

**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:

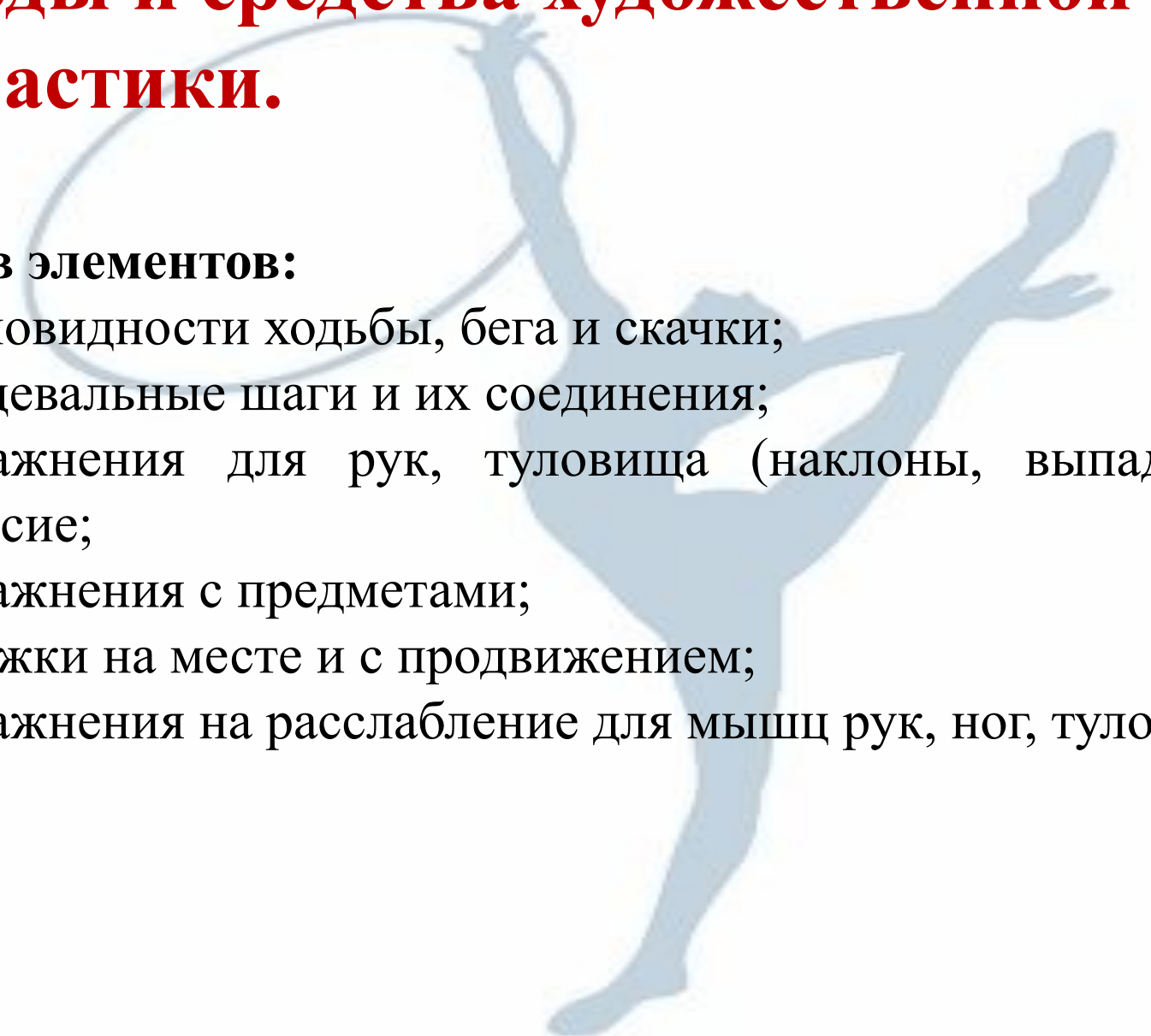
- гармоничное развитие личности;
- укрепление здоровья;
- обеспечение творческого долголетия.

## 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 dynamic pose, with her right leg extended high and bent at the knee, and her left leg supporting her weight. Her right arm is raised, holding a hoop. The background is white.



**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!**

