес, масса тела)
- бережное обращение с оборудованием и инвентарем.

Программа соответствует специфике дополнительного образования детей, и способствует:

- стимулированию познавательных процессов;
- развитию коммуникативных навыков;
- созданию социокультурной среды общения;
- развитию творческих способностей личности;
- поддержанию стремления к самостоятельной деятельности;
- созданию мышечного корсета путем динамической тренировки мышц;
- развитие чувства ритма, музыкальности, пластичности.

Для достижения поставленной цели использовались следующие средства и методы:

- Организация воспитательно-развивающей среды на основе проведения различных форм занятий: групповые, подгрупповые, индивидуальные, репетиционные.
- Создание ситуаций переживания успеха посредством участия детей в спортивной деятельности.
- Создание информационной среды различными средствами (беседы, игры, демонстрации, качественный показ и т.д.).

Полнота программы: содержание программы носит практический характер, соответствует современным достижениям педагогики и психологии детей младшего школьного возраста. Выделены основные направления содержания, необходимые для создания условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала ребенка в процессе обучения ритмической и аэробной гимнастики.

Программа носит **целостный характер**, выделены структурные части, основные компоненты представлены внутри частей, согласованы цели, задачи и способы их достижения.

Характеристика структуры программы: пояснительная записка составлена педагогически грамотно. Содержательная часть программы раскрыта достаточно полно, указаны основные темы занятий

Язык и стиль изложения четкий, ясный, доказательный, логичный.

Соответствие программы специфике лицея: тематический план учитывает основные требования к организации учебно-воспитательного процесса в лицее по курсу дополнительного платного образования детей.

Общая оценка программы: неоспоримым достоинством программы является то, что содержание программы выстроено по кольцеобразной схеме, по годам обучения, взаимосвязанным между собой: в последующем году совершенствуются знания, умения и навыки предыдущего. Методическое обеспечение программы достаточно полно представляет педагогические, психологические и организационные условия, необходимые для получения воспитательно-развивающего результата. В программе учтены современные требования международной федерации шейпинга и «шейпинга для школы», что является инновационной технологии. В программе предложены способы диагностики результативности образовательного процесса, в приложении представлен примерный репертуар. Программа удовлетворяет всем требованиям и рекомендуется к реализации, возможен вариант проведения на её основе мастер-класса. Рецензируемая программа является весьма актуальной и составлена в соответствии с государственными требованиями к образовательным программам дополнительного образования детей.

В системе внеклассной работы большое значение имеет спортивное совершенствование учащихся, развитие их способностей в различных видах физкультуры и спорта. Эта задача решается с помощью организации работы спортивных секций по гимнастике. Содержание занятий в секциях и кружках в начальных классах могут составлять упражнения из учебной программы.

Пояснительная записка.

Ритмическая гимнастика - это комплексная система, объединяющая в качестве неотъемлемых средств для решения своих задач не только физические упражнения и принципы питания, но и искусство, моду, концепцию шейпинг - ухоженности внешности.

Цель программы направлена на формирование определённого очертания тела, исправление дефектов телосложения посредством аэробики и атлетизма.

Концепция «Детского шейпинга» строится на решении следующих задач:

- приобщение ребёнка к занятиям физическими упражнениями;
- создание мышечного корсета путём динамической тренировки мышц;
- формирование правильного стереотипа осанки;
- улучшения психоэмоционального состояния;
- развитие гибкости;
- развитие чувства ритма, музыкальности, пластичности.

При подборе средств и методов используется комплексный подход, в содержание занятий включаются: дыхательная гимнастика, психофизическая

тренировка, упражнения для развития мышц, обеспечивающих позу правильной осанки, упражнения для развития пластики движений рук и тела, упражнения на укрепление различных групп мышц, упражнения ритмической гимнастики. Актуальность программы и ее новизна определяются ее направленностью на создание условий для гармоничного психического, духовного и физического развития, укрепление здоровья, раскрытие двигательных способностей детей. Для достижения поставленной цели использовались следующие средства и методы:

- Организация воспитательно-развивающей среды на основе проведения различных форм занятий: групповые, подгрупповые, индивидуальные, репетиционные.
- Создание ситуаций переживания успеха посредством участия детей в спортивной деятельности.
- Создание информационной среды различными средствами (беседы, игры, демонстрации, качественный показ и т.д.).

Программа соответствует специфике дополнительного образования детей, и способствует:

- стимулированию познавательных процессов;
- развитию коммуникативных навыков;
- созданию социокультурной среды общения;
- развитию творческих способностей личности;
- поддержанию стремления к самостоятельной деятельности;
- созданию мышечного корсета путем динамической тренировки мышц;
- развитие чувства ритма, музыкальности, пластичности.

К концу прохождения программы занимающиеся должны иметь представление:

- об основных терминах, связанных с шейпингом;
- о значении шейпинга для их здоровья;

знать:

- правила проведения разминки
- определенный теоретический материал, изучаемый в ходе проведения занятий

уметь:

- самостоятельно проводить занятия
- владеть спортивным инвентарем: фитобол мячами, обручем, гимнастической скакалкой, гимнастической палкой, степ-доской.

Предполагаемые результаты реализации программы.

Показательные выступления на внутришкольных, городских и краевых спортивных соревнованиях в качестве групп черлидинга. Приобретение занимающимися навыка к самостоятельным занятиям и умение детей контролировать свое психо - эмоциональное состояние.

Методические рекомендации.

Реализация данной программы позволит, не только приобщить детей к миру прекрасного, но и укрепить физически. Участие детей в спортивной

деятельности являются мощным воспитательным средством: переживание успеха приносит ребенку моральное удовлетворение, создаются условия для реализации творческого потенциала, воспитываются чувство ответственности, дружбы, товарищества.

Развития природных задатков и творческого потенциала, является созданием условий для их деятельности по освоению ритмической и аэробной гимнастики.

Содержание программы носит практический характер, соответствует современным достижениям педагогики и психологии детей младшего школьного возраста. Программа направлена на сохранение и укрепление здоровья учащихся 1-4 классов, так как здоровый ребенок способен успешно и в полной мере овладеть навыками. Степень успешности этой деятельности является устранение вредных воздействий и повышение устойчивости организма и определяет направления усилий по сохранению и укреплению здоровья.

Описание материально технического обеспечения образовательного процесса.

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	количество
1.	Технические средства обучения	
	<ul style="list-style-type: none"> • Фитобол мячи • Степдоски • Гимнастические палки • Гимнастические скакалки • Гимнастически мячи • Гимнастические обручи • Набивные мячи • Танцевальные помпоны • Коврики гимнастические • Гимнастические скамейки 	20 шт. 20 пар 20 шт. 6 шт.
2.	Экранно-звуковые пособия <ul style="list-style-type: none"> • Диски по шейпингу • Диски музыкального сопровождения • Видео диски по шейпингу 	10шт. 15 шт. 10шт.
3.	Оборудование кабинета <ul style="list-style-type: none"> • Видеоаппаратура • Компьютер • Магнитофон • Видеокамера 	1 шт. 1шт. 1шт. 1 шт.

Список литературы

- 1.Т.Ю. Амосова «Дыхательная гимнастика по Стрелковой» Москва «Рипол классик» 2005г.
- 2.Г.А.Колодницкий, В.С.Кузнецов «Ритмические упражнения, хореография и игры» Москва «Дрофа» 2003г.
3. Энциклопедия физических упражнений, ЕЖИ ТАЛАГА Москва «Физкультура и спорт»,1998г.
4. Развитие координационных способностей у школьников. Спорт в школе №21 Москва «Чистые пруды» 2008г.
5. Гимнастическая аэробика Спорт в школе №24 Москва «Чистые пруды» 2008г.