

АННОТАЦИЯ
к рабочей программе «Гимнастика»
(дополнительная предпрофессиональная общеобразовательная программа в области
изобразительного искусства «Хореографическое творчество»)

Программа учебного предмета «Гимнастика» является частью дополнительной предпрофессиональной общеобразовательной программы в области хореографического искусства «Хореографическое творчество» и разработана в соответствии с федеральными государственными требованиями к минимуму содержания, структуре, условиям реализации и срокам обучения по этой программе.

Гимнастика – это тренирующие упражнения, направленные на конкретные мышечные группы. Они оказывают трофическое влияние, усиливают регулирующую роль коры головного мозга, способствуют тренировке двигательного и лежащих рядом с ним речевых центров.

В программе представлены следующие разделы:

1. Пояснительная записка.
2. Содержание учебного предмета.
3. Требования к уровню подготовки обучающегося.
4. Формы и методы контроля, система оценок.
5. Методическое обеспечение учебного процесса
6. Список литературы и средств обучения.

Срок реализации предмета «Гимнастика» 2 года в дополнительной предпрофессиональной образовательной программе в области хореографического искусства «Хореографическое творчество», рассчитанной на 8-летний курс обучения, и 1 год в дополнительной предпрофессиональной образовательной программе в области хореографического искусства «Хореографическое творчество», рассчитанной на 5-летний курс обучения

Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом ДШИ № 18 на реализацию учебного предмета «Гимнастика» по 8-летнему сроку обучения: 1-2 классы – 1 час в неделю.

Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом ДШИ № 18 на реализацию учебного предмета «Гимнастика» по 5-летнему сроку обучения: 1 класс – 1 час в неделю.

Требования к результатам освоения образовательного курса учебного предмета.

В результате изучения учебного предмета учащийся должен:

знать:

- упражнения для разминки и их предназначение;
- комплексы упражнений партерной гимнастики и их значение в подготовке учащихся к классическому и народно-сценическому танцам;
- основы релаксации;
- элементы дыхательной гимнастики;

уметь:

- выполнять комплексы упражнений;
- контролировать и восстанавливать дыхание;

владеть навыками:

- осознанного выполнения комплексов упражнений;
- мышечного самоконтроля во время исполнения движений;
- расслабления;
- правильного дыхания.