

**Выписка из протокола  
заседания педагогического совета ДОУ «Сказка» от 14.12.2017 г. №2**

Председатель - С.П. Болтрукевич, заведующий ДОУ «Сказка»  
Секретарь – Н.А. Безель, старший воспитатель  
Присутствовали: 29 человек

Об эффективности использования упражнений с лентами в развитии физических качеств старших дошкольников.

К.О. Яньшина, воспитатель

**1. СЛУШАЛИ:**

К.О. Яньшина – одним из приоритетных направлений работы детского сада является оздоровление воспитанников. В настоящее время значительно возросло количество детей с ослабленным здоровьем, появляется все больше детей с частыми простудными заболеваниями, излишним весом, нарушением осанки. Уровень заболеваний опорно-двигательного аппарата и костно-мышечной системы в целом неуклонно растёт. Причина кроется в гиподинамии ребёнка, недостатке двигательной активности.

Одним из возможных подходов к повышению эффективности процесса физического воспитания в ДОУ является применение известных и положительно зарекомендовавших себя средств, например, различных видов гимнастики.

Наряду с традиционными формами физкультурно-оздоровительной работы такими, как утренняя гимнастика, физкультурные занятия в зале и на спортивной площадке, совместные с родителями досуги, развлечения, дни здоровья, спортивные праздники, в детском саду широко используются вариативные формы и методы укрепления здоровья и профилактики заболеваний.

Одним из таких методов работы с детьми является художественная гимнастика.

Применение элементов художественной гимнастики в соответствии с образовательными задачами программы оказывает наиболее положительное влияние на физическое развитие воспитанников, прежде всего, на повышение адаптации организма к физическим нагрузкам, улучшение гибкости, растянутости мышц, повышение координации движений, увеличение времени выполнения равновесия, улучшение осанки. Упражнения художественной гимнастики формируют координацию движений. Они выполняются с разной скоростью и различным напряжением мышц.

При проведении разных форм организации двигательной деятельности мы используем доступные элементы художественного движения:

- элементы основной гимнастики (общеразвивающие, строевые и прикладные упражнения);

- упражнения с предметами (лентой, обручем, шарфом, платочками, мячом, скакалкой, булавами);
- упражнения без предметов (равновесие, вращение, перемещение, волны, круги, махи, наклоны, выпады, прыжки и др.);
- упражнения с элементами хореографии и танца;
- упражнения на согласованность движений с музыкой;
- ритмические упражнения;
- упражнения на релаксацию;
- элементы акробатических упражнений.

Именно художественная гимнастика создает условия, которые направлены на укрепление здоровья детей, развивает их двигательные способности, формирует чувства прекрасного, содействует гармоничному пропорциональному росту тела, стройности, хорошей осанке, изяществу, ловкости, грациозности, уверенности в движениях.

Прежде чем приступить к внедрению художественной гимнастики и использованию её элементов в образовательном процессе, был приобретен спортивный инвентарь (скакалки, обручи, мячи, ленты), который в этом году был пополнен. Двигательное творчество обогащается использованием обруча, скакалки, гимнастической скамейки, шведской стенки, каната. Упражнения включаются в сценарии спортивных праздников и развлечений. Показать свое мастерство и умение дети готовы на любых праздниках. Спортивные номера украшают утренник, делают его многограннее.

Для воспитателей были организованы консультации, мастер - классы, цикл занятий «Использование элементов художественной гимнастики в двигательной активности воспитанников»; подготовлена картотека подвижных игр, направленных на развитие двигательных качеств, ловкости, гибкости, быстроты, выносливости; разработан ряд физкультурных досугов с использованием элементов художественной гимнастики для дошкольников.

#### **РЕШИЛИ:**

7.1. Принять к сведению и использовать на практике положительный опыт А.А. Каменской по организации двигательной деятельности детей старшего дошкольного возраста с использованием элементов художественной гимнастики.

Ответственные: воспитатели

Сроки: постоянно

Председатель:  
Секретарь:



С.П. Болтрукевич  
Н.А. Безель