

Управление образования администрации
муниципального образования Тимашевский район
муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
Центр творчества «Радуга»
муниципального образования Тимашевский район

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от «31» 08 2018 г.



Утверждаю
Директор МБУДО ЦТ «Радуга»
О.А. Тагинцева
«31» 08 2018 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«Ритмика»

Направленность: физкультурно – спортивная
Уровень программы: ознакомительный
Срок реализации программы: 108 часов
Возрастная категория: от 4 до 7 лет
Вид программы: модифицированная

Автор-составитель:
Олейник Татьяна Васильевна
педагог дополнительного образования
МБУДО ЦТ «Радуга»

ст. Роговская, 2018 г.

Раздел 1 Программы «Комплекс основных характеристик образования»

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика» (далее Программа) **физкультурно-спортивной** направленности и составлена в соответствии:

- с Федеральным законом № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепцией развития дополнительного образования детей, утверждённая распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 года;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановлением от 04.07.2014г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.2.4.3172-14 (Санитарноэпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей).

При разработке программы учтены Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих Программ («Институт развития образования» Краснодарского края, Краснодар, 2016 г.).

Программа по ритмике позволяет последовательно решать задачи физического воспитания учащихся.

В процессе изучения у учащихся формируется потребность в систематических занятиях упражнениями ритмической гимнастике. Учащиеся приобщаются к здоровому образу жизни. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении Программы, так как укрепляют здоровье. Благодаря спортивной направленности Программы, учащиеся, успешно освоившие Программу, смогут участвовать в районных и краевых соревнованиях по ритмической гимнастике. Благодаря этому учащиеся смогут более плодотворно учиться, меньше болеть.

Актуальность программы

Актуальность данной Программы заключается в воспитании физически и психически здорового человека. Игровая деятельность вызывает активную работу мысли, способствует расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, о физических качествах своего тела, совершенствованию всех психических процессов. Во время занятий ребенок акцентирует свое внимание на движение своего тела, что и как работает, от чего это происходит и зависит.

Новизна данной Программы заключается в том, что она направлена не только на укрепление здоровья, развитие общефизических и спортивных качеств ребенка, но и развитие творческих способностей детей с разной физической подготовкой.

Педагогическая целесообразность.

В процессе обучения дети знакомятся с новыми движениями и закрепляют физические качества, координационные способности, учатся слушать музыку, выполнять в соответствии с мелодией различные упражнения, учатся произвольно расслаблять мышцы.

Программа является **модифицированной**. Программа составлена на основе программы «Ритмическая гимнастика».

Отличительные особенности Программы от программы «Ритмическая гимнастика» в том, что данная Программа предназначена для учащихся младшего возрастного диапазона, изменены теоретические и практические часы в учебном плане.

Внесены новые комплексы упражнений: упражнения ритмической гимнастики, игрового стретчинга, танцев, и других. Ритмическая гимнастика имеет ряд специфических черт, делающих ее особенно привлекательной и популярной.

Адресат программы. Возраст детей, участвующих в реализации Программы 4-7 лет. Это могут быть как однополые, так и разнополые группы.

Комплектование групп ведется по желанию, без предварительного отбора. Специального отбора не делается, группы могут быть разновозрастными или разновозрастными по 10-15 человек. Численный состав учебных групп, а также продолжительность групповых занятий определяется, исходя из имеющихся условий проведения образовательного процесса, согласно требованиям СанПиН.

Зачисление в объединение производится по заявлению родителей, с предоставлением медицинской справки о возможности занятий данным видом деятельности.

Уровень Программы, объем и сроки. Программа ознакомительного уровня рассчитана на 108 часов, 36 учебных недель.

Форма организации деятельности детей на занятии – групповая и индивидуально-групповая.

Режим занятий.

Программа рассчитана на 108 часов, занятия проводятся 3 раза в неделю по 30 минут.

Особенности организации образовательного процесса.

Образовательный процесс осуществляется как в разновозрастных, так и в разновозрастных группах учащихся, являющихся основным составом объединения. Занятия групповые, но с индивидуальным подходом к каждому учащемуся, в зависимости от степени подготовленности и способностей. Занятия по Программе определяются содержанием Программы и могут предусматривать теоретические и практические занятия.

Цель Программы – формирование двигательной активности учащихся, укрепления здоровья через организацию занятий по общей физической подготовки с элементами подвижных игр

Задачи Программы:

Образовательные (предметные):

1. Формировать навыки самовыражения через движение посредством музыки.
2. Формировать пластичность, грациозность у девочек мужественность у мальчиков.
3. Развивать физические качества – гибкость, силу, выносливость координационных способностей.
4. Развивать чувство ритма, внимания, умение согласовывать движения с музыкой, предметную ловкость.
5. Укреплять здоровье учащихся, в поддержании физической и умственной работоспособности, активности.

Личностные:

1. Развитие познавательного интереса к особенностям движений и передвижений человека, о системе дыхания, работе мышц при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля над деятельностью этих систем.
2. Формирование устойчивого интереса к играм с элементами спорта спортивным упражнениям, желания использовать их в самостоятельной двигательной деятельности.
3. Развитие мотивации к здоровому образу жизни как к норме и стилю жизни, способствующие максимальной реализации факторов устойчивости.

Метапредметные:

1. Формирование у учащихся культуры общения и поведения во время занятий.
2. Воспитание положительных морально-волевых качеств.

Содержание программы Учебный план

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение в образовательную программу	1	1	-	Вводный контроль
2.	Общая физическая подготовка	52	2	50	опрос, домашнее задание, промежуточный контроль
2.1	Строевые упражнения	16	1	15	
2.2	Общеразвивающие упражнения	20	1	19	