

## Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по художественной гимнастике по групповым упражнениям

Художественная гимнастика – это сложно-координированный, олимпийский вид спорта, в котором спортсменки соревнуются в техническом мастерстве и выразительности исполнения сложных движений телом в сочетании с манипуляциями предметами под музыку. Спортивное мастерство гимнасток складывается из следующих компонентов: трудности программ, композиции и качества исполнения.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по художественной гимнастике по групповым упражнениям имеет физкультурно-спортивную направленность. Учебно-тренировочный процесс рассчитан на 36 учебных недель. Основной возраст обучающихся – 7-13 лет. Программа рассчитана на 3 года. В группы зачисляются дети, занимающиеся в спортивном клубе «Ареналь». В исключительных случаях могут зачисляться вновь пришедшие дети, соответствующие уровню подготовки (проводится тестирование). Для зачисления обучающимся необходимо пройти предварительный просмотр, и иметь спортивный разряд (юношеский), по данному виду спорта, так же необходим медицинский допуск к занятиям (медицинская справка, к первому занятию), анкета-заявление от родителя (законного представителя).

1 модуль (I год обучения):

Основной возраст обучающихся 1-го года обучения – 7-9 лет, в течение учебного года возможен прием обучающихся при условии наличия вакантных мест и сдачи приемных тест-нормативов. Оптимальная наполняемость группы – 7 - 10 человек. Для зачисления обучающимся необходимо пройти предварительный просмотр, и иметь спортивный разряд 3 юношеский.

2 модуль (II год обучения):

Основной возраст обучающихся 2-го года обучения – 9-11 лет. Оптимальная наполняемость группы – от 7 до 8 человек. В группу зачисляются дети, освоившие 1 модуль, в течение учебного года возможен приём обучающихся при условии наличия вакантных мест, соответствующей спортивной подготовки и сдачи приемных тест-нормативов.

3 модуль (III год обучения):

Основной возраст обучающихся 3-го года обучения – 11-13 лет. Оптимальная наполняемость группы – от 7 до 8 человек. В группу зачисляются дети, освоившие 2 модуль.