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.

укрепление здоровья и гармоническое развитие всех органов и систем организм занимающихся

воспитание дисциплинированности, аккуратности, старательности и самостоятельности.

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

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!