Художественная гимнастика – это выполнение различных комбинаций под музыку, состоящих из пластичных и динамичных гимнастических, танцевальных и акробатических упражнений с предметом (лентой, мячом, обручем) и без него.

Художественная гимнастика в детском саду - это, прежде всего интерес детей к этому виду спорта. На занятиях по художественной гимнастике используются различные забавные игры, образные этюды, где происходит диалог ребенка с предметом (лента, обруч, мяч). И через эту связь дети выражают свое собственное восприятие к прекрасному, свою неповторимость, индивидуальность.

**Композиция № 6**

*( 8 девочек с шарами)*

1. Построение в две шеренги. Стойка на носках, шары в прямых руках перед собой. Покачивание головой влево и вправо.
2. Полуприсед, передавая шар дугами через стороны.
3. Полуприсед, передавая шар дугами через верх.
4. Поворот на 360° вправо, шар вверху на прямых руках.
5. Поворот на 360° влево, шар вверху на прямых руках.
6. Поочередное подкидывание шаров вверх, с последующим приседом на одно колено.
7. Поворот в стойке на носках на 360° вправо, шар в правой руке.
8. Поочередное подкидывание шаров вверх, с последующим приседом на одно колено.
9. Поворот в стойке на носках на 360° влево, шар в левой руке.
10. Перестроение в две колонны.
11. Повторение движений.
12. Перестроение в одну шеренгу, подбросить шары вверх.

13.Повторение №5, №6, №7.

1. Взмах лентой назад, сед в полушпагат.

**Композиция № 2**

*(4 девочки с лентами)*

1. Ходьба на носках навстречу друг другу, работа лентой справа «мелкой змейкой».
2. Кружение в парах, работа лентой «мелкой змейкой».
3. Ходьба на носках, меняясь местами, работа лентой справа «мелкой змейкой».
4. Поворот на 180° работа лентой «мелкой змейкой».
5. Повторение №1,2,3,4.
6. Шаг в перед, взмах лентой вверх, опуская ленту перед собой «мелкой змейкой».
7. Поворот на 360° на месте, волнообразные движения лентой перед собой.
8. Шаг вперед, взмах лентой вверх, опуская ленту перед собой «мелкой змейкой».
9. Поворот на 360° на месте, волнообразные движения лентой перед собой.
10. Ходьба на носках навстречу друг другу, работая лентой перед собой «мелкой змейкой».
11. Ходьба на носках спиной вперед на свои места, работа лентой перед собой «мелкой змейкой».
12. Стойка на носках, работа лентой справа «мелкой змейкой».
13. Боковые взмахи лентой в полуприседе.
14. Поворот на 360° работа лентой справа «мелкой змейкой.
15. Повторить №13,14.
16. Шаг в перед, взмах лентой вверх, опуская ленту перед собой «мелкой змейкой».
17. Поворот на 360° на месте, волнообразные движения лентой перед собой.
18. Повторение № 10,11.
19. Повторение № 1,2,3,4.
20. Шаг в перед, взмах лентой вверх, опуская ленту перед собой «мелкой змейкой».
21. Сед в полушпагат, взмах лентой вверх

**Композиция № 3**

*(одиночное выступление с лентой)*

1.Передвижение на носках вперед – назад, работая лентой справа

«мелкой змейкой».

2.Поворот на 360° вправо, работая лентой справа «мелкой змейкой».

3.Поворот на 360° влево, работая лентой справа «мелкой змейкой».

4.Шаг вперед, взмах лентой вверх, опуская ленту перед собой «мелкой змейкой».

5.Поворот на 360° на месте, выполняя волнообразные движения лентой перед собой.

6. Передвижение на носках вперед – назад, работая лентой справа

«мелкой змейкой».

7.Мягкие выпады в левую и в правую стороны, работа лентой перед собой «мягкие волны».

8.Боковые взмахи лентой в полуприсяде.

9. Шаг вперед, взмах лентой вверх, опуская ленту перед собой «мелкой змейкой».

10. Поворот на 360° на месте, выполняя волнообразные движения лентой перед собой.

11. Передвижение на носках вперед – назад, работая лентой справа

«мелкой змейкой».

12.Стойка на правой, работа лентой справа «мелкой змейкой».

13. Поворот на 360°на месте, выполняя волнообразные движения лентой перед собой.

14. Шаг вперед, взмах лентой вверх, опуская ленту перед собой «мелкой змейкой».

15.Взмах лентой вверх, медленно опускаясь в продольный шпагат.

**Композиция № 4**

*(пять девочек с лентами)*

1. Ходьба на носках навстречу друг другу, работа лентой справа «мелкой змейкой».
2. Поворот на 360°, располагаясь через центр зала в одной линии, работая лентой справа «мелкой змейкой».
3. Поменяться местами.
4. Поворот на 180°, работа лентой «мелкой змейкой».
5. Повторить № 1,2, 3,4.
6. Шаг навстречу друг другу, взмах лентой вверх, опуская ленту перед собой «мелкой змейкой».
7. Поворот на 360°, выполняя волнообразные движения лентой перед собой.
8. Четыре мягких шага навстречу друг другу, работа лентой «мелкой змейкой».
9. Вернуться на свои места.
10. Стойка на носках, работа лентой «мелкой змейкой».
11. Переход в центр зала, поворот на 360°, работая лентой справа «мелкой змейкой».
12. Первая линия меняются местами, поворот на 360°, работа лентой «мелкой змейкой».
13. Вторая линия меняются местами, поворот на 360°, работа лентой «мелкой змейкой».
14. Шаг вперед, взмах лентой вверх, опуская ленту перед собой «мелкой змейкой».
15. Поворот на 360°, выполняя волнообразные движения лентой перед собой.
16. Четыре мягких шага вперед, работа лентой «мелкой змейкой».
17. Вернуться в И.П.
18. Боковые взмахи лентой в полуприсяде.
19. Поворот на 360°, работая лентой «мелкой змейкой».
20. Повторить №18,19.
21. Шаг вперед, взмах лентой вверх, опуская ленту перед собой «мелкой змейкой».
22. Поворот на 360°, выполняя волнообразные движения лентой перед собой.
23. Взмах лентой вверх - назад, средняя линия медленно опускается в продольный шпагат, а первая и вторая линии в полушпагат.

**Композиция № 5**

*(композиция с полотном)*

1. Стоя в кругу, лицом друг к другу, полотно в руках.
2. Стойка на носках.
3. Ходьба на носках спиной вперед из круга, полотно в руках перед собой.
4. Мягкий бег на носках по кругу, полотно в левой руке.
5. Вернуться в И.П.
6. Одновременное поднятие полотна вверх (2р.)
7. Поочередное поднятие полотна вверх по 2 раза.
8. Ходьба на носках в центр круга, полотно в руках перед собой.
9. Вернуться в И.П.
10. Ходьба на носках в центр круга за скручивающимся полотном.
11. Ходьба на носках из центра круга, раскручивая полотно.
12. Одновременное поднятие полотна вверх (2р.)
13. Поочередное поднятие полотна вверх.
14. Ходьба на носках в центр круга, полотно в руках перед собой.
15. Вернуться в И.П.
16. Закручиваясь в полотно двигаться к центру круга.
17. Вернуться в И.П.
18. Одновременное поднятие полотна вверх (2р.)
19. Поочередное поднятие полотна вверх по 2 раза.
20. Ходьба на носках в центр круга, полотно в руках перед собой.
21. Вернуться в И.П.
22. Мягкий бег по кругу, полотно в левой руке.
23. Вернуться в И.П.
24. Мягкий бег по кругу, полотно в правой руке.
25. Вернуться в И.П.
26. Мягкие шаги на носках в центр круга, опуская полотно.