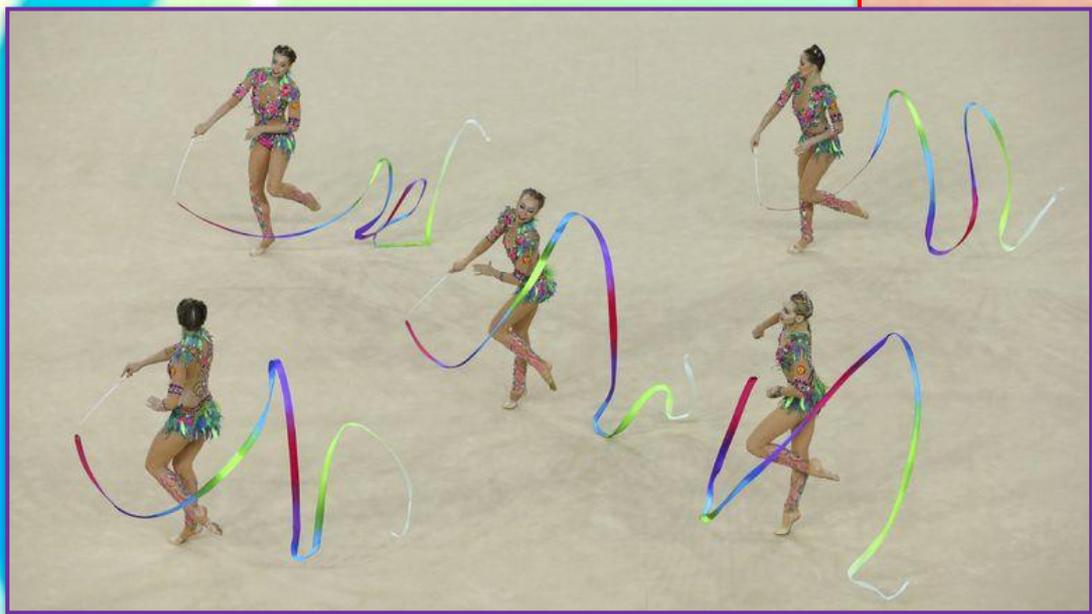


# «Художественная гимнастика с лентой»

Мастер: Соколова Наталья Юрьевна



**В последние годы наблюдается тенденция снижения двигательной активности у современных детей. Несмотря на пропаганду пользы занятий спортом, физической культуры, не все дети имеют возможность посещать различные спортивные секции. Данная практика познакомит детей с таким видом спорта, как художественная гимнастика, позволит детям научиться простым движениям с гимнастической пентой и показать свои**

- **1 встреча: Композиция «Русалки».** Дети знакомятся со спортивным снарядом – гимнастической лентой, научатся выполнять различные круговые движения лентой, взмахи в разных плоскостях.
- **2 встреча: Композиция «Русалки и рыбки»** Дети научатся выполнять змейку лентой, в разных плоскостях и динамике, закрепят знакомые приемы ведения ленты в передвижениях по залу.
- **3 встреча: Композиция «Аквариум».** Дети научатся движению с лентой «восьмерка», закрепят выученные ранее движения в танце в последовательности в соответствии с текстом песни. Дети соединят выученные движения с лентой в групповую композицию, передвигаясь по залу.
- **4 встреча: Показательные выступления** двух команд старшего и подготовительного возраста.

## **Цель программы:**

Обучение детей приемам ведения гимнастической лентой, разучивание последовательности движений в соответствии с музыкальными композициями.

## **Задачи:**

- вызвать у детей интерес к олимпийскому виду спорта,
- познакомить с приемами ведения гимнастической ленты,
- развивать умение ориентироваться в пространстве зала, одновременно двигаясь с лентой;
- развивать крупную моторику, добиваться плавности движения рук;

## Ожидаемый результат:

Дети получают удовольствие, побывав в роли спортсменов гимнастов, выступая с гимнастическими лентами в командном номере.

