Комплексы утренней гимнастики под музыку (по ПДД)

(для старшего дошкольного возраста)

Составитель комплекса:

воспитатель Харченко И.И.

Все упражнения выполняются под музыкальное сопровождение.

Цель: формировать у детей средствами музыки и ритмическими движениями основные навыки осознанного безопасного  поведения на улицах города.

Задачи:

- закреплять и развивать умения ходить и бегать, прыгать, согласовывая движения рук и ног под музыку.

- учить выразительно, передавать характер движения.

- развивать у детей способности к предвидению возможной опасности в конкретной меняющейся ситуации и построению адекватного безопасного поведения.

- развивать творческие и созидательные способности: развивать мышление, воображение, познавательную активность, расширять кругозор, учить самостоятельно выражать движения под музыку передавая его характер.

Приложение: Названия музыкальных произведений, авторы песен.

1. Комплекс.

Поезд (на стихи Андрея Усачева).

Дорога не тропинка (на стихи Андрея Усачева).

Палка не леталка (на стихи Андрея Усачева).

2. Комплекс.

Бип – бип (поехали за город).

Дорога не тропинка (на стихи Андрея Усачева).

По правилам ( на слова Аркадия Вайнера).

3.Комплекс.

Разминка на моторику и внимание.

Поезд (на стихи Андрея Усачева)

Бип – бип (Саша – Бип - Бип).

Дорога не тропинка (на стихи Андрея Усачева).

Комплекс.

Музыкальные произведения

1.«Поезд».

2.«Дорога не тропинка».

3.«Палка не леталка».

*1. Поезд.*

*И.П.* – дети стоят друг за другом, руки кладут на плечи впереди стоящего, первый ребенок «машинист».

*Вступление:* 1фраза (ф.): «пружинка» - как бы садятся на поезд

2ф. – правая нога становится на носок, делаем пружинку 4 раза, то же с левой ногой 4 раза.

3ф. – чуть присев, левой рукой машут, правая рука лежит на плече впереди стоящего ребенка.

*1 Куплет:* идут танцующим шагом «змейкой»

*Припев:* 1ф. – чуть согнув колени, стучат ладошками по ним, небольшой пружинкой.

2ф. – руки «полочкой», подбородок на «полочку», пружинка.

3ф. – крутят кистями рук (мешают сахар).

4ф. – кружатся на шаге, работают согнутыми в локтях руками.

*Проигрыш:* И.п. – встают опять в «поезд»

1ф. - правая нога становится на носок, делаем пружинку 4 раза, то же с левой ногой 4 раза.

2ф. – машут рукой чуть присев.

*2 Куплет:* 1ф. – пружинистым шагом, руки над головой «труба»

*Припев:* тот же.

*Проигрыш:* тот же, но дети не встают в «паровоз»

*3 Куплет:* 1ф. – стоя лицом к педагогу с выпрямленными руками. Со звуком «Ш» сгибая руки в локтях – 2р. «тормозят»

2ф. – поднимаются на носочках с поворотом корпуса и разводят руками вправо, влево «удивляются».

3ф. – едут на поезде.

*Проигрыш:* тот же.

*2. Дорога не тропинка.*

*Вступление –* марш по кругу.

*1 Куплет:* «Ворона» - идем, руки «Крылья».

*Припев:* в соответствии с текстом (налево и направо, руки под козырек).

*2 Куплет:* «Крот» - идет на носках, перебирает лапками перед собой.

*Припев:* повторяется.

*3 Куплет:* «Кузнечик» - прыжки с продвижением вперед.

*Припев:* повторяется.

*4 Куплет:* марш и легкий бег.

*3. Палка не леталка.*

*1 Куплет:* по тексту

1строчка (с): - показывают, на чем сидят,

2с - делают руками дудку,

3с - смотрят под козырек в небо

4с - крутят над головой рукой

5с - машут руками как птичка

6с - крылья как у самолета

*2 Куплет****:***

1-2с – сначала машут над головой правой рукой, а потом левой рукой

3-4с – машут рукой, как будто бросают палку

5с - машут руками как птичка

6с - крылья как у самолета

*3 Куплет****:***

1с – поднимают плечи, удивляются

2с - машут руками как птичка

3-4с – руки согнуты в локтях изображая руль

5-6с – руки разводим в стороны, хлопок перед собой

*4 Куплет****:***

1с – бег на месте

2с - руки согнуты в локтях изображая руль

3с – руки перед лицом делают рупор

4с – похлопать руками по ногам

5с – руки к голове покачать голову

6с – похлопать рука в заде по сиделке

*5 Куплет****:***

1с - руки согнуты в локтях изображая руль

2с - смотрят под козырек в небо

3с – руками покачать над головой

4с - показывают, на чем сидят

5с – руки согнуть сделать две дудочки

6с – показать руками, как гавкает собака

Комплекс.

Музыкальные произведения

1.Бип – бип (поехали за город).

2.Дорога не тропинка.

3.Соблюдайте ПДД (А.Вайнер).

*1.Бип – бип.*

*Вступление:* ходьба (разными способами).

*1 Куплет:*

1-2р – резкое движение локтем правым вниз перед собой

2 -2р - вправо

3-4с – левой рукой

Музыка без слов – ходьба (разными способами).

*2 Куплет:*

Повтор 1 куплета.

*2. Дорога не тропинка.*

*Вступление –* марш по кругу.

*1 Куплет:* «Ворона» - идем, руки «Крылья».

*Припев:* в соответствии с текстом (налево и направо, руки под козырек).

*2 Куплет:* «Крот» - идет на носках, перебирает лапками перед собой.

*Припев:* повторяется.

*3 Куплет:* «Кузнечик» - прыжки с продвижением вперед.

*Припев:* повторяется.

*Куплет:* марш и легкий бег.

*3.Соблюдайте ПДД.*

*1 Куплет:* 1ф. - дети ходят в разных направлениях

2ф. – разворачиваются и идут в другом направлении.

*Припев:* останавливаются.

1ф. – сгибают правую руку в локте, левой делают полочку и машут пальцем правой руки.

2ф. – меняют руки и повторяют движение левой рукой

3ф. – маршируют на месте

4ф. – руками изображают руль

*2 Куплет:* дети с согнутыми руками в виде руля двигаются в разных направлениях.

4ф. - показывают руками крылья самолета.

*Припев*: тот же.

*3 Куплет:*

1ф. – показывают руль, шагают на месте

2ф. – 3ф. – дети смотрят направо, налево.

4ф. - показывают руль, шагают на месте

*Припев:* тот же.

1ф. – шагают на месте, показывают руль

2ф. - сгибают правую руку в локте, левой делают полочку и машут пальцем правой руки.

3ф. - шагают на месте, показывают руль

4ф. - сгибают левую руку в локте, правой делают полочку и машут пальцем правой руки.

5ф. - шагают на месте, показывают руль

6ф. - сгибают правую руку в локте, левой делают полочку и машут пальцем правой руки.

комплекс

Музыкальные произведения

1.Разминка на моторику и внимание.

2. «Поезд»

3. «Бип – бип»

4. «Дорога не тропинка»

*1. Разминка.*

1. «Маленькие часики» - тик – так (наклоны головы вправо, влево)

2. «Большие часики» - бим – бом (наклоны головы вперед)

3. «Сломались часы» - сжимаем, разжимаем пальцы рук

4. «Чиним» - массаж каждого пальчика.

5. «Сборка» - быстро шевелим пальчиками.

6. «Заводим часы» - крутим колесико пальчиками

7. «Слушаем часики».

*2. Поезд.*

*И.П.* – дети стоят друг за другом, руки кладут на плечи впереди стоящего, первый ребенок «машинист».

*Вступление:* 1ф. «пружинка» - как бы садятся на поезд

2ф. – правая нога становится на носок, делаем пружинку 4 раза, то же с левой ногой 4 раза.

3ф. – чуть присев, левой рукой машут, правая рука лежит на плече впереди стоящего ребенка.

*1Куплет:* идут танцующим шагом «змейкой»

*Припев:* 1ф. – чуть согнув колени, стучат ладошками по ним, небольшой пружинкой.

2ф. – руки «полочкой», подбородок на «полочку», пружинка.

3ф. – крутят кистями рук (мешают сахар).

4ф. – кружатся на шаге, работают согнутыми в локтях руками.

*Проигрыш:* И.п. – встают опять в «поезд»

1ф. - правая нога становится на носок, делаем пружинку 4 раза, то же с левой ногой 4 раза.

2ф. – машут рукой чуть присев.

*2 Куплет:* 1ф. – пружинистым шагом, руки над головой «труба»

*Припев:* тот же.

*Проигрыш:* тот же, но дети не встают в «паровоз»

*3 Куплет:* 1ф. – стоя лицом к педагогу с выпрямленными руками. Со звуком «Ш» сгибая руки в локтях – 2р. «тормозят»

2ф. – поднимаются на носочках с поворотом корпуса и разводят руками вправо, влево «удивляются».

3ф. – едут на поезде.

*Проигрыш:* тот же.

*3.Бип – бип.*

*Вступление:* ходьба (разными способами).

*1 Куплет:*

1-2р – резкое движение локтем правым вниз перед собой

2 -2р - вправо

3-4с – левой рукой

Музыка без слов – ходьба (разными способами).

*2 Куплет:*

Повтор 1 куплета.

*4. Дорога не тропинка.*

*Вступление –* марш по кругу.

*1 Куплет:* «Ворона» - идем, руки «Крылья».

*Припев:* в соответствии с текстом (налево и направо, руки под козырек).

*2 Куплет:* «Крот» - идет на носках, перебирает лапками перед собой.

*Припев:* повторяется.

*3 Куплет:* «Кузнечик» - прыжки с продвижением вперед.

*Припев:* повторяется.

*4Куплет:* марш и легкий бег.