

Игры и игровые упражнения с элементами эвритмической гимнастики



Игры и игровые упражнения с элементами эвритмической гимнастики

Пояснительная записка.

Методическое пособие содержит игры и игровые упражнения с элементами эвритмической гимнастики. Данный материал был собран и разработан в рамках проектной площадки. «Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере дошкольников с общим недоразвитием речи с использованием нетрадиционных техник»

Примерные разработки, направлены на устранение заторможенности физических процессов, повышение двигательной активности, развитие физических качеств, умений, навыков, и улучшения здоровья детей 5-7-летнего возраст.

Представленный методический материал адресован педагогам образовательных учреждений, реализующих основную образовательную программу дошкольного образования, родителям и учителям начальной школы.

В основе составления эвритмических упражнений лежит методическое пособие: Нетрадиционные подходы к физическому воспитанию детей в ДОУ Н. А. Мелехина, Л. А. Колмыкова. - Санкт-Петербург : Детство-Пресс, 2012. - 110, [1] с. : табл.; 21 см.; ISBN 978-5-89814-805-8 GR Гр ДОУ. Методическое пособие: Здоровьесберегающие технологии в начальной школе/И.В.Абрамова, Т.И.Бочкарева.- Самара:СИПКРО-157с.

Игры с элементами эвритмической гимнастики

Идем за Синей птицей. Дети двигаются по группе друг за другом и произносят многократно слова:

Мы длинной вереницей

Идём за синей птицей,

Идём за синей птицей

Идём за синей птицей.

Дети прыгают в так музыке, сопровождая прыжки хлопками над головой и по бёдрам, Внезапно музыка обрывается, играющие должны застыть в позе, на которую пришлась остановка музыки. Кто сменит позу,- выбывает.

Расставь посты. Под ритмичную музыку, дети идут по кругу. Впереди идёт «командир». Когда командир хлопает в ладоши, идущий последним ребёнок должен остановиться. Так командир расставляет всех детей в задуманном порядке.

Успей выбежать. Музыка используется любая ритмичная. Дети образуют круг. В середину круга выходят 7-8 детей. Дети, стоящие по кругу поворачиваются в правую или левую сторону и, держась за руки, бегут по кругу. Дети, стоящие в середине хлопают им в ладоши в ритме музыки. После остановки музыки дети быстро встают и поднимают вверх сцепленные руки. Воспитатель быстро считает до трёх. За это время дети, стоящие в середине, должны успеть выбежать из круга. После счёта «три» дети быстро опускают руки. При повторении игры в середину встают другие дети.

Кот идёт. Для игры необходимы две мелодии. Первая - ритмичная, среднего или быстрого темпа, под неё мыши бегают, прыгают, веселятся. Другая музыка - плавная, спокойная, под неё выходит кот. Мыши замирают, и тех, кто пошевелится, кот забирает к себе «домой».

Шалтай-болтай. Дети под спокойную музыку, поворачивают туловище влево и вправо, руки свободно болтаются ,как у тряпичной куклы. На слова «свалился во сне»резко наклоняют туловище вниз.

Шалтай-болтай

Сидел на стене.

Шалтай-болтай

Свалился во сне.

Лошадки. Дети стоят в разных местах зала, каждый должен запомнить своё место. Под песню Т. Морозова «Пони» все двигаются прямым галопом по залу, а с окончанием музыки должны вернуться на своё место.

Котята. Для игры необходимы две мелодии. Под одну мелодию дети в парах идут по кругу. Под другую мелодию первый номер опускаются в упор, «стоя на ладонях и ступнях», второй на четвереньках пролезает под ним. Под звуки первой мелодии игра возобновляется, но при условии, что упор стоя принимают вторые номера.

Карлики и великаны. Игра проводится в движении по кругу. Музыка любая ритмичная. Под громкую музыку дети изображают великанов, выполняя ходьбу на носках руки вверх. Под тихую музыку дети изображают карликов, выполняя ходьбу в приседе, руки на поясе. Воспитатель следит за тем, чтобы дети правильно и своевременно играли роль персонажей, отмечая внимательных детей.

Комплекс эвритмической гимнастики с произношением подражательных звуков «Зверушки»

Слова ведущего: *«два утёнка»* дети: КРЯ-КРЯ-КРЯ

Упражнение: согнуть руки к плечам как «крылышки» поднимать вверх-вниз, не отрывая пальцы от плеч.

Слова ведущего: *«два мышонка»* дети: ПИ-ПИ-ПИ

Упражнение: дети поднимают руки вверх и изображают ушки мышонка.

Слова ведущего: *«учат прыгать лягушонка»* дети: КВА-КВА КВА.

Упражнение: прыжки на двух ногах, руки перед собой согнуты в локтях изображают лапки «лягушки»

Слова ведущего: *«разыгралась мелкота, видно рядом нет кота»*
дети хлопают в ладоши

Слова ведущего: *«раз, два, три, четыре. Появилась кошка Филя»*
дети: МУР-МУР-МУР .

Упражнение: ходьба, на месте высоко поднимая колени, руки имитируют лапки «кота», который крадёт

Слова ведущего: *«глазки умывала, лапки облезала»* Упражнение: поглаживание по бровям правой и левой рукою; поглаживание кистей рук сверху правой и левой рукой.

Слова ведущего: *«и присев тихонько, вдруг сказала»* дети произносят «МЯУ»!

Игровое упражнение «Кролик»

1. Маленький кролик
По имени Джоник



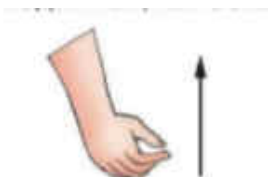
2. Всех нас смеяться
Заставил до колик



3. Прыгал за белкой,
За уткой скакал



4. Лапкой тюльпан
Поднимал, как бокал



5. Ах, как смешно
Его ушки торчали



6. Мы хохотали,
Души в нем не чая



7. Но на опушке,
Заметив лису



8. Он подмигнул нам
И скрылся в лесу



Дидактическое пособие «Физкультминутка».

Для игры дети встают в круг. И под веселую ритмичную музыку передают кубик по кругу. По окончании музыки, ребенок у кого остался кубик, выходит в центр круга называет букву и упражнения, той картинки которая на него смотрит. Воспитатель читает стихотворение для этого упражнения, а все дети его выполняют. По окончании выполнения упражнения, ребёнок встает на своё место и игра продолжается.





Акула

В море, не касаясь дна,
Рыба плавает одна.
Остальным всем страх внушая
Злая, сильная, большая!
То косит глазами хмуро,
То торпедой мчит вперед.



Е единорог

Единорог

Моя мечта - ЕДИНОРОГ!!!

Хочу с ним подружиться.

И, потеряв волшебный рог,

По лесу прокатиться.

Маша Штурм



Жук

Жук в пеньке устроил дом
И живет отлично в нем.
Под трухлявою корой
Хорошо и в дождь и в зной.

И. Оржех



З

звезда

Звезда

Спряталась за облачко
Маленькая звездочка.

Задремала в небе
Слабым огоньком.
Не спалось, наверно,
Озорнице днем.



К

кобра

Кобра

Кобра шипит, шипит, шипит,
Полгода учит алфавит,
Устала бедная уже,
А знает только букву -
Ш-Ш-Ше.

Т. Чудинова



Лягушка

Вот с насиженной гнилушки,
В воду шлепнулись лягушки
Стали квакать: «Кве-Ке-Ке»
Будет дождик на реке



М

МОСТИК

Мостик

Ходят люди по мосту.
В эту сторону и в ту.
А когда идут лошадки,
Держит спину мостик шаткий.
И не скрипнет нипочём.
Хорошо быть силачом!

Ю. Симбирская



Мышь

Мышь нашла кусочек сыра
Мышка съесть его решила
В нем прогрызла столько дыр,
Что сама кругла, как сыр

Н. Тарасова



Н

НОЧЬ

Ночь

Ночь пришла,
Устали глазки.
Тихо, тихо полежу.
Пусть во сне
Приснятся сказки.
Я сестре их расскажу.

И. Горбачева



О

обезьяна

Обезьяна

По деревьям и лианам
Любит прыгать **обезьяна**.
Хвост ей самый лучший друг,
Вместе с ним, у ней пять рук!

О. Ефимова



Фламинго

Неподвижно, как картинка
На ноге стоит фламинго,
Видно, в розовый рассвет
Примерял любимый цвет.

С. Рейн



Юла

Всех детишек завела
Непоседушка юла.
Юбку пёструю надела,
Закружила, завертела!

И. Евдокимова

