



**Организация ритмической  
гимнастики в процессе  
физкультурно - оздоровительной  
работы с детьми среднего  
дошкольного возраста**

**Воспитатель МБДОУ № 146**

**Леутская Светлана**

**Анатольевна**

**г. Мурманск**



ЭТО

# Ритмическая гимнастика –

гимнастика с

оздоровительной направленностью, основным средством которой являются комплексы гимнастических упражнений, различные по своему характеру, выполняемые под динамическую музыку преимущественно поточным способом и оформленные



**«Оздоровительная доза» -  
направленная на укрепление  
здоровья  
ребёнка, его правильное физическое  
развитие и физическую подготовку**

Укрепление

**опорно-  
двигательного  
аппарата,  
сердечно-  
сосудистую и  
дыхательную  
системы**

**Повышение  
двигательной  
активности**

**Подготовка к  
успешному  
овладению  
сложными  
двигательными  
навыками**

**Возможность  
выразить свои  
индивидуальные  
особенности**







таких,

Движение – это предупреждение  
разного рода болезней, особенно

которые связаны с сердечно-

сосудист

мами.





# Задачи:

1. Формировать основы культуры движений;
2. Развивать основные физические качества;
3. Вырабатывать умения владеть телом, укреплять мышцы;
4. Совершенствовать работу дыхательных органов и органов кровообращения;
5. Повышать физическую работоспособность;
6. Формировать красивую осанку;
7. Воспитывать стойкий интерес и потребность к занятиям физической культурой;
8. Совершенствовать чувство ритма, музыкальность.





Доступность

Наглядность

Систематичность

Принципы  
организации  
занятий

Закрепление  
навыков

Сознательность

Индивидуально-  
дифференциальный  
подход



# Этапы обучения танцевально-ритмическим движениям:

Начальный  
I этап –  
обучение  
упражнению  
(отдельному  
движению)

II этап  
углублённого  
разучивания

III этап  
закрепления и  
совершенствов  
а-ния







# I этап

## обучение упражнению (отдельному движению)







## II этап углублённое разучивание упражнения





# III этап закрепление и совершенствование упражнения







## Вывод:

Ребенку с рождения присуще двигаться. В беге, лазании, прыжках он удовлетворяет естественную потребность в движении, хотя и не осознает значения этой деятельности. Физкультурно – оздоровительные занятия ритмикой развивают детей физически, приучают их к осознанному выполнению физических упражнений, формируют у них представление о здоровом образе жизни.



## Литература

1. Сказочный театр ритмической гимнастики // Дошк. воспитание. – 2004. – № 5 – С. 36 – 37
2. Ритмическая гимнастика // Дошк. воспитание. – 2008. – № 10 – С. 47 – 49
3. Алямовская В. Г. Современные подходы к оздоровлению детей в дошкольном образовательном учреждении /В. Г. Алямовская //Дошкольное образование. - 2004. – С. 17-24.
4. Сивцова А. М. Использование здоровьесберегающих педагогических технологий в дошкольных образовательных учреждениях /А. М. Сивцова //Методист. - 2007. - №2. - С. 65-68.
5. Т. Г. Карепова, Формирование здорового образа жизни у дошкольников // Издательство «Учитель» 2009год.
6. Белая К. Ю. Инновационная деятельность в ДООУ: Метод. пособие // М. : Т. Ц. Сфера, 2005.
7. Новикова И. М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. //М. : МОЗАИКА -
8. Арсеневская О.Н., Система музыкально-оздоровительной работы в детском саду. Издательство «Учитель» 2009 год.





**Спасибо за внимание!**

