

**СП ГБОУ СОШ №8
Детский сад №7
г. о. Отрадный**

**Партерная гимнастика и ее
влияние на физическое развитие
детей дошкольного возраста**

**Автор
Музыкальный руководитель
Маргарян Аэлита Айказовна**

Цель:

**Развитие природных
физических данных у
детей дошкольного
возраста средствами
партерной гимнастики**

Задачи:

- Приобщать детей дошкольного возраста к восприятию музыкально-ритмической культуры;
- Побуждать к первоначальным творческим проявлениям;
- Совершенствовать развитие психомоторных способностей;
- Развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, силовые и координационные способности;
- Развитие музыкальных качеств;
- Развитие хореографических способностей;
- Организация взаимоотношений со сверстниками;
- Создать условия для формирования эмоциональной отзывчивости у детей младшего дошкольного возраста.

Физические данные



Особенности партерной гимнастики для детей дошкольного возраста

- **Использование методического приема-прием игры**
- **Использовать образные названия для упражнений**
- **Соответствие упражнений возрастным физиологическим особенностям дошкольников**
- **Применение разнообразного материала и его чередование (упражнения сидя, лежа, в парах и т. п.)**
- **Показ следует сопровождать кратким и доступным объяснением**

Разминка

**«Веселое
путешествие»**

**Комбинированная
(упражнение на
координацию,
равновесие и
растяжку).**

**«В гостях у
ГНОМИКОВ»**

**Комбинированная(на
развитие паховой
выворотности,
гибкости, растяжка).**

Комплекс упражнений

**«Солнышко»
«Хвостики»**

**На развитие и
укрепление
голеностопного
сустава**

**«Бабочка»
«Орешек»
«Веселые ножки»
«Гармошка»
«Маленькое и
большое
солнышко»
«Лягушка»**

**На развития
паховой
выворотности**

Комплекс упражнений

«Слоник»
«Окошечко»
«Змейка»
«Улитка»
«Самолетик»
«Корзинка»

**На развития
гибкости**

«Стрекоза»
«Паучок»
«Часики»
«Лодка»
«Шарик»
«Достань звезду»

**Упражнения на
координацию,
равновесие,
расслабление**

Комплекс упражнений

«Бусы»

«Волшебная книга»

**«Сказочные
странички»**

**«Веселые
животные»**

«Полет орла»

На растяжку

**«Веселое
приседание»**

«Бантик»

«Ласточка»

«Кораблик»

«Подъемный кран»

Упражнения в паре

**Игры на развитие ловкости,
координации, музыкальности и
артистичности**

«Рыбки»

«Веселая змея»

«Поменяемся»

**«Мячики и
дети»**

**«Бездомная
кукушка»**

Предлагаемый продукт

- **Комплекс разминок**
- **Комплекс упражнений**
- **Комплекс игр на развитие координации, ловкости, музыкальности и артистизма**
- **Музыкальное сопровождение (разминок, игр и упражнений)**



«Веселая змейка»



«Гармошка»



«Корзиночки»



«Стрекоза»



«Волшебная книга»



«Ласточка»



Спасибо за внимание