

**Комплекс общеразвивающих движений  
игровым методом:**

**«Обезьянки»**

**И. п.:** ноги в 6-й позиции, руки вдоль туловища.

1-8 – марш с правой ноги на месте.

1-8 – попеременные хлопки в ладоши, на каждый счёт.

1-8 – прыжки на месте на каждый счёт, руки на пояс.

1-6 – поочерёдное выпрямление согнутых в локтях рук («боксеры»).

7-8 – приседание.

1 8 – медленный подъём («вылезают из пелёнок»).

1-2 – поворот вправо, правая рука ко лбу.

3-4 – руки на пояс.

5-8 – то же влево.

1-8 – поочерёдные приседания (право-лево).

1-2 – прыжок ноги врозь, руки в стороны.

3-4 – и. п..

5-8 – то же.

**Проигрыш**

1-16 – активный бег на месте.

1-16 – ползание на четвереньках.

1-8 – лёжа на спине махи руками и ногами («барахтание»).

С окончанием музыки – засыпают (руки под щёчкой).

Песенка из мультфильма «Осторожно обезьянки» («В каждом маленьком ребенке...»)

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад «Радуга»

**Памятка**

**«Общеразвивающие движения игровым методом как эффективное средство музыкально-ритмического развития дошкольника».**



Педагог дополнительного образования:

Шляхова Н.С

п. Тазовский

2016 г.

Хореография, как учебная дисциплина входит в систему дополнительного образования детей. Как показывает практика дошкольных учреждений – не зря. Потребность в движении у человека является врожденной. Полное удовлетворение этой потребности особенно важно в раннем и дошкольном возрасте, когда формируются все основные системы и функции организма. Особенно у старших дошкольников потребность в двигательной активности настолько велика, что врачи и физиологи называют период от 5 до 7 лет возрастом двигательной расточительности. Занятия хореографией являются отличным способом решения данной проблемы, так как дети очень любят танцевать и делают это с большим удовольствием, а детские танцевальные коллективы всегда пользуются большой популярностью не только у детской аудитории, но и у взрослых.

Танец пробуждает у ребёнка светлые и радостные чувства. Путём танцевальной импровизации под понравившуюся музыку у детей развивается способность к самостоятельному творческому самовыражению, формируется умение передавать услышанный музыкальный образ в рисунке, пластике. Использование на занятиях танцевальных композиций, в которых радостное, весёлое соседствует с лирическим, спокойным вырабатывает у детей навык эмоционального регулирования своего состояния. Занятия хореографией являются неотъемлемой частью оздоровительно-профилактической работы, которая способствует развитию опорно-двигательного аппарата, формированию правильной осанки, содействует профилактике плоскостопия, функциональному

совершенствованию органов дыхания, кровообращения и сердечно – сосудистой системы организма.

Основной формой общественной жизни и способом физического, психического развития, воспитания нравственно-волевых качеств, творческих способностей в дошкольном возрасте является игра! Поэтому обучение общеразвивающим движениям детей станет намного эффективней, если они будут проведены в игровой форме, в которой дети творчески познают возможности своего тела: умение выполнять различные виды шагов, бега, покачивания, балансировку, повороты, кружения, приседания, наклоны и многое другое.

Общеразвивающие движения является базой всех современных направлений музыкально-ритмического воспитания: игроритмика, танцевально-ритмическая гимнастика, игропластика, музыкально-подвижные игры, образно-игровые упражнения, танцы импровизации.

Форма занятия через игру позволяет быстрее добиться запоминания необходимых понятий и знаний, повышает интерес к танцевальной деятельности, развивает фантазию, память и воображение ребенка, помогает самореализоваться, вызывает веселое настроение.