

Консультация для родителей «Влияние игровых подражательных движений на физическое развитие ребенка»

Как сделать физические упражнения более интересными и доступными для детей? **Попробуйте загадать своему ребенку загадку. Ну как, интересно было?**

А теперь попробуйте представить эту загадку в воображении и показать в движении. Загадку, оказывается, можно не только отгадать, но и показать!

Образно – подражательные движения развивают способность к импровизации, творческую двигательную деятельность, слух, внимание, творческое мышление, творческую фантазию и двигательную память. Они раскрывают понятные детям образы, формируют умение творчески передать характер и повадки изображаемого животного. Кроме того, упражняясь в выполнении таких движений, дети развивают силу, ловкость, координацию движений, учатся ориентироваться в пространстве, приобретают навык двигаться в заданном темпе и ритме.

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

Эффективность подражательных движений заключается еще в том, что через образы можно осуществлять частую смену двигательной деятельности из разных исходных положений и с большим разнообразием видов движений: ходьбы, бега, прыжков, ползаний и т. д., что делает хорошую физическую нагрузку на все группы мышц.

Предлагаем Вам самый доступный детям способ восприятия любой двигательной деятельности через игровые подражательные движения.

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

Это старый наш знакомый,

Он живет на крыше дома,

Он летает на охоту,

За лягушками, к болоту. **(Аист.)**

2. Ходьба на пятках с ритмичными движениями рук в стороны.

Желтые комочки,

Легкие, как вата,

Бегают за квочкой.

Кто это? **(Цыплята.)**

3. Легкий бег на носочках, руки – в стороны, плавно поднимать их в 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.)**

4. Ходьба на внешней стороне стоп. Руки широко расставлены в стороны, шаги медленные, неуклюжие.

Он большой и косолапый.

Говорят, сосет он лапу.

Громко может он реветь,

А зовут его... **(медведь.)**

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

Мордочка усатая, шубка полосатая,

Часто умывается,

А с водой не знается. **(Кошка.)**

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

В реках Африки живет

Злой, зеленый пароход.

Кто б на встречу ни поплыл,

Всех проглотит... **(крокодил) .**

7. Опуститься на колени. Продвигаться вперед с опорой на колени и локти.

Сделал дыру, вырыл нору,

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