

**Презентация на
тему:**



**«Применение элементов
художественной гимнастики на
занятиях физической культуры в
школе».**

**Педагог дополнительного образования ГБОУ СОШ №319 Петродворцового района
Самохина Валентина Алексеевна**

* ВВЕДЕНИЕ

Одна из основных задач современного занятия физической культуры – воспитание у учащихся интереса к занятиям.

Это предусматривает:

1. упразднение жесткой регламентации занятия;
2. эмоциональное насыщение;
3. максимальное разнообразие форм, методов и средств физического воспитания.



Цели и задачи художественной гимнастики.

Цели:

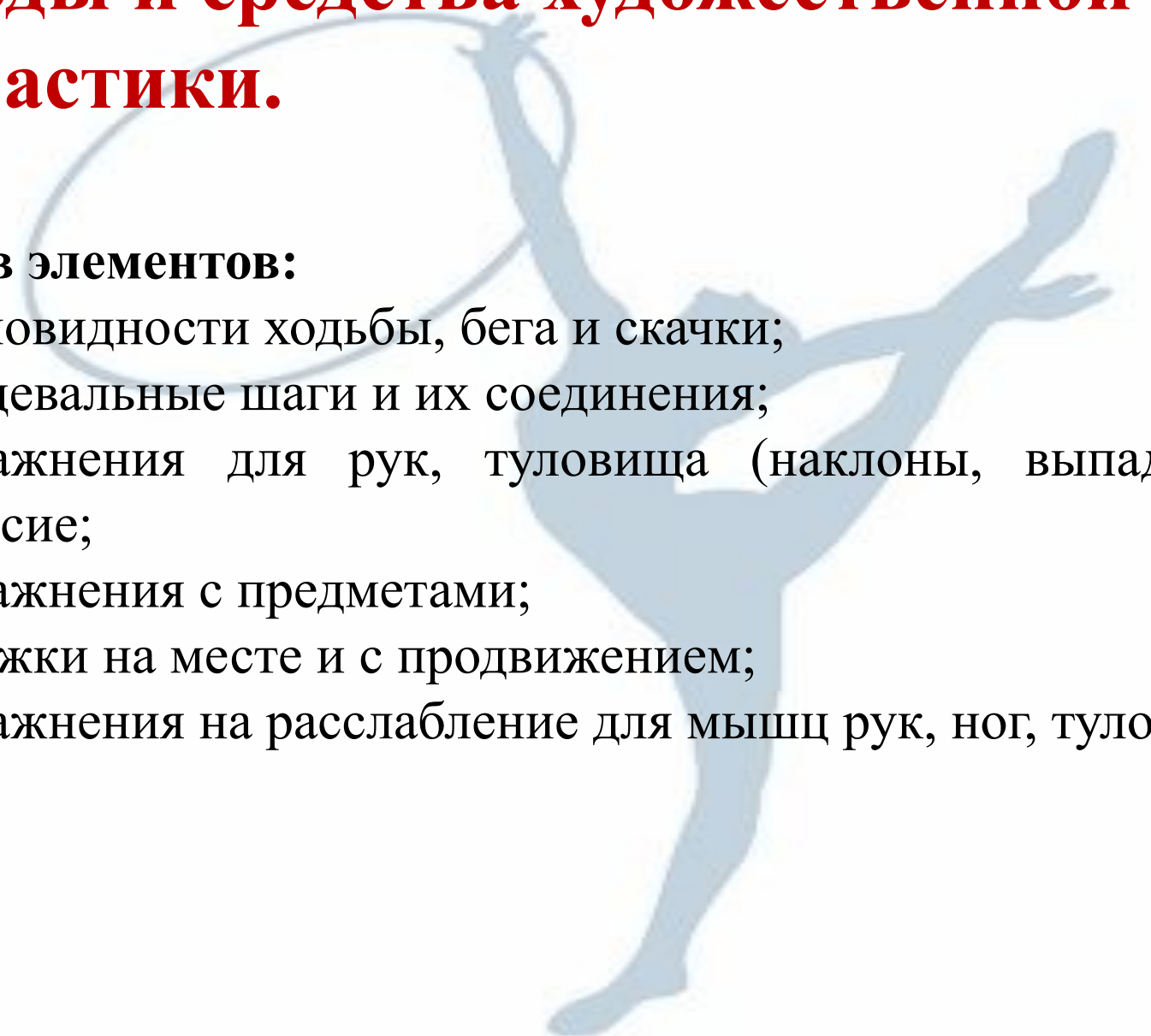
- гармоничное развитие личности;
- укрепление здоровья;
- обеспечение творческого долголетия.

Задачи:

- развитие умения произвольно регулировать силу (степень мышечного напряжения) движений в соответствии с их амплитудой, направлением, темпом и ритмом;
- воспитание умения придавать движениям разнообразную эмоциональную окраску;
- формирование важных музыкально-двигательных умений, навыков и овладение специальными знаниями;
- эстетическое воспитание занимающихся на основе связи движений с музыкой и использования элементов танца.

Методы и средства художественной гимнастики.

6 видов элементов:

- 1) разновидности ходьбы, бега и скачки;
 - 2) танцевальные шаги и их соединения;
 - 3) упражнения для рук, туловища (наклоны, выпады), на равновесие;
 - 4) упражнения с предметами;
 - 5) прыжки на месте и с продвижением;
 - 6) упражнения на расслабление для мышц рук, ног, туловища.
- 
- A light blue silhouette of a rhythmic gymnast is positioned in the background. She is in a handstand position, balancing on her right hand. Her left hand is holding a hoop, which is positioned above her head. Her legs are raised and bent at the knees, with her feet pointing towards the top right corner of the frame.

**укрепление
здоровья и
гармоническое
развитие всех
органов и систем
организм
занимающихся**



**Методы
и
средства**

**формирование
правильной осанки
и гимнастического
стиля выполнения
упражнений**

**развитие
специфических
качеств: пластичности,
танцевальности,
музыкальности,
выразительности и
творческой активности**

**разносторонняя
общая физическая
подготовка и
развитие
двигательных
качеств**

**воспитание
дисциплинированности,
аккуратности,
старательности и
самостоятельности.**

Классификация упражнений.

Подготовительный раздел	Основной раздел	
	Группа А	Группа Б
строевые упражнения	различные виды ходьбы и бега	комбинации упражнений с предметами
общеразвивающие упражнения	пружинные движения	комбинации упражнений без предметов
акробатические элементы	волны и волнообразные движения	
элементы народного танца	махи и взмахи	
упражнения на согласование движений с музыкой	равновесия, повороты, прыжки	
музыкальные игры	упражнения с предметами	

Музыкальное сопровождение занятий.

воспитание чувства
красоты движения



эстетическое воспитание ←

культура поведения ←

эмоциональное
воздействие ←

→ повышается
работоспособность

→ ускоряются процессы
восстановления



знакомство с музыкальной грамотой

**СПАСИБО
ЗА ВНИМАНИЕ!**

