

# МУЗЫКАЛЬНО-РИТМИЧНЫЕ ДВИЖЕНИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Иванова Луиза Мияйловна

## Введение

Музыкально-ритмические движения — важный компонент физического и музыкального развития дошкольников. Они способствуют развитию моторики, чувства ритма, координации, а также формируют положительный настрой и эмоциональную сферу ребенка.

## Цели и задачи

- Развивать чувство ритма и музыкальный слух
- Формировать умение двигаться в такт музыке
- Развивать координацию движений и мелкую моторику
- Воспитывать интерес к музыке и движению.

## Основные принципы организации занятий

Использовать яркую, выразительную музыку разных жанров и темпов  
Поддерживать позитивную атмосферу, поощрять инициативу детей  
Включать разнообразные движения: плавные, энергичные, игровые  
Обеспечивать безопасность при выполнении движений

## Методические рекомендации

### Подготовка к занятию

- Создайте комфортную обстановку, подготовьте музыкальные записи или инструменты.
- Объясните детям цель занятия и покажите пример движений.

### Разминка

- Легкие растяжки, покачивания, потягивания под музыку с плавным ритмом.

### Основная часть

- Выполняйте ритмичные движения в такт музыке: хлопки, топанья ногами, вращения, наклоны.
- Используйте игровые формы: "Обезьянки", "Змейки", "Паровозик" и др.

### Заключительная часть

- Медленное утихание музыки, спокойные движения или массажи для расслабления.

## Примеры музыкально-ритмичных движений

### 1. Потягивание и растяжка под музыку

- Дети тянутся вверх, как будто растут, под музыку с медленным темпом.
- Затем наклоняются вперед, касаясь пола или ног.

### 2. Прыжки и подпрыгивания

- Прыжки на месте под веселую музыку.
- Прыжки с одной ноги на другую.

### 3. Плавные круговые движения руками и телом

- Вращение рук, как будто крутят мяч.
- Повороты туловища в такт музыке.

### 4. Имитация движений животных

- Ползание, как котенок.
- Прыжки, как кролик.
- Полет, как птица.

### 5. Движения с предметами

- Махи руками с лентами или шариками.
- Катание мячей по полу.

### 6. Танцевальные игры

- "Море волнуется раз" — дети имитируют волны.
- "Змейка" — движутся по кругу, изгибаясь, как змея.

#### Итоги

Музыкально-ритмичные движения помогают детям развивать чувство ритма, координацию и двигательную активность в игровой форме. Регулярное использование таких упражнений способствует гармоничному развитию ребенка и формированию положительного отношения к музыке.