

# Картотека игровых подражательных движений

Подражательные движения имеют большой потенциал в обучении дошкольников разнообразным видам движений. С подражания интересному для ребёнка образу начинается познание ребёнком техники движения, танцевальных и спортивных упражнений, игр, театрализованной деятельности и т. д.

Подражательные движения - это самый доступный детям способ восприятия любой двигательной деятельности. Объясняя ребёнку технику ползания с опорой на ноги впереди, а на руки сзади, за спиной, можно потратить много времени, но назовите движение: «Паучок», покажите его, и ребёнок преодолеет любое двигательное препятствие, потому что это уже игра. А дальше ваш «паучок» будет ползать с подниманием и опусканием живота (для укрепления мышц, прыгать на двух ногах, подскакивать с ноги на ногу, кружиться и вертеться на двух ногах и одной руке, а это уже и танцевальное движение.

При назывании движения через образ дети подражают животным, людям разных профессий и т. д. Образно-подражательные движения развивают у них творческую двигательную деятельность, двигательную память, творческое мышление, быстроту реакции, ориентировку в движениях и пространстве, внимание, фантазию и т. д.

С помощью подражательных движений дети достигают высоких результатов, тем самым удовлетворяя свой двигательный потенциал, раскрывая свои природные задатки, интересы и способности.

## **Мышка:**

ходьба на носках семенящим шагом

И. П. :Стоя на носках, согнуть в локтях руки; кисти рук перед грудью соединить пальцами вниз

Связь с другими образовательными областями: рассматривание иллюстраций с изображением мышек. Наблюдение за мышками в зимнем саду. Знакомство с повадками и характерными чертами мышки через движение рук с поворотами головы и всего туловища. Попытка имитационного движения мышки.

В младшем дошкольном возрасте: Ходьба на носках с имитационными движениями рук, в чередовании с обычной ходьбой

С средним дошкольным возрастом: Ходьба на носках семенящим шагом, с высоким подниманием от пола пяток и имитационными движениями рук и головы, подражая мышке и изменяя темп движения в разных направлениях

В старшем дошкольном возрасте: Самостоятельно и точно выполнять технику ходьбы на носках семенящим шагом с изменением темпа и направления. Творчески передавать характер и повадки мышки мимикой и движением туловища

### **Цыпленок:**

ходьба на пятках с ритмическими движениями рук в стороны

И. п. :Стоя на пятках, руки опустить вниз, а кисти рук — в стороны

Связь с другими образовательными областями: рассматривание иллюстраций с изображением цыплят. Знакомство с образом цыпленка, попытка имитационного движения

В младшем дошкольном возрасте:Ритмическая ходьба со взмахом рук в стороны

В среднем дошкольном возрасте:Чередование ходьбы на пятках с обычной ритмической ходьбой и движением рук в стороны

В старшем дошкольном возрасте:Уверенная ходьба на пятках с четкой координацией рук и передачей характера образа цыпленка

### **Котенок:**

ползание с опорой рук и колен

И. п. :Стоя на коленях, косаясь руками пола

Связь с другими образовательными областями: рассматривание иллюстраций с изображением котят. Знакомство с образом. Попытка передать характер и повадки котенка через движения и звукоподражание

В младшем дошкольном возрасте: Ползание с опорой на руки и колени, с изменением темпа и направления. Эмоциональная передача образа мимикой лица и движением туловища. Уметь вставать с колен на задние лапки (ноги) и ходить на них

В среднем дошкольном возрасте:Ползание с прогибанием спины вниз, а головы вверх и наоборот. Подлезать под шнур, прогибая позвоночник.

В старшем дошкольном возрасте: Выполнять разные имитационные упражнения: «Посмотри на хвостик справа — слева, сверху — снизу», ««Подними правую заднюю лапку» и т. д. Упражнения на поднятие разноименных рук и ног.

### **Лошадка:**

бег и ходьба с высоким подниманием колен. Прямой и боковой галоп

И. п. :Стоять с руками, согнутыми в локтях, ладони опустить вниз

Связь с другими образовательными областями: Рассматривание иллюстраций. Чтение рассказов о лошадях. Знакомство с образом лошадки через звукоподражание и попыткой имитационного движения.

В младшем дошкольном возрасте: Ходьба и бег с высоким подниманием колен и сохранением положения рук.

В среднем дошкольном возрасте:Сохраняя, положение рук. чередовать ходьбу и бег прямым и боковым галопом, изображая лошадку

В старшем дошкольном возрасте:Творческая передача образа лошадки с точной техникой выполнения движений

### **Паучок:**

ползание с опорой на ноги впереди, а рук сзади за спиной

И. п. : Сесть, отвести руки назад за спину и поставить ладони на пол за спиной. Упираясь на стопы ног и рук сзади, приподнять ягодицы и все туловище

Связь с другими образовательными областями: Знакомство с пауками, рассматривание иллюстраций, чтение энциклопедий. Знакомство с образом паучка и попытка имитационного движения с передачей характера образа мимикой лица и движением всего туловища

В младшем дошкольном возрасте: Из исходного положения ползти, сохраняя «висячее» положение туловища. Изменять темп движения и направления. Выполнять кружения вокруг себя

В среднем дошкольном возрасте: Подпрыгивания двумя ногами, подскоки с ноги на ногу, с выпрямлением их (вверх). Поднимание вверх одноименных рук и ног, сохраняя равновесие

В старшем дошкольном возрасте: Вращаться вокруг себя на одной одноименной руке и ноге. Творческая передача образа через имитационные движения

### **Птица:**

бег на носках, плавный и легкий

И. п. : Стоять на носках, руки в стороны со свободно опущенными вниз ладонями

Связь с другими образовательными областями: Рассматривание иллюстраций, наблюдения за птицами на прогулке. Знакомство с образом птицы и попытка имитационного движения с передачей характера образа.

В младшем дошкольном возрасте: Из исходного положения пытаться выполнять плавные движения руками: сначала опустить локти, а ладони, наоборот, поднять вверх.

В среднем дошкольном возрасте: Движения с легким плавным бегом на носках. Пытаться при движении рук приводить в движение пальцы.

В старшем дошкольном возрасте: Творческая передача образа птицы. При движении рук приводить в движение плечи.