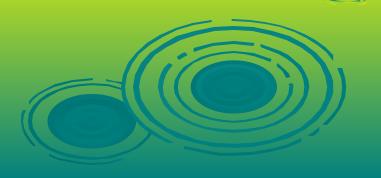
РИТМОПЛАСТИКА





«Здоровье из сказки»



Возможно, самое лучшее, самое совершенное и радостное, что есть в жизни - это свободное движение под музыку И научиться этому можно у ребенка...

А.И. Буренина



Ритмопластика – система физических упражнений для всестороннего гармонического развития тела.

Это один из видов спорта, способствующий раскрытию и реализации внутреннего потенциала, его творческих способностей.



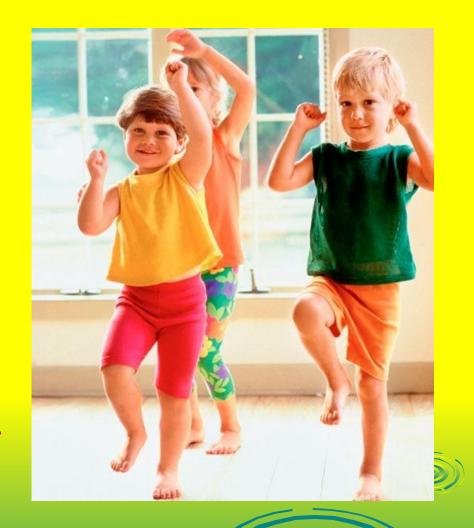
Цель программы:

развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки у детей дошкольного возраста посредством ритмопластики.



Актуальность программы в том, что занятия ритмопластикой позволяют ребенку развивать творческие способности, формировать красивые манеры, походку, осанку, выразительность движений. У детей укрепляется здоровье, укрепляются мышцы, улучшается работа органов дыхания, кровообращения, а в процессе занятий также дети избавляются стеснительности, зажатости и комплексов.

Новизна дополнительной образовательной программы «Здоровье из сказки» состоит в том, что в отличие предмета ритмика, OH содержит два понятия: театрализация и пластика. С раннего детства дети знакомятся со сказками, любят рассматривать иллюстрации, с слушают, удовольствием запоминают и рассказывают. А в данной программе ребенок просто пассивный не слушатель, а активный участник действия, его главное лицо, TO есть дртист



Главной задачей программы является всестороннее развитие ребёнка, а значит, основные составляющие воспитания, предусмотренные «Программой воспитания детей в дошкольных учреждениях», должны найти воплощение в представляемом предмете, а именно:

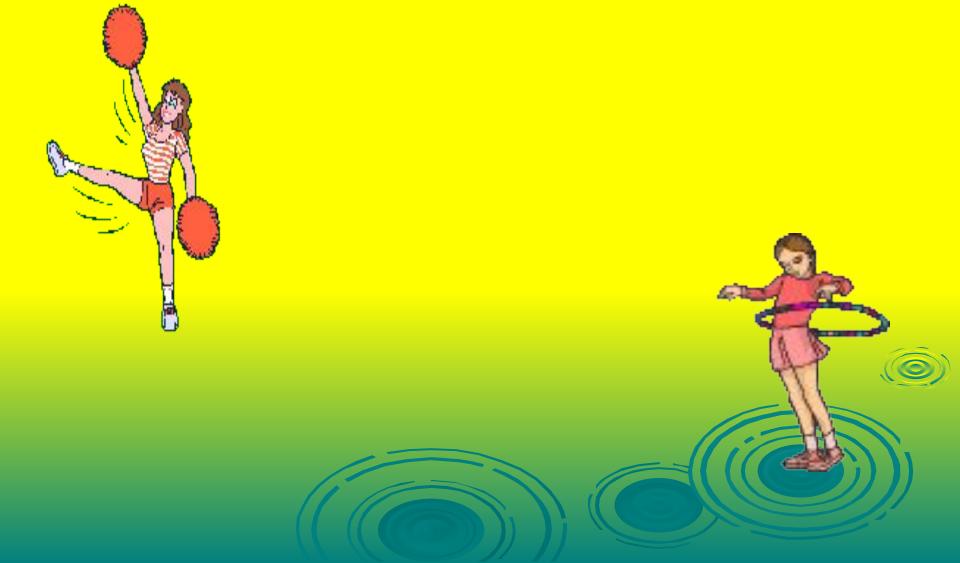


Физическое воспитание Музыкальное Творческое воспитание воспитание «Здоровье из сказки» Интеллектуальное Эстетическое воспитание воспитание Нравственное воспитание

Основная часть программы направлена на повышение физических возможностей ребёнка путём равномерного развития всей мышечной системы, совершенствования двигательных навыков и координации движений, а также с целью профилактики и коррекции некоторых физических недостатков (сутулость, искривление позвоночника, плоскостопие).

Программа прежде всего решает задачи полноценного физического развития детей через гимнастические упражнения, каждое из которых имеет своё содержание и направленность.

- 1 группа упражнений ШАГОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ (развивают ориентировку в пространстве, подвижность в суставах, способствуют красивой походки).
- 2 группа УПРАЖНЕНИЯ НА РАВНОВЕСИЕ (развитие координации движений и вестибулярного аппарата).
 - 3 группа Для ШЕЙНО_ПОЗВОНКОВОГО ОТДЕЛА
- 4 группа УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ МЫШЦ РУК, ГРУДИ И ПЛЕЧЕВОГО ПОЯСА
 - 5 группа УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ МЫШЦ СПИНЫ
 - 6 группа УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ БРЮШНОГО ПОЯСА
 - 10 группа ДЛЯ МЫШЦ НОГ
- 11 группа УПРАЖНЕНИЯ НА ПЛАСТИКУ ДВИЖЕНИЙ (это мягкость, плавность движений).



CIACUDO 3A BHUMAHUE

