

Музыка на



физкультурных занятиях

Где же на занятии физической культуры наиболее целесообразно музыкальное сопровождение?

- Основные движения **вводной части**: общеразвивающие и строевые упражнения; ходьба (ходьба в различных построениях и перестроениях обычно проводится под маршевую музыку бодрого, четкого, иногда стремительного характера, но физическую нагрузку рекомендуется чередовать с обычной ходьбой под марш спокойного характера); бег (грациозный, мягкий, «стелющийся» - музыка такого характера – вальс, с выбрасыванием ног - «мелкий», «острый» - полька или задорный, стремительный галоп); прыжки и поскоки (для быстрых и широких подходит динамичная, легкая музыка, желательно с подчеркнутой сильной долей такта, для замедленных плавная). Музыкальные произведения должны быть яркими, выразительными, умеренного темпа, с четкой фразировкой, контрастного характера.

- В **основной части** занятия при общеразвивающих упражнениях музыкальное сопровождение применяется в зависимости от этапа разучивания физических упражнений. Упражнения, требующие индивидуального темпа выполнения, силового напряжения (лодочка, ножницы, подъем туловища из положения лежа, отжимание и др., проводить под музыку не следует).

Под удачно подобранное музыкальное сопровождение дети хорошо усваивают ритм движений, темп их выполнения, заменяет счет воспитателя. Музыка помогает детям организованно переходить от одного вида движений к другому, перемещаться позалу и в быстром темпе сделать передвижение.

- Во время **подвижной игры**, музыку нужно использовать очень аккуратно.

Каждый вид физических упражнений требует тщательного подбора музыкальных произведений. В младших и средних группах музыкальное сопровождение дается в более медленном темпе, чем в старших и подготовительных группах. Мелодии не так часто меняют одна другую и музыкальные произведения подбираются ярко контрастного характера.

Музыка делает занятия маленькими праздниками в жизни дошкольников.