



Консультация для педагогов

«ЗАГАДКА РЯДОМ С ЗАРЯДКОЙ»

Как сделать занятия более интересными и доступными для детей? Известно: положительный эмоциональный настрой способствует более быстрому усвоению материала. Включение в занятия по физическому воспитанию загадок, считалок, поговорок способствует развитию интереса к подражательным упражнениям, а также желанию представить в воображении и показать в движении услышанное: загадку оказывается, можно не только отгадать, но и показать!

Образно-игровые движения развивают способность к импровизации, слух, внимание, мышление, творческую фантазию и память. Они раскрывают понятные детям образы, формируют умение творчески передать характер и повадки изображаемого животного. Упражняясь в выполнении таких движений, дети развивают силу, ловкость, координацию движений, учатся ориентироваться в пространстве, приобретают навык двигаться в заданном темпе и ритме. Для этого необходимо творчески подходить к организации занятий, разучить подражательные движения, готовить картинки с изображением зверей, рассказать об их повадках, где они живут, подбирать фонограммы (негромкая ритмичная музыка, записи звукоподражаний, которые дети должны имитировать, например, кваканье лягушек, мяуканье кошки, рычанье медведя и т. д.)

Предлагаю несколько вариантов упражнений-загадок, где отгадками служат забавные подражательные упражнения.

1. Легкий бег на носочках, руки — в стороны, плавно поднимать высоко вверх и опускать вниз.



*Над цветком порхает,
пляшет,*

Веерком узорным машет.

Шевелились у цветка

Все четыре лепестка,

Я сорвать его хотел,

Он вспорхнул и улетел.

(Бабочка.)

2. Ходьба на внешней стороне стоп. Руки широко расставлены в стороны. Шаги медленные, неуклюжие.

Кто, позабыв тревоги,

Спит в своей берлоге?

Летом бродит без дороги

Возле сосен и берез,

А зимой он спит в берлоге,

От мороза прячет нос?

(Медведь,)

3. Сесть, спину выпрямить, пятки чуть приподняты над полом, руки на коленях. Продвигаться вперед на носках, не теряя равновесия.

*В воде купался, а сух
остался.*

По лужку он важно ходит,

Из воды сухим выходит,

Носит красные ботинки,

Дарит мягкие перинки.

(Гусь.)


4. Бег или ходьба с высоким подниманием колен. Боковой или прямой галоп.

Я копытами стучу, стучу

И по полю все скачу, скачу

Грива вьется на ветру... Кто это? (Конь.)

5. Сесть на пол с упором на колени и ладони. Наклоняться вперед, сгибая руки в локтях (движения, имитирующие подлезание кошки под забор).



Мордочка усатая,

Часто умывается,

Шубка полосатая,

А с водой не знает.

(Кошка.)

6. Лечь на пол. Ползать с опорой на руки, ноги стараться держать вместе.

В реках Африки живет

Всех проглотит...

Злой, зеленый пароход.

(крокодил).

Кто б навстречу ни

поплыл,

7. Ходьба с высоким подниманием колен, руки высоко вверх, потом вниз.

Это старый наш

Он летает на охоту,

знакомый,

За лягушками, к болоту.

Он живет на крыше дома,

(Аист.)

8. Ходьба на пятках с ритмическими движениями рук в стороны.

Желтые комочки,

Легкие, как вата,

Бегают за квочкой. Кто это? (Цыплята.)

9. Быстрый, стремительный бег; руки широко расставлены в стороны, пальцы растопырены.

Птица сверху налетает

И цыплят внизу хватает. (Ястреб.)

10. Сесть на пол, колени в стороны, пятки чуть приподнять над полом, руки впереди. Прыжками медленно продвигаться вперед.



Скачет квакушка,

Попадают в ловушку

Не рот, а ловушка,

И комар, и мушка.

(Лягушка.)

11. Лечь на спину. Немного приподняться, продвигаться назад с опорой на руки и ноги.

Под водой живет народ,

Ходит задом наперед. (Рак.)

12. Прыжки на двух ногах с продвижением вперед. Руки согнуты перед грудью, кисти рук опущены вниз.

Прыг-скок, прыг-скок,

Длинное ушко — белый бок. (Заяц.)

13. Наклониться вперед, руки отвести назад, совершать движения, имитирующие клевание зернышек.

Чик-чирик,

К зернышкам — прыг,

Клюй, не робей! Кто это? (Воробей.)

14. Опуститься на колена. Продвигаться вперед с опорой на колена и локти. *Сделал дыру, вырыл нору,*

Солнце сияет, а он и не знает. (Крот.)

15. Легкий бег на носках. Руки в стороны, кисти слегка дрожат

Крыльями стрекочет

С вечера до ночи. (Стрекоза.)



16. Чуть присесть. Маленькие прыжки вперед на двух ногах.

В дупле живет

Рыжая, а не лисица.

Да орешки жует.

(Белка.)

По веткам скачет, да не

птица,

17. Лечь на пол на живот, руки упираются в пол, колени согнуты.

Прогнуться и тянуться носками ног к голове, не выпрямляя локти.

Крылья есть, а не летает,

У родителей и деток

Ног нет, да не догонишь.

Вся одежда из монеток.

(Рыбка.)

18. Быстрая ходьба на носках мелким семенящим шагом.

Маленький шарик

Грызет корки,

Под лавкой шарит,

Короткие ножки,

Живет в норке,

Боишься кошки. (Мышка.)

19. Подскоками продвигаться вперед, руки скрестить вверху, как рога.

Кто на своей голове лес носит? (Олень.)

20. Ходьба на носках, ноги прямые, руки поднять вверх, кисти соединены.

Стараться держать вытянутые руки за ушами, подбородок не опускать.

Он ходит, голову задрав,

Не потому что гордый

Не потому, что важный

нрав,

граф,

А потому что он...

(жираф).

21. Большие кругообразные движения руками перед собой.



Крыльями машет,

А сама ни с места. (Мельница.)

22. Легкий бег по залу. Руки соединить вверху.

Тучек нет на горизонте,

Через несколько минут

Но раскрылся в небе

Опустился... (парашют).

зонтик,

23. Сесть на пол, руками обхватить согнутые колени, а голову опустить — сгруппироваться. Перекаты назад, на спину и возвращение в исходное положение.

На сметане мешен,

Круглый бок, румяный бок,

На окошке стужен,

Покатился... (колобок).

24. Руки соединить вверху, локти в стороны. Потянуться на носочках вверх.

Если дома его не оставим —

Значит, мы под дождем не растаем. (Зонтик.)

По мере усвоения техники исполнения движений дети могут сами по очереди загадывать загадки. Такие веселые и забавные загадки вместе с зарядкой можно использовать в утренней гимнастике, на физкультминутках, во время музыкальных и физкультурных досугов.