

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
"ДОНЕЦКИЙ РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ"
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЯСЛИ-САД КОМБИНИРОВАННОГО ТИПА № 398 ГОРОДА ДОНЕЦКА»
Отдела образования администрации Ленинского района города Донецка**

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания Ученого совета
Донецкого республиканского
института развития образования
от 29 августа 2022 года №4

ПРОГРАММА

КОРРЕКЦИОННЫХ РИТМИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

**с детьми дошкольного возраста с лёгкой
умственной отсталостью от 4 до 6 лет**

«РИТМИЧЕСКИЕ СТУПЕНЬКИ»

(комплекс практических материалов)

Донецк, 2022

Автор-составитель: Кузнецова Любовь Александровна, музыкальный руководитель МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ «ЯСЛИ - САД КОМБИНИРОВАННОГО ТИПА № 398 ГОРОДА ДОНЕЦКА» отдела образования администрации Ленинского района г. Донецка, специалист высшей категории.

Швачко Алла Александровна, и. о. заведующего МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ «ЯСЛИ - САД КОМБИНИРОВАННОГО ТИПА № 398 ГОРОДА ДОНЕЦКА» отдела образования администрации Ленинского района г. Донецка.

Краткая аннотация:

В данной программе представлены технология работы с детьми 4- 6 лет с нарушением интеллекта (с лёгкой умственной отсталостью) и комплекс практических материалов, которые направлены на коррекцию недостатков психического и физического развития детей средствами музыкально - ритмической деятельности.

Программа адресована музыкальным руководителям, учителям-дефектологам, воспитателям, руководителям дошкольных учреждений компенсирующего и комбинированного типа для детей с умственной отсталостью.

Предложенная система занятий направлена на решение приоритетных задач дошкольного образования детей с ограниченными возможностями здоровья и успешную интеграцию в общеобразовательное пространство.

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	5
1. ПРОГРАММА КОРРЕКЦИОННЫХ РИТМИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ	
1.1. Пояснительная записка.....	6
1.2. Общая характеристика коррекционной работы.....	9
1.3. Методические рекомендации организации и проведения коррекционных ритмических занятий с детьми дошкольного возраста с лёгкой умственной отсталостью от 4 до 6 лет.....	12
2. ПРАКТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ	
2.1. Перспективное планирование.....	15
2.2. Примерное перспективное планирование занятий с детьми 4- 5 лет.....	17
2.3. Примерное перспективное планирование занятий с детьми 5 - 6 лет	21
2.4. Мониторинг качества внедрения программы.....	26
2.5. Комплексы занятий для детей 4 - 5 лет.....	30
2.6. Комплексы занятий для детей 5- 6 лет.....	64
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	101

Воспитание и обучение детей дошкольного возраста с отклонениями в развитии является весьма острой и актуальной проблемой дошкольного образования. В последние годы, к сожалению, увеличивается рост количества детей с различными отклонениями в состоянии здоровья, в том числе с нарушениями интеллекта, которые влекут за собой целый комплекс других проблем.

Программа коррекционных ритмических занятий разработана музыкальным руководителем на основе многолетнего опыта работы с детьми с лёгкой умственной отсталостью.

Данный комплекс практических материалов разработан в силу особой актуальности проблемы интеллектуальных и познавательных процессов детей с нарушением интеллекта (лёгкой умственной отсталостью). Технология разрабатывалась как экспериментальный проект на базе МБДОУ «ЯСЛИ - САД № 398 Г. ДОНЕЦКА». Она отражает эффективные подходы к комплексному решению задач музыкального развития детей со сниженным интеллектом, имеет развивающий характер, ориентирована на системное развитие музыкальности ребенка в процессе овладения им музыкальной деятельностью, заложена возможность развивающей коррекционной работы с детьми, позволяющие педагогу на ранних этапах освоения ребенком музыкальной деятельности оказать ему развивающую коррекционную помощь, учтен оздоровительный компонент, здоровьесберегающий фактор.

На коррекционных ритмических занятиях осуществляется коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер, которая достигается средствами музыкально - ритмической деятельности. Комплекс занятий способствует развитию общей и речевой моторики, ориентировке в пространстве, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у детей с умственной отсталостью.

1.1. Пояснительная записка

Программа по коррекционно - развивающей работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья (лёгкая умственная отсталость) разработана на основе:

-Типовой образовательной программы дошкольного образования «Растим личность», составители Арутюнян Л.Н., Сипачева Е.В. и др. ДРИДПО. – Донецк: Истоки, 2015 (приказ МОН ДНР № 725 от 23.08.2018), с учетом особенностей образовательного учреждения и региона, интересов воспитанников и запросов родителей дошкольного учреждения.

-Программы дошкольных образовательных учреждений компенсирующего вида для детей с нарушением интеллекта. Коррекционно-развивающее обучение и воспитание / Е.А.Екжанова, Е.А.Стребелева – М.: Просвещение, 2005;

-Программы – Коррекционная ритмика. Комплекс практических материалов и технология работы с детьми старшего дошкольного возраста с ЗПР / М.А. Касицына, И.Г. Бородина - Москва, 2005;

-Программно – методического комплекса для детей дошкольного возраста с лёгкой умственной отсталостью «Музыкальное воспитание» / Василевская О.О., Дуброва И.Н., Лощеных В.П., 2019.

В пособии представлены программа и конспекты коррекционных ритмических занятий в работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья, включающие разнообразные методы и приемы обучения детей, игровые задания и упражнения.

Данная программа предназначена для проведения коррекционно-развивающей работы с детьми от 4 до 6 лет имеющими лёгкую умственную отсталость. Программа адресована музыкальным руководителям, учителям-дефектологам, воспитателям, руководителям дошкольных учреждений

компенсирующего и комбинированного типа для детей с умственной отсталостью.

Программа рассчитана на 1 год обучения детей в возрасте 4-5, 5-6 лет. Пособие состоит из методической и практической части. В методической части раскрыто содержание коррекционных занятий, определены задачи и структура занятий, даны методические рекомендации к проведению занятий. Практическая часть даёт примерное планирование работы с детьми 4-5 лет, 5-6 лет и комплексы занятий.

Цель программы: профилактика и коррекция имеющихся отклонений в развитии ребенка средствами движений, музыки и слова.

Задачи программы:

Содержание обучения и воспитания в программе конкретизируется в образовательных, воспитательных, оздоровительных, и коррекционно-развивающих задачах.

Можно выделить несколько **блоков коррекционно - развивающих задач**, реализуемых на коррекционных ритмических занятиях:

- развитие и коррекция основных видов движений, серии движений, музыкально - ритмических движений;
- развитие и коррекция психических функций и компонентов деятельности, совершенствование психомоторики;
- развитие способности ориентироваться в пространстве;
- развитие эмоционально-волевой сферы и личностных качеств;
- развитие детской фантазии, воображения, творчества.

А также на занятиях решаются дополнительные задачи на воспитание нравственных и личностных качеств и эмоциональной отзывчивости, дисциплинированности, самостоятельности, собранности и т.д.

Принципы реализации программы:

-Принцип единства диагностики и коррекции развития обуславливает соответствие цели и содержания коррекционной работы комплексному, системному, целостному и динамическому изучению ребёнка;

-Принцип учёта возрастных психологических и индивидуальных особенностей ребёнка определяет индивидуальный подход к ребёнку и построение коррекционной работы;

-Деятельностный принцип определяет выбор средств, путей, способов достижения поставленной цели и основан на признании того, что именно активная деятельность ребёнка является движущей силой развития;

-Принцип систематичности предопределяет непрерывность, регулярность, планомерность коррекционного процесса;

-Принцип наглядности определяется единством чувственной и логической ступеней познания, обуславливает широкое взаимодействие всех анализаторов и осуществляется путём эмоционального показа упражнений педагогом, образностью музыки и различными играми;

- Принцип доступности и постепенного усложнения заданий с учетом «зоны ближайшего развития»;

-Принцип комплексности предполагает связь музыкально-коррекционных занятий с другими видами психолого-педагогического воздействия;

-Принцип учёта эмоциональной сложности материала. Коррекционное занятие обязательно должно завершаться на позитивном эмоциональном фоне;

-Принцип оптимистического подхода предполагает «атмосферу успеха» для ребёнка, утверждение этого чувства в ребёнке, поощрение его малейших достижений.

Все принципы связаны между собой и определяют единство коррекции, профилактики и развития детей с ограниченными возможностями здоровья в процессе проведения музыкально-коррекционных занятий.

1.2 Общая характеристика коррекционной работы

Практика работы и исследования учёных показывают, что одним из эффективных средств в коррекционно-развивающей работе с детьми, имеющими нарушения интеллекта (лёгкая умственная отсталость), являются коррекционные ритмические занятия. Многие исследователи (Е.М. Мастюкова, Е.А.Медведева, Г.А.Бутко, Е.А.Екжанова, Е.А.Стребелева) в своих исследованиях показали, что музыкально - ритмические занятия имеют огромное значение для детей с умственной отсталостью. Научно-теоретическим обоснованием программы послужили работы Ф. Дельсарта, Ж. Далькроза, Ю. Флоренской, В. Гринер, Н. Власовой.

Коррекционные ритмические занятия это специальные комплексные занятия, на которых средствами музыки и специальных двигательных и психокоррекционных упражнений происходит коррекция и развитие ВПФ, улучшаются качественные характеристики движения, развиваются личностные качества ребёнка. Способность к восприятию и воспроизведению ритма является универсальной способностью, которая выступает в качестве базисной по отношению к различным видам деятельности (предметной, изобразительной, речевой, письменной и др.)

При воспитании и обучении детей с ОВЗ существует ряд проблем, обусловленных психофизическими особенностями:

- раздражительность;
- стойкое нарушение познавательной деятельности;
- нарушения равновесия, координации движений;
- повышенная возбудимость;
- двигательная расторможенность;
- эмоциональная неустойчивость;

- быстрая утомляемость;
- неустойчивость внимания и памяти.

Музыка на занятиях используется как лечебный фактор. Восприятие специально подобранной музыки не требует предварительной подготовки и доступно всем детям. Музыкально - ритмические занятия помогают вовлекать, активизировать и пробуждать интерес к деятельности вообще, активизируют мышление. Музыкальные игры снимают психо-эмоциональное напряжение. Организация движений с помощью музыкального ритма развивает у детей внимание, память, внутреннюю собранность. Коррекционные ритмические занятия способствуют оздоровлению всего детского организма в целом, а так же развитию творческих способностей детей.

Поэтому разработка коррекционной программы, учитывающей специфику воспитания и обучения детей нашего дошкольного учреждения, является актуальной.

Коррекционные ритмические занятия являются одной из форм активной терапии, средством специально подобранных методов направленных на преодоление недостатков психомоторной, двигательной, познавательной и эмоционально - волевой сферы детей с нарушением интеллекта средствами музыкально - ритмической деятельности и психоразвивающих упражнений, построенных на сочетании музыки, движения и слова.

На занятиях проводятся комплексные игры различной подвижности и разной направленности, релаксационные упражнения, формирующие способности к снятию мышечного и эмоционального напряжения в конце занятия. Важной составляющей занятий являются дыхательные упражнения, которые способствуют преодолению внутренней эмоциональной и мышечной скованности у детей с проблемами в развитии. Правильное дыхание не только позволяет развивать все

психические процессы, регулировать эмоциональные состояния, увеличивать скорость протекания мыслительных операций, но и длительно сохранять приобретённые навыки и умения. Дыхательные упражнения также направлены на профилактику острых респираторных заболеваний. Игры, включенные в занятия, имеют особое значение, так как игра является основной формой деятельности дошкольников. Игра способствует развитию произвольности движений и поведения, развитию личностных качеств детей. Задания в игровой форме на коррекционных занятиях, проведение игр позволяет повысить эффективность коррекционно-развивающего воздействия, решить на занятии все поставленные задачи. Игры создают благоприятные условия для развития творческого воображения у детей.

Решение поставленных задач способствует максимальной нормализации и восстановлению утраченной целостности развития умственно отсталого дошкольника, обеспечение процесса его социализации.

Программа коррекционных ритмических занятий рассчитана для проведения 1 занятия в неделю. Длительность занятий 25-30 минут.

На изучение коррекционной программы отводится:

Группа	Кол-во часов в неделю	Кол-во недель	Всего часов за учебный год
4-5 лет	25-30 мин	33	33
5-6 лет	25-30 мин	33	33
ИТОГО			66

Занятия имеют следующую структуру:

1. Вводная часть - двигательная разминка (4-5 минут) включает в себя разминку в виде различных видов ходьбы, перестроений, бега в различных направлениях под музыку.

11. Основная часть (15- 20 минут) состоит из упражнений на развитие и коррекцию основных видов движений, серии движений, музыкально-ритмических движений (А), развитие психических функций и компонентов деятельности, совершенствование психомоторики (Б), на развитие способности ориентироваться в пространстве (В), на развитие эмоционально-волевой сферы и компонентов личности (Г), творческих способностей (Д). В основную часть включены упражнения на оптимизацию функции дыхания.

111. Заключительная часть. Включает в себя подвижную или музыкальную игру (зависит от двигательной нагрузки основной части) и обязательную релаксационную фазу, длится 5-6 минут.

1.3. Методические рекомендации организации и проведению занятий

Коррекционные ритмические занятия должны проходить на фоне эмоционального подъёма. Необходимо обязательно поощрять малейшие успехи детей, оказывать максимальную помощь в преодолении индивидуальных затруднений. Дети должны испытывать радость от предоставленной им возможности выразить себя в движении, передать движением свои чувства, переживания, своё понимание музыкального образа. Одним из ведущих принципов достижения эффективности работы на занятиях является индивидуальный подход к каждому ребёнку.

Методика обучения музыкально - ритмическим движениям детей 4-5 лет с умственной отсталостью

Задачи и содержание обучения

Музыкально – ритмические движения — привлекательная для дошкольников деятельность, способствующая развитию их инициативы и самостоятельности: они по-своему «изображают» персонажей игр, танцуют, запоминают последовательность движений.

Осуществляя воспитательные задачи, педагог проводит обучение, развивая у детей музыкально-ритмические навыки и выразительность движения.

Дети учатся различать, чувствовать и осознавать наиболее простые элементы музыкальной выразительности, воспринимая музыку целостно, ощущая ее настроение, общий характер. Обращается внимание на то, что, например, с помощью темпа, динамики и регистра в пьесе можно передать характер медленной поступи медведя, быстрых движений зайчиков.

Дети учатся быстро и легко изменять характер движения: спокойную ходьбу на бег, сильный энергичный шаг на тихую поступь и т. п. Ведется постоянная работа по развитию ритмичности: четкой ходьбы, точного начала и окончания движений вместе с музыкой. Дети учатся прохлопывать рисунок самостоятельно и с помощью взрослого. Формируется умение подыгрывать на музыкальных инструментах (погремушках, барабане, металлофоне, колокольчиках), развивается у детей интерес к музицированию. Коррекционные ритмические занятия способствуют развитию эмоционально-образного исполнения музыкально-игровых упражнений (кружатся листочки, падают снежинки) и сценок, используя мимику и пантомиму (зайка веселый и грустный, хитрая лисичка, сердитый волк и т. д.).

Методика обучения музыкально - ритмическим движениям детей 5-6 лет с умственной отсталостью

Задачи и содержание обучения

Музыкально – ритмические движения определяются характером музыки, развитием ее музыкальных образов. Дети учатся воспринимать произведение в целом и, двигаясь, передавать его настроение. Они ощущают изменения темпа, динамических оттенков. Художественные движения углубляют представления ребят об окружающем, рассказывают о многих интересных событиях, обогащают, радуют, воспитывая интерес и любовь к музыке. Программа требует одновременной работы над музыкально-ритмическими навыками и навыками выразительного движения. Развивая чувство ритма, ребят учат подчеркивать сильную долю такта, применяя различные гимнастические движения (руки вверх, руки вниз и т. п.) в упражнениях с предметами (платочками, лентами и др.). На занятиях у детей развиваются навыки инсценирования песен; дети учатся изображать сказочных животных и птиц (лошадка, коза, лиса, медведь, заяц, журавль, ворон и т. д.) в разных игровых ситуациях. Воспитанники учатся исполнять простейшие мелодии на детских музыкальных инструментах (погремушках, барабанах, металлофоне, ложках, трещётках, колокольчиках); индивидуально и подгруппами. Для детей на занятиях создаются условия для получения детьми удовольствия от музицирования и общения. Коррекционные ритмические занятия способствуют развитию эмоционально-образного исполнения музыкально-игровых упражнений (кружатся листочки, ловим капельки дождя, лепим мы снеговика и др.) и сценок, используя мимику и пантомиму (мишка веселый и грустный, порхающая бабочка, сердитый волк, весёлые козлята и т. д.), развитию творчества детей, побуждают их к активным самостоятельным действиям.

2. ПРАКТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

2.1. Примерное перспективное планирование занятий

Примерные игры и упражнения каждого блока коррекционно - развивающих задач, реализуемых на коррекционных ритмических занятиях.

1. Развитие и коррекция основных видов движений, серии движений, музыкально - ритмических движений. А

Игры и упражнения направленные на:

- нормализацию мышечного тонуса, развитие основных видов движений;
- выработка правильной осанки, чувства равновесия;
- развитие координации, плавности движений;
- преодоление двигательного автоматизма движений.

Музыкальные игры, музыкально- ритмические упражнения, направленные на :

- формирование чувства музыкального темпа, размера, восприятия ритмического рисунка;
- согласование движений с музыкальным темпом и ритмом, ритмичности движений под музыку;
- изменение характера движений в соответствии с изменением контрастов звучания (громко-тихо, быстро - медленно, высоко-низко);
- согласование движений с пением.

Игры и упражнения, направленные на развитие выразительности имитационно- подражательных движений:

- под музыку;
- без музыки (изображение движений лисички, зайца, медведя и т.д.)

Упражнения с музыкальными инструментами:

- упражнения для кистей рук;

- отстукивание ритмических рисунков с помощью музыкальных инструментов.

Игры и упражнения направленные на:

-направленные на снятие физического, эмоционального напряжения и перевозбуждения, подготовки к релаксации.

2. Развитие и коррекция психических функций и компонентов

деятельности, совершенствование психомоторики. Б

Игры и упражнения, направленные на:

-развитие всех видов памяти (зрительно, моторной, слуховой);

-развитие быстроты и точности реакции на звуковые или вербальные сигналы;

-развитие внимания.

3. Развитие способности ориентироваться в пространстве. В

Игры и упражнения, направленные на развитие:

-пространственных представлений;

-ориентировка в пространстве зала через движение;

-выполнение инструкций на основе словесной инструкции.

4. Развитие эмоционально-волевой сферы и личностных качеств. Г

Игры и упражнения направленные на:

-развитие умения выполнять совместные действия, а также на развитие коммуникативных навыков;

-развитие способности к созданию выразительного образа с помощью невербальных средств.

5. Развитие детской фантазии, воображения, творчества. Д

-закрепление навыков и умений, полученных на занятиях с окружающим миром, музыкальных занятиях (игры с музыкальными инструментами);

-развитие творческих способностей; способности к творческому самовыражению ребёнка.

2.2 Примерное перспективное планирование занятий

с детьми 4-5 лет

Этапы реализации программы:

- этап первичного диагностирования;
- коррекционно-развивающий этап;
- контрольный этап (заключительное диагностирование).

Продолжительность диагностического периода:

Стартовая диагностика: 01.09. – 30.09.

Итоговая диагностика: 15.05 – 30.05.

Месяцы		Упражнения и игры	Задачи
Сентябрь		Диагностический период Обследование детей с помощью игр и упражнений. Пробные занятия.	
Октябрь		Двигательная разминка	
		Игра – потешка «Паровоз»	А, Б
		Двигательное упражнение «В лесу», «Тропинка»	А, Б, В, Д
		Игровое упражнение «Весёлые ладошки»	А, Г
		Игровое упражнение «Ветер»	А, В
		Упражнение «Собираем листья»	А
		Дыхательное упражнение «Дерево на ветру»	
		Музыкальная игра «Ёжик и Барабан»	А, Б
	Этюд «Прогулка»	Б, Г, Д	

	Игровое упражнение «Дерево, кустик, травка»	
	Подвижная игра «Перелёт птиц»	А, Б, В
	Релаксационное упражнение	А
Ноябрь	Двигательная разминка	
	Упражнение «Домик»	Б, В
	Двигательная пауза «Ручки- ножки»	А, Г
	Упражнение «Запомни свой круг»	А, Б, В
	Упражнение «Качели»	А, В
	Упражнение «Собираем листья»	А, Г, Д
	Дыхательные упражнения «Гуси летят»	
	Игра с музыкальными инструментами «Как звучит»	А, Д
	Этюд «Мышки»	Д, Г
	Подвижная игра «Кошка и мышки»	А, Б, Г, Д
	Релаксационное упражнение	А
Декабрь	Двигательная разминка	
	Упражнение «Ходьба на носках и обычная»	А, Б, В
	Упражнение «Ходьба с хлопками и лёгкий бег»	А, Б, В
	Этюд «Снеговик», «Лепим мы снеговика»	А, Г
	Игра - миниатюра «Ветер и ветерок»	А, Д
	Дыхательное упражнение «Снегопад»	
	Пляска «Зимняя пляска»	А, Г, Д
	Игровое упражнение «Зимние забавы»	А, Г
	Игровое упражнение «Давай дружить»	Г
	Подвижная игра «Снежная баба»	А, Б, В

		Релаксационное упражнение	А
Январь		Двигательная разминка	
		Упражнение «Ходьба с остановкой»	А, Б
		Упражнение «Весёлые ладошки»	А, Б
		Упражнение «Зима пришла»	А, В
		Игра - потешка «Зайцы на пригорке», «На опушке леса зайцы собирались»	А, Г, Д
		Дыхательное упражнение «Деревья»	
		Игра – миниатюра «Ветер и зайцы»	А, Д
		Игра «Угадай, что делали»	А, Б, Д
		Подвижная игра «Позвони в погремушку»	А, Б
		Игра «Надувала кошка мячик»	Г
		Релаксационное упражнение	А
Февраль		Двигательная разминка	
		Упражнение «Стоп»	А, Б
		Упражнения «Пружинки»	А
		Этюд «Прогулка»	А, Г
		Игровое упражнение «Зимушка»	А, Г, Д
		Дыхательное упражнение «Погреемся»	
		Упражнение «Снежная баба»	А
		Игра «Смотрим влево, смотрим вправо»	Б, В
		Игра с пением «Козлёнок»	А, Б, В
		Упражнение «Зайка»	А, Б, Г
		Релаксационное упражнение	А
Март		Двигательная разминка	
		Упражнения «Ходьба вперёд и назад»	А, Б

	Упражнения «Солнышко», «Солнышко разгорается, затухает»	А, Б
	Упражнение «Цветок растёт, цветок качается, цветок увядает»	А, Б, Г
	Упражнение «Дождик на дорожке»	А, Б
	Игровое упражнение «Солнечный зайчик»	Г
	Дыхательное упражнение «Часики»	
	Упражнение с ленточками	А, Б, В, Г
	Упражнение «Заинька»	А, Д
	Хоровод «Заинька»	А, Г
	Релаксационное упражнение	А
Апрель	Двигательная разминка	
	Упражнение «Ходьба с хлопками и лёгкие прыжки»	А, Б
	Упражнение «Солнышко и дождик»	А, Б, Г
	Этюд «Танец радости»	Г
	Игровое упражнение «Ёжик»	А, Д, Г
	Дыхательное упражнение «Дерево на ветру»	
	Игра с музыкальными инструментами «Сыграй своё настроение»	А, Г
	Упражнение с цветами	А, В
	Игра – миниатюра «Птички летят»	А, Д
	Подвижная игра «Гнёздышки»	А, Б, Г
	Релаксационное упражнение	А
Май	Двигательная разминка	
	Упражнения «Весёлые ладошки»	А, Б, Г
	Упражнения «Слушай бубен»	А, Б, Г
	Игра - превращение «Лесная зверобика»	А, Б, В, Г, Д
	Хороводная игра «Лесные музыканты»	А, Б, В, Г, Д
	Этюд «После дождя»	Г, Д

	Дыхательное упражнение «Парящие бабочки»	
	Игра – миниатюра «Колобок», этюд «Солнечный зайчик»	А, Г
	Игра - миниатюра «Дождик»	А, Д
	Подвижная Игра «Солнышко и дождик»	А, В
	Релаксационное упражнение	А

2.3 Примерное перспективное планирование занятий с детьми 5-6 лет

Месяцы	Упражнения и игры	Задачи
Сентябрь	Диагностический период Обследование детей с помощью игр и упражнений. Пробные занятия.	
Октябрь	Двигательная разминка «Домик»	Б, В
	Двигательное упражнение «Запомни своё место»	Б, В
	Игра – забава «Гучка»	А
	Игра – потешка «Паровоз»	А, Б
	Игра – миниатюра «Надувала кошка мяч»	А
	Дыхательное упражнение «Ветер»	
	Упражнение «Собираем листья»	А, Г, Д
	Подвижная игра «Совушка»	А, Б, Г
	Упражнение «Мы играем на гармошке»	А, Б

		Релаксационное упражнение	А
Ноябрь		Двигательная разминка	
		Упражнение «В лесу»	А, Б
		Упражнение «Запомни свой круг»	А, Б, В
		Упражнение «Листики »	А, В
		Игра - превращение «Храбрец- удалец»	А, Б, Г
		Дыхательные упражнения «Листопад»	
		Игра с музыкальными инструментами «Как звучит»	А, Б, Д
		Подвижная игра «Жук»	А, Б, Г
		Этюд «Солнечные зайчики»	А, Г, Д
		Релаксационное упражнение	А
Декабрь		Двигательная разминка	
		Упражнение «Ходьба с остановкой»	А, Б, В
		Упражнение «Весёлые ладошки», «Большие и маленькие ноги»	А, Б, В
		Этюд «Снег, снежок»	А, Г
		Упражнение «Лепим Снеговика»	А, Б
		Игра – миниатюра «Ветер зайка»	Б, Д
		Дыхательное упражнение «Снегопад»	
		Зимняя пляска	А, Д, Г
		Подвижная игра «Снежная баба»	А, Б, В, Д
		Игровое упражнение «Обними меня»	Г
		Релаксационное упражнение	А
	Январь		Двигательная разминка
		Упражнение «Ходьба обычная и на носках»	А, Б
		Двигательное упражнение «Ходьба с хлопками и лёгкий бег»	А, В
		Упражнение «Зима пришла»	А, Б

	Игра – потешка «Суслик»	А, Б, Д	
	Упражнение «Качание игрушки»	А, Г, Д	
	Двигательная пауза «Ручки и ножки», «Зимние забавы»	А, Г	
	Дыхательное упражнение «Сдуваем снежинку»		
	Музыкальная игра «Игра на барабане», «Игра на ложках», «Игра на гармошке»	А, Б, Г, Д	
	Подвижная игра «Снежинки и ветер»	А, В, Г, Д	
	Упражнение «Дворник»	А, Д	
	Релаксационное упражнение	А	
	Февраль	Двигательная разминка	
		Упражнение «Пружинка»	А, Б
Игра «Снежиночки - пушиночки», «Зимушка – зима»		А, Б, В	
Игра-упражнение «Ёлочка»		А, Д	
Музыкальная игра «Начинаем перепляс»		А, Г, Д	
Упражнение – релакс «Снежная баба»		А, Г, Д	
Дыхательное упражнение «Вырасти большой»			
Игра - упражнение «Смотрим влево - смотрим вправо»		Б, В	
Подвижная игра «Снеговик»		А, Б, В, Д	
Игра - упражнение «Солнышко и сугробы»		А, Б, Г, Д	
Релаксационное упражнение		А	
Март		Двигательная разминка	
		Упражнения «Ходьба вперед и назад»	А, Б, В
	Упражнения «Солнышко»	А	
	Игровое упражнение «Слушай хлопки»	Б, В	
	Упражнение «Ветерок и ветер»	А, Д	

	Этюд «Разные настроения»	Г, Д
	Дыхательное упражнение «Часики»	
	Упражнение «Ленточки»	А, В, Г
	Упражнение «Мышка»	А
	Этюд «Котик и клубочки»	А, Д, Г
	Подвижная игра «Васька Кот»	А, Д
	Релаксационное упражнение	А
Апрель	Двигательная разминка	
	Упражнение «Ходьба с хлопками и лёгкие прыжки»	А, Б
	Упражнение «Солнышко»	А, Г
	Этюд «Танец радости» Этюд «Золотые капельки»	Г, Д
	Игра упражнение «У мишки дом большой»	А, Б
	Дыхательное упражнение «Дерево на ветру»	
	Игра с музыкальными инструментами «Сыграй своё настроение»	А, Г, Д
	«Упражнение с цветами», Этюд «Цветок»	А, Г, Д
	Игра – миниатюра «Медведь»	А, Д
	Музыкальная игра «Кто медведя разбудил»	А, Г, Д
	Релаксационное упражнение	А
Май	Двигательная разминка	
	Упражнения «Весёлые ладошки»	А
	Упражнение «Слушай бубен»	А, Б
	Игра-превращение «Заводные игрушки»	А, Г, Д
	Ритмическое упражнение «Повторяй за мной», музыкальная игра «Карусель»	А, Г

		Этюд «После дождя»	Г
		Дыхательное упражнение «Бабочка»	
		Игра – миниатюра «Цветочек»	А, Г, Д
		Игра- миниатюра «Порхает бабочка»	А, Б, Д
		Подвижная Игра «Бабочки»	А, Г, Д
		Релаксационное упражнение	А

Содержание, структура и технология коррекционных ритмических занятий варьируется в зависимости от характера отклонения в развитии детей и необходимости коррекции средствами движений того или иного нарушения. В рамках коррекционной работы создаётся единая коррекционно-развивающая среда, где каждый ребёнок может достигнуть своего индивидуального уровня.

Для решения этих задач используются произведения из ориентировочного музыкального репертуара с учетом индивидуальных возможностей детей и их готовности к восприятию материала. Ориентировочный музыкальный репертуар предоставлен с учетом требований Типовой образовательной программы дошкольного образования «Растим личность», а также из других сборников по музыкальному воспитанию детей дошкольного возраста.

РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате коррекционно - развивающей работы, направленной на развитие высших психических функций, эмоционально-волевой сферы, формирование и развитие коммуникативных навыков, эстетических и нравственных ценностей, дети эффективно преодолевают свои психофизические недостатки и к концу обучения приобретают положительные результаты.

2.4. Мониторинг качества внедрения программы

Для отслеживания результатов коррекционной работы проводится контроль педагогического процесса, который включает в себя:

- оценку эффективности методов и приемов, применяемых педагогами;
- определение уровня усвоения детьми предлагаемых материалов.

Комплексный индивидуальный анализ умений и навыков детей 4-6 лет.

Ф.И. ребенка _____ возраст 4-5 лет _____

Дата проведения диагностики _____

№	Требования программы	Уровень усвоения программы					
		Низкий (не понимает задания и не выполняет его даже после показа)		Средний (иногда ошибается, но охотно использует помощь педагога, чтобы правильно выполнить задание)		Высокий (правильно выполняет задание без помощи педагога)	
		Начало года	Конец года	Начало года	Конец года	Начало года	Конец года
1	Сформирован интерес к музыкально-ритмической деятельности.						
2	Умение двигаться под музыку, менять характер движения в						

	соответствии с изменением динамики и частей в музыкальном произведении.			
3	Развитие ритмичности, четкости, согласованности движений рук и ног.			
4	Умение ориентироваться в пространстве; развито зрительное и слуховое восприятие и внимание.			
5	Формирование правильной осанки и походки.			
6	Умение использовать разученные музыкально-ритмичные движения в музыкальных играх и при выполнении образных движений (прыгает зайчик, ходит медведь, летает птица и др.)			
7	Умение выразительно исполнять танцевальные движения.			
8	Развито умение выполнять музыкально-ритмичные движения с предметами.			
9	Умение музицировать с помощью музыкальных инструментов.			

Ф.И. ребенка _____ возраст 5-6 лет _____

Дата проведения диагностики _____

№	Требования программы	Уровень усвоения программы					
		Низкий (не понимает задания и не выполняет его даже после показа)		Средний (иногда ошибается, но охотно использует помощь педагога, чтобы правильно выполнить задание)		Высокий (правильно выполняет задание без помощи педагога)	
		Начало года	Конец года	Начало года	Конец года	Начало года	Конец года
1	Сформирован интерес к музыкально-ритмической деятельности.						
2	Умение двигаться под музыку, менять характер движения в соответствии с изменением контрастов звучания (громко-тихо, быстро-медленно, высоко-низко)						
3	Умение ритмично и четко двигаться под музыку; согласованность движений рук и ног.						
4	Умение выразительно изображать имитационно – подражательные движения						
5	Формирование правильной осанки и походки.						

6	Развита память (зрительная, моторная, слуховая), внимание.			
7	Умение ориентироваться в пространстве; понимание вербальных инструкций.			
8	Умения использовать разученные музыкально-ритмичные движения в музыкальных играх и при выполнении образных движений (прыгает зайчик, ходит медведь, летает птица и др.)			
9	Умение выразительного исполнения танцевальных движений.			
10	Развито умение выполнять музыкально – ритмичные движения с предметами.			
11	Музицирование с помощью музыкальных инструментов			

2.5. КОМПЛЕКСЫ ЗАНЯТИЙ

для детей 4-5 лет

ОКТАБРЬ. КОМПЛЕКС № 1

I. Вводная часть.

Ритмическая разминка: ходьба в колонне, бег в колонне, ходьба.
(Музыка по выбору педагога)

II. Основная часть.

1.Игровое упражнение « Паровоз»

Цель: развитие чувства ритма и темпа, синхронизация речи и движений.
Отрабатывается навык дробного шага с продвижением вперед.

И.П. Дети стоят друг за другом, руки согнуты в локтях, пальцы крепко сжаты в кулачки. Ноги удобнее слегка согнуты в коленях.

Педагог предлагает детям оправиться в путешествие и произносит текст ритмично, с ускорением и последующим замедлением на словах «чух, чух...». Также следует обратить внимание на осанку детей и следить, чтобы шаг оставался коротким.

Пальчиковая гимнастика

Путешествие на паровозе

Раз, два, три, четыре, пять.

Поочередно стучим ладошками по коленям

Надоело нам скучать!

Водим указательным пальцем из стороны в сторону

Сядем дружно в паровоз, нас в вагончиках повёз.

Чух - чух, чух - чух! Ух захватывает дух!

(Руки согнуты в локтях, кулачки сжаты, изображаем движение поезда)

Север, запад, юг, восток...*(Ладонь у лба, смотрим по сторонам)*

Прокачусь еще разок!

Машинист не зевай! *(Прикрываем рот ладошкой)*

На гудок нажимай! Ту - ту!! *(Правой рукой нажимаем на колени)*

1.Едет, едет паровоз
Две трубы, сто колес
Две трубы, сто колес
Машинистом рыжий пес.
2.Чух, чух, пыхчу, пыхчу, ворчу
Стоять на месте не хочу.
Колесами стучу, верчу,
Садись скорее, прокачу: чух, чух!

Дети изображают темп движения поезда: отправление от станции (медленно), постепенно поезд прибавляет ход - (темп ускоряется) приближается к станции (темп замедляется) и поезд останавливается.

2 . Двигательное упражнение «В лесу »

Цель: развитие слухового внимания, подражательные упражнения.

Дети двигаются врассыпную под музыку маршевого характера. При остановке музыки дети останавливаются, выполняя подражательные движения («зайцы», «лиса», «медведь» и т.д.) Со сменой музыки дети продолжают ходьбу.

3.Упражнение « Весёлые ладошки»

Цель: развитие чувства ритма и темпа.

И.П. Дети сидят на стульях. Дети выполняют движения с помощью педагога, на начальном этапе. В дальнейшем стараются выполнять самостоятельно. Педагог следит за ритмичностью выполнения упражнений.

Похлопаем в ладошки,
Похлопаем немножко,
Похлопаем в ладошки,
Очень хорошо!

И пальчики попляшут,
И пальчики попляшут,
И пальчики попляшут,
У маленьких ребят.

И пальчики попляшут,
И пальчики попляшут.

А девочки и мальчики
Все ровненько сидят.

Тук-тук молотком,
Мы построим птичкам дом.
Тук-тук молотком,
Поселяйтесь, птички, в нём!

Бум-бум, барабан.
Что за шум и тарарам?
Бум-бум, барабан,
Просьпайтесь по утрам!

Ду-ду-ду, ду-ду-ду —
Вот какая дудка!
Ду-ду-ду, ду-ду-ду —
Вот какая дудка!

Поехали потихонечку,
Поехали потихонечку.
И быстренько, и быстренько,
И быстренько, и быстренько,
И приехали!

Описание движений:

Дети сидят на стульчиках.

1 куплет:

Хлопают в ладоши.

2 куплет:

Вращают кистями рук — «фонарики».

3 куплет:

Энергично стучат кулачком одной руки по кулачку другой.

4 куплет:

Попеременно стучат кулачками по коленям.

5 куплет:

Имитируют игру на дудочке, перебирая пальчиками.

6 куплет:

Нараспев негромко произносят слова, ладонями попеременно касаются колен. На слова «И быстренько, и быстренько» весело хлопают попеременно ладонями по коленям и притоптывают ногами. В конце упражнения музыка замедляется и все дружно говорят: «Приехали!»

Начинать разминку можно с двух движений — хлопков в ладоши и «фонариков». Далее — добавлять движения по тексту, каждый раз обыгрывая очень эмоционально.

4.Игровое упражнение «Ветер »

Цель: синхронизация движений с музыкой и речью, лёгкость и плавность движений, умение находить своё место в кругу, развитие ориентировки в пространстве.

1.Ветерочек-ветерок,
Дует с юга на восток,
В море волны гонит,
В поле травку клонит.

2.Наклоняется трава.
Шелестит весь день листва.
И деревья сами
Двигают ветвями.
Листик отцепился,
быстро закружился.

(хоровод расцепился и детки кружатся, как листики, в свободном направлении).

- Быстро листья приберём, снова в круг их соберём. (Дети должны встать в круг, на места)

5.Упражнение «Собираем листья»

Цель: Развитие способности передавать образные движения.

Педагог рассказывает детям об осени, о красивых листьях, которые падают на землю. Представьте, что вы гуляете во дворе и стали собирать листья и делать красивые букеты.

Дети двигаются неторопливым, спокойным шагом, мягко ступая, передавая спокойный характер музыки. Легко наклоняются, как будто собирают листья.

Рекомендуется музыкальное оформление - «Листья падают, летят» песенка

6. Музыкальная игра «Ёжик и Барабан»

Цель: развивать зрительную и двигательную память.

С барабаном ходит ежик,
Бум-бум-бум!

*Дети маршируют по кругу, изображая
игру на барабане.*

Целый день играет ежик,
Бум-бум-бум!

Маршируют, спрятав руки за спину.

С барабаном за плечами,
Бум-бум-бум!

*Подносят ко рту то одной, то другой
рукой воображаемое яблоко.*

Очень яблоки любил он,
Бум-бум-бум!

Разводят руками.

Барабан в саду забыл он,
Бум-бум-бум!

Ночью яблоки срывались,
Бум-бум-бум!

*Руки на поясе, выполняют прыжки на
месте.*

И удары раздавались,
Бум-бум-бум!

Зайцы очень испугались,
Бум-бум-бум!

Приседают, сделав «ушки» из ладошек.

Глаз до зорьки не сомкнули,
Бум-бум-бум!

7. Дыхательное упражнение «Дерево на ветру»

Цель: формирование дыхательного аппарата.

Сидя на полу, скрестив ноги (варианты: сидя на коленях или на пятках, ноги вместе). Спина прямая. Поднимать руки вверх над головой с вдохом и опускать вниз, на пол перед собой с выдохом, немного сгибаясь при этом в туловище, будто гнется дерево.

III. Заключительная часть.

1 . Этюд «Прогулка»

Цель: Закрепление воспроизведения различных эмоций (радость, удовольствие, удивление).

Ход: Осенний день. Дети гуляют. Пошёл дождь. Дети бегут домой. Прибежали вовремя, начинается гроза. Гроза прошла, дождь перестал. Дети снова вышли на улицу и стали бегать по лужам.

Игровое упражнение «Дерево, кустик, травка»

Цель: развитие внимания, способности программировать свои действия на основе условных сигналов, умения согласовывать свои действия друг с другом.

Дети образуют круг и двигаются по кругу.

Воспитатель объясняет правила игры: на слово «дерево» дети поднимают руки вверх, на слово «кустик» — разводят в стороны, на слово «травка» опускают руки вниз, касаясь пола.

Взрослый вразнобой произносит слова, дети выполняют соответствующие движения.

2.Подвижная игра «Перелет птиц»

Цель: развивать ориентировку в пространстве, умение двигаться по сигналу.

Описание игры: птицы летят, расправив крылья, сигналу «буря» птицы летят на вышку – скрываются от бури. По сигналу «буря прекратилась», птицы летают.

3.Релаксационное упражнение под музыку по выбору педагога.

НОЯБРЬ. КОМПЛЕКС № 2

I. Вводная часть.

Ритмическая разминка: свободная ходьба в колонне, лёгкий бег в рассыпную, ходьба в рассыпную.

(Музыкальное сопровождение по выбору педагога)

II. Основная часть.

1 . Двигательное упражнение «Домик»

Цель: развитие слухового внимания.

Дети двигаются в рассыпную под музыку маршевого характера. При остановке музыки дети останавливаются, присаживаются на корточки,

поднимают руки вверх «домиком». С началом звучания музыки дети продолжают ходьбу.

2. Упражнение двигательная пауза «Ручки — ножки»

Цель: развитие умения действовать коллективно согласно тексту.

Воспитатель показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.

Все захлопали в ладоши (*Хлопают в ладоши.*) Дружно, веселее! (*Стучат ножками.*)

Застучали наши ножки

Громче и быстрее.

По коленочкам ударим (*Хлопают по коленкам.*)

Тише, тише, тише.

Ручки, ручки поднимаем (*Медленно поднимают руки.*)

Выше, выше, выше!

Завертелись наши ручки, (*Поворачивают кисти рук то вправо, то влево.*)

Снова опустились. (*Опускают руки.*)

Покружились, покружились

И остановились. (*Останавливаются.*)

3. Упражнение «Запомни свой круг»

Цель: развитие зрительной памяти и ориентирования в пространстве.

Дети стоят в кругах разного цвета. Ребёнку предлагается запомнить своё место по цвету круга. Под музыку дети двигаются по залу. С остановкой музыки дети должны найти свой круг по цвету.

Музыка по выбору педагога.

4. Упражнение «Качели»

Цель: развитие мышечной регуляции и ритмических движений, пространственных представлений.

И.П. Дети стоят в рассыпную.

Дети свободно располагаются по залу «расслабились» как горошины.

Все лето качели качались и пели,

И мы на качелях к небу летели!

*Дети раскачивают вперед-назад свободные руки, легко пружиня в коленях.
На последнюю строчку текста встают на носки и поднимают руки вверх.*

Настали осенние дни,
Качели остались одни.
*Голова мягко опускается вниз.
Руки остаются вверху.*

Лежат на качелях
Два желтых листа.
Кисти рук медленно опускаются к плечам.
И ветер качает
Качели слегка.
Туловище слегка раскачивается вправо и влево.
Музыкальное сопровождение по выбору педагога.

5. Упражнение «Собираем листья»

Цель: Развитие способности передавать образные движения. Педагог рассказывает детям об осени, о красивых листьях, которые падают на землю. Представьте, что вы гуляете во дворе и стали собирать листья и делать красивые букеты.

Дети двигаются неторопливым, спокойным шагом, мягко ступая, передавая спокойный характер музыки. Легко наклоняются, как будто собирают листья.

Рекомендуется музыкальное оформление - «Листья падают, летят».

6. Дыхательное упражнение «Гуси летят»

Цель: развитие плавного, длительного вдоха и выдоха.

Гуси высоко летят.

На детей они глядят.

И.п. – о.с.

1 – руки поднять в стороны (вдох);

2 – руки опустить вниз со звуком «г-у-у» (выдох)

7. Игра с музыкальными инструментами

«Как звучит»

Цель: передавать своё настроение с помощью игры на музыкальных инструментах (выбирать советуемые инструменты самостоятельно).

Ребенку предлагается показать, как он будет стучать по барабану, металлофону или использовать другой музыкальный инструмент, если ему грустно, весело, страшно.

III Заключительная часть.

1. Этюд «Мышки»

Цель: проявление эмоций, выражение чувства радости, удовольствия.

Раннее утро. Мышки спят. Покажите, как они подложили под щёчку ладошки, глаза закрыли и мирно посапывают.

Пора, мышки, просыпаться! Открыли они глазки, а на улице дождь. Я буду читать стихотворение, а вы показывайте все эмоции и жесты мышек.

Сначала они удивились,
потом глубоко возмутились.
Обиделись, но не на всех.
С обидой они отвернулись,
Как мышь на крупу, все надулись.
И вдруг опечалились все.
Поникли печальные плечи,
в глазах опечаленный вечер.
И слёзы вот-вот побегут.
Но тут лучик солнца украдкой
По щёчке скользнул нежно-гладкой.
И всё засветилось вокруг.
От радости все улыбнулись.
Как будто от сна все очнулись.
Запрыгали и закричали: Ура! Ура!

«Мышки»

Мышки в норочке сидели,	- сделать кулачки
Мышки в щелочку глядели,	- сделать щелочки
Мышки по полу скреблись,	- пальчиками по коленкам
И коту сказали: «Брысь!»	- кулачок, ладошка

«Киска»

Есть у нашей киски лапки, - *показываем ручки*
А на лапках цап-царапки, - *скребем пальчиками по*
Цап- царапки коготки - *коленичкам*
Очень острые они,
Кошка целый день хлопочет, - *трем кулачок*
Коготочки кошка точит. - *о кулачок*
Наточила, спать легла, - *подуть на кулачки, ручки*
А во сне произнесла: «Мяу!» - *положить под ушко*

2. Подвижная игра «Кошка и мышки»

Цель: Развивать у детей умение действовать по сигналу. Ходить, сохраняя форму круга, разбегаться в разные стороны.

Ходит Васька серенький,
Хвост пушистый беленький,
Ходит Васька кот.
Сядет умывается,
Лапкой вытирается,
Песенки поёт.
Дом не слышно обойдёт,
Притаится Васька-кот,
Серых мышек ждёт.

Игровые действия

«Кошка» ловит «мышек»
«Мышки» убегают от «кошки»

«Мышки и кот»

Мыши водят хоровод, - *хлопаем в ладоши*
На лежанке дремлет кот. - *показываем, как спит кот*
Тише, мыши, не шумите, - *палец поднести ко рту*
Кота Ваську не будите. - *погрозить пальчиком*
Вот проснется Васька кот - *кулачок, затем сделать*
Разобьет ваш хоровод. - *показать ладошки*

3. Релаксационное упражнение под музыку

ДЕКАБРЬ. КОМПЛЕКС № 3

I. Вводная часть.

Ритмическая разминка: ходьба в колонне, легкий бег врассыпную, ходьба в колонне, большой и маленький круг.

(Музыка по выбору педагога)

II. Основная часть.

1. Упражнение «Ходьба обычная и на носках»

Цель: развитие чувства ритма, способность переключать движения.

Педагог предлагает детям на громкую музыку двигаться маршевым шагом, а на тихую музыку - на носках.

Музыкальное сопровождение - «Марш».

2. Двигательное упражнение «Ходьба с хлопками и лёгкий бег»

Цель: развитие чувства ритма и пространственной ориентировки, отработка координации движений. Дети шагают по кругу, ритмично хлопая на каждый шаг, со сменой музыки разбегаются врассыпную.

Музыкальное сопровождение по выбору педагога.

3. Этюд «Снеговик»

Цель: развитие мимики: выражение удовольствия и радости, активизация эмоций, подражательные движения по показу педагога.

Педагог рассказывает детям стихотворение о первом снеге, и предлагает показать, как лепить снеговика.

Пальчиковая гимнастика «Снежок»

1-2-3-4, *(Загибают пальчики)*

Мы с тобой снежки лепили. *(«Лепят», меняя положение ладоней)*

Круглый, крепкий, очень гладкий, *(Показывают)*

И совсем, совсем не сладкий. *(Грозят пальчиком)*

Дети изображают, как скатывают комы разных размеров, как тяжело катить первый, самый большой ком, как снеговика надевают ведро, вставляют глаза (угольки), нос (морковка), рот (веточка). Затем педагог выносит плоскостное изображение снеговика, кладет его на пол, предлагает детям согреться. Пока они катали выполняется этюд: комки, у них замерзли руки. Надо их согреть. Дети похлопывают руками, дышат на них: «х-х-х». После этого «Отдыхаем».

Выразительные движения детей: на лице улыбка, приподняты брови.

Упражнение «Лепим мы снеговика»

Цель: развитие внимания, синхронизация движений с текстом.

И.П. дети стоят в кругу. На ознакомительном этапе педагог показывает правильное выполнение упражнений. Обращается внимание на чёткое выполнение движений согласованно с текстом.

Раз – рука, два – рука (*Дети вытягивают руки вперед*)

Лепим мы снеговика. (*Лепят руками*)

Три – четыре, три – четыре (*Идут по кругу*)

Нарисуем нос пошире. (*Рисуют круг*)

Пять – найдем морковь для носа (*Сужают круг*)

Угольки найдем для глаз. (*Расширяют круг*)

Шесть – наденем шляпу косо (*Выполняют «пружинку»*)

Пусть смеется он у нас.

Семь и восемь, семь и восемь (*Выставляют ногу на пятку*)

Мы сплясать его попросим.

Девять – десять – снеговик (*Хлопают в ладоши*)

Через голову – кувырк... (*Кружатся дробным шагом*)

Ну и цирк! (*Поднимают руки вверх*)

4.Игра-миниатюра

«Ветер и ветерок»

Цель: синхронизация движений с текстом, снятие мышечного напряжения, развитие слухового восприятия, выразительности движений.

И.П. Дети располагаются свободно по залу.

Педагог: «Покажите, как ветерок качает ветки деревьев». Дети берут в руки прутики (деревянные палочки), по показу педагога поднимают руки вверх, раскачиваются в стороны с небольшой амплитудой. Педагог: «А теперь налетел сильный ветер... А вот опять легкий ветерок». Дети в соответствии с музыкальными фразами выполняют раскачивание с различной амплитудой
Музыкальный материал: по выбору педагога.

5. Дыхательное упражнение «Снегопад»

Цель: развитие плавного, длительного вдоха и выдоха.

Сделать снежинки из бумаги или ваты (рыхлые комочки). Объяснить ребенку, что такое снегопад и предложить ребенку сдувать «снежинки» с ладони.

6. Пляска с движением «Зимняя пляска»

Цель: развитие выразительности подражательных движений, радостных эмоций.

И.П. Дети стоят в кругу.

Мы погреемся немножко *(Дети, взявшись за руки, идут по кругу)*

Мы похлопаем в ладошки: *(Останавливаются и хлопают в ладоши)*

Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп.

Ножки тоже мы погреем *(Двигаются по кругу)*

Мы потопаем скорее: *(Останавливаются и притопывают)*

Топ, топ, топ, топ.

Рукавицы мы надели *(Вытягивают вперед руки и поворачивают ладони вверх-вниз, будто показывая рукавицы)*

Не боимся мы метели:

Прыг, прыг, прыг, прыг. *(Исполняют прыжки на месте)*

Мы с Морозом подружились *(Изображают снежинки, кружатся и как снежинки закружились: «разлетаются» в разные стороны)*

Да-да-да!

Музыкальное сопровождение - «Зимняя пляска», слова О. Высотской., муз Старокадомского

7. Игровое упражнение «Зимние забавы»

Цель: развитие чувства темпа и ритма, воображения

Ход игры:

Дети образуют круг, стоя достаточно далеко друг от друга. Каждый куплет песни дети поют, стоя на месте в кругу, слегка поворачиваясь вправо-влево.

На проигрыш - изображают зимние забавы, о которых пелось в куплете.

1. Мы – весёлые ребята,

Всех зовём в снежки играть,

Начинай лепить комочки,

Раз, два, три, четыре, пять.

(на проигрыш «лепят комочки, бросают друг в друга», стоя на месте)

2. На коньках кататься любим,
Ты попробуй нас догнать,
Словно ветер мы помчимся.
Раз, два, три, четыре, пять.

(на проигрыши «катаются на коньках», двигаясь по кругу друг за другом)

3. Ключки в руки дружно взяли,
Будем мы в хоккей играть,
Забиваем гол в ворота,
Раз, два, три, четыре, пять.

(на проигрыши «забивают шайбу или мяч в ворота», стоя на месте)

4. Бабу снежную мы лепим,
Надо ком большой скатать,
Средний ком и чуть поменьше.
Раз, два, три, четыре, пять.

(на проигрыши «катают снежный ком», двигаясь по кругу друг за другом)

5. Становитесь все на лыжи,
В руки палки надо взять,
По лыжне скользим мы дружно,
Раз, два, три, четыре, пять.

(на проигрыши «катаются на лыжах», двигаясь по кругу друг за другом)

6. Будем весело друг друга
Мы на саночках катать,
Быстро мчатся наши санки,
Раз, два, три, четыре, пять.

(на проигрыши становятся парами – один впереди, другой сзади, берутся за руки, бегут друг за другом на носочках, изображая катание на санках)

III. Заключительная часть.

1. Игровое упражнение «Давай дружить»

Цель: развитие выразительных эмоций.

Описание: дети сидят в кругу на коврике или на стульях. В центре ребенок. Задача детей – погладить, обнять другого ребенка, который находится в центре.

Примечание: это игровое упражнение рекомендуется проводить в течение длительного периода, чтобы у каждого ребенка была возможность побывать в центре круга.

2. Подвижная игра «Снежная баба» (русская народная)

Цель: развивать двигательную активность.

Ход игры: выбирается «Снежная баба». Она садится на корточки. Дети идут к ней, притоптывая,

Баба Снежная стоит,

Утром дремлет, днями спит.

Вечерами тихо ждет,

Ночью всех пугать идет.

На эти слова «Снежная баба» просыпается и ловит детей. Кого поймает, тот становится «Снежной бабой».

3. Релаксационное упражнение

Звучит спокойная музыка «Зимняя сказка»

ЯНВАРЬ. КОМПЛЕКС № 4

I. Вводная часть.

Ритмическая разминка: ходьба в колонне, легкий бег врассыпную, ходьба в колонне. (Музыка по выбору педагога).

II. Основная часть.

1. Упражнение «Ходьба с остановкой»

Цель: развитие быстроты реакции на условный сигнал, развитие чувства ритма.

И.П. Дети стоят врассыпную по залу. С началом музыки дети двигаются по залу, с остановкой музыки дети должны прекратить движения и стоять неподвижно. С возобновлением музыки дети продолжают ходьбу.

Следить за тем, чтобы шаг детей был ритмичным, движение рук и ног были согласованными.

Музыкальное сопровождение - по выбору педагога.

2.Упражнение «Весёлые ладошки»

Цель: развивать способность изменять характер движений в соответствии с изменением контрастов звучащей музыки, развивать чувство ритма.

И.П. Дети сидят на стульях и хлопают в ладоши: на тихую музыку – тихо, на громкую - громко.

Важно обратить внимание на ритмичность хлопков.

Музыкальное сопровождение - «Полька» -

3.Упражнение «Зима пришла!»

Цель: упражнение в беге, перемещении по сигналу по залу.

Ход игры: дети разбегаются по залу и прячутся, присаживаясь на корточки за снежными валами, горкой, снеговиком и т. п.

Взрослый говорит: «Сегодня тепло, солнышко светит, идите гулять!» Дети выбегают из укрытий и разбегаются по залу.. На сигнал: «Зима пришла, холодно! Скорей домой!» — все бегут на свои места и снова прячутся.

4.Игра -потешка «Зайка на пригорке»

Цель: развитие выразительности подражательных движений.

Дети стоят врассыпную. Педагог произносит текст:

Зайка на пригорке (*дети кружатся вокруг себя дробным топающим шагом*)

Заплясал у норки,

Песню солнышку запел, (*поднимают руки в стороны – вверх, протягивают ладошки к солнышку*)

На сопилке засвистел. (*имитируют игру на сопилке (дудочке)*)

Игровое упражнение «На опушке леса зайки собрались»

Ну-ка, зайка, поскачи, поскачи,	<i>Дети прыгают на месте.</i>
Лапкой о лапку постучи, постучи,	<i>Хлопают в ладоши.</i>
Теперь на травку упади,	<i>Ложатся на спину, лежат.</i>
Полежи и отдохни...	
Отдохнул? Теперь вскочи,	<i>Встают.</i>
Быстро к елочке беги	<i>Прыгают вперед.</i>
И скорей назад скачи.	<i>Прыгают обратно.</i>

5. Дыхательное упражнение «Деревья»

Выполняется упражнение сидя в кругу. Сделать глубокий вдох, поднять руки вверх. Задержать дыхание, покачиваться из стороны в сторону. Сделать выдох через рот, наклонившись вперед. Руки опустить вниз. Ладони положить на пол.

6. Игра-миниатюра «Ветер и Зайка»

Цель: синхронизация движений с текстом, снятие мышечного напряжения.

И.П. Дети сидят на корточках

Из сугроба на опушке

Чьи-то выглянули ушки,

Кисти рук прижаты к голове, «зайки шевелят ушками»

И помчался, скок-скок-скок,

Белый, маленький зверек.

Дети легко бегут врассыпную, «лапки» сложены перед грудью.

Вот запрыгал он проворно

По тропинкам по зеленым.

Легкие прыжки с продвижением вперед и вокруг себя.

Ветер у березок кружит,

Шевелит зайчишке уши.

Выполняются маховые движения руками перед собой с постепенным подъемом вверх.

Ветер-ветер, поиграй-ка,

Не догнать лихого зайку!

Весело хлопают в ладоши. С окончанием текста разбегаются.

Педагог показывает движения. Дети стараются их повторить точно.
Музыка Чайковского П.И. «Полька».

7. Игра «Угадай, что делали»

Цель: развивать у детей выдержку, инициативу, воображение, подражательные действия.

Здравствуйте, дети!
Где вы бывали?
Что вы видали?
Что мы видели – не скажем,
А что делали – покажем.

Все дети с педагогом изображают какое – нибудь действие (играют на гармошке, на барабане, звенят колокольчиком; скачут на лошадях, прыгают как зайчики; лепят снежки, бросают снежки и т.д.)

III. Заключительная часть.

1. Подвижная игра «Позвони в погремушку» (бубен, колокольчик, барабан).

Цель: развитие реакции на сигнал, развитие внимания.

Содержание игры: дети стоят полукругом, воспитатель перед ними, за спиной у него звоночек (бубен, барабан, погремушка). Он показывает его детям и быстро прячет. Спрашивает, что они видели, затем перебегает на другую сторону, говоря: «Я бегу, бегу, бегу, и в погремушку я звоню». Кладет погремушку сзади, широко разводит руки в стороны и говорит: «Все сюда скорей бегут и погремушечку найдут». Дети бегут. Кто первый нашел, звонит и отдает воспитателю. Игра повторяется. Педагог акцентирует, чтобы дети не спешили выполнять задание по сигналу.

2. Игра «Надувала кошка мяч»

Цель: снятие эмоционального и мышечного напряжения.

Описание игры: дети находятся в расслабленной позе, они изображают сдувшиеся шарики. Воспитатель произносит текст:

Надувала кошка шар,

А котенок ей мешал:

Подошел и лапкой – топ!

А у кошки шарик – лоп!

На слова: «надувала кошка шар...» дети выпрямляют туловище, надувают щеки. На сигнал «лоп» – «шарики» со звуком сдуваются и возвращаются в исходное положение.

3. Релаксационное упражнение

ФЕВРАЛЬ. КОМПЛЕКС № 5

I. Вводная часть.

Ритмическая разминка: ходьба «Ходьба с хлопками и лёгкий бег»
(Музыка по выбору педагога)

II. Основная часть .

1.Упражнение «Стоп»

Цель: развитие произвольности движений, преодоление двигательного автоматизма, развитие слухового внимания.

Дети идут в произвольном направлении под музыку марша (по выбору педагога). С остановкой музыки дети останавливаются.

2.Упражнение «Пружинка»

Цель: укрепление мышц ног, развитие ритмичности движений.

И.П. Дети стоят по кругу, руки на поясе, ноги – пятки вместе, носки-врозь.

Под тихую музыку дети выполняют полуприседания. Педагог следит за ритмичным выполнением движений ног. Под громкую музыку дети поднимаются на носки и возвращаются в исходное положение, не сгибая колен. Дети должны реагировать на динамические изменения музыки.

Музыкальное сопровождение - «Тихая и громкая музыка».

3.Этюд «Прогулка»

Цель: Закрепление воспроизведения различных эмоций (радость, удовольствие, удивление).

Ход: Зимний морозный день. Дети гуляют. Пошёл снежок. Дети бегут домой. Прибежали вовремя, начинается метель. Метель прошла, снежок перестал. Дети снова вышли на улицу и стали ходить по сугробам.

4.Игровое упражнение « Зимушка»

Цель: развитие выразительности подражательных движений, радостных эмоций.

И.П. Дети стоят в кругу.

Мы зимой в снежки играем, мы играем, мы играем.

По сугробам мы шагаем, мы шагаем, мы шагаем.

И на лыжах мы бежим, мы бежим, мы бежим.

На коньках по льду летим, мы летим, мы летим.

И снегурку лепим мы, лепим мы, лепим мы.

Гостью-зиму любим мы, любим мы, любим мы.

5. Дыхательное упражнение «Погреемся»

Сильный мороз *(Вдох через нос, шумный выдох*
Заморозил наш нос. *в ладошку, которой прикрыто лицо)*
Носик погреем,
Подышим скорее. *(Глубокий вдох через нос)*
Отогрели нос,
А подбородок замерз. *(Длительно бесшумно подуть вниз на подбородок)*
Ладочки погреем *(Выдох на ладошки, произнося слог «фа»)*
Дышим веселее!
Мерзнут ножки наши? *(Дети выполняют приседания,*
Весело попляшем! *произнося слог «ух»)*

6. Упражнения «Снежная баба»

Цель: снятие мышечного напряжения, расслабление всего организма.

Педагог рассказывает детям о снежной бабе.

Дети представляют, что каждый из них снежная баба огромная, красивая, которую вылепили из снега. У нее есть голова, туловище, две торчащие в стороны руки, и она стоит на крепких ножках. Прекрасное утро, светит солнце. Вот оно начинает припекать, и снежная баба начинает таять. Далее дети изображают, как тает снежная баба. Сначала тает голова, потом одна рука, другая. Постепенно, понемножку начинает таять и туловище. Снежная баба превращается в лужицу, растекшуюся по земле.

7. Игра упражнение «Смотрим влево, смотрим вправо»

Цель: развитие пространственных представлений, слухового внимания, расслабления мышц шеи.

И.П. дети стоят враспынную. Руки сложены «замочком» под подбородком.

Упражнение на расслабление мышц шеи

«Любопытная Варвара»

Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки опущены, голова прямо. Повернуть голову максимально влево, затем вправо. Вдох-выдох. Движение повторяется по 2 раза в каждую сторону. Затем вернуться в исходное положение, расслабить мышцы:

Любопытная Варвара смотрит влево, смотрит вправо.

А потом опять вперед – тут немного отдохнет.

Поднять голову вверх, смотреть на потолок как можно дольше. Затем

вернуться в исходное положение, расслабить мышцы:

А Варвара смотрит вверх дольше всех и дальше всех!

Возвращается обратно – расслабление приятно!

Медленно опустить голову вниз, прижать подбородок к груди. Затем вернуться в исходное положение, расслабить мышцы:

А теперь посмотрим вниз – мышцы шеи напряглись! Возвращаемся обратно – расслабление приятно!

Музыкальное сопровождение - лёгкая фоновая музыка.

III. Заключительная часть.

1. Игра с пением «Козлёнок»

Педагог поёт песенку.

дети двигаются по кругу.(В середине педагог идёт противходом с игрушкой «Козлик».

« Выходи, козлёнок мой, прободаемся с тобой.

« Ме-ме-ме,- звучит ответ,

- А у нас и рожек нет».

Выходи козлёнок мой, поиграем мы с тобой.(Дети подходят к «Козлику», сужая круг, зовут его играть)

« Ме-меме, играть люблю,

Вот возьму и догоню» (дети убегают от « Козлика»)

Музыкальное сопровождение « Козлёнок» О.С. Боромыковой.

2. Упражнение «Зайка»

Цель: синхронизация речи и движений, подготовка детей к отдыху.

Зайка по лесу скакал,

Зайка корм себе искал- *дети скачут как зайки.*

Вдруг у зайки на макушке

Поднялись, как стрелки ушки- *указательным и средним разведёнными пальцами изображают ушки.*

Шорох тихий раздаётся :

Кто-то по лесу крадётся- *пугливо оглядывается.*

Заяц путает следы,

Убегает от беды- *дети скачут.*

Прыгнул вбок и оглянулся, и под кустиком свернулся- *присели и свернулись клубочком.*

Словно беленький клубок, чтобы никто найти не смог- *« дрожат» лапки.*

3. Релаксационное упражнение

I. Вводная часть.

1. Ритмическая разминка: «Ходьба с хлопками, легкий бег с остановкой»

II. Основная часть.

1. Упражнение «Ходьба вперед и назад»

Цель: развитие способности изменять характер движения в зависимости от изменения контрастов музыки, развитие переключаемости движений.

И.П. дети стоят друг за другом.

2. Упражнение «Солнышко»

Цель: Развитие чувства ритма и темпа, синхронизация движений с музыкой и речью.

I . Вот как солнышко встает,

Выше, выше, выше. *(Поднять руки вверх, потянуться)*

К ночи солнышко зайдет

Ниже, ниже, ниже. *(Присесть на корточки, руки опустить на пол)*

Хорошо, хорошо,

Солнышко смеется.

А под солнышком нам

Весело живется. *(Хлопать в ладоши. Улыбаться)*

(«Солнышко», муз. Е. Макшанцевой.)

И.П. Дети сидят на корточках по кругу. Педагог исполняет песню в медленном темпе. Упражнение повторяется несколько раз. Обращаем внимание на то, чтобы дети медленно поднимались и медленно опускались, ритмично хлопали. Затем упражнение выполняется в ускоренном темпе.

Упражнение «Солнце разгорается и затухает»

Солнце разгорается –

Утро начинается.

Солнце затухает

Вечер наступает.

Расширяют круг, отходя спиной назад и сцепленные руки поднимают вверх; сужают круг до положения «плечо к плечу» (можно присесть на корточки), руки опускают вниз.

Педагог: «Раньше всех утром просыпается солнышко. А как нам встать-расположиться, чтобы получилось солнышко? (Дети встают в круг, взявшись за руки, выполняют упражнение вместе с педагогом).

3. Упражнение «Цветок растёт, цветок качается, цветок увядает»

Цель: развитие мышечных и кинестетических ощущений, плавности движений, умения ритмично передавать заданный образ.

И.П. Дети стоят свободно по залу. Плавно поднимают одну руку вверх, следя за ней глазами.

Потом поднимают вторую руку. («цветок растёт»). Плавно разводят руки в стороны («цветок расцветает»). Снова поднимают руки вверх («цветок тянется к солнышку», руки и голова легко качаются из стороны в сторону «цветок качается». Одна рука плавно опускается вниз, потом другая («цветок увядает».) Руки висят свободно. («цветок завял»).

Музыкальное сопровождение по выбору педагога.

4. Упражнение «Дождик на дорожке»

Цель: развитие чувства ритма, концентрации внимания,

Музыкальное сопровождение «Дождик» муз. Макшанцева

5. Этюд Игровое упражнение «Солнечный зайчик»

Цель: учить детей быть спокойными, радостными, удовлетворенными.

Описание: солнечный зайчик заглянул тебе в глаза. Закрой их. Он побежал по лицу, нежно погладь его ладонями на лбу, на носу, на ротике, на щеке, на подбородке, поглаживай аккуратно голову, шею, руки, ноги. Он забрался на живот – погладь животик. Солнечный зайчик не озорник, он любит и ласкает тебя, подружись с ним.

6. Дыхательное упражнение «Часики»

Цель: укреплять физиологическое дыхание у детей. И.П: стоя, ноги слегка расставить, руки опустить. Размахивая прямыми руками вперед и назад, произносить «тик-так». Повторить до 10 раз.

7. Упражнение с ленточками

Цель: формировать умение различать части музыки и реагировать на них движениями; развивать музыкально – ритмическое чувство, основные движения, умение ориентироваться в пространстве;

И.П. Дети врассыпную располагаются по залу.

- С ленточками яркими будем мы шагать
С лентами, как радуга, будем мы бежать!

Упражнение «Марш и бег». Муз. Е. Тиличеевой
«Старинная полька» обр. Н. Соколовой

(1 часть - Прыжки на двух ногах, 2 часть - прыжки, руки с лентами перед собой, потряхивать ими вверх – вниз) – по показу. У деток ленты хороши, с ними спляшем от души!

Игровое упражнение «Ленты» (Сборник Е. Железновой «Колокольчик»)

Будем с лентами бежать,

Никому нас не догнать,

Посмотрите, малыши,

Как же ленты хороши!

Будем ручками махать,

Будем лентами качать.

Посмотрите, малыши,

Как же ленты хороши!

На носочки поднимись, – *бежим по залу, руки разведены в стороны.*

С ленточками покружись. – *качаем руками (лентами)*

Посмотрите, малыши, - *кружимся*

Как же ленты хороши!

(Упражнение исполняется по показу)

III. Заключительная часть.

1. Упражнение «Зайка»

Цель: развитие подражательных движений, творческого проявления.

И.П. Стоя на носках, согнуть в локтях руки; кисти рук перед грудью соединить пальцами вниз

Самостоятельно выполнять лёгкие прыжки на носках с изменением темпа и направления. Творчески передавать характер и повадки зайчика мимикой и движением туловища.

2. Хоровод «Зайка»

1. Зайка, выходи, серенький, выходи.

Вот так, эдак, выходи. 2 р.

2. Зайка, повернись, серенький, повернись.

Вот так, эдак, повернись. 2р.

3. Зайка, топни ножкой, серенький, топни ножкой.

Вот так, эдак, топни ножкой. 2р.

4. Заинька, попляши, серенький, попляши.

Вот так, эдак, попляши. 2р.

5. Заинька, поклонись, серенький, поклонись.

Вот так, эдак, поклонись. 2р.

6. Заинька, выбирай, серенький, выбирай.

Вот так, эдак, выбирай. 2р.

3.Релаксационное упражнение

АПРЕЛЬ. КОМПЛЕКС № 7

I. Вводная часть.

1. Ритмическая разминка: ходьба в колонне, поскоки, двигаясь врассыпную.

Музыка по выбору педагога.

II.Основная часть.

1.Упражнение «Ходьба с хлопками и лёгкие прыжки»

Цель: развитие внимания, переключения движений, чувства ритма.

Дети двигаются по залу в свободном направлении ритмичным маршевым шагом, одновременно хлопая в ладоши на каждый шаг, с изменением музыки останавливаются и легко прыгают на двух ногах.

Музыкальное сопровождение по выбору педагога.

2.Упражнение «Солнышко и дождик »

Цель: развитие чувства ритма и темпа, синхронизация движений с музыкой и речью.

И.П. Дети сидят на корточках по кругу. Педагог исполняет песню в медленном темпе. Упражнение повторяется несколько раз. Обращаем внимание на то, чтобы дети медленно поднимались и медленно опускались, ритмично хлопали. Затем упражнение выполняется в ускоренном темпе.

Вот как солнышко встает,

Выше, выше, выше. (*Поднять руки вверх, потянуться*)

К ночи солнышко зайдет

Ниже, ниже, ниже. (*Присесть на корточки, руки опустить на пол*)

Хорошо, хорошо,

Солнышко смеется.

А под солнышком нам

Весело живется. (*Хлопать в ладоши. Улыбаться*)

(Аверина И.Е.)

«Дождик: кап!»

Птица: кар, кар, кар! (*крылья*)

Ветер: хлоп, хлоп, хлоп! (*хлопки в ладоши*)

Дождик: Кап, кап, кап (*хлопки по коленям*)

Ноги: шлеп, шлеп, шлеп! (*топают ногами*)

Дети: ха-ха-ха! (*вытягивают руки вперед ладонями вверх*)

Мама: Ах, ах, ах! (*качают головой, держась за нее руками*)

Дождик: кап, кап, кап! (*хлопки по коленям*)

Туча: бах, бах, бах! (*топают ногами*)

3.Этюд «Танец радости»

Цель: развитие эмоциональной сферы

Дети становятся в круг, берутся за руки, затем все вместе скачут, как радостные воробушки в солнечную погоду, подставляют бока солнышку, как радостные котята, а потом прыгают как радостные ребята на солнечной прогулке.

4. Игра - упражнение «Ёжик»

Цель: синхронизация речи и движений, развитие выразительности движений.

И.П. Дети врассыпную расположены по залу. Педагог читает текст, дети с педагогом синхронно выполняют движения.

По сухой лесной дорожке –
перед грудью

Топ-топ-топ топочут ножки.

Ходит, бродит вдоль дорожек

Весь в иголках серый ежик.

Ищет ягодки, грибочки

Для сыночка и для дочки.

Дети стоят слегка согнувшись. Руки

согнуты в локтях, кисти опущены вниз.

Ноги слегка согнуты в коленях.

Дети делают мелкие частые шажки.

Соединяют кончики пальцев – «собирают ягодки».

5. Дыхательное упражнение «Дерево на ветру»

Цель: формирование дыхательного аппарата.

ИП: сидя на полу, скрестив ноги (варианты: сидя на коленях или на пятках, ноги вместе). Спина прямая. Поднимать руки вверх над головой с вдохом и опускать вниз, на пол перед собой с выдохом, немного сгибаясь при этом в туловище, будто гнется дерево.

6. Игра с музыкальными инструментами «Сыграй свое настроение»

Цель: развитие активного музицирования на шумовых инструментах.

Во время проведения упражнения дети учатся озвучивать стихи, играть в ансамбле, импровизировать собственные небольшие пьесы, воплощая в них своё настроение и звуковые представления.

Музыкальное сопровождение по выбору педагога.

7. Упражнение с цветами

Цель: развитие плавности и ритмичности движений, регуляция мышечного тонуса.

И.П. Дети стоят свободно по залу с цветами в обеих руках.

Упражнения: плавно покачивают руками вправо, влево, плавно поднимают руки вверх, плавно опуская руки вниз. Легко бегают по залу с цветами, кружатся. Движения лёгкие и плавные.

Педагог учит детей свободно двигаться по залу, чтобы не мешать друг другу.

III. Заключительная часть.

1. Игра - миниатюра «Птички летят»

Цель: развитие подражательных движений, творческих проявлений.

2. Игра «Гнёздышки»

Для каждого ребёнка лежит обруч – это гнездо. Дети поют на мотив песни «Самолёт» Тиличевой:

Весну мы ждём и птиц зовём.

Прилетайте скорей из-за гор и морей.

Звучит любая музыка для бега. Дети «летают» -бегут по залу в свободном направлении. Воспитатель убирает 1 обруч. На слова: «1-2-3-гнездо найди!» дети занимают любое гнездо-обруч. Кому не хватило выбывает из игры.

3. Релаксационное упражнение

Музыкальное сопровождение по выбору педагога.

МАЙ. КОМПЛЕКС № 8

I. Вводная часть .

Ритмическая разминка.: ходьба в колонне, лёгкий бег в рассыпную, с остановкой музыки остановиться.

II. Основная часть.

1. Упражнение « Весёлые ладошки»

Цель: развитие чувства ритма и темпа.

И.П. Дети сидят на стульях. Дети выполняют движения с помощью педагога, на начальном этапе. В дальнейшем стараются выполнять самостоятельно.

Педагог следит за ритмичностью выполнения упражнений.

Похлопаем в ладошки,

Похлопаем немножко,

Похлопаем в ладошки,

Очень хорошо!

И пальчики попляшут,

И пальчики попляшут,

И пальчики попляшут,

У маленьких ребят.

И пальчики попляшут,

И пальчики попляшут.

А девочки и мальчики

Все ровненько сидят.

Тук-тук молотком,

Мы построим птичкам дом.

Тук-тук молотком,

Поселяйтесь, птички, в нём!

Бум-бум, барабан.
Что за шум и тарарам?
Бум-бум, барабан,
Просыпайтесь по утрам!
Ду-ду-ду, ду-ду-ду —
Вот какая дудка!
Ду-ду-ду, ду-ду-ду —
Вот какая дудка!

Поехали потихонечку,
Поехали потихонечку.
И быстренько, и быстренько,
И быстренько, и быстренько,
И приехали!

Описание движений:

Дети сидят на стульчиках.

1 куплет:

Хлопают в ладоши.

2 куплет:

Вращают кистями рук — «фонарики».

3 куплет:

Энергично стучат кулачком одной руки по кулачку другой.

4 куплет:

Попеременно стучат кулачками по коленям.

5 куплет:

Имитируют игру на дудочке, перебирая пальчиками.

6 куплет:

Нараспев негромко произносят слова, ладонями попеременно касаются колен. На слова «И быстренько, и быстренько» весело хлопают попеременно ладонями по коленям и притоптывают ногами. В конце упражнения музыка замедляется и все дружно говорят: «Приехали!»

Начинать разминку можно с двух движений — хлопков в ладоши и «фонариков». Далее — добавлять движения по тексту, каждый раз обыгрывая очень эмоционально.

2. Упражнение « Слушай бубен»

Цель: развитие слухового восприятия, преодоление двигательного автоматизма.

И.П. Дети идут друг за другом в колонне. Когда педагог ударяет в бубен, дети должны повернуться и продолжить движение в противоположную сторону.

Музыкальное сопровождение – «Марш»

3. Игра- превращение «Лесная зверобика»

Цель: развитие подражательных движений, синхронизация речи и движений, развитие выразительности движений, развитие творческого воображения.

Добрый лес, старый лес
Полон сказочных чудес!
Мы идем гулять сейчас
И зовем с собою вас!

Ждут вас на лесной опушке
Птички, бабочки, зверюшки,
Паучок на паутинке
И кузнечик на травинке!
Дети идут по "тропинке".

Мышка, мышка,
Серое пальтишко.

Мышка тихо идет,

В норку зернышко несет.

Мягкий пружинный шаг, спина слегка прогнута вперед, руки перед грудью.

А за мышкой шел медведь,

Да как начал он реветь:

"У-у! У-у!

Я вразвалочку иду!"

Ноги слегка расставлены, колени чуть согнуты, корпус прямой. Пружинный шаг на всей ступне. Мишка держит бочонок с медом.

А веселые зайчата -

Длинноухие ребята -

Прыг да скок, прыг да скок,

Через поле на лесок.

Легкие прыжки, ноги мягко пружинят в коленях, руки перед грудью, кисти свободно опущены.

Шел по лесу серый волк,

Серый волк - зубами щелк!

Он крадется за кустами,

Грозно щелкает зубами!

Широкий пружинный шаг с чуть наклоненным вперед корпусом. Руки попеременно выносят вперед.

Вот лягушка по дорожке

Скачет, вытянувши ножки.

По болоту скок-скок-скок,

Под мосток - и молчок.

Ноги ставят на ширину плеч, выполняя прыжки с продвижением вперед.

Ищут маму медвежата,

Толстопятые ребята,

Неуклюжие, смешные,

Все забавные такие.

Шаг на четвереньках, движение рук и ног поочередное.

В воздухе над лужицей

Стрекозы быстро кружатся.

Взлетают и садятся,

На солнышке резвятся.

Легкий бег. Руки отведены в стороны и чуть опущены вниз. Бег чередуется с остановками.

Нес однажды муравей

Две травинки для дверей:

На полянке, под кустом,

Муравьишка строит дом.

Пружинный шаг, руки сложены "топориком" на плече.

Птички в гнездышках проснулись,

Улыбнулись, встрепнулись:

"Чик-чирик, всем привет!

Мы летаем выше всех!"

Легкий бег враспынную; птички чистят крылышки; машут хвостиком, легко прыгают.

До свидания, старый лес,
Полный сказочных чудес!
По тропинкам мы гуляли,
На полянке поскакали,
Подружились мы с тобой,
Нам теперь пора домой.

4.Хороводная игра «Лесные музыканты»

Цель: развитие подражательных движений, развитие выразительности движений, развитие творческого воображения.

Заиграли музыканты

(Дети идут по кругу, взявшись за руки.)

Утром на лужайке,

Вышел в серединку

(Зайка выходит в круг.)

Длинноухий зайка.

Поиграй-ка, зайка,

Ты на балалайке.

Заяц.

Трень-брень, балалаечка,

(Зайка поет и играет на балалайке.)

Вот и песенка кончается.

(Дети хлопают в ладоши.)

Все.

А потом пришел медведь,

(Дети идут по кругу.)

Начал песни громко петь,

(В круг выходит медведь.)

На трубе дудеть,

Песни громко петь.

Медведь.

Ду-ду-ду, ду-ду-ду,

(Медведь поет и играет на трубе.)

Эти песни я люблю.

(Дети хлопают в ладоши.)

Все.

А потом на цыпочках

(Дети идут по кругу.)

Белочка со скрипочкой,
(Белка выходит в круг.)
Запиликала смычком,
Похвалялась каблучком.

Белочка.

Тили-тили, тири-ри,
(Белка поет и играет на скрипке.)
Я играю, посмотри!

5.Этюд «После дождя»

Цель: выражение удивления, радости.

Только что прошел дождь. Дети осторожно ступают вокруг воображаемых луж, стараясь не замочить ноги. Потом, расшалившись, прыгают по лужам так сильно, что брызги летят во все стороны. Им очень весело.

6. Дыхательное упражнение «Парящие бабочки»

Цель: развитие плавного, длительного выдоха.

Вырезать из бумаги бабочек и подвесить их на нитках. Предложить ребенку подуть на бабочку так, чтобы она полетела (при этом следить, чтобы ребенок сделал длительный плавный выдох).

7.Игра- миниатюра «Колобок»

Цель: развитие способности регулировать мышечный тонус, ритмопластикой движений передавать характерные особенности образов.

Колобок, колобок, *(Идут в полуприсядь, руки на поясе)*

Колобок — румяный бок.

По дорожке покатился *(Бегут на носочках, руки на поясе)*

И назад не воротился.

Встретил мишку, волка, зайку, *(Изображают медведя, волка, зайца)*

Всем играл на балалайке. *(Изображают игру на балалайке)*

У лисы спел на носу, — *(Пляшут вприсядку)*

Больше нет его в лесу. *(Разводят руками)*

Этюд «Солнечный зайчик»

Цель: учить детей быть спокойными, радостными, удовлетворенными.

Описание: солнечный зайчик заглянул тебе в глаза. Закрой их. Он побежал по лицу, нежно погладь его ладонями на лбу, на носу, на ротике, на щеке, на

подбородке, поглаживай аккуратно голову, шею, руки, ноги. Он забрался на живот – погладь животик. Солнечный зайчик не озорник, он любит и ласкает тебя, подружись с ним.

III. Заключительная часть.

1.Игра - миниатюра «Дождик»

Цель: развитие у детей чувства темпа, ритма.

Капля раз (*Прыжок на носочках, руки на поясе*)

Капля два, (*Еще один прыжок*)

Очень медленно сперва.

А потом, потом, потом, потом

Все бегом, бегом, бегом. (*прыжки*)

Мы зонты свои раскрыли, (*Развести руки в стороны*)

От дождя себя укрыли. (*Сомкнуть руки над головой*)

2. Подвижная игра «Солнышко и дождик »

Цель: Развивать у детей сообразительность, ориентировку в пространстве и ритмичность движений.

Музыкальное сопровождение - «Дождик пошёл» песня игра.

1.Релаксационное упражнение

2.6. КОМПЛЕКСЫ ЗАНЯТИЙ

Дети 5-6 лет

ОКТАБРЬ. КОМПЛЕКС. № 1

I. Вводная часть. Ритмическая разминка: ходьба в колонне, бег в колонне, ходьба. (Музыка по выбору педагога)

II. Основная часть.

1. Двигательное упражнение «Домик»

Цель.: развитие слухового внимания.

Дети двигаются врассыпную под музыку маршевого характера. При остановке музыки дети останавливаются, присаживаются на корточки, поднимают руки вверх «домиком». С началом звучания музыки дети продолжают ходьбу.

2. Упражнение «Запомни своё место»

Цель : развитие моторно- слуховой памяти и ориентирования в пространстве музыкального зала.

Дети распределяются по залу или встают в круг. Ребёнку предлагается запомнить своё место. Под лёгкую музыку дети двигаются по залу, с окончанием музыки дети должны вернуться на своё место.

3. Игра – забава «Тучка»

Цель: Развитие чувства ритма и темпа, синхронизация движений с музыкой и речью.

Ручки поднимаем. (*Дети поднимают и опускают руки.*)

Поднимаем ручки,

Разгоняем тучки.

Ярче, солнышко, свети,

Хмурый дождик запрети. (*Дети машут руками.*)

Вот окончен дальний путь.

Можно сесть и отдохнуть. (*Дети садятся.*)

И.П. Дети сидят на корточках по кругу. Педагог исполняет песню в медленном темпе. Упражнение повторяется несколько раз. Обращаем внимание на то, чтобы дети медленно поднимали руки и медленно покачивали и опускали руки вниз. Затем упражнение выполняется в ускоренном темпе.

4.Игра - потешка «Паровоз»

Цель: развитие чувства ритма и темпа, синхронизация речи и движений. Отрабатывается навык дробного шага с продвижением вперед.

И.П. Дети стоят друг за другом, руки согнуты в локтях, пальцы крепко сжаты в кулачки. Ноги удобнее слегка согнуты в коленях.

Педагог предлагает детям оправиться в путешествие и произносит текст ритмично, с ускорением и последующим замедлением на словах «чух, чух...». Также следует обратить внимание на осанку детей и следить, чтобы шаг оставался коротким.

Пальчиковая гимнастика

Путешествие на паровозе

Раз, два, три, четыре, пять.

Поочередно стучим ладошками по коленям

Надоело нам скучать!

Водим указательным пальцем из стороны в сторону

Сядем дружно в паровоз, нас в вагончиках повез.

Чух - чух, чух - чух! Ух захватывает дух!

(Руки согнуты в локтях, кулачки сжаты, изображаем движение поезда)

Север, запад, юг, восток...*(Ладонь у лба, смотрим по сторонам)*

Прокачусь еще разок!

Машинист не зевай! *(Прикрываем рот ладошкой)*

На гудок нажимай! Ту - ту!! *(Правой рукой нажимаем на колени)*

1.Едет, едет паровоз

Две трубы, сто колес

Две трубы, сто колес

Машинистом рыжий пес.

2. Чух, чух, пыхчу, пыхчу, ворчу
Стоять на месте не хочу.
Колесами стучу, верчу,
Садись скорее, прокачу: чух, чух!

Дети изображают темп движения поезда: отправление от станции (медленно), постепенно поезд прибавляет ход - (темп ускоряется) приближается к станции (темп замедляется) и поезд останавливается.

5. Игра «Надувала кошка мяч»

Цель: снятие эмоционального и мышечного напряжения.

Описание игры: дети находятся в расслабленной позе, они изображают сдувшиеся шарики. Воспитатель произносит текст:

Надувала кошка шар,
А котенок ей мешал:
Подошел и лапкой – топ!
А у кошки шарик – лоп!

На слова: «надувала кошка шар...» дети выпрямляют туловище, надувают щеки. На сигнал «лоп» – «шарики» со звуком сдуваются и возвращаются в исходное положение.

Упражнение выполняется 2-3 раза. Используется лёгкая инструментальная музыка.

6. Дыхательное упражнение «Ветер»

Сильный ветер вдруг подул,

Слезки с ваших щек сдул.

И.п. – о.с. сделать полный выдох носом, втягивая в себя живот и грудную клетку.

– сделать полный вдох, втягивая живот и ребра грудной клетки;

– задержать дыхание на 3-4 сек;

– сквозь сжатые губы с силой выпустить воздух несколькими отрывистыми выдохами.

7.Упражнение «Собираем листья»

Цель: Развитие способности передавать образные движения . Педагог рассказывает детям об осени, о красивых листья, которые падают на землю. Представьте, что вы гуляете во дворе и стали собирать листья и делать красивые букеты.

Дети двигаются неторопливым, спокойным шагом, мягко ступая, передавая спокойный характер музыки. Легко наклоняются, как будто собирают листья.

Музыкальное оформление - «Листья падают, летят» песенка

Упражнение «За грибами»

Цель: Развитие способности передавать образные движения . Педагог рассказывает детям об осени, о красивых грибах, которые прячутся под листиками. Представьте, что вы гуляете в лесу и стали собирать грибочки.

Все зверюшки на опушке (*Дети идут в хороводе*)

Ищут грузди и волнушки.

Белочки скакали рыжики срывали. (*Скачут вприсядку, срывают воображаемые грибы*)

Лисичка бежала, лисички собирала. (*Бегут по кругу, собирают воображаемые грибы*)

Скакали зайчатки, искали опятки. (*Скачут стоя, срывая воображаемые грибы*)

Медведь проходил, мухомор раздавил. (*Идут вразвалку, затем топают правой ногой.*)

III. Заключительная часть.

1.Подвижная игра «Совушка»

Цель: Развивать у детей наблюдательность, умение выполнять движения по сигналу. Упражнять детей в беге.

Содержание: На одной стороне площадки обручем обозначается «гнездо совушки». В «гнезде – Совушка». Остальные играющие изображают птиц, бабочек, мышек и т.д.

Они разбегаются по всему залу. Через некоторое время воспитатель произносит: «Ночь!». Играющие останавливаются на месте в той позе, в которой их застала ночь. «Совушка» вылетает из своего «гнезда», машет

крыльями и смотрит, кто пошевелился. Тот, кто шевельнется, уводит к себе в гнездо. Воспитатель говорит: «День!», все играющие просыпаются и вновь бегают и летают.

2. Упражнение «Мы играем на гармошке»

Цель: организация и постепенное успокоение.

Педагог произносит стихотворение, дети выполняют движения по тексту.

Мы играем на гармошке,
Громко хлопаем в ладоши,
Головой слегка качаем,
Руки кверху поднимаем.
Наши ручки хлоп-хлоп,
Наши ножки топ-топ,
Вниз ладошки опускаем,
Отдыхаем, отдыхаем.

3. Релаксационное упражнение под музыку по выбору педагога.

НОЯБРЬ. КОМПЛЕКС № 2

I. Вводная часть. Ритмическая разминка: свободная ходьба в колонне, лёгкий бег врассыпную, ходьба врассыпную. (Музыкальное сопровождение по выбору педагога).

II. Основная часть.

1. Упражнение «В лесу»

Цель: развитие слухового внимания, выполнения подражательных движений. На начальном этапе дети с помощью педагога подбирают движения, характерные для данного животного и соответствующие характеру музыкальных отрывков. Если дети испытывают трудности в выполнении движений, педагог показывает движения. На следующих занятиях педагог предлагает детям выполнять движения, меняя их со сменой музыки.

Например: «Лисичка», «Зайчики», «Мишки», «Кошечка и котята», «Птички летают» и т. д. На разных занятиях педагог может менять персонажей, знакомых детям.

2.Упражнение «Тропинка»

Цель: развитие внимания, способности программировать свои действия на основе условных сигналов, умения согласовывать свои действия друг с другом.

Дети образуют круг и двигаются по кругу.

Воспитатель объясняет правила игры: на слово «тропинка» дети кладут друг другу руки на плечи, на слово «кочки» дети приседают.

Взрослый вразнобой произносит слова, дети выполняют соответствующие движения.

Упражнение «В лесу»

Руки подняли и покачали –
Это деревья в лесу.

Дети машут руками над головой.

Руки нагнули,
Кисти встряхнули –
Ветер сбивает росу.

Руки внизу – встряхнули.

В стороны руки –
Плавно помашем.

Руки в стороны – плавно машут.

Это к нам птицы летят.

Как они сядут,
Тоже покажем –

Садятся на корточки – руки за спиной.

Крылья сложили назад.

3. Упражнение «Запомни свой круг»

Цель: развитие зрительной памяти и ориентирования в пространстве.

Дети стоят в кругах разного цвета. Ребёнку предлагается запомнить своё место по цвету круга. Под музыку дети двигаются по залу. С остановкой музыки дети должны найти свой круг по цвету.

Музыка по выбору педагога.

4.Упражнение с листиками.

Цель: развитие мышечной регуляции и ритмических движений, пространственных представлений.

И.П. Дети стоят враспынную. С началом музыки передают движениями рук плавный, неторопливый характер, учатся делать перестроения по просьбе педагога: собираться в круг, из круга, бежать по кругу, кружение на носочках. Следить за тем, чтобы руки были не напряжены, движения лёгкие.

Листья осенние тихо кружатся, *(Дети кружатся, руки в стороны)*
Листья нам под ноги тихо ложатся *(Приседают)*
И под ногами шуршат, шелестят, *(Движения руками)*
Будто опять закружиться хотят. *(Снова кружатся)*
Музыка инструментальная - «Листик, листик, листопад».

5.Игра - «Храбрец-удалец»

Цель: регуляция эмоционального состояния, коррекция моторной сферы; развивать умение передавать заданный образ.

«Жил-был в лесу зайчик-трусишка. Всего вокруг боялся. Сидит под кустиком и трясется.

(Ребенок имитирует поведение зайца.)

Подует ветер - зайчик дрожит, захрустит ветка – заяц еще сильнее трясется.
(музыка Р.Шумана «ДедМороз»)

Но вот надоело зайчишке бояться. Забрался он на пенек и кричит: «Я храбрец-удалец, никого я не боюсь!» *(музыка Л.В.Бетховена «Ода к радости»)*

Вдруг на полянку вышел волк. *(кукла би-ба-бо)*

Да так внезапно, что зайчонок всю храбрость растерял. Задрожал, как синовий лист, спрыгнул с пенька, да так неловко, что угодил прямо волку на спину. И пустился зайчишка наутек. *(музыка Ш.К.Сен-Санс «Заяц»)*

Ребенок показывает, как заяц убегает.

А волк и на самом деле испугался зайца, который так неожиданно на него напал, и убежал навсегда из этого леса. *(музыка Л.В.Бетховена «Ода к радости»)* Стали звери зайца расхваливать: «Молодец, Храбрец-удалец, прогнал волка, не испугался!» С тех пор заяц ничего не боится.

Дети должны почувствовать разницу напряжённых и расслабленных мышц.

6.Дыхательное упражнение «Листопад»

Цель: развитие плавного, длительного вдоха и выдоха.

Вырезать из цветной бумаги различные осенние листья и объяснить ребенку, что такое листопад. Предложить ребенку подуть на листья, так, чтобы они полетели. Попутно можно рассказать, какие листочки с какого дерева упали.

7. Игра с музыкальными инструментами

«Как звучит»

Цель: передавать своё настроение с помощью игры на музыкальных инструментах. (выбирать советующие инструменты самостоятельно)

Ребенку предлагается показать, как он будет стучать по *барабану*, *металлофону* или использовать другой музыкальный инструмент, если ему грустно, весело, страшно.

III. Заключительная часть.

1. Подвижная игра «Жук»

Цель: Развивать у детей сообразительность, ориентировку в пространстве и ритмичность движений, создавать положительный эмоциональный фон и развивать образно-игровые движения.

В игре участвуют все дети – заранее выбирается ребенок, изображающий птичку.

Дети, свободно двигаясь по залу, или по поляне, подпевают вместе с воспитателем:

- По дороге жук – жук, по дороге черный

Посмотрите на него – вот какой проворный

Посмотрите на него, вот какой проворный.

(*дети ложатся на спинку, поднимают ноги, и быстро ими шевелят*)

- Он на спинку упал, лапками задвигал (*выполняют движения,*

Крылышками замахал (встают, делают махи руками)

Весело запрыгал (*прыгают на месте,*

Крылышками замахал, весело запрыгал (повторяют движения по тексту)

По дороге жук, жук, по дороге черный,

Посмотрите на него – вот какой проворный

Посмотрите на него – вот какой проворный (*бегают на носочках в рассыпную*)

- Птичка (*дети – жуки бегут на места, стараясь, чтобы птичка их не поймала*).

Игровое упражнение «На полянке два жука»

(Дети танцуют, руки на поясе)

Танцевали гопака:

Правой ножкой топ, топ!

(Топают правой ногой)

Левой ножкой топ, топ!

(Топают левой ногой)

Ручки вверх, вверх, верх!

(Встают на носочки, тянутся вверх)

Кто поднимет выше всех?

2. Этюд «Солнечный зайчик»

Цель: учить детей быть спокойными, радостными, удовлетворенными.

Описание: солнечный зайчик заглянул тебе в глаза. Закрой их. Он побежал по лицу, нежно погладь его ладонями на лбу, на носу, на ротике, на щеке, на подбородке, поглаживай аккуратно голову, шею, руки, ноги. Он забрался на живот – погладь животик. Солнечный зайчик не озорник, он любит и ласкает тебя, подружись с ним.

3. Релаксационное упражнение под музыку

ДЕКАБРЬ. КОМПЛЕКС № 3

I. Вводная часть.

Ритмическая разминка: ходьба в колонне, легкий бег врассыпную, ходьба в колонне, большой и маленький круг. (Музыка по выбору педагога)

II. Основная часть

1. Упражнение «Ходьба с остановкой»

Цель: развитие быстроты реакции на условный сигнал, развитие чувства ритма.

И.П. Дети стоят врассыпную по залу. С началом музыки дети двигаются по залу, с остановкой музыки дети должны прекратить движения и стоять неподвижно. С возобновлением музыки дети продолжают ходьбу.

Следить за тем, чтобы шаг детей был ритмичным, движение рук и ног были согласованными.

Музыкальное сопровождение - по выбору педагога.

2. Упражнение «Весёлые ладошки»

Цель: развивать способность изменять характер движений в соответствии с изменением контрастов звучащей музыки, развивать чувство ритма.

И.П. Дети сидят на стульях и хлопают в ладоши: на тихую музыку – тихо, на громкую - громко.

Важно обратить внимание на ритмичность хлопков.

Музыкальное сопровождение- «Полька»

Упражнение «Большие и маленькие ноги шли по дороге»

Педагог. Пойдемте, погуляем на лесную поляну? Педагог. Большие ноги шли по дороге - топ, топ, топ, топ, топ, топ. (*медленно, большими шагами*). А маленькие ножки бежали по дорожке - топ, топ, топ, топ, топ, топ, топ, топ, топ, топ. (*мелкими шажками*).

3. Этюд «Снег, снежок»

Цель: развитие мимики: выражение удовольствия и радости, активизация эмоций.

Педагог рассказывает детям стихотворение о первом снеге, и предлагает показать, как радуются дети, когда увидят первый снег.

Е. Трутнева «Первый снег».

Что такое за окном?

Сразу в доме посветлело!

Это **снег лежит ковром,**

Самый **первый**, самый белый!

Вот о чем всю ночь свистел

За моим окошком ветер!

Он про **снег сказать хотел**

И про то, что зиму встретил.

На заборах, на крылечке

Все блестит и все бело

Нет свободного местечка –

Всюду **снега намело.**

Выразительные движения детей: на лице улыбка, приподняты брови.

Пальчиковая гимнастика « Снежок»

1-2-3-4, (*Загибают пальчики*)

Мы с тобой снежки лепили. (*«Лепят», меняя положение ладоней*)

Круглый, крепкий, очень гладкий, (*Показывают*)

И совсем, совсем не сладкий. (*Грозят пальчиком*)

4.Упражнение « Лепим мы снеговика»

Цель: развитие внимания, синхронизация движений с текстом.

И.П. дети стоят в кругу. На ознакомительном этапе педагог показывает правильное выполнение упражнений. Обращается внимание на чёткое выполнение движений согласованно с текстом.

Раз – рука, два – рука (*Дети вытягивают руки вперед*)

Лепим мы снеговика. (*Лепят руками*)

Три – четыре, три – четыре (*Идут по кругу*)

Нарисуем нос пошире. (*Рисуют круг*)

Пять – найдем морковь для носа (*Сужают круг*)

Угольки найдем для глаз. (*Расширяют круг*)

Шесть – наденем шляпу косо (*Выполняют «пружинку»*)

Пусть смеется он у нас.

Семь и восемь, семь и восемь (*Выставляют ногу на пятку*)

Мы сплясать его попросим.

Девять – десять – снеговик (*Хлопают в ладоши*)

Через голову – кувырк... (*Кружатся дробным шагом*)

Ну и цирк! (*Поднимают руки вверх*)

5.Игра-миниатюра

«Ветер и Зайка»

Цель: синхронизация движений с текстом, снятие мышечного напряжения.

И.П. Дети сидят на корточках

Из сугроба на опушке

Чьи-то выглянули ушки,

Кисти рук прижаты к голове, «зайки шевелят ушками»

И помчался, скок-скок-скок,

Белый, маленький зверек.

Дети легко бегут врассыпную, «лапки» сложены перед грудью.

Вот запрыгал он проворно
По тропинкам по зеленым.

Легкие прыжки с продвижением вперед и вокруг себя.

Ветер у березок кружит,
Шевелит зайчишке уши.

Выполняются маховые движения руками перед собой с постепенным подъемом вверх.

Ветер-ветер, поиграй-ка,
Не догнать лихого зайку!

Весело хлопают в ладоши. С окончанием текста разбегаются.

Педагог показывает движения. Дети стараются их повторить точно.
Музыка Чайковского П.И. «Полька».

6. Дыхательное упражнение «Снегопад»

Цель: развитие плавного, длительного вдоха и выдоха.

Сделать снежинки из бумаги или ваты (рыхлые комочки). Объяснить ребенку, что такое снегопад и предложить ребенку сдувать "снежинки" с ладони.

7. Пляска с движением «Зимняя пляска».

Цель: развитие выразительности подражательных движений, радостных эмоций.

И.П. Дети стоят в кругу.

Мы погреемся немножко (*Дети, взявшись за руки, идут по кругу*)

Мы похлопаем в ладошки: (*Останавливаются и хлопают в ладоши*)

Хлоп, хлоп, хлоп, хлоп.

Ножки тоже мы погреем (*Двигаются по кругу*)

Мы потопаем скорее: (*Останавливаются и притопывают*)

Топ, топ, топ, топ.

Рукавицы мы надели (*Вытягивают вперед руки и поворачивают ладони вверх-вниз, будто показывая рукавицы*)

Не боимся мы метели:

Прыг, прыг, прыг, прыг. (*Исполняют прыжки на месте*)

Мы с Морозом подружились (*Изображают снежинки, кружатся и*

Как снежинки закружились: *«разлетаются» в разные стороны)*

Да-да-да!

Музыкальное сопровождение- «Зимняя пляска», слова О. Высотской. ,
муз Старокадомского.

III. Заключительная часть.

1. Подвижная игра

«Снежная баба» (русская народная)

Цель: развивать двигательную активность.

Ход игры: выбирается «Снежная баба». Она садится на корточки в конце зала. Дети идут к ней, притоптывая,

Баба Снежная стоит,

Утром дремлет, днями спит.

Вечерами тихо ждет,

Ночью всех пугать идет.

На эти слова «Снежная баба» просыпается и ловит детей. Кого поймает, тот становится «Снежной бабой».

2. Игровое упражнение «Обними меня »

Цель: развитие выразительных эмоций.

Описание: дети сидят в кругу на коврикe или на стульях. В центре ребенок.

Задача детей – погладить, обнять другого ребенка, который находится в центре.

Примечание: это игровое упражнение рекомендуется проводить в течение длительного периода, чтобы у каждого ребенка была возможность побывать в центре круга.

3. Релаксационное упражнение

Звучит спокойная музыка «Зимняя сказка».

ЯНВАРЬ. КОМПЛЕКС № 4

I. Вводная часть.

Ритмическая разминка: ходьба в колонне, легкий бег врассыпную, ходьба в колонне. (Музыка по выбору педагога)

II. Основная часть.

1. Упражнение « Ходьба обычная и на носках»

Цель: развитие чувства ритма, способность переключать движения.

Педагог предлагает детям на громкую музыку двигаться маршевым шагом, а на тихую музыку - на носках.

Музыкальное сопровождение - «Марш», русская народная мелодия.

2. Двигательное упражнение « Ходьба с хлопками и лёгкий бег»

Цель: развитие чувства ритма и пространственной ориентировки, отработка координации движений. Дети шагают по кругу, ритмично хлопая на каждый шаг, со сменой музыки разбегаются в рассыпную.

Музыкальное сопровождение по выбору педагога.

3. Упражнение «Зима пришла!»

Цель: упражнение в беге, перемещении по сигналу по залу.

Ход игры: дети разбегаются по залу и прячутся,

присаживаясь на корточки за снежными валами, горкой, снеговиком и т. п.

Взрослый говорит: «Сегодня тепло, солнышко светит,

идите гулять!» *Дети выбегают из укрытий и разбегаются*

по площадке. На сигнал: «Зима пришла, холодно! Скорей домой!» — *все бегут на свои места и снова прячутся.*

4. Игра -потешка « Суслик»

Цель: развитие выразительности подражательных движений.

Дети стоят в рассыпную. Педагог произносит текст:

Суслик на пригорке (*дети кружатся вокруг себя дробным топаящим шагом*)

Заплясал у норки,

Песню солнышку запел, (*поднимают руки в стороны –вверх, протягивают ладошки к солнышку*)

На сопилке засвистел. (*имитируют игру на сопилке(дудочке).*)

5. Упражнение « Качание игрушки»

Цель: развитие ритмичности движений с пением.

И.П. Дети стоят по кругу на расстоянии вытянутых рук. Педагог в руках держит игрушку, предлагает детям покачать игрушку в руках,

подпевая « баю-баю», делает два « баюкающих движения», передаёт игрушку стоящему рядом ребёнку.

«Спят усталые игрушки, книжки спят,
Одеяла и подушки ждут ребят.
Даже сказка спать ложится,
Чтобы ночью нам присниться.
Ты ей пожелай: «Баю-бай!»

Баю-баю-баю
Куколку качаю
Баю, баю, баю!
Куклу раздеваю,
Куколка устала,
Целый день играла.

3. Баю, баю, баю!

Баю, баю, баю!

Таня засыпает,

Глазки закрывает.

Музыкальное сопровождение – «Колыбельная муз. М. Красева, или по выбору педагога.

6. Двигательная пауза «Ручки — ножки»

Цель: развитие умения действовать коллективно согласно тексту.

Педагог показывает движения и произносит текст, дети повторяют движения.

Все захлопали в ладоши (Хлопают в ладоши.) Дружно, веселее! (*Стучат ножками.*)

Застучали наши ножки

Громче и быстрее.

По коленочкам ударим (Хлопают по коленкам.)

Тише, тише, тише.

Ручки, ручки поднимаем (*Медленно поднимают руки.*)

Выше, выше, выше!

Завертелись наши ручки, (*Поворачивают кисти рук то вправо, то влево.*)

Снова опустились. (*Опускают руки.*)

Покружились, покружились

И остановились. (*Останавливаются.*)

Двигательная пауза « Зимние забавы »

Цель: развитие умения действовать коллективно согласно тексту.

Задача: развитие чувства темпа и ритма, воображения.

Ход игры:

Дети образуют круг, стоя достаточно далеко друг от друга. Каждый куплет песни дети подпевают, стоя на месте в кругу, слегка поворачиваясь вправо-влево. На проигрыш - изображают зимние забавы, о которых пелось в куплете.

1. Мы – весёлые ребята,
Всех зовём в снежки играть,
Начинай лепить комочки,
Раз, два, три, четыре, пять.

(на проигрыш «лепят комочки, бросают друг в друга», стоя на месте)

2. На коньках кататься любим,
Ты попробуй нас догнать,
Словно ветер мы помчимся.

Раз, два, три, четыре, пять.

(на проигрыш «катаются на коньках», двигаясь по кругу друг за другом)

3. Ключки в руки дружно взяли,
Будем мы в хоккей играть,
Забиваем гол в ворота,
Раз, два, три, четыре, пять.

(на проигрыш «забивают шайбу или мяч в ворота», стоя на месте)

4. Бабу снежную мы лепим,
Надо ком большой скатать,
Средний ком и чуть поменьше.

Раз, два, три, четыре, пять.

(на проигрыш «катают снежный ком», двигаясь по кругу друг за другом)

5. Становитесь все на лыжи,
В руки палки надо взять,
По лыжне скользим мы дружно,

Раз, два, три, четыре, пять.

(на проигрыш «катаются на лыжах», двигаясь по кругу друг за другом)

6. Будем весело друг друга
Мы на саночках катать,
Быстро мчатся наши санки,

Раз, два, три, четыре, пять.

(на проигрыши становятся парами – один впереди, другой сзади, берутся за руки, бегут друг за другом на носочках, изображая катание на санках)

Дыхательное упражнение « Сдуваем снежинку»

7.Игра на барабане

Цель: развитие чувства ритма.

Бум-бум-бум, трам-там-там!

Это кто играет там?

Это громкий барабан

Палочкой ударил,

Только слышно:

Раз-два! Вместе, в ногу,

Три-четыре!

Маршем, шаг - шире!

Игра на ложках

стучат ложками *справа четвертными нотами.*

стучат ложками *слева четвертными нотами.*

два хлопка *перед собой четвертями,*

один раз по коленям, *один раз перед собой.*

два хлопка *перед собой четвертями,*

один раз по коленям, *один раз перед собой.*

Музыкальное сопровождение - русская народная мелодия

Играем на гармошке

Мы играем на гармошке,

Громко хлопаем в ладошки,

Головой слегка качаем,

Руки кверху поднимаем.

Наши ножки топ-топ,

Наши ручки хлоп-хлоп.

Вниз ладошки опускаем,

Отдыхаем, отдыхаем.

Движения рук в стороны – вместе.

Дети хлопают в ладоши.

Качают головой.

Руки поднимают вверх, опускают вниз.

Топают.

Хлопают.

Опускают руки вниз

Наклоняются, качают внизу руками.

III. Заключительная часть.

1.Подвижная игра «Снежинки и ветер»

Цель: развитие умения двигаться соответственно тексту, двигательной активности.

Ход игры: Дети собираются в кружок и берутся за руки. По сигналу взрослого: «Ветер задул сильный, сильный.

Разлетайтесь, снежинки!» — *разбегаются в разных направлениях по площадке, расправляют руки в стороны, покачиваются, кружатся. Взрослый говорит: «Ветер стих! Возвращайтесь, снежинки, в кружок». Дети сбегаются в кружок и берутся за руки.*

2.Упражнения « Дворник»

Цель: развитие имитационных движений.

Дети подражают движениям работы дворника: «подметают снег» , «сгребают снег».

3. Релаксационное упражнение

ФЕВРАЛЬ. КОМПЛЕКС № 5

I.Вводная часть.

Ритмическая разминка: ходьба «Ходьба с хлопками и лёгкий бег» (Музыка по выбору педагога)

II. Основная часть.

1.Упражнение « Пружинка»

Цель: укрепление мышц ног, развитие ритмичности движений.

И.П. Дети стоят по кругу, руки на поясе, ноги – пятки вместе, носки-врозь.

Под тихую музыку дети выполняют полуприседания. Педагог следит за ритмичным выполнением движений ног. Под громкую музыку дети поднимаются на носки и возвращаются в исходное положение, не сгибая колен. Дети должны реагировать на динамические изменения музыки.

Музыкальное сопровождение- « Тихая и громкая музыка».

2.Упражнение «Снежиночки -пушиночки»

Цель: развитие умения двигаться вокруг объекта с изменением направления движения по сигналу.

Ход игры: дети движутся гурьбой вокруг снеговика, повертываясь одновременно и вокруг себя. Через некоторое время направление движения меняется, хоровод кружится в другую сторону.

Педагог говорит:

«Снежиночки -пушиночки» устали на лету, кружиться перестали, присели отдохнуть».

Играющие останавливаются, приседают. Отдохнув немного, возобновляют игру.

Вариант. Дети свободно распределяются по залу, руки в стороны. Затем начинают кружиться и

говорить слова:

«Снежиночки -пушиночки» устали на лету, кружиться перестали, присели отдохнуть».

По окончанию слов дети приседают на корточки.

Правила: кружиться спокойно.

Игровое упражнение «Зимушка-зима»

Цель: развитие умения действовать по сигналу, развитие двигательной активности, внимания.

И.П. Дети врассыпную располагаются по залу.

Ход игры: по команде дети выполняют следующие задания: «Мороз» - стоять, «Вьюга» - бег на месте, «Метель» - присесть, «Снег» - кружиться на месте.

Педагог при этом может показывать другие движения, например, говорит «Снег», а сам приседает.

Обращает внимание педагог, на внимание детей.

Музыкальное сопровождение по выбору педагога.

3. Упражнение «Ёлочка!»

Цель: развитие подражательных упражнений.

Дети стоят в кругу или в рассыпную. Воспитатель показывает движения - и читает текст, дети повторяют движения за воспитателем
Наша елочка - краса, (*Идут по кругу, взявшись за руки.*)
Поднялась под небеса, (*Останавливаются, тянутся руками вверх.*)
Стройная красавица, (*Опять идут по кругу, взявшись за руки.*)
Всем ребятам нравится. (*Останавливаются.*)

4. Музыкальная игра «Начинаем перепляс»

Цель: развивать чувство ритма, умение согласовывать пение с движением.

Ход игры:

Музыканты, веселей! *На проигрыш ритмичные хлопки*
Барабанов не жалей!
Раз, два, три!
Три, два, раз! *Большой пальчик здороваётся с указательным,*
средним, безымянным и
в обратном порядке.

Начинаем перепляс! *«Пружинка»*
Начинаем перепляс! *Топают в ритм музыки*
Собирайтесь, плясуны,
Бегемоты и слоны,

Зебры, ежики, еноты – *«Пружинка»*
Все, кому плясать охота,
Все, кому плясать охота! *Топают в ритм музыки, в конце 2 коротких*
хлопка.

5. Упражнения «Снежная баба»

Цель: снятие мышечного напряжения, расслабление всего организма.

Педагог рассказывает детям о снежной бабе.

Дети представляют, что каждый из них снежная баба огромная, красивая, которую вылепили из снега. У нее есть голова, туловище, две торчащие в стороны руки, и она стоит на крепких ножках. Прекрасное утро, светит солнце. Вот оно начинает припекать, и снежная баба начинает таять. Далее дети изображают, как тает снежная баба. Сначала тает голова, потом одна рука, другая. Постепенно, понемножку начинает таять и туловище. Снежная баба превращается в лужицу, растекшуюся по земле.

6. Игра упражнение «Смотрим влево, смотрим вправо»

Цель: развитие пространственных представлений, слухового внимания, расслабления мышц шеи.

И.П. дети стоят врассыпную. Руки сложены «замочком» под подбородком.

Упражнение на расслабление мышц шеи

«Любопытная Варвара»

Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, руки опущены, голова прямо. Повернуть голову максимально влево, затем вправо. Вдох-выдох. Движение повторяется по 2 раза в каждую сторону. Затем вернуться в исходное положение, расслабить мышцы:

Любопытная Варвара смотрит влево, смотрит вправо.

А потом опять вперед – тут немного отдохнет.

Поднять голову вверх, смотреть на потолок как можно дольше. Затем вернуться в исходное положение, расслабить мышцы:

А Варвара смотрит вверх дольше всех и дальше всех!

Возвращается обратно – расслабление приятно!

Медленно опустить голову вниз, прижать подбородок к груди. Затем вернуться в исходное положение, расслабить мышцы:

А теперь посмотрим вниз – мышцы шеи напряглись! *Возвращаемся обратно – расслабление приятно!*

Музыкальное сопровождение- лёгкая фоновая музыка.

7. Дыхательное упражнение «Вырасти большой»

Цель: развитие плавного, длительного выдоха. ИП: стоя прямо, ноги вместе.

Поднять руки вверх, хорошо потянуться, подняться на носки – вдох, опустить руки вниз, опуститься на всю ступню – выдох. На выдохе произнести «у-х-х-х»! Повторить 4-5 раз.

III. Заключительная часть.

1. Подвижная игра «Снеговик»

Цель: развитие умения изображать движения снеговика по тексту стихотворения, развитие двигательной активности.

Среди нашего двора

Снеговик стоял вчера.

Сами мы его слепили,

Нос - морковку не забыли,
Снеговик, ты вставай, нас скорее догоняй.
Ход игры: дети обыгрывают стихотворение.

Музыкальное сопровождение по выбору педагога.

2.Игровое упражнение «Сугробы и солнышко»

Цель: развитие умения действовать по представлению
Один ребенок — «солнышко», все остальные — «сугробы». Под звуки метели дети «превращаются в сугробы» и замирают в какой-то определенной позе. Педагог спрашивает, во что или в кого они превратились. Затем «солнышко» мягким прикосновением помогает «сугробам» растаять. После того, как все сугробы «растаяли», дети танцуют под любую веселую музыку.
Музыкальное сопровождение по выбору педагога.

3.Релаксационное упражнение

МАРТ. КОМПЛЕКС № 6

I.Вводная часть.

1.Ритмическая разминка: «Ходьба с хлопками, легкий бег с остановкой.

II.Основная часть.

1.Упражнение « Ходьба вперед и назад»

Цель: развитие способности изменять характер движения в зависимости от изменения контрастов музыки, развитие переключаемости движений.

И.П. дети стоят друг за другом.

2. Упражнение «Солнышко»

Цель: Развитие чувства ритма и темпа, синхронизация движений с музыкой и речью.

I . Вот как солнышко встает,

Выше, выше, выше. *(Поднять руки вверх, потянуться)*

К ночи солнышко зайдет

Ниже, ниже, ниже. *(Присесть на корточки, руки опустить на пол)*

Хорошо, хорошо,

Солнышко смеется.

А под солнышком нам

Весело живется. (*Хлопать в ладоши. Улыбаться*)

(«Солнышко», муз. Е. Макшанцевой.)

И.П. Дети сидят на корточках по кругу. Педагог исполняет песню в медленном темпе. Упражнение повторяется несколько раз. Обращаем внимание на то, чтобы дети медленно поднимались и медленно опускались, ритмично хлопали. Затем упражнение выполняется в ускоренном темпе.

Упражнение «Солнце разгорается и затухает»

Педагог: «Раньше всех утром просыпается солнышко. А как нам встать-расположиться, чтобы получилось солнышко? (Дети встают в круг, взявшись за руки, выполняют упражнение вместе с педагогом)

Солнце разгорается –

Утро начинается.

Солнце затухает

Вечер наступает.

Расширяют круг, отходя спиной назад и сцепленные руки поднимают вверх; сужают круг до положения «плечо к плечу» (можно присесть на корточки), руки опускают вниз.

3.Игровое упражнение «Слушай хлопки»

Цель: развитие способности программировать свои действия на основе условных сигналов и устойчивости, концентрации внимания, творческая передача образа лисы, зайчика через имитационные движения и технику их выполнения.

И.П. Дети идут по кругу или свободно двигаются по залу. Когда педагог хлопает в ладоши один раз, дети останавливаются и принимают позу «зайчика» (*прыжки лёгкие на носках*) Если педагог хлопает два раза, дети должны принять позу «лисички» (*ходьба мягкая, плавная, с носка на всю ступню*). На три хлопка дети возобновляют ходьбу.

На начальном этапе упражнение рекомендуется проводить без музыкального сопровождения, в упрощённом варианте (*например один хлопок – поза «зайчик», два хлопка - ходьба*).

Можно варьировать это упражнение: вместо хлопка использовать бубен.

4.Упражнение «Ветерок и ветер»

Цель: развитие плавности и ритмичности движений, развития умения произвольно расслаблять мышцы плечевого пояса.

И.П. Дети свободно располагаются по залу.

Педагог предлагает детям вспомнить, как колышутся деревья при лёгком ветерке и сильном ветре, затем дети показывают движения. Педагог следит, чтобы руки детей были всё время мягкими и гибкими, без напряжения в плечах и локтях.

Музыкальное сопровождение по выбору педагога.

Упражнение «Ласковый ветерок»

Цель: снятие напряжения в области мышц лица. Дети сидят на стульчиках.

Ведущий: «К нам в комнату залетел ласковый ветерок. Закроем глазки.

Ветерок коснулся вашего личика. Погладьте его: лобик, щечки, носик, шею.

Погладьте ласково волосики, руки, ноги, животик. Какой приятный ветерок!

Откроем глазки. До свидания, ветерок, прилетай к нам еще».

5. Этюд «Разное настроение»

Цель: развитие выразительности мимики.

Капризуля, мальчик Марк,

Не унять его никак.

Улыбнется он на миг,

Засияет солнца лик.

(Н. Померанцева)

Дети по очереди мимикой показывают эмоциональное состояние мальчика Марка.

И.П. Дети сидят на стульях. Выразительные движения.

1- 4-й такты - капризное настроение: брови опущены и сдвинуты, губы полуоткрыты, уголки губ опущены вниз, голова слегка наклонена вниз, плечи опущены. Капризная гримаса на лице дополняется легкими движениями поочередно обоими плечами вперед и назад.

5 —8-й такты — хорошее настроение: брови приподняты, губы тронуты улыбкой, голова слегка откинута назад, плечи развернуты.

Музыкальное сопровождение - музыка Г. Хакензака «Капризуля, мальчик Марк»

6. Дыхательное упражнение «Часики»

Цель: укреплять физиологическое дыхание у детей.

ИП: стоя, ноги слегка расставить, руки опустить. Размахивая прямыми руками вперед и назад, произносить «тик-так». Повторить до 10 раз.

7. Упражнение с ленточками

Цель: формировать умение различать части музыки и реагировать на них движениями; развивать музыкально – ритмическое чувство, основные движения, умение ориентироваться в пространстве;

И.П. Дети в рассыпную располагаются по залу.

- С ленточками яркими будем мы шагать

С лентами, как радуга, будем мы бежать!

Упражнение «Марш и бег». Муз. Е. Тиличевой

«Старинная полька» обр. Н. Соколовой

(1 часть - Прыжки на двух ногах, 2 часть - прыжки, руки с лентами перед собой, потряхивать ими вверх – вниз) – по показу

- У деток ленты хороши, с ними спляшем от души!

Игровое упражнение «Ленты» (Сборник Е. Железновой «Колокольчик»)

Будем с лентами бежать,

Никому нас не догнать,

Посмотрите, малыши,

Как же ленты хороши!

Будем ручками махать,

Будем лентами качать.

Посмотрите, малыши,

Как же ленты хороши!

На носочки поднимись, – *бежим по залу, руки разведены в стороны.*

С ленточками покружись. – *качаем руками (лентами)*

Посмотрите, малыши, - *кружимся*

Как же ленты хороши!

(Упражнение исполняется по показу)

III. Заключительная часть.

1. Упражнение «Мышка»

Цель: развитие подражательных движений, творческого проявления.
И.П. Стоя на носках, согнуть в локтях руки; кисти рук перед грудью соединить пальцами вниз

Самостоятельно и точно выполнять технику ходьбы на носках семенящим шагом с изменением темпа и направления. Творчески передавать характер и повадки мышки мимикой и движением туловища.

Этюд «Котик и клубочек»

Цель: выражение удовольствия и радости

Котик увидел клубочек, который выкатился из корзины. Он толкнул его лапкой. Клубочек покатился, котик пришел в изумление, побежал за клубочком и очень обрадовался. Весело играть с клубочком.

Мимика. Глаза полузакрываются: улыбка, мышцы лица расслаблены.

2. Подвижная игра «Васька кот»

Цель: Развитие внимания, быстроты, расширения словарного запаса слов.

Ход игры: Детям одевают шапочки (мышки, они сидят на коврик или на стульчиках. Один ребёнок изображает кота, он прогуливается перед «мышками» (*идёт на носочках, оглядывается по сторонам и мяукает*).

Взрослый с детьми водит хоровод и поют: Ходит **Васька беленький**, Хвост у **Васьки серенький**, А бежит стрелой, А бежит стрелой! «Кот» бежит и садится на стульчик подальше от «мышек» (*имитирует спящего котика, закрывает глазки, ладошки под щечку*). Взрослый продолжает петь: Глазки закрываются. Спит или притворяется? Зубы у кота - острая игла!

Одна «мышка» идёт проверить, спит ли «котик». Рассмотрев она машет ручками, приглашает друзей «мышек» **поиграть**. Мышки скребут по стульчику, где спит «котик». Взрослый: Только мышки заскребут, Серый **Васька тут как тут**. Тише мыши уходите, Кота **Ваську не будите**. Как проснётся **Васька-кот**, Разобьёт весь хоровод. Вот проснулся **Васька-кот**. Разогнал весь хоровод! «Кот» ловит, а «мышки» убегают в норки (*на стульчики*).

3. Релаксационное упражнение

I. Вводная часть .

1. Ритмическая разминка: ходьба в колонне, поскоки, двигаясь в рассыпную.

Музыка по выбору педагога.

II. Основная часть.

1. Упражнение « Ходьба с хлопками и лёгкие прыжки»

Цель: развитие внимания, переключения движений, чувства ритма.

Дети двигаются по залу в свободном направлении ритмичным маршевым шагом, одновременно хлопая в ладоши на каждый шаг, с изменением музыки останавливаются и легко прыгают на двух ногах.

Музыкальное сопровождение по выбору педагога.

2. Упражнение « Солнышко»

Цель: развитие чувства ритма и темпа, синхронизация движений с музыкой и речью.

И.П. Дети сидят на корточках по кругу. Педагог исполняет песню в медленном темпе. Упражнение повторяется несколько раз. Обращаем внимание на то, чтобы дети медленно поднимались и медленно опускались, ритмично хлопали. Затем упражнение выполняется в ускоренном темпе.

Вот как солнышко встает,

Выше, выше, выше. *(Поднять руки вверх, потянуться)*

К ночи солнышко зайдет

Ниже, ниже, ниже. *(Присесть на корточки, руки опустить на пол)*

Хорошо, хорошо,

Солнышко смеется.

А под солнышком нам

Весело живется. *(Хлопать в ладоши. Улыбаться)*

(Аверина И.Е.)

3. Этюд «Танец радости»

Цель: развитие эмоциональной сферы

Дети становятся в круг, берутся за руки, затем все вместе скачут, как радостные воробушки в солнечную погоду, подставляют бока солнышку, как

радостные котята, а потом прыгают как радостные ребята на солнечной прогулке.

Этюд «Золотые капельки»

Цель: выражение удивления, радости.

Идет теплый дождь. Пляшут пузырьки в лужах. Из-за тучки выглянуло солнце. Дождь стал золотым.

Ребенок подставляет лицо золотым капелькам дождя. Приятен теплый весенний дождь.

Выразительные движения. Голову запрокинуть, рот полуоткрыть, глаза закрыть, мышцы лица расслабить, плечи опустить.

4. Игра- упражнение « У мишки дом большой»

Цель: развитие подражательных движений.

И.П. Дети стоят в кругу и выполняют движения по тексту.

У мишки дом большой, Дети поднимаются на носки, руки тянут вверх.

У зайки домик маленький, Дети присаживаются на корточки, руки опускаю к полу.

Мишка наш пошёл домой, Шагают как мишки, переваливаясь.

А за ним и зайка. Прыгают на двух ногах— «зайчики».

Педагог следит за тем, чтобы дети изображали мишек и зайчиков выразительно, движения передавали ритмично.

5. Дыхательное упражнение «Дерево на ветру»

Цель: формирование дыхательного аппарата.

ИП: сидя на полу, скрестив ноги (варианты: сидя на коленях или на пятках, ноги вместе). Спина прямая. Поднимать руки вверх над головой с вдохом и опускать вниз, на пол перед собой с выдохом, немного сгибаясь при этом в туловище, будто гнется дерево

6.Игра с музыкальными инструментами «Сыграй свое настроение»

Цель: развитие активного музицирования на шумовых инструментах.

Во время проведения упражнения дети учатся озвучивать стихи, играть в ансамбле, импровизировать собственные небольшие пьесы, воплощая в них своё настроение и звуковые представления.

Музыкальное сопровождение по выбору педагога.

7. Упражнение с цветами

Цель: развитие плавности и ритмичности движений, регуляция мышечного тонуса.

И.П. Дети стоят свободно по залу с цветами в обеих руках.

Упражнения: плавно покачивают руками вправо, влево, плавно поднимают руки вверх, плавно опуская руки вниз. Легко бегают по залу с цветами, кружатся. Движения лёгкие и плавные.

Педагог учит детей свободно двигаться по залу, чтобы не мешать друг другу.

Этюд «Цветок»

Цель: выражение удивления, радости, творческие проявления.

Теплый луч упал на землю и согрел в земле семечко. Из семечка проклюнулся росток. Из ростка вырос прекрасный цветок. Нежится цветок на солнце, подставляет теплу и свету каждый свой лепесток, поворачивая свою головку вслед за солнцем.

Выразительные движения. Сесть на корточки, голову и руки опустить; поднимается голова, распрямляется корпус, руки поднимаются в стороны - цветок расцвел; голова слегка откидывается назад, медленно поворачивается вслед за солнцем. Мимика. Глаза полузакрыты: улыбка, мышцы лица расслаблены.

III. Заключительная часть.

1.Игра - миниатюра « Медведь»

Цель: развитие подражательных движений, творческих проявлений.

Ходьба на внешней стороне стопы. Творческая передача образа через точные имитационные движения и технику выполнения. Выполнять различные повороты, прыжки, танцевальные упражнения, приседания,

2. Музыкальная игра « Кто медведя разбудил»

Поёт педагог. Звери выполняют любые танцевальные движения.

Белки, зайцы и ежи
Пляшут на лужайке.
Воробьи, щеглы, чижи
Веселятся стайкой.

Только вдруг раздался треск. (*Звучит имитация треска*)
На секунду замер лес. (*Звери замирают в испуге, разбегаются*)
Выходит Медведь.

Звери испугались.
Быстро разбежались.

Медведь поёт и выполняет движения по тексту.

Не хотел я вас пугать,
А хотел потанцевать.
Не хотите танцевать?
Ну, тогда пойду я спать.

2. (*Игра повторяется, в конце медведь догоняет детей*)

Белки, зайцы и ежи
Пляшут на лужайке
Воробьи, щеглы, чижи
Веселятся стайкой.
Только вдруг раздался треск.
На секунду замер лес.
Звери испугались.
Быстро разбежались.
Медведь (поёт)

Не хотел я вас пугать
А хотел потанцевать.
Не хотите танцевать?
Буду вас я догонять

3. Релаксационное упражнение

МАЙ. КОМПЛЕКС № 8

I. Вводная часть.

Ритмическая разминка.: ходьба в колонне, лёгкий бег в рассыпную, с остановкой музыки остановиться.

II. Основная часть.

1. Упражнение « Весёлые ладошки»

Цель: развитие чувства ритма и темпа.

И.П. Дети сидят на стульях. Дети выполняют движения с помощью педагога, на начальном этапе. В дальнейшем стараются выполнять самостоятельно. Педагог следит за ритмичностью выполнения упражнений.

Похлопаем в ладошки,
Похлопаем немножко,
Похлопаем в ладошки,
Очень хорошо!

И пальчики попляшут,
И пальчики попляшут,
И пальчики попляшут,
У маленьких ребят.
И пальчики попляшут,
И пальчики попляшут.
А девочки и мальчики
Все ровненько сидят.

Тук-тук молотком,
Мы построим птичкам дом.
Тук-тук молотком,
Поселяйтесь, птички, в нём!

Бум-бум, барабан.
Что за шум и тарарам?
Бум-бум, барабан,
Просыпайтесь по утрам!
Ду-ду-ду, ду-ду-ду —
Вот какая дудка!
Ду-ду-ду, ду-ду-ду —
Вот какая дудка!

Поехали потихонечку,
Поехали потихонечку.
И быстренько, и быстренько,
И быстренько, и быстренько,
И приехали!

Описание движений:

Дети сидят на стульчиках.

1 куплет:

Хлопают в ладоши.

2 куплет:

Вращают кистями рук — «фонарики».

3 куплет:

Энергично стучат кулачком одной руки по кулачку другой.

4 куплет:

Попеременно стучат кулачками по коленям.

5 куплет:

Имитируют игру на дудочке, перебирая пальчиками.

6 куплет:

Нараспев негромко произносят слова, ладонями попеременно касаются колен. На слова «И быстренько, и быстренько» весело хлопают попеременно ладонями по коленям и притоптывают ногами. В конце упражнения музыка замедляется и все дружно говорят: «Приехали!»

Начинать разминку можно с двух движений — хлопков в ладоши и «фонариков». Далее — добавлять движения по тексту, каждый раз обыгрывая очень эмоционально.

2. Упражнение « Слушай бубен»

Цель: развитие слухового восприятия, преодоление двигательного автоматизма.

И.П. Дети идут друг за другом в колонне. Когда педагог ударяет в бубен, дети должны повернуться и продолжить движение в противоположную сторону.

Музыкальное сопровождение – «Марш»

3. Игра- превращение «Заводные игрушки»

Цель: развитие подражательных движений, синхронизация речи и движений, развитие выразительности движений.

Посмотрите, в магазине

Все игрушки на витрине:

Широко разводят руки в стороны.
Заводные зайчики,
Куколки и мячики,
Пушистые котята,
Матрешки, медвежата –

Поворачиваются вправо-влево с вытянутыми руками.

Все на полочке сидят,
Приседают.
С нами поиграть хотят.
Прыгают на месте.

Вот солдатики стоят,
Начинается парад!
Исходное положение – стойка смирно.
Раз, два, три, четыре, пять –
Начинаем мы шагать.

Маршируют друг за другом или передвигаются врассыпную.

Вот бегут машины,
Шуршат своими шинами.
Желтые и красные –
Все такие разные.

Дробно топают с продвижением вперед (спина прямая, голову низко не опускать, ноги согнуть в коленях).

Бум-бум, тра-та-та!
Барабан гремит с утра –
Имитируют игру на барабане.
Зайчики играют,
Лапкой ударяют.

Выполняют легкие прыжки то на одной, то на другой ноге.

Медвежонок взял гармошку,
Поиграть решил немножко,
Раз, два! Поворот!
Он танцует и поет.

Стоят на слегка расставленных и согнутых в коленях ногах. Имитируют руками игру на гармошке – «сдвигают и растягивают меха гармони». Затем, не спеша, пружиня в коленях и перенося тяжесть тела с одной ноги на другую, кружатся вокруг себя.

Вот матрешки-крошки,
Руки на поясе, полуприседания с поворотами вправо-влево.
Пестрые одежки,
Яркие платочки,
Руками держат «кончики платочков», выполняя наклоны вправо-влево.

Розовые щечки.
Потирают щечки.
Вот забавная мартышка,
Обезьяна-шалунишка.
Раз, два, опять наклон!
Хочет поиграть хвостом!

Руки согнуть в локтях, развернув ладони наружу и растопырив пальцы. Дети выполняют наклоны то в одну, то в другую сторону.

Вот утята-малыши,
Тоже очень хороши.
Желтые головки
Наклонили ловко.

Дети наклоняются вперед и выпрямляются. Руки – «крылышки» находятся за спиной, голова при наклоне не опускается.

Эй, скорее посмотри:
Куклы танцевать пошли,
Ножки выставляют,
В гости приглашают.

Руки слегка отводят в стороны и разворачивают ладонями наружу, поочередно выставляют на пятку то правую, то левую ногу.

Ой, какой веселый мячик,
Так и скачет, так и скачет!
Мне б его скорей поймать,
Чтобы снова поиграть.
Прыгают на месте.

Всех красивей паровоз:
Две трубы и сто колес.
Ну а едут в нем игрушки –
Куклы, зайчики, петрушки.

Имитируют движение паровозика, дробно топая с продвижением вперед.

4.Ритмическое упражнение «Повторяй за мной»

Цель: развитие чувства ритма.

Педагог предлагает ребёнку повторить несложный ритмический рисунок.

Для каждого ребёнка ритмический рисунок разный.

Кроме хлопков можно использовать деревянные ложки, бубен.

Примерные варианты ритмических рисунков:

А - -

В - - -

С - - - - - и др.

Музыкальная игра «Карусель»

Цель: развитие чувства темпа, музыкальной памяти; развитие слухового восприятия различать изменение темпа в музыке и соотносить это со своими действиями, движениями.

Ход игры: Педагог исполняет песню «Карусели», спрашивает детей, как они двигались, всегда ли одинаково? Предлагает детям изобразить изменение темпа в музыке своими действиями и ответить на вопросы: когда музыка играла быстро, когда медленно и т.д.

- Еле, еле, еле-еле (дети начинают движение)

Завертелись карусели.

А потом, потом, потом (бегут)

Все бегом, бегом, бегом.

Тише, тише, не спешите! (*замедляют ход*)

Карусель остановите! (*останавливаются*).

5.Этюд «После дождя»

Цель: выражение удивления, радости.

Только что прошел дождь. Дети осторожно ступают вокруг воображаемых луж, стараясь не замочить ноги. Потом, расшалившись, прыгают по лужам так сильно, что брызги летят во все стороны. Им очень весело.

6. Дыхательное упражнение «Палящие бабочки»

Цель: развитие плавного, длительного выдоха.

Вырезать из бумаги бабочек и подвесить их на нитках. Предложить ребенку подуть на бабочку так, чтобы она полетела (при этом следить, чтобы ребенок сделал длительный плавный выдох).

7. Игра- миниатюра «Цветочек»

Цель: развитие способности регулировать мышечный тонус, ритмопластикой движений передавать характерные особенности образа.

Цветочек встречает солнышко - *дети потягиваются вверх, напрягая до кончиков пальцев весь корпус.*

Спряталось солнышко, головка цветочка поникла.- *Затем постепенно начинают «падать» кисти рук.*

Стебелёк сломался.- *Сгибаются руки в локтях.*

Завял цветочек.- *освободив от напряжения мышцы спины, шеи, надо позволить корпусу, голове и рукам пассивно упасть вперёд, слегка согнув колени.*

Сколько красивых цветов растет в саду между деревьев! Их узнать и запомнить поможет песенка:

Эти алые цветочки

(Ребенок сгибает руки в локтях, приподнимает над головой, ладони соединяет вместе, показывая «ковшик»)

Все открыли лепесточки

(Дети расставляют пальцы рук по сторонам)

Ветерок легко летает –

Лепесточки колыхает.

(Малыши быстро двигают пальцами)

Эти алые цветочки

Вдруг закрыли лепесточки.

(Ладони опять соединены в виде «ковшика»)

Начали бутонами качать,

(Кисти рук сведены вместе, дети раскачивают ими вправо-влево)

И заснули, просыпаться не хотят.

(Соединенные вместе ладошки крохи прикладывают к щеке, показывают, что спят)

III. Заключительная часть.

1. Игра - миниатюра «Бабочка»

Цель: Расширять представления детей о повадках и жизни бабочек.

Утром бабочка проснулась

Потянулась, улыбнулась.

Раз — росой она умылась,

Два — изящно покружилась,

Три — нагнулась и присела,

На четыре — улетела.

2. Подвижная игра «Бабочки»

Цель: Развивать у детей сообразительность, ориентировку в пространстве и ритмичность движений. Упражнять детей в беге и приседании.

Дети – «бабочки» стоят на краю площадки, где хотят. Под музыку или на слова воспитателя: «бабочки, бабочки полетели в сад» дети отводят руки в стороны, бегают в разные стороны, обегая один другого.

Педагог продолжает: «на цветочек беленький все тихонько присели». Дети приседают возле цветочков названного цвета. На сигнал воспитателя: «у-у-у», который означает завывание ветра, бури, бабочки убегают из сада на край площадки. Игра повторяется на слова: «бабочки, бабочки, в поле полетели». Педагог постоянно отмечает детей, которые легко и тихо бегали и приседали.

Музыкальное сопровождение по выбору педагога.

3. Релаксационное упражнение

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Типовая образовательная программа дошкольного образования «Растим личность»- Донецк, /Авт.-сост. Арутюнян Л.Н, Сипачева Е.В., Макеенко Е.П., Котова Л.Н, Михайлюк С.И., Бридько Г.Ф., Губанова Н.В., Кобзарь О.В.– ГОУ ДПО «Донецкий РИДПО». – Донецк: Истоки, 2018. – 208 с.
2. Государственный образовательный стандарт дошкольного образования Донецкой Народной Республики , 04.04.2018.
3. Коррекционно – развивающее обучение и воспитание дошкольников с нарушением интеллекта: Методические рекомендации. / Е.А. Стребелева, Е.А. Екжанова – Москва.: Просвещение, 2011.
4. Коррекционная ритмика. Комплекс практических материалов и технология работы с детьми старшего дошкольного возраста с ЗПР / М.А. Касицына, И.Г. Бородина - Москва, 2005.
5. Программно – методический комплекс для детей дошкольного возраста с лёгкой умственной отсталостью «Музыкальное воспитание» / Василевская О.О., Дуброва И.Н., Лощеных В.П., 2019.
6. Учебно- практическое пособие. Игры –забавы по развитию мелкой моторики у детей /О.Н. Громова,Т.А. Прокопенко-Москва, Издательство Гном, 2002.
7. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей / Г.А. Колодницкий. – М.: Гном-Пресс, 2000.
8. Логопедические занятия в детском саду/ М.Ю.Каркушина.-Москва: Творческий центр, 2006.
9. Музыкальная коррекция детей с ограниченными возможностями./ Е.И. Котышева–Санкт-Петербург: Творческий-центр, 2010.

10 . Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и
коррекционная ритмика / Е.А. Медведева Москва, «Академия», 2002.

