

Комитет по делам образования города Челябинска
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Металлургический Центр детского творчества г. Челябинска»

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

физкультурно-спортивной направленности «Вдохновение»
Студии эстетической гимнастики «Алекса»

Возраст детей: 7-12 лет
Срок реализации программы: 4 года
Уровень: базовый

Автор – составитель:
Вецель Светлана Анатольевна,
старший тренер-преподаватель
высшей квалификационной категории
Челябинск, 2023





ВСЕРОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ



Эстетическая гимнастика

Эстетическая гимнастика — командный дух и экспрессия

Эстетическая гимнастика — это синтетический вид спорта (художественная гимнастика, танец, акробатика), который характеризуется умением передавать общий характер музыки в движении и придавать движениям целостность, слитность, свободу, изящество и различную эмоциональную окраску. Это молодой, но активно развивающийся в нашей стране вид спорта.



Найти на сайте...



Сегодня 16.05.2023

Памятных событий нет

Случайное фото



Задачи Программы

Развивающие:

- развить физические данные (эластичность мышц, подвижность суставов, координацию, ловкость, осанку);
- развить чувство ритма и музыкальность;
- развить творческие способности.

Воспитательные:

- воспитать устойчивый интерес к систематическому занятию спортом;
- воспитать морально-волевые и нравственные качества;
- воспитать культуру поведения;
- воспитать хороший музыкальный вкус.

Обучающие:

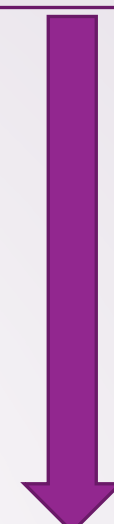
- обучить правилам техники безопасности при выполнении упражнений;
- обучить новым специфическим упражнениям эстетической гимнастики;
- обучить выразительности движений
- обучить хореографическим навыкам, пластике



Учебный план Программы

Наименование модулей, разделов и тем	Общее количество часов	В том числе	
		Теоретические часы	Практические часы
Вводное занятие	2	2	-
Модуль 1. Хореографическая подготовка	15	1	14
Модуль 2. Общая физическая подготовка	20	1	19
Модуль 3. Специальная физическая подготовка	22	1	21
Модуль 4. Техника эстетической гимнастики	15	1	14
Модуль 5. Постановочно-репетиционная работа	21	1	20
Модуль 6. Техника актерского исполнительства	11	1	10
Итоговое занятие	2	-	2
ИТОГО:	108	8	100

Особенности Программы



работа с родителями



наставничество



Работа с родителями



XI Международный научный конгресс в РГПУ (Санкт-Петербург)



**ПРОГРАММА
XI МЕЖДУНАРОДНОГО НАУЧНОГО КОНГРЕССА
«СПОРТ, ЧЕЛОВЕК, ЗДОРОВЬЕ»
(Санкт-Петербург, 26-28 апреля 2023)**

**При поддержке
Министерства спорта Российской Федерации
Олимпийского Комитета России
Правительства Санкт-Петербурга**

Под эгидой Комиссии Российской Федерации по делам ЮНЕСКО

4. ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ КАК СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ МОТИВАЦИИ ЖЕНЩИН ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

Квашнина Е.В.¹, Вецель С.А.²

1 – Российский государственный педагогический университет им. А.И.Герцена, С.-Петербург, РФ

2– ЧООО «Федерация эстетической гимнастики Челябинской области», Челябинск, РФ

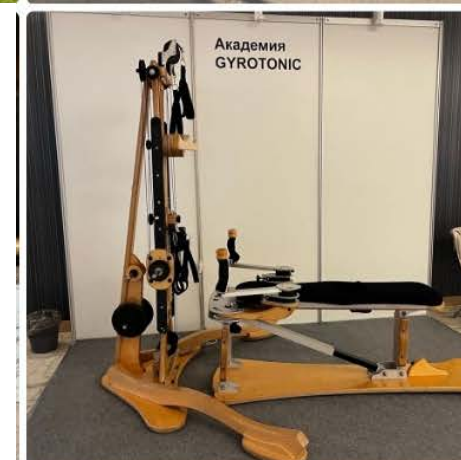


РГПУ им. А.И. Герцена Учителя ФК

28 апр в 21:04

Сегодня в Санкт-Петербурге завершился XI
Международный Научный Конгресс

[#СпортЧеловекЗдоровье](#) Показать ещё





Межмуниципальные соревнования по эстетической гимнастике Империя



Алекса-Вдохновение 1 место

КОРОТКО И ЯСНО

Частые и быстрые

В Челябинске обновили схему магистральных автобусных маршрутов. С 1 ноября в городе действует девять самых частых и быстрых рейсов. Магистральные маршруты обслуживаются низкопольными автобусами большого класса, а интервалы их следования в часы пик составляют до 10 минут. До начала транспортной реформы 2022 года в Челябинске было всего три таких маршрута. На сегодня в схему включили маршруты №2, 4, 8, 9, 15, 18, 31, 34 и 64. Опыт магистральных маршрутов почерпнули в Москве, где этот эксперимент начали в 2016 году.

Во имя дружбы

Активистами Комитетов территориального общественного самоуправления района Металлургического городского округа и Челябинской общественной организации «Кыргызская национально-культурная автономия» проведен

Что и говорить, творческие коллективы района умеют создать настроение — в праздники и будни, по поводу и без. Их номера — яркие, запоминающиеся, эмоциональные, да и исполнительский уровень — высочайший. Поэтому без заслуженного признания артисты не остаются.

Вокально-хореографический ансамбль «Ералаш» и студия эстетической гимнастики «Алекса» являются подразделениями Металлургического Центра детского творчества города Челябинска. «Ералаш» недавно взял «золото» Дельфийских игр на уровне СНГ. А «Алекса»,

И ВНОВЬ —

ТВОРЧЕСКИЕ КОЛЛЕКТИВЫ МЕТАЛЛУРГИЧЕСКОГО РАЙОНА РАДУЮТ СВОИМИ УСПЕХАМИ

в первых числах ноября отметившая пятилетие своего образования, прошла в финал международного фестиваля-конкурса «Вдохновение». 5 ноября юные артисты выезжают в Москву, для участия в этом фестивале-конкурсе.

Спектакль продолжается

— Всего в столицу отправятся 70 студийцев, — поясняет руководитель «Алексы», кандидат в мастера спорта по художественной гимнастике Светлана Вещель. — А в общей сложности в студии занимаются 340 детей. В нынешнем, 2022 году, у нас есть еще одно весомое достижение — гран-при городского фестиваля-конкурса «Хрустальная капель». Имеются, конечно, и разные другие достижения. Уровни творческих состязаний разные: от городского и районного до всероссийского и международного. Дети для участия в соревнованиях распределены по командам — всего их 11, в каждой от 6 до 14 человек. В основном команды формируются по возрастному признаку, но, конечно, учитываем и



«Алекса» — лидер многих конкурсов.

своём помещении. Пока что мы тренируемся в «чужих» стенах. Занимаемся на площадках ДК ЧМК и гимназии №96. Но это нас в творческом порыве не останавливает. — «Алекса» — это студия. А студия всегда некая совокупность, она осуществляет, как правило, несколько функций...

— Занятия в «Алексе», согласуясь, разноплановые. Театральное мастерство, современная танец, акробатика... Мы с самого начала учим детей: надо выжить

— Занимайтесь собой, давайте добавим в мир красоты. И ещё, конечно, энергии, сил, осуществления всех поставленных целей!

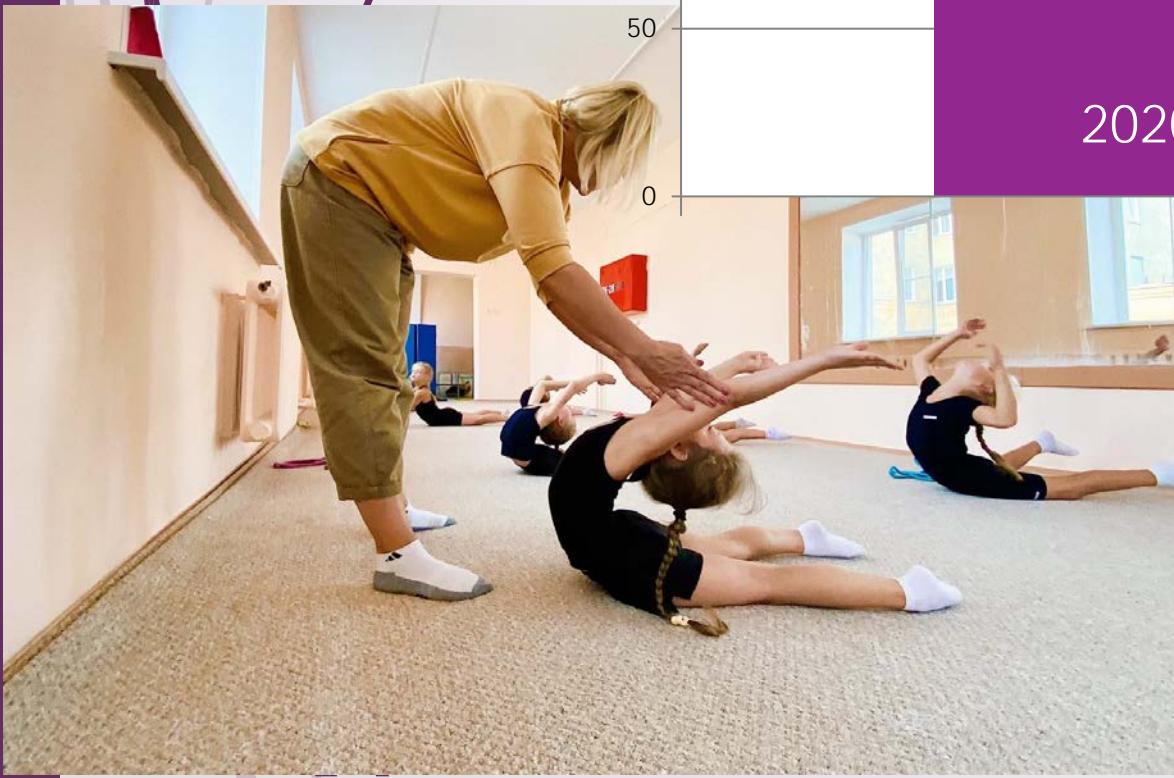
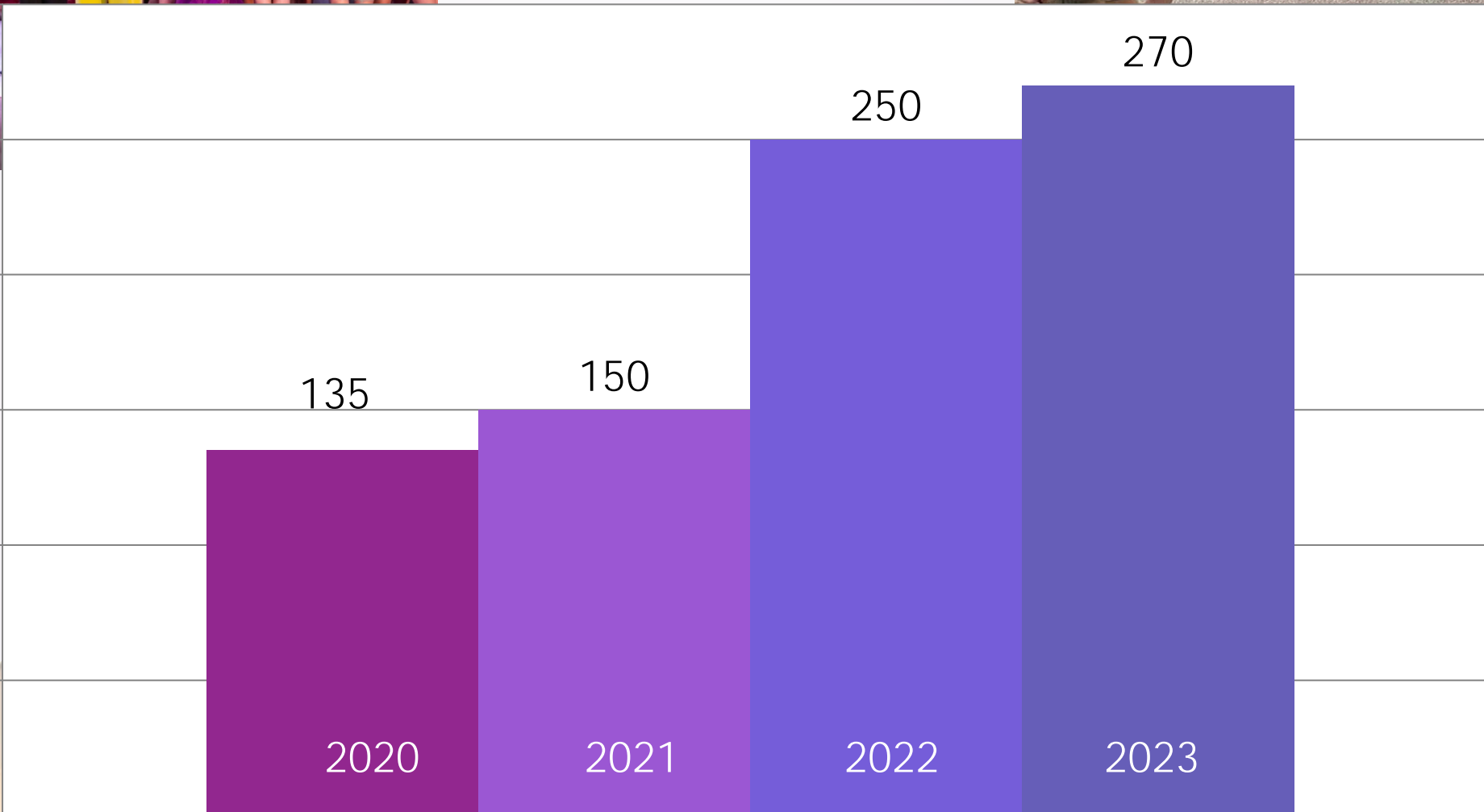
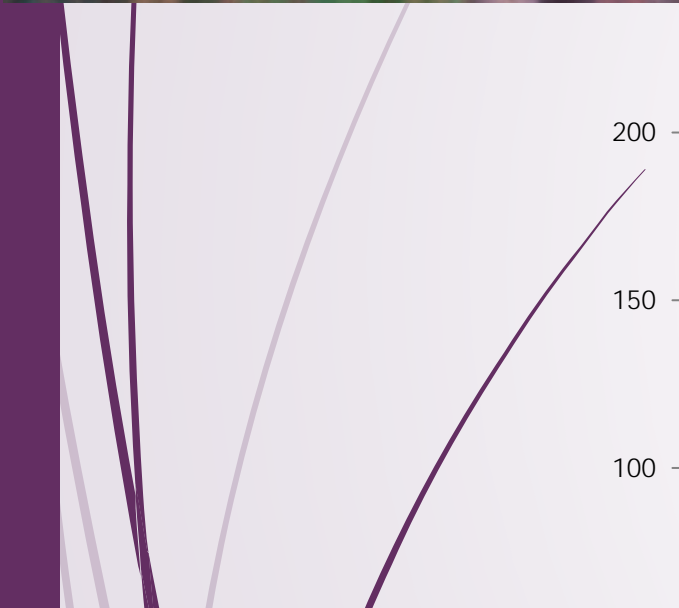
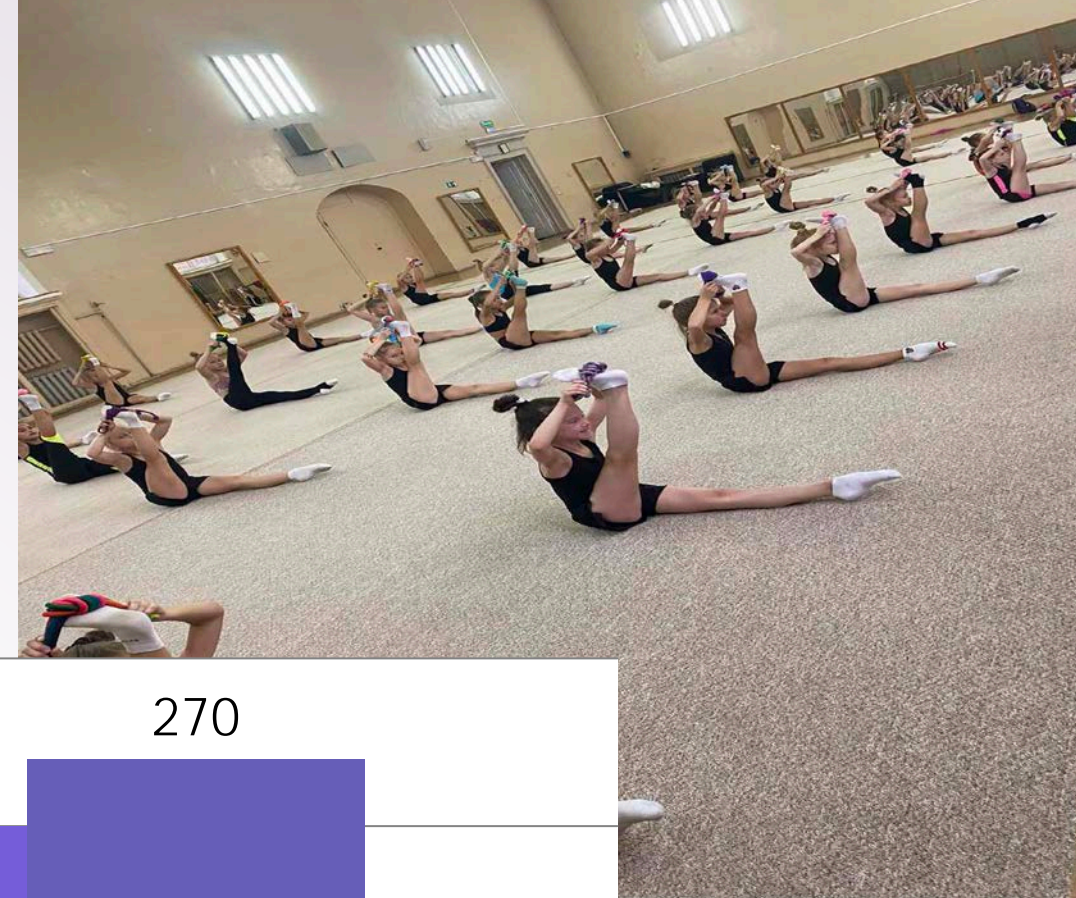
«Золото» Дельфийских игр

Ещё одна радостная весть поступила недавно от руководителя вокально-хореографического ансамбля «Ералаш». Юные танцоры выиграли «Золото» XVI молодежных Дельфийских игр СНГ.



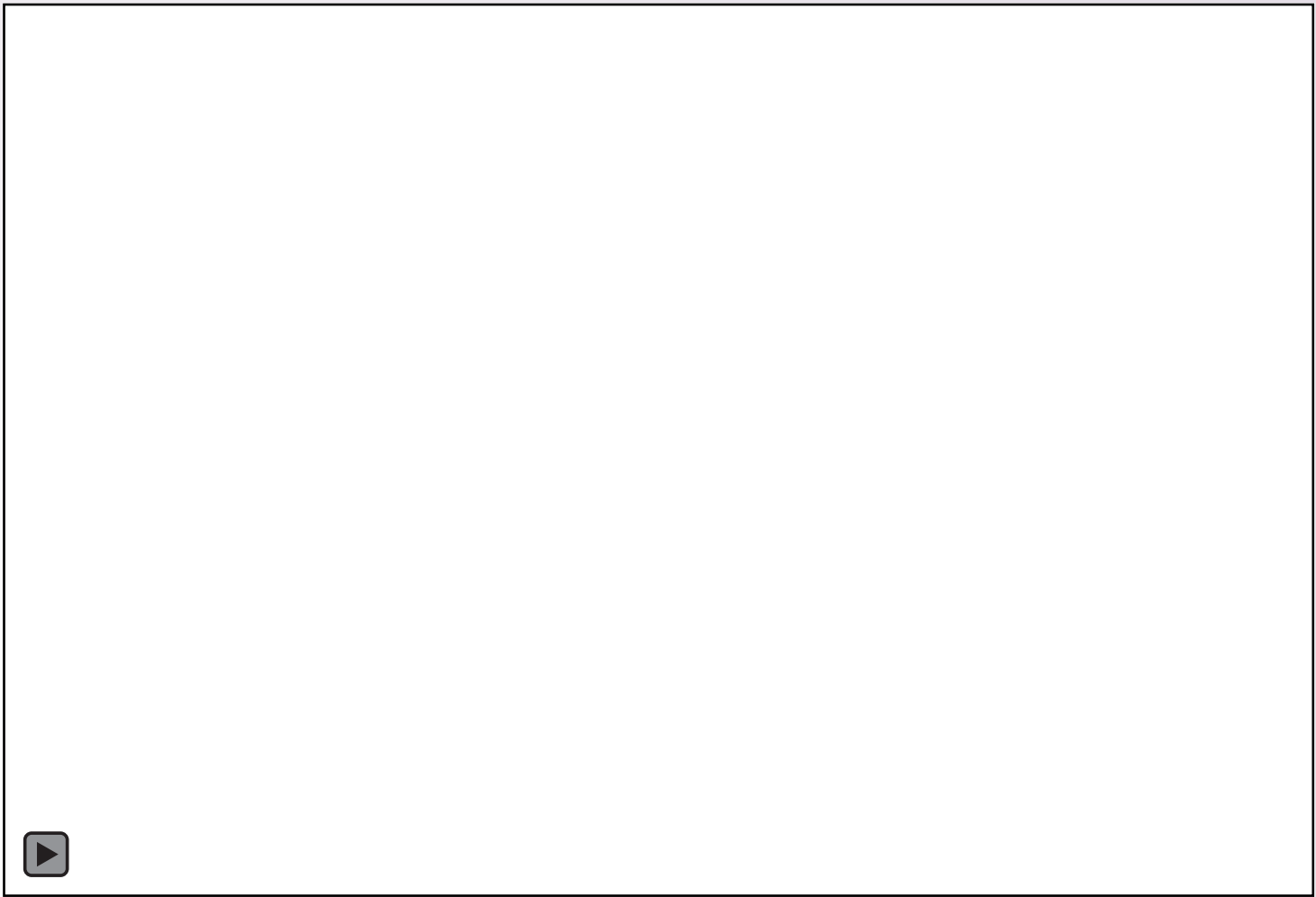


Количество детей,
занимающихся в
Студии
эстетической
гимнастики
«Алекса»



Количество детей





«Мамины крылья»
Обладатель ГРАН-ПРИ Международного
танцевального конкурса «Вдохновение»

