Ребенок постоянно растет и развивается, а движение – одно из условий роста и развития. Не для кого не секрет, что дети развиваются в игре. Ведь именно игра воздействует на эмоциональное состояние человека. С ее помощью можно быстро активизировать или наоборот, успокоить ребенка. Потребность в активных движениях удовлетворяется во всех видах игр и игровых упражнениях.

Упражнения в игровой форме в процессе обучения детей движениям применяются для улучшения эмоционального фона, поддержания интереса к занятиям. Это способствует повышению двигательной активности, положительно сказывается на качественной и количественной сторонах двигательной активности дошкольников. Такие упражнения наряду с реальными действиями включают имитацию действий, действия от лица «героя», мнимую, воображаемую ситуацию.

Неоценима роль подвижных игр и игровых упражнений, в том числе со словесным сопровождением для развития мелкой моторики, координации движений, внимания, памяти, восприятия, формирования представления об окружающем мире, координации деятельности, слухового и зрительного анализаторов, следовательно, подвижные игры и игровые упражнения способствуют ускорению развития речи.

Каждый современный педагог старается преподнести учебный материал в ненавязчивой и занимательной форме, чтобы повысить мотивацию у воспитанников. На занятиях физкультуры я использую рифмовки и упражнения в стихотворной форме.

Рифмовка – это определенная группа рифм, имеющих свою постоянную форму. В совокупности эти формы образуют систему рифмовки. Эта система включает в себя рифмы, основанные на созвучии, на ритмических особенностях и окончаниях.

Рифмовки:

- это текстовый материал, который любят дети;

-легко запоминаются и надолго остаются в памяти;

-могут использоваться, как элементы различных игр;

- служат для тренировки произносительных навыков;

- делают урок разнообразнее, ярче, интереснее.

Ветер дует нам в лицо (махи руками на себя),

Закачалось деревцо (наклоны).

Ветер тише, тише, тише (присесть).

Деревцо все выше, выше (встать на носочки, потянуться).

Скачет шустрая синица (прыжки на двух ногах),

Ей на месте не сидится (прыжки на левой ноге):

Прыг-скок, прыг-скок (прыжки на правой ноге),

Завертелась, как волчок (покружиться).

Вот присела на минутку (присесть),

Почесала клювом грудку (встать, наклоны головы вправо и влево).

И с дорожки на плетень (прыжки на левой ноге),

Тири-тири (прыжки на правой ноге),

Тень-тень-тень! (прыжки на двух ногах).

Потрудились — отдохнем, встанем, глубоко вздохнем.

Руки в стороны, вперед, влево, вправо поворот.

Три наклона, прямо встать, руки вниз и вверх поднять.

Руки плавно опустили и улыбки подарили.

Чтоб в лесу сорвать цветочки,

Наклоняйся до носочков.

Раз цветок ,два цветок,

А потом сплетем венок.

(наклоны вперед к правой и левой ноге)

На одной ноге постой-ка (постоять на правой ноге),

Если ты солдатик стойкий.

Ногу левую - к груди, да смотри не упади (шаги на месте)!

А теперь, постой на левой (постоять на левой ноге).

Если ты солдатик смелый (прыжки на месте).

Очень трудно так стоять: ножку на пол не спускать.

И не падать, не качаться ,за соседа не держаться

(попеременно стоять на правой и на левой ноге).

Ровным кругом, друг за другом

Мы идем за шагом шаг.

Стой на месте дружно вместе

Сделаем вот так (ведущий показывает движения).

Я на скрипочке играю:

Тили-ли, тили-ли (показать, как играют на скрипочке).

Скачут зайки на лужайке:

Тили-ли,тили-ли (прыжки на месте).

А теперь на барабане:

Бум-бум-бум (хлопки в ладоши),

Трам-трам-трам (потопать ногами).

В страхе зайки разбежались по кустам ( присесть).

Ручки поднимаем, ручки опускаем.

Ножками потопаем, ручками похлопаем.

Птички прилетели и тихонько сели

Паровоз кричит: «Ду-ду! Я иду, иду, иду !»

А колеса стучат, а колеса говорят: «Так, так, так!»

(ходьба с продвижением вперед)

Встали ровненько, ребята, пошагали, как солдаты.

Влево, вправо наклонись,

На носочках потянись и до неба дотянись.

По дорожке, по дорожке

Скачем мы на правой ножке (подскоки на правой ноге),

И по этой же дорожке скачем мы на левой ножке (подскоки на левой ноге).

По дорожке побежим, до лужайки добежим (бег на месте).

На лужайке, на лужайке мы попрыгаем, как зайки (прыжки на обеих ногах).

Стоп! Немного отдохнем и домой пешком пойдем (шаги на месте).

Чтоб получше нам размяться будем ниже наклоняться.

Наклоняемся вперед, а потом наоборот (наклоны вперед и назад).

Вот еще одно заданье - выполняем приседанья.

Не ленись приседать! Раз, два, три, четыре, пять (приседания)!

Мы на плечи руки ставим, начинаем их вращать.

Так осанку мы исправим. Раз, два, три, четыре, пять !

Каждый день по утрам делаем зарядку.

Очень нравится нам делать по-порядку:

Весело шагать, руки поднимать,

Приседать, вставать. Прыгать и скакать.

Мы шагаем по сугробам, по сугробам круглолобым.

Поднимай повыше ногу, проложи другим дорогу.