Игры на развитие двигательных способностей

Морозова Л. М., музыкальный руководитель

**Муравьи**

**Цель.** Уметь ориентироваться в пространстве, равномерно размещаться по площадке, не сталкиваться друг с другом. Двигаться в разных темпах. Тренировка внимания.

**Ход игры.** По хлопку педагога дети начинают хаотически двигаться по залу, не сталкиваться с другими детьми и старясь, всё время заполнять свободное пространство.

**Пальма**

**Цель.** Напрягать и расслаблять попеременно мышцы рук в кистях, локтях и плечах.

**Ход игры.** «Выросла пальма большая – пребольшая»: руку вытянуть вверх, потянуться за рукой, посмотреть на руку.

«Завяли листочки»: уронить кисть.

«Ветви»: уронить руку от локтя.

«И вся пальма»: уронить руку вниз.

Упражнения повторить левой рукой.

**Мокрые котята**

**Цель.** Умение снимать напряжение поочерёдно с ног, шеи, корпуса; двигаться врассыпную мягким, пружинящим шагом.

**Ход игры.** Дети двигаются по залу врассыпную мягким слегка пружинящим шагом, как маленькие котята. По команде «дождь», дети садятся на корточки и сжимаются в комочек, напряга все мышцы. По команде «солнышко» медленно встают. Отряхивают капельки дождя, по очереди с каждой из четырёх «лапок», с «головы» и «хвостика», снимая соответственно зажимы с мышц рук, ног, шеи и корпуса.

**Не ошибись**

**Цель.** Развивать чувство ритма, произвольное внимание координацию.

**Ход игры.** Педагог в разных сочетаниях и ритмах чередует хлопки в ладоши, притопы нагой и хлопки по коленям. Дети повторяют вслед за ним. Постепенно ритмические рисунки усложняются, а темп убыстряется.

**Ритмический этюд**

**Цель.** Развивать чувство ритма, координацию движений, согласованность действий с партнёрами.

**Ход игры.** Дети делятся сначала на две, а по мере приобретения определённых навыков на три и даже четыре группы. Первая группа придумывает ритмический рисунок и начинает его воспроизводить в хлопках. Вторая группа присоединяется к первой, отхлопывая свой ритмический рисунок, затем включается третья группа и т.д.

**Шея есть, шеи нет**

**Цель.** Развивать подвижность мышц плечевого пояса.

**Ход игры.** Дети стоят в основной стойке и в соответствии со словами педагога выполняют движения.

*Шея есть* – стоять прямо, показывая длинную шею.

*Шеи нет* – поднять плечи вверх, как бы «втянуть шею».

Повторить несколько раз.

**Осьминог**

**Цель.** Развивать пластику рук, координацию движений.

**Ход игры.** Руки в стороны, ладони вперёд, основная стойка. Мягко скрестить руки в запястьях перед грудью и плавно отвести в стороны. Повторить четыре раза, сверху то правая, то левая рука. Мягко скрестить руки на груди, как быстро стараясь обхватить себя руками, плавно развести в стороны. Повторить четыре раза, чередуя положения рук.

**Музыкально – пластические импровизации**

**Цель.** Передавать в пластических свободных образах характер и настроение музыкальных произведений.

**Первая потеря**

Каждый ребёнок импровизирует предлагаемую ситуацию, как бы отвечая на вопросы: где, когда, почему, что потерял? Дети с помощью мимики, жестов, пластики тела создают мини – спектакль (этюд) на заданную тему.

*Музыкальное сопровождение:* «Первая потеря»

муз. Р.Шумана (Альбом для юношества).

**Подарок**

Дети свободно и эмоционально передают радостное настроение в связи с полученным подарком. Фантазируют, когда (Новый год или день рождения), от кого (мама, папа, друг и т.п), что именно получили в подарок.

*Музыкальное сопровождение. «*Новая кукла», муз. П.Чайковского, (Детский альбом) или «Вальс – шутка» музыка Д.Шостаковича

**Осенние листья**

Ветер играет осенними листьями, они кружатся в причудливом танце, постепенно опускаясь на землю.

*Музыкальное сопровождение*: «Вальс – фантазия», муз. М.Глинки или вальс «Осенний сон», муз. А.Джойса.

**В царстве золотой рыбки**

В морском царстве Золотой рыбки покой и тишина. Его обитатели занимаются своими делами: плавают рыбки, извиваются водоросли, раскрывается и закрывается раковина, быстро перемещается по дну краб…

*Музыкальное сопровождение*: «Аквариум» («Карнавал животных»), муз. К.Сен – Санса.