



**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

**Повышение
двигательной
активности**

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

**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.





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!

