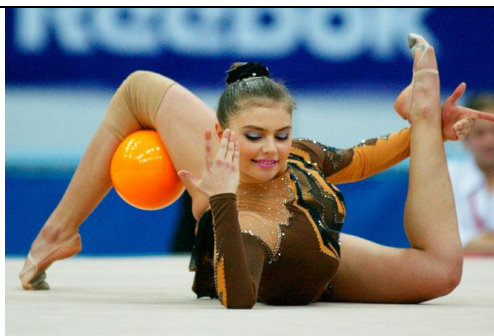


Информация для родителей

Название вида спорта	Художественная гимнастика
Описание вида спорта	<p>Художественная гимнастика – одна из самых зрелищных и изящных видов спорта, суть которого заключается в выполнении гимнастических и танцевальных упражнений. Упражнения выполняются с использованием предметов (обруч, мяч, скакалка, лента, булава), так и без них. Художественная гимнастика является Олимпийским видом спорта. Первая Высшая школа художественного движения была открыта в Санкт – Петербурге в институте физической культуры им.П.Ф. Лесгафта. После завершения Олимпийских игр в Москве (1980г), на конгрессе МОК было принято решение о включении художественной гимнастики в программу Олимпийских игр и с 1984 г. начинается Олимпийская история художественной гимнастики. В последнее время на соревнованиях мирового класса, выступления без предметов - не проводятся. Все упражнения идут под фонограмму, длительность каждого упражнения 75-90 секунд. Соревнования проходят на гимнастическом ковре, размером 13*13 метров. Выступления оцениваются судьями, по двадцати бальной системе.</p>
Значение для детей дошкольного возраста	<p>Исключительно женский вид спорта. В процессе занятий формируются жизненно важные двигательные умения и навыки (приобретаются специальные знания, воспитываются моральные и волевые качества). Учит соблюдать правила эстетического поведения, формирует понятие о красоте тела, воспитывает вкус, музыкальность. Музыкальное сопровождение развивает музыкальный слух, чувство ритма, согласованность движений с музыкой. Элементы танца расширяют общий кругозор, способствуют развитию координации движений, ритмичности, эмоциональности, совершенства двигательных качеств. Художественная гимнастика применяется в</p>

	<p>целях всестороннего, гармонического физического развития, укрепления здоровья и совершенствования двигательных функций, осанки. Оказывает большое влияние на физическое и умственное развитие – организм меньше подвержен стрессам. Повышается концентрация и устойчивость внимания, снижение простудных заболеваний. Совершенствуется функциональная возможность организма (сердечно – сосудистая, дыхательная система), правильная осанка, укрепление мышечного корсета, развитие гибкости.</p>
<p>Сроки начала занятий</p>	<p>Идеальным сроком начала занятий художественной гимнастики от 4х до 6ти лет.</p>
<p>Ограничения для занятий</p>	<p>Художественная гимнастика очень травмоопасна. Занятия этим спортом нежелательны при различных заболеваниях позвоночника. Более того: гимнастика может спровоцировать сколиоз!</p> <p>Противопоказания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - миопия любой степени - патология шейного отдела - заболевания органов дыхания (бронхиальная астма) - сколиоз
<p>Известные спортсмены, олимпийские чемпионы</p>	<p>Алина Кабаева – одна из самых титулованных в мире гимнасток, российская спортсменка, Заслуженный мастер спорта России, общественный деятель. Победительница XXVIII летних Олимпийских игр 2004 года в Афинах. Бронзовый призёр XXVII Олимпийских игр 2000 года в Сиднее. Двукратная абсолютная чемпионка мира (1999 и 2003). Пятикратная абсолютная чемпионка Европы (1998—2000, 2002, 2004). Шестикратная абсолютная чемпионка России (1999—2001, 2004, 2006—2007)</p>



Евгения Канаева стала первой в истории 2х кратной чемпионкой Олимпийских игр по худ.гимнастике в индивидуальном многоборье. На 29 чемпионате мира в Японском городе Мье спортсменка установила абсолютный рекорд, завоевав 6 золотых медалей из 6ти возможных.



Ляйсан Утяшева - российская спортсменка по художественной гимнастике. Неоднократная победительница Российских и Международных соревнований. Чемпионка мира, 6ти кратная чемпионка Европы, обладатель Кубка мира 2001/02г. победительница Юношеских игр стран СНГ и Балтии 2002г. Заслуженный мастер спорта.



Спортивные школы	Спец.детско – юнош.школа Олимпийского резерва - Центр худ.гимнастики Жемчужина	Адрес: Петровский пр. д.16	Контактная информация телефон: 7(812)230-65-98 сайт: www.qpearl.ru
Фотографии или иллюстрации детей, занимающихся этим видом спорта	  		

