

**ПРОГРАММА**  
для детско-юношеских спортивных школ,  
специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва  
и школ высшего спортивного мастерства

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА**  
**ДЛЯ УДО ПО ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ**  
для учащихся спортивно-  
оздоровительных групп (СОГ) 4-6 лет

**2012**

Программы спортивной подготовки

Евгений Головихин

**Образовательная программа  
для УДО по художественной  
гимнастике для учащихся  
спортивно-оздоровительных  
групп (СОГ) 4-6 лет**

«Автор»

2010

## **Головихин Е.**

Образовательная программа для УДО по художественной гимнастике для учащихся спортивно-оздоровительных групп (СОГ) 4-6 лет / Е. Головихин — «Автор», 2010 — (Программы спортивной подготовки)

Учебная образовательная программа разработана для тренеров-преподавателей, инструкторов, педагогов, работающих в образовательных учреждениях спортивной направленности, и в том числе, развивающих художественную гимнастику. Программа содержит обоснование занятий с детьми в возрасте от 4 до 6 лет. Что на сегодняшний день актуально. Типовое положение о спортивных школах предусматривает различные возрастные границы и в большинстве видов спорта возраст от 9 и более лет. Занятия физической культурой и спортом с детьми от 4 лет позволят за три года сформировать группу по способностям и к определенным спортивным специализациям. Что позволит сократить время на спортивный отбор, сэкономить средства, время и усилия. Развить скелет и мускулатуру для специализации – художественная гимнастика

## Содержание

Пояснительная записка	7
Направленность образовательной программы	8
Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность	9
Конец ознакомительного фрагмента.	10

**Евгений Головихин**  
**Образовательная программа**  
**для УДО по художественной**  
**гимнастике для учащихся спортивно-**  
**оздоровительных групп (СОГ) 4–6 лет**

Муниципальное автономное образовательное учреждение  
дополнительного образования детей

**СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ**  
**ДЕТСКАЯ ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА**  
**ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА**

Утверждена на заседании методического совета  
МАОУДОД СДЮСШОР

Директор

«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20 г.

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА**  
**УЧРЕЖДЕНИЙ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**  
**для учащихся спортивно оздоровительных групп (СОГ) 4 – 7 лет**  
**(ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА)**

г. Нижневартовск 2012

**Автор-составитель:**

Головихин Е.В. – доктор педагогических наук, профессор, заслуженный тренер России, мастер спорта международного класса, директор центра спортивной подготовки сборных команд Югры (Нижневартовский филиал), г. Нижневартовск

**Рецензенты:**

Головихина Дина Владимировна – заслуженный тренер РФ, мастер спорта по художественной гимнастике, тренер-преподаватель г. Нижневартовск

**Образовательная программа для УДО для учащихся спортивно оздоровительных групп (СОГ) 4–6 лет (ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА)**

Учебная образовательная программа разработана для тренеров-преподавателей, инструкторов, педагогов, работающих в образовательных учреждениях спортивной направленности, и в том числе, развивающих художественную гимнастику.

Программа содержит обоснование занятий с детьми в возрасте от 4 до 6 лет. Что на сегодняшний день актуально. Типовое положение о спортивных школах предусматривает различные возрастные границы и в большинстве видов спорта возраст от 9 и более лет. Занятия физической культурой и спортом с детьми от 4 лет позволят за три года сформировать группу по способностям и к определенным спортивным специализациям. Что позволит сократить время на спортивный отбор, сэкономить средства, время и усилия. Развить скелет и мускулатуру для специализации – художественная гимнастика

В пояснительной записке изложены цели и задачи деятельности спортивных школ и образовательной программы на этапе СОГ. В нормативной части программы ее формализованная модель, требования государственного образовательного стандарта, часовая нагрузка и распределение содержания образовательного процесса на всех этапах активной спортивной деятельности. Методическая часть содержит организацию учебно-тренировочного процесса в спортивных школах, структуру и методы обучения, двигательнo-координационные основы, методические указания к организации учебно-тренировочного процесса, теоретический и практический материал. Изложены рекомендации по улучшению качества учебно-тренировочного процесса, с различными возрастными группами занимающихся. Отражены вопросы педагогического и врачебного контроля; восстановительные средства и мероприятия, а также инструкторская и судейская практики.

## **Пояснительная записка**

Образовательная программа «ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА» разработана для обучающихся 4–6 лет. Программа рассчитана на 3 года обучения и предусмотрена для обучающихся, как имеющих так и не имеющих специальных спортивных навыков, проявляющих интерес к занятиям физической культурой и спортом, имеющих медицинский допуск.

Программа написана с учетом рекомендаций МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ, ДЕПАРТАМЕНТ МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ, ВОСПИТАНИЯ И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ ДЕТЕЙ на основании «ПИСЬМО от 11 декабря 2006 г. N 06-1844 О ПРИМЕРНЫХ ТРЕБОВАНИЯХ К ПРОГРАММАМ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ», составлена в соответствии с Законом Российской Федерации «Об образовании» от 13.01.1996 г. № 12-ФЗ, типовым положением об образовании детей – Постановлением Правительства РФ от 07.03.1995 г. № 233, нормативными документами Министерства Образования «Нормативно-правовые основы, регулирующие деятельность спортивных школ» от 25.01.1995 г. и Государственного комитета Российской Федерации по физической культуре, спорту и туризму за № 390 от 28 июня 2001 г. Программы для образовательных учреждений опираются на нормативно-правовые основы, регулирующие деятельность государственных и негосударственных образовательных учреждений и основополагающие принципы спортивной подготовки различных категорий граждан РФ. Программа по вольной борьбе для детско-юношеских спортивных школ (ДЮСШ) и специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (СДЮШОР) составлена на основе конституции РФ, типового плана-проспекта учебной программы для ДЮСШ и СДЮШОР, утвержденного приказом Госкомспорта России от 28.06.01 № 390, Положения о детско-юношеской спортивной школе (ДЮСШ) и специализированной детско-юношеской школе олимпийского резерва (СДЮШОР), утвержденного Госкомспортом и Минздравом РФ, регламентирующего работу спортивных школ с учетом многолетнего передового опыта работы с подростками и данных научных исследований (1987), а также «Нормативно-правовых основ, регулирующих деятельность спортивных школ» (1995), в соответствии с Законом Российской Федерации «Об образовании» от 13.01.1996 г. № 12-ФЗ, типовым положением об образовании детей – Постановлением Правительства РФ от 07.03.1995 г. № 233, нормативными документами Министерства Образования «Нормативно-правовые основы, регулирующие деятельность спортивных школ» от 25.01.1995 г. и Государственного комитета Российской Федерации по физической культуре, спорту и туризму за № 390 от 28 июня 2001 г. Законе "О физической культуре и спорте в Российской Федерации", распоряжении Президента N 805-рп от 2007, Указе Президента РФ от 3 декабря 2008 г. 1715, приказе № 48 Министерства спорта и туризма России от 21 ноября 2008 г. "Об утверждении Положения о Единой всероссийской спортивной классификации", письмо Росспорта от 12.12.2006 г. № СК-02-10/3685. Программы для образовательных учреждений опираются на нормативно-правовые основы, регулирующие деятельность государственных и негосударственных образовательных учреждений и основополагающие принципы спортивной подготовки различных категорий граждан РФ.

## Направленность образовательной программы

Основной целью образования в системе физической культуры и спорта является обучение и воспитание занимающихся различного уровня подготовленности и создание условий для формирования и развития личности в образовательном процессе. Достижение этих целей зависит от того, как будет сформировано содержание образования.

Цель программы – внести желательные изменения в опыт, понимание (образ мышления) и поведение (образ жизни) обучаемых. В образовании объединяются обучение, воспитание и развитие, обеспечивающие готовность личности к выполнению социальных и профессиональных задач. В образовании индивид осваивает систему ценностей, знаний, умений и навыков, соответствующих его интересам и общественным ожиданиям.

В образовательном процессе участвуют ученики и преподаватели, образовательные программы, содержание образования, методы и средства обучения, группа, коллектив единомышленников, спортивная школа, общеобразовательная школа, окружающая среда в целом и, прежде всего, культурная среда и менталитет общества.

Самым действенным фактором образования были и остаются отношения и действия тренера-преподавателя, который определяет собой ту или иную степень успешности образования. Все образовательные процессы носят двусторонний характер: каждому действию педагога соответствует определённая деятельность учеников или обучающихся. Тренер-преподаватель специально организуют познавательную работу учащихся в соответствии со своими действиями. Деятельность педагога по организации творческой активности обучаемых имеет решающее значение и не может быть отменена или заменена каким-либо другим процессом. Образовательный процесс невозможен также без поддержания учителем интереса, любопытства, любознательности и положительного эмоционального настроения учеников. Устойчивый интерес учеников побуждает их к дальнейшей мыслительной деятельности и реалистической самооценке достижений лучше и с большей пользой, чем мотивы экзаменационного успеха и внешних поощрений.

Каждый элемент образовательного процесса сопровождается оценкой его результатов, для дальнейшего анализа, поощрения, наказания и коррекции. На каждом из этапов освоения программы важна оценочная реакция учителя в процессе обучения, оценка действий и творческих заданий, экзамены создают предпосылку для дальнейшего хода успешного образования. Но при этом существенно учитывать те моральные и физические усилия со стороны занимающегося. В процессе образования постоянно осуществляется эмоциональное развитие учащихся. Всё содержание образования наполнено познавательно-теоретическими, эстетическими, социальными, экономическими, политическими, гедонистическими, религиозными ценностями и отношениями. Их структура изменяется под влиянием образования. Во-первых, учащиеся усваивают критерии и пути выбора эмоционально приемлемых для себя ситуаций и проблем. Во-вторых, в диапазон этого выбора включаются всё более отдалённые от конкретных и сугубо личных для учеников ситуации и проблемы. В-третьих, по мере развития учащихся их эмоции становятся всё менее связанными с физической активностью, менее непосредственными и экспрессивными. Предвидение целей и мотивов учеников лежит в фундаменте образовательного процесса. Он не может начаться до осознания учителем характера и уровня способностей и имеющихся достижений детей, их сильных и слабых сторон, среды их общения и семейной обстановки, интересов и вкусов.

Образовательная программа является **модифицированной**, по направленности – **физкультурно-оздоровительной**, по уровню освоения – **углубленной**, по способу подачи содержания и организации учебного процесса – **комплексной, вертикально – горизонтальной**.



## **Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность**

Именно с этими характеристиками учеников соотносятся ближайшие и отдалённые цели образовательного акта и всего учебного курса содержание образования в программе. Диагностика возможностей и способностей учащихся предшествует образовательному процессу и осуществляется на всём его протяжении.

Образование предполагает искусство тренера-преподавателя (чаще всего как лидера группы) предоставлять ученикам содержание образования в наиболее доступной для них форме и наиболее действенными методами. Содержание образования отвечает целям (потребностям) учащихся, а также социально детерминированным целям. Обе группы целей должны иметь гармонизирующую их общую часть.

Содержание образования в программе для групп спортивного оздоровления (СОГ) с обучающимися в возрасте от 4 до 6 лет направлено на оптимизацию учебного тренировочного процесса. Через два-три года занятий в группах раннего физического развития детей можно направить в группы начальной подготовки по спортивной специализации – художественная гимнастика. Рекомендации для родителей основаны на обучаемости занимающихся их анатомических, физиологических и психических способностях. Обучаемость включает в себя способности к научению, запоминанию, ассоциации и упражнению. Программа предусматривает поэтапное развитие способностей.

Эффективность работы тренеров-преподавателей во многом зависит от учебных планов и программ. Нами разработана учебная программа в области обучения жизненно необходимым двигательным навыкам, направленному физическому развитию в нашей стране на начальном уровне получения образования в спортивных образовательных учреждениях.

**Педагогическая целесообразность** обусловлена необходимостью вовлечения обучающихся в социально-активные формы деятельности, а именно в занятия физической направленности.

**Отличительной особенностью** данной программы является объект – объектные, объект – субъектные, субъект – субъектные отношения между тренером-преподавателем и воспитанником. Стремление к общим стандартам техники, средств и методов технической подготовки в стремлении достичь высоких результатов. Поэтому необходима творческая работа тренера над индивидуальными особенностями воспитанников. При этом следует учитывать, что индивидуальные особенности развития каждого из обучаемых редко вполне соответствуют типовым характеристикам, о которых написано в руководствах. В связи с этим следует говорить о необходимости учитывать индивидуальные особенности развития и подготовленности обучаемых. Следовательно, главной задачей процесса совершенствования личности обучаемых в теоретическом, техническом и тактическом развитии является усовершенствование структуры двигательных действий, их динамики, кинематики и ритма с учетом индивидуальных особенностей спортсменов.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.