

Аннотация к ДООП «Ритмика»

В процессе учебных занятий у школьников происходит снижение работоспособности, ухудшается внимание, память, удлиняется латентный период двигательной реакции; в результате длительного поддержания статической позы нарушается осанка, увеличивается тенденция к наклону головы. Одной из важнейших задач учебно-воспитательного процесса является организация двигательного режима школьников, который обеспечивает активный отдых и удовлетворяет естественную потребность в движениях. Увеличение объема двигательной активности оказывает значительное влияние на повышение умственной активности, развитие физических качеств, функциональное состояние сердечно - сосудистой и нервной системы.

Движение в ритме и темпе, заданном музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведет к общему оздоровлению организма.

Адресат программы: учащиеся 1- 3-х классов МБОУ «Гимназия №83» без предварительной подготовки.

Срок освоения программы: для освоения программы 3 года

Цель: формирование всесторонне развитой и личности школьника средствами танцевально – игровой деятельности.

Задачи:

Воспитательные:

- формировать у учащихся культуру общения и поведения в социуме и навыки здорового образа жизни.

Развивающие:

- развивать творческие и созидательные способности занимающихся;
- развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор;
- развивать лидерство, инициативу, чувства товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.
- способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата и формированию правильной осанки;
- совершенствовать психомоторные навыки школьника;
- развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности;
- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой

Обучающие:

- сформировать познавательный интерес к выполнению гимнастических упражнений и несложных танцевальных композиций;
- обучить правильному исполнению упражнений на различные виды мышц, а также детским танцам;
- формировать навыки выразительного исполнения и пластичности упражнений и танцевальных движений.