



# *Охтенко Кристина Сергеевна*

- *ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЙ РЕКВИЗИТ В РАЗВИТИИ  
ФИЗИЧЕСКИХ ДАННЫХ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО  
ВОЗРАСТА*

**Охтенко  
Кристина  
Сергеевна**



Педагог-хореограф Центра  
творчества «Родные истоки»,  
руководитель детского  
хореографического ансамбля  
«Русский стиль»,  
педагогический стаж 9 лет.

Хореография – это танцевальное искусство, которое в первую очередь **требует больших усилий**, как со стороны ученика, так и со стороны того, кто обучает данному искусству.



Дети младшего  
возраста  
сформированы  
таким образом, что  
их внимание  
рассеяно, они не  
могут долго  
концентрироваться  
на одном  
монотонном  
действии и  
простое  
выполнение  
физических  
упражнений, для  
них становится не  
интересным  
скууч





**1. Каким образом можно  
замотивировать ребёнка в таком  
возрасте;**



- 1. Каким образом можно замотивировать ребёнка в таком возрасте;**
- 2. Каким образом можно разнообразить статичные движения;**



- 1. Каким образом можно замотивировать ребёнка в таком возрасте;**
- 2. Каким образом можно разнообразить статичные движения;**
- 3. Какие вспомогательные предметы можно включить в упражнения;**



**1. Каким образом можно  
замотивировать ребёнка в таком  
возрасте;**



1. Каким образом можно  
замотивировать ребёнка в таком  
возрасте;



# 1. Каким образом можно замотивировать ребёнка в таком возрасте;



# 1. Каким образом можно замотивировать ребёнка в таком возрасте;



Three examples of handwritten motivation cards for a child, each featuring a ballerina icon and a circular stamp that reads "РАССКАЖИ СТИЛЬ • ЗА УСПЕХИ! РУССКИЙ СТИЛЬ • В ТАНЦАХ • ЯНУАРИ 2013".

**Card 1 (Top):**  
ФИО: Маринская Милана Валерьевна  
№ группы: 14  
Дата рождения: 17.10.2013  
Мотивация: *Для ее достижения мне нужно стараться, не пропускать занятия.*  
Цель: *Получить стипендию.*  
Слоган: **Верь в себя!**

**Card 2 (Bottom Left):**  
ФИО: Пимова Анастасия Валерьевна  
№ группы: 1  
Дата рождения: 22.11.2013  
Мотивация: *Для ее достижения мне нужно стараться, быть довольной на все 100%*  
Цель: *стать чемпионом*  
Слоган: **Верь в себя!**

**Card 3 (Bottom Right):**  
Датированные записки с датой 13.11.23, 24.11.23, 1.12.23, 4.12.23, each with a "ЗАМЕЧАНИЕ" (REMARK) section.

1. Каким образом можно  
замотивировать ребёнка в таком  
возрасте;





**2. Каким образом можно разнообразить статичные движения;**

Конечно же игровой формой, в младшем возрасте, это один из главных способов мотивации, который помогает детям выполнять сложные физические упражнения, но при этом делать это с большим интересом.



# Балеринки



# Быстрые гномики





# Гимнастическое упражнение «Бабочка»





# Собрав с собой самые вкусные фрукты



Ребёнок играл, был заинтересован, а мы в этот момент **выполнили главную задачу упражнения**, развивали паховую выворотность и как можно ниже прижимались животом к пяткам..





**3. Какие вспомогательные  
предметы можно включить в  
упражнения;**

# *Гимнастическое упражнение «Бабочка»*



# Гимнастическое упражнение «Бабочка»



Каким образом можно  
разнообразить данное  
упражнение?

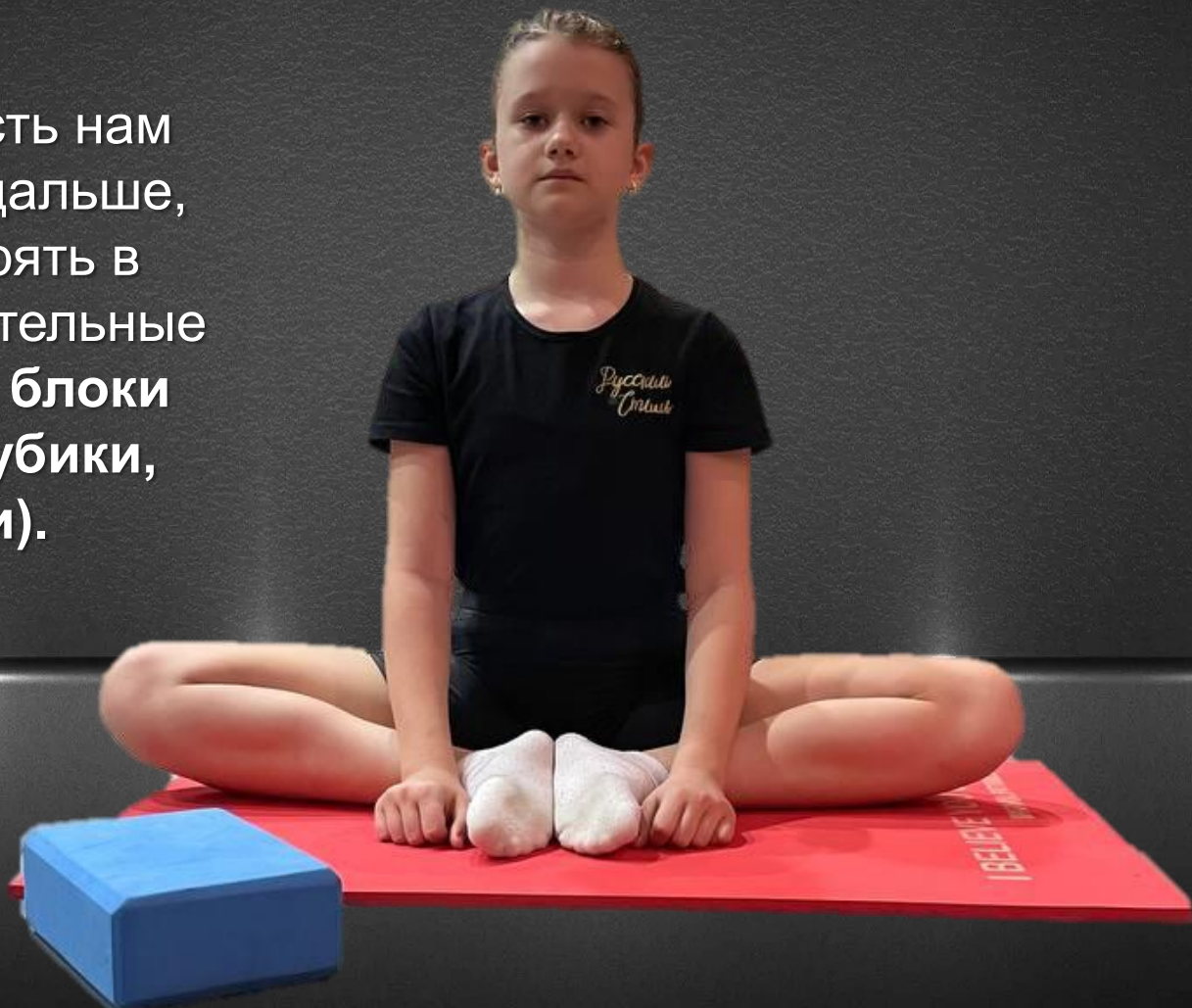
# *Гимнастическое упражнение «Бабочка»*





# «Бабочк а»

Паховая выворотность нам уже позволяет идти дальше, мы начинаем внедрять в упражнения вспомогательные предметы, такие как **блоки** (гимнастические кубики, блоки для йоги).



# «Бабочка»

1 блок



# «Бабочка»

2 блока



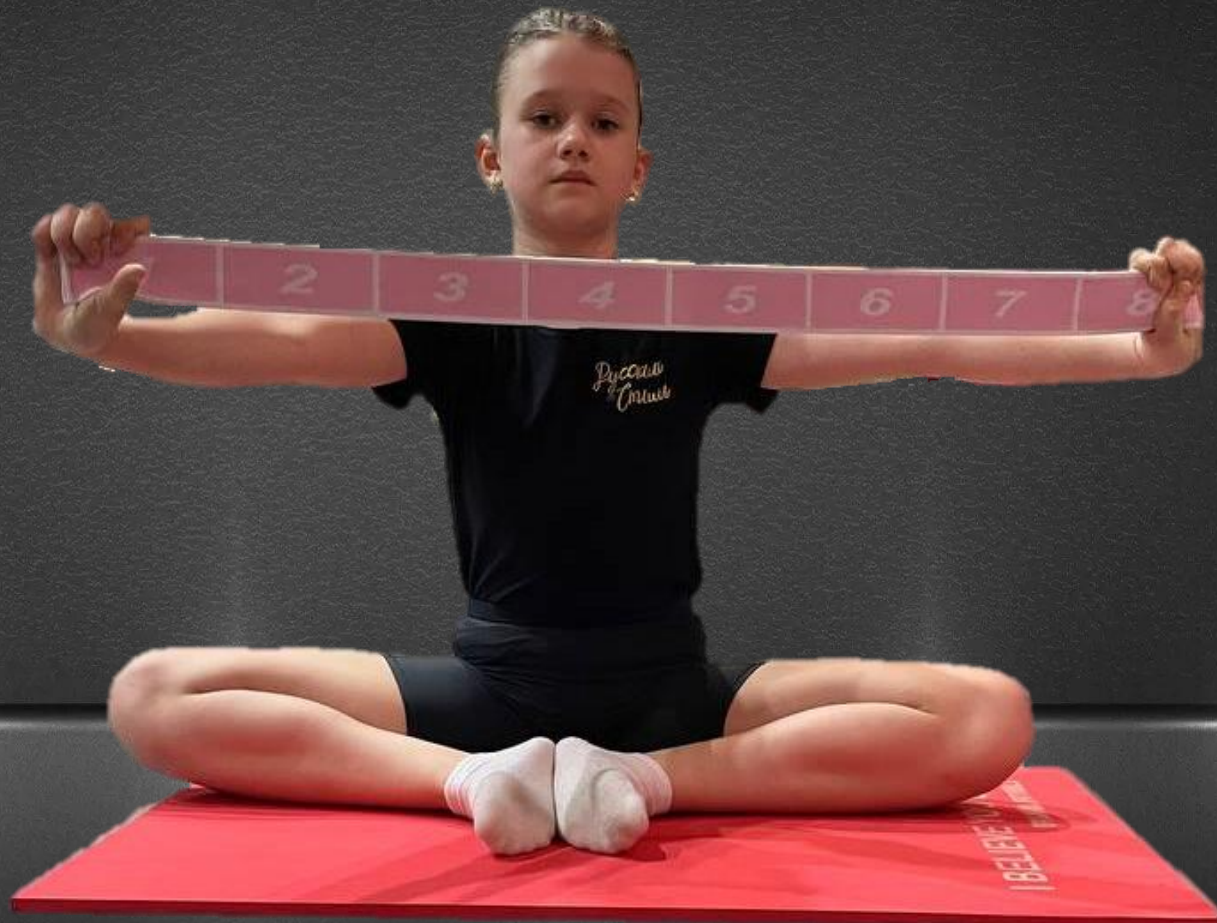
# «Бабочка»

3 блока



# «Бабочка»

Ещё один  
вспомогательный  
предмет, который я  
использую на своих  
уроках - **это**  
**гимнастическая**  
**резинка.**



# «Бабочка»

## а»

Гимнастическая резинка - позволяет нам активнее воздействовать на развитие физических данных, а так же её можно использовать в сочетании с другими упражнениями и воздействовать на свободные в этот момент группы мышц, в данном случае развитие выворотности и подвижности плечевого сустава и лопаток.



# «Бабочк а»

Ещё один нестандартный способ использования резинки на уроке, который я придумала - это просчитывание музыкального ритма. Дети не просто считают по тактам вслух, а отбивают ритм на резинке, ударяя по каждой цифре в ритме музыки.



# «Бабочк а»

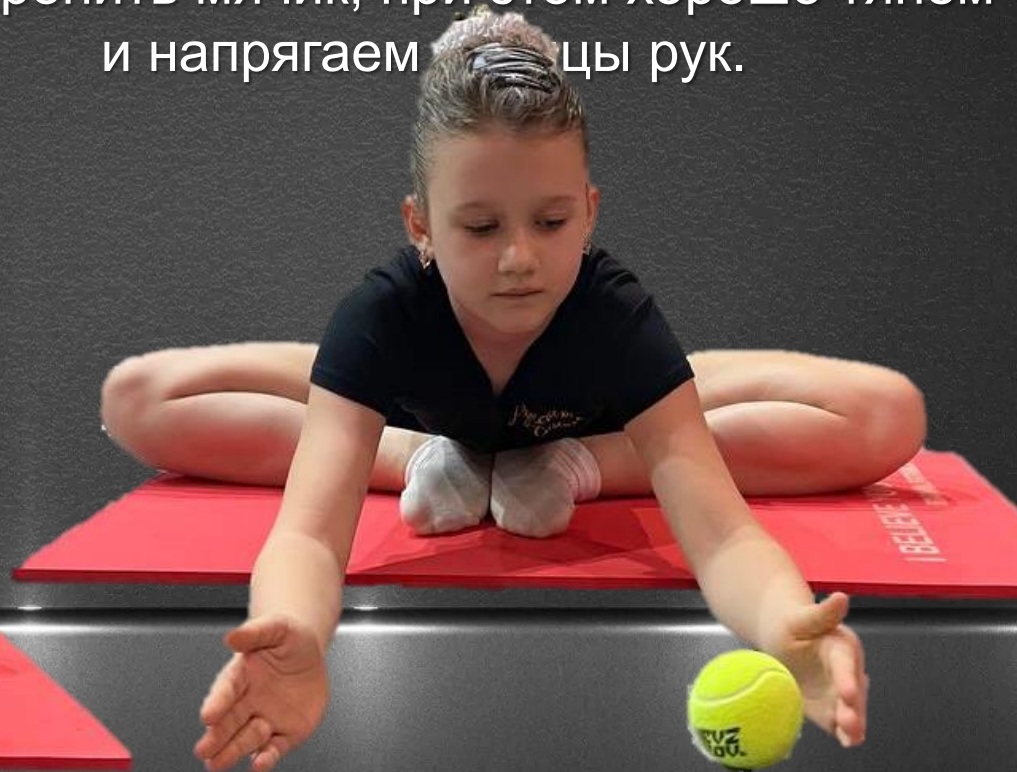
**Теннисные мячики —**  
Это третий  
вспомогательный  
предмет, который я  
использую на своём  
уроке.





# «Бабочк а»

Мы продолжаем выполнять упражнение «Бабочка» и одновременно задействуем ещё одну свободную группу мышц в этот момент. Берём мячик в руки, опускаем живот на пятки, вытягиваем руки и начинаем работать с координацией, задача не выронить мячик, при этом хорошо тянем и напрягаем мышцы рук.



# «Бабочк а»

Так же в этом положении можно задействовать мячик в закачке, что способствует развитию выворотности плечевого сустава.





Вот так, на примере всего лишь одного упражнения, я показала вам, как можно разнообразить обычные физические движения, при этом **дети** остаются **заинтересованы**, а мы в полной мере, **технически добиваемся** первоначальной задачи самого движения, **развития паховой выворотности.**

