

разных исходных положений и с большим разнообразием видов движений: ходьбы, бега, прыжков, ползаний и т.д., что дает хорошую физическую нагрузку на все группы мышц.

Знакомство с подражательными движениями начинается с раннего детства в упрощенной форме с постепенным усложнением техники выполнения, эмоциональной передаче характера данного образа (мимикой, движением всего туловища, темпом, характером передвижения и т.д.).

При знакомстве с каким-либо подражательным движением ребенку не только дается точная техника движения с передачей эмоционального характера данного образа, но и предлагается сделать так же. Это вызывает у детей интерес и желание подражать; а инструктору или воспитателю дает ориентировку, с какого этапа начинать или продолжать обучение подражательному движению в данной группе или подгруппе.

Приемы подачи детям подражательных движений могут быть разными, это зависит от сложности движения и образа. Например, можно сначала назвать образ, а потом показать или показать подражательное движение и попросить детей угадать образ, а показ осуществлять с объяснением движения разных частей туловища. Например, «лягушка» передние лапки (руки) ставит рядышком между ног, а задние лапки (ноги) расставляет широко. У «лягушки» передние лапки (руки) как бы убегают вперед, а задние (ноги) прыжком догоняют их.

С выполнением подражательного движения на спортивных снарядах название образа не изменяется, например, подражая кенгуру, дети выполняют прыжок с высоким подниманием колен к груди. Затем данное движение используется при спрыгивании с высоты.