

ГОРОДСКОЕ МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЪЕДИНЕНИЕ МУЗЫКАЛЬНЫХ РУКОВОДИТЕЛЕЙ

ПРАКТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ И ДЕТЬМИ, ИМЕЮЩИМИ ТЯЖЁЛЫЕ НАРУШЕНИЯ РЕЧИ

Из опыта работы Лунёвой Светланы Леонидовны, музыкального руководителя муниципального дошкольного образовательного учреждения детского сада компенсирующего вида № 52 «Самолётик», специалиста высшей квалификационной категории,

Халюковой Ии Юрьевны музыкального руководителя муниципального дошкольного образовательного учреждения детского сада компенсирующего вида № 46 «Кот в сапогах» с тяжёлыми нарушениями речи, специалиста высшей квалификационной категории.

Кирьян Лидии Борисовны музыкального руководителя муниципального дошкольного образовательного учреждения детского сада компенсирующего вида № 46 «Кот в сапогах» с тяжёлыми нарушениями речи, специалиста высшей квалификационной категории.

г. Нижневартовск

СОДЕРЖАНИЕ

Взаимодействие профильных специалистов в работе с детьми, имеющими проблемы в развитии.....	3
1. Ходьба и маршировка в различных направлениях.....	9
2. Упражнения на развитие дыхания, голоса и артикуляции.....	13
3. Упражнения и игры для развития и совершенствования ручной моторики.....	19
4. Упражнения и игры, регулирующие мышечный тонус.....	22
5. Упражнения и игры, активизирующие внимание.....	32
6. Счётные упражнения.....	38
7. Речевые упражнения без музыкального сопровождения.....	40
8. Упражнения, формирующие чувство музыкального размера или метра.....	43
9. Упражнения, формирующие чувство музыкального темпа.....	49
10. Пальчиковые игры и упражнения.....	52
11. Упражнения на восприятие, различение и воспроизведение ритмов.....	60
12. Речедвигательные упражнения.....	62
13. Упражнения, развивающие слуховое и речеслуховое восприятие, дыхательные упражнения. Пение.....	64
14. Упражнения на тренировку основных видов движения, ориентацию в пространстве, координацию движений.....	65
15. Упражнения для развития выразительности мимики, жеста и движения.....	69
Литература.....	74

Взаимодействие профильных специалистов (музыкального руководителя, инструктора по физической культуре, логопеда, психолога и учителя-дефектолога) в работе с детьми, имеющими проблемы в развитии

Проблема воспитания и обучения детей дошкольного возраста с отклонениями в развитии является весьма острой и актуальной по сегодняшний день. Как показывают исследования ученых, этот процесс должен быть комплексным, проходить с участием специалистов различного профиля: дефектологов, педагогов-психологов, логопедов, педагогов. Актуальность вопросов взаимосвязи педагогов в образовании дошкольников, имеющих проблемы в развитии, заметно возросла в последние годы.

Комплексное изучение ЗПР как специфической аномалии детского развития в настоящее время приобретает острую потребность.

Разработка практического аспекта работы по взаимодействию всех специалистов детского сада по созданию комплексной системы коррекционной работы с детьми, имеющими ЗПР - это трудоемкий путь для педагогов.

Наше дошкольное учреждение на протяжении ряда лет создавало комплексную систему работы по практической взаимосвязи специалистов различного профиля, занималось поиском и отработкой содержания совместной коррекционной работы с детьми ЗПР. При создании системы работы узких специалистов детского сада в первую очередь учитывали общую психологическую незрелость детей и состояние их здоровья т.к. первое место в работе с детьми принадлежит заботе об охране и укреплении здоровья детей.

В этих целях тщательно составляли и продумывали план мероприятий, их содержание, количество, время проведения, физические и психические нагрузки.

Перед всеми педагогами стояла задача привлечь каждого ребенка к решению посильных для него задач, определить объем и характер коррекционной работы с ним за пределами организованного занятия, что дало бы возможность создать адекватные состоянию ребенка педагогические условия.

При создании комплексной системы работы с детьми нам помогали исследования и рекомендации У.В. Ульянковой и С. Г. Шевченко, о необходимости проведения с детьми данной категории занятий по логоритмике и ритмопластике.

Но в соответствии с установленными санитарно-эпидемиологическими требованиями к организации режима работы, которые обязательны для исполнения в ДОУ, четко установлена количественная и часовая нагрузки по проведению специально организованной деятельности, следовательно, если ввести логоритмику и ритмику то эти занятия, тем самым нарушают требования СанПиНа. На заседании консилиума было принято решение о проведении этой работы в трех направлениях:

- специально-организованная деятельность
- совместная деятельность

- Теоретические и практические консультации (смотри таблицу № 1)

Единство указанных нами задач определяет направление совместной работы, позволяющей обеспечить эффективность коррекционно-развивающего обучения.

Определяя задачи каждого направления, учитывали особенности психического, интеллектуального и физического развития детей с ЗПР.

1. Специально организованная деятельность.

Задачи:

- Максимально использовать при коррекции дефектов речи и познавательного развития у дошкольников с ЗПР различных анализаторов (слухового, зрительного, речедвигательного, кинестетического) учет особенностей межанализаторных связей, свойственных этим детям, а так же психомоторики (артикуляционной, ручной и общей моторики).

2. Совместная деятельность.

Задачи:

- Обогащать и развить ритмические способности детей, двигательную сферу, наполнения ее эмоционально-выразительным содержанием.

- Формировать чувство уверенности в ребенке, способствовать выработке положительной мотивации, стимулировать познавательную деятельность, умение вести дискуссию, применять присвоенные знания в других условиях.

- Воспитывать свободу движений; нормализацию речевого дыхания и связанной с ним слитности речи; формировать умение изменять силу и высоту голоса; воспроизводить речевые упражнения в заданном темпе; воспринимать, различать, воспроизводить различные ритмы; уметь выразить свои эмоции разнообразными интонационными средствами; выработка правильного полного дыхания с активизацией мышц брюшного пресса во время вдоха и выдоха; снятие напряженности артикуляционного аппарата.

- Развивать всестороннее развитие ребенка в разных видах деятельности.

3. Теоретические и практические консультации.

Задачи:

- Выявить причины, трудностей в обучении ребенка, его дезадаптивности в микросоциальной и микропедагогической среде, оказание консультативной помощи родителям, педагогам по вопросам обучения и воспитания.

- Разработка проводимых коррекционных мероприятий по взаимодействию профильных специалистов, программ индивидуального развития ребенка.

Был утвержден перспективный план коррекционной работы, содержание и последовательность мероприятий (Смотри таблицу № 2)

Работа в специально организованной деятельности составлялась на основе перспективного планирования, результатов мониторинга и предусматривает соответствии программ по подготовке к обучению грамоте, ознакомлению с окружающим миром и развитие речи с занятиями по музыке и физической культуре. Согласовывалась и намечалась тематическая и индивидуально-

коррекционная работа детей с инструктором по физическому воспитанию и музыкальным руководителем. В содержание этой работы входит последовательность изучаемых звуков, лексических тем и индивидуальная коррекционная работа по запросу учителя-логопеда или учителя дефектолога.

Тесная взаимосвязь логопеда, педагога-дефектолога, воспитателя, музыкального руководителя, инструктора по ФИЗО в совместной деятельности возможно при условии совместного планирования работы, выбора темы, разработке содержания занятий и их последовательности. Важно, чтобы все педагоги, каждый на своем занятии решали коррекционно-образовательные задачи, только в этом случае коррекция у дошкольников с ЗПР будет осуществляться системно, и повышать интеллектуальный уровень и личностные качества детей.

Содержание каждого мероприятия в совместной деятельности обсуждается специалистами детского сада непосредственно перед проведением, определяется последовательность игр и упражнений, объединение их одной темой, подбор музыкального сопровождения.

В ходе работы выяснилось, что некоторые дети наотрез отказываются принимать участие в индивидуальных показах, а в групповых делают все безразлично, неуверенно. Используя рекомендации С.Г. Шевченко, мы составили комплексы упражнений с дублирующим содержанием, т.е. все игры, упражнения отрабатываются в специально организованной деятельности индивидуально, а затем используются в совместной деятельности.

Это способствовало появлению чувства уверенности в ребенке, выработке положительной мотивации, стимулировало познавательную активность.

Взрослый становился только организатором педагогической ситуации, в которой развиваются желания каждого ребенка делать, угадывать, отвечать.

Коррекционная фронтальная работа в совместной деятельности ведется в четырех направлениях: лингвистическое, паралингвистическое, сенсомоторная организация речи, развитие ритмических способностей. В структуре каждого занятия прослеживается взаимосвязь этих видов деятельности (смотри структуру занятий).

Все мероприятия организовывали при условии положительного эмоционального отношения со стороны ребенка. Постоянно помнили о рекомендованных У.В. Ульянковой организационно-педагогических требованиях:

- обязательного создания доброжелательной атмосферы общения педагога с детьми, детей между собой и с педагогами;

- обеспечения каждому ребенку близкой и понятной мотивации любой деятельности;

- широкого использования игровых приемов, моментов соревнования, игр с целью поддержки интереса к процессу деятельности и получению заданного результата;

- планирования постепенного усложнения заданий.

Такой опыт системной комплексной работы по взаимосвязи узких специалистов на заседании консилиума был признан положительным.

Анализ полученных результатов мониторинга дает новые сведения о компенсаторных возможностях физического, умственного и эмоционального развития дошкольников с ЗПР, а составленные нами направления и используемые технологии позволяют педагогам разных профилей осуществлять коррекционно-педагогическую работу, способствующую преодолению вторичных отклонений в развитии и обеспечивать положительные условия для успешной подготовки ребенка с ЗПР в общеобразовательной школе.

По направлению «Эффективность работы педагогического коллектива как единой команды, компетентность педагогов» показал, что в соответствии с проводимой работой повысился уровень теоретических знаний и практических навыков в работе с детьми, у педагогов появилась потребность во взаимодействии друг с другом, желание учиться друг у друга, стремление к достижению успеха в совместной работе.

СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ И ДИФФЕРЕНЦИРОВАННАЯ ПОДАЧА МАТЕРИАЛА

Занятия логопедической ритмикой для детей с ЗПР проводятся 1 раз в месяц по 30 - 35 минут. Подбор музыкально-ритмического и речевого материала происходит исходя из четырех направлений:

лингвистическое, паралингвистическое, сенсомоторная организация речи, развитие ритмических способностей с учетом структуры интеллектуальных и речевых нарушений детей с ЗПР. Уделяется большое значение положительному эмоциональному влиянию музыки на психическое состояние детей.

Для достижения оптимальных результатов логоритмических занятий, целесообразно строить их в плане равномерного распределения психофизической нагрузки и проводить по схеме дублирования знакомого, отработанного в специально организованной деятельности материала.

1 направление – лингвистическое:

Развитие речевого голоса (высоты, силы, тембра), интонационной выразительности (мелодики, темпа, ритма).

Материал: стихотворения, поговорки, скороговорки, чистоговорки, потешки, попевки, песенки, распевки.

Текст произносится: сердито, возмущенно, весело, задорно, ласково, удивленно, задумчиво, загадочно, растерянно, торжественно, тревожно, капризно и т.д.

Текст произносится: первую строчку очень громко, вторую - очень тихо; высоким голосом и низким; медленно, быстро и умеренно; начинаем быстро, заканчиваем медленно и наоборот и т.д.

Текст произносим: первую строчку с восклицательной интонацией, вторую - с вопросительной, ставя вопрос от каждого слова поочередно и т.д.

Вся эта работа имеет следующую последовательность: дети сопряжено с музыкальным руководителем проговаривают (пропевают) текст; повторяют фразу за музыкальным руководителем; произносят самостоятельно, (сопряжено, отраженно, самостоятельно).

2 направление – паралингвистическое:

- развитие умения различать эмоции;
- передавать заданное эмоциональное состояние, используя мимические, пантомимические средства и графические модели;
- развивать способность понимать свои чувства и чувства других.

3 направление - сенсомоторная организация речи и движений

Содержанием данного направления является:

- оптимизация мышечного тонуса и совершенствование основных психологических качеств (статической и динамической координации, двигательной памяти) во всех видах моторной сферы (общей, пальцевой, мимической, артикуляционной).

Используются следующие упражнения

- дыхательные
- пальчиковые игры
- игры на двигательную память
- биоэнергопластика
- игры на чувство ритма в речи
- игры, регулирующие мышечный тонус
- кинезеологические упражнения
- считалки, физминутки - координация речи и движений
- рассказы стихи руками - развитие символического праксиса.

4 направление — развитие ритмических способностей:

- умение правильно воспроизводить разнообразные ритмы,
- восприятие и воспроизведение темпа,
- развитие чувства ритма на основе движения и речи,
- формирование регулируемого образа голоса и движений.

1. Ходьба и маршировка в различных направлениях

Это средство логопедической ритмики В.А. Гринер называет “вводными упражнениями”. Они должны научить детей первоначальным навыкам ходьбы по кругу в одиночку, парами и группой, обходить различные предметы, не сталкиваться во время встречной ходьбы, соблюдать заданное направление, двигаться по ориентирам, соблюдать одинаковые расстояния между идущими, а также строить шеренги, линейки, колонны и т.п. Ребенок учится ориентированию в пространстве и коллективе, в право-левостороннем направлении движения, в поворотах, в маршировке спиной назад, лицом к центру и т.п. Пространственная характеристика движения включает исходное положение, положение тела и его частей в движении, траекторию движения.

С самого начала занятий вводные упражнения дают установку на разнообразный темп движения и речи, поэтому следует направлять внимание детей (взрослых) на руководящую роль музыки.

Ходьба включается в каждое занятие. Она является естественным видом движения и вместе с тем достаточно сложным по координации. У детей с нарушениями речи, особенно, в младшем возрасте (до 4-5 лет), отмечается иногда отставание в координации движений во время ходьбы. Они широко расставляют ноги, шаркают ими, наблюдается неустойчивость в ходьбе, замедленность движений. Педагог с первых же занятий начинает формировать у детей устойчивость, умение ставить ноги ближе к средней линии, уменьшая тем самым боковые раскачивания, приподнимать ноги при ходьбе. Для этого используются упражнения по перешагиванию через предметы: палки, канат, кубики, рейки лестницы, положенной на пол, и т.п. Тренировка устойчивости позволяет более направленно воспитывать ориентировку в ходьбе между предметами, что необходимо в практической жизни. На занятиях можно использовать следующие виды ходьбы:

- отдельно по дорожке, обозначенной двумя канатами;
- группой;
- группой под барабан к противоположной стене зала;
- группой вдоль зала;
- “стайкой” вдоль каната, выложенного по кругу: дети идут под четкие, редкие удары барабана (или звуки марша), после остановки поворачиваются лицом в круг и убирают канат;
- группой к противоположной стене зала с перешагиванием через канат, положенный поперек зала;
- вдоль каната по кругу друг за другом (это готовит детей к ходьбе в колонну по одному);
- друг за другом, держась левой рукой за веревку. Под звуки барабана педагог (затем ребенок) ведет детей по кругу, движение можно сопровождать звуками [“у-у-у”];

- друг за другом, держась за руки. Дети соединяются таким образом, чтобы при ходьбе слева направо были слегка повернуты внутрь круга, правая рука у каждого ребенка должна быть впереди, левую руку он дает идущему сзади;
- по доске, положенной на пол. Соскок с доски выполняется мягко, на носки;
- с перешагиванием через палки, параллельно положенные на пол. Пять или шесть палок раскладываются на расстоянии 35-40 см одна от другой. Педагог, показывая движение, перешагивает через палки, высоко поднимая колени. Затем это выполняют дети. Когда один ребенок заканчивает перешагивание, второй уже начинает его. Педагог обращает внимание детей на то, что нельзя наступать на палку и сбивать ее;
- боком, приставными шагами по нижней рейке гимнастической стенки (1 или 2 раза). Ребенок встает ногами на нижнюю рейку, руками берется за рейку на уровне груди. Двигаясь вдоль гимнастической стенки, он переставляет ноги маленькими равномерными шагами и одновременно перехватывает рейку на уровне груди руками в такт шагам;
- друг за другом по кругу, с остановками. Дети идут вслед за педагогом в строгом соответствии со звуковыми сигналами (под барабан, счет и т.д.). Временные отрезки ходьбы должны быть разными, чтобы занимающиеся реагировали на звук;
- на носках. дети держат руки на поясе, головы подняты. Педагог обращает внимание детей на осанку, идут по кругу друг за другом, после прохождения одного круга останавливаются, опускаются на полную ступню. На последующих занятиях можно пройти 2 или 3 круга;
- друг за другом с флажками в руках. Дети в такт шагам свободно и широко размахивают флажками;
- друг за другом, держась рукой за веревку, с изменением направления. Педагог следит за тем, чтобы с изменением направления повороты детей были плавными, спокойными, а темп ходьбы - медленным;
- по доске с приподнятым краем. Дети держат руки в стороны, спрыгивают в конце доски на носки, сначала держась за руки педагога, затем самостоятельно;
- с перешагиванием через кубики. Пять или шесть кубиков кладутся на расстоянии 35-40 см один от другого. Дети перешагивают через кубики 2 или 3 раза по очереди;
- друг за другом с попутным перешагиванием через рейки лестницы. Каждый ребенок делает как ему удобно;
- по скамейке, держа руки в стороны. В конце скамейки дети опускают руки и соскакивают, держась за руки педагога;
- по канату друг за другом боком, приставными шагами. Дистанция при ходьбе - около 3 м;
- по качалке. Упражнение рассчитано на тренировку равновесия. Перед началом упражнения педагог наклоняет руками качалку в сторону ребенка, чтобы тот мог поставить на качалку ногу. Затем педагог, держа ребенка за

руку, помогает ему пройти по качалке и тут же отводит в сторону и сажает на место. А в это время следующий ребенок стоит у качалки, но не слишком близко к ней ожидая своей очереди;

- друг за другом с флажками в руках, сначала изменяя положения рук, а затем размахивая флажками. У каждого ребенка, по два флажка. Дети идут, размахивая флажками вдоль тела вперед - назад, после остановки помахивают флажками вверху движениями кистей (2 или 3 круга); потом широко скрестно размахивают флажками, опускают их на пол, постукивают ими *об* пол и т.д.;
- друг за другом с перешагиванием через рейки лестницы, положенной на пол;
- друг за другом между стульями. Дети идут за педагогом (или водящим) по кругу, огибая 5 или 6 стульев, расставленных в середине зала на расстоянии около 1 м один *от* другого, проходят таким образом 2 или 3 раза;
- друг за другом “змейкой”, С перешагиванием через канат, положенный на пол. Канат кладется на пол прямо. Педагог (или водящий) ведет детей за собой вдоль каната, пересекая его “змейкой”. Во время перешагивания высоко поднимают колени и свободно размахивают руками. В ходьбе “змейкой” пройти 2 или 3 круга;
- на носках и на пятках с изменением положения рук. Дети поднимают руки вверх, следят за своей осанкой, идут на носках в течение 15 сек, затем останавливаются, руки опускают на пояс и идут на пятках в течение 10 сек;
- по доске, положенной на пол. Дети идут, соблюдая осанку, с поднятой головой, руки разведены в стороны. В конце доски руки опускают, чуть сгибают колени и мягко спрыгивают на пол;
- друг за другом по канату боком приставными шагами. Дети идут маленькими шагами 3 или 4 м, заметно приподнимая ноги, руки свободно опущены;
- друг за другом с высоко поднятыми коленками (до 15 сек.). Ходьба продолжается под редкие (более редкие, чем при обычной ходьбе) удары барабана. Дети держат руки на поясе, локти отведены назад, спина прямая, голова приподнята;
- друг за другом с попутным перешагиванием через 5 или 6 кубиков и рейки лестницы, положенной на пол (2 или 3 круга);
- вверх по наклонной доске, соскок. Упражнение повторяется 2 раза.

Различные виды ходьбы сочетаются не только с музыкой, но и со словом. Например, ходьба:

а) на внутренней, внешней сторонах ступни:

Лед да лед,	Скользкий лед,
Лед да лед,	Скользкий лед,
А по льду	Но пингвин
Пингвин идет.	Не упадет.

б) На равновесие:

Цапля важная, носатая.

Целый день стоит, как статуя.

в) На носках:

Маме надо отдыхать,
Маме хочется поспать.

Я на цыпочках хожу,
Я ее не разбужу.

г) На пятках:

Тук, тук, тук, тук,
Тук, тук, тук, тук,
Моих пяток слышен стук.

Мои пяточки идут,
Меня к мамочке ведут.

Упражнения

Выставление ноги на пятку. (Эстонская народная танцевальная мелодия. Автор упражнения Н. Сорокина).

Дети стоят по кругу, взявшись за руки. Такты 1-8: легко бегут вправо (влево). На счет “два” 8-го такта останавливаются лицом в круг и отпускают руки. Такт 9: положив руки на пояс, дети на “раз” полуприседают, на “два” выпрямляются. Такт 10: на “раз” выставляют вперед правую ногу, ставя ее на пятку, на “два” приставляют ее к левой. Такт 11: то же движение левой ногой. Такт 12: три шага на месте, затем поворачиваются спиной к центру круга. Такты 13-15: повторение движений 9-11 тактов. Такт 16: дети поворачиваются лицом к центру круга.

Упражнение развивает четкость движений голеностопного сустава, подготавливает детей к исполнению элементов народной пляски, развивает чувство музыкальной формы (различие двух не контрастных частей мелодии).

Бег с остановками (прыжки через воображаемое препятствие). (Венгерская народная мелодия. Автор упражнения Е. Дубянская).

Дети стоят по кругу. На такты 1-4: бегут. Сделав 6 шагов, останавливаются на “раз” 4-го такта прыжком с одной ноги на обе (“перепрыгнули через препятствие - “лужу”, “камень”, “канавку”). Бег пружинящий: шаг $1/4$. Во время бега руки свободно двигаются: одна вперед, другая назад, остановившись, руки разводят в стороны. Такты 5-8, 9-12, 13-16, 17-20, 21-24: повторение тех же движений.

Упражнение развивает ритмическую четкость и ловкость движений, дает ощущение музыкальной фразы, конец которой отмечается четким прыжком.

2. Упражнения на развитие дыхания, голоса и артикуляции

Упражнения проводятся в полном соответствии с этапами и задачами логопедической работы. В большем количестве они включаются в занятия, проводимые в начале коррекционного курса. По мере успешного устранения речевого нарушения, количество их в середине и конце коррекционного курса сокращается, но не исключается, поскольку в использовании логоритмического и логопедического материала должна быть преемственность.

Цель упражнений - способствовать нормализации деятельности периферических отделов речевого аппарата.

Упражнения на развитие дыхания помогают выработать правильное диафрагмальное дыхание, продолжительность выдоха, его силы и постепенности. Их можно сочетать с движениями рук (вверх - вниз, вверх - в стороны, вверх - на пояс, вверх - на голову и т.д.), туловища (вправо - влево, наклоны вперед, круговые вращения), головы (к плечу, на грудь, круговые повороты). Например, подняться на носки, руки вытянуть вверх - вдох, опуститься на полную ступню, руки на пояс - выдох. Поворот туловища вправо, руки на уровне плеч также отводятся вправо - вдох, возвращение в "исходное положение: туловище - прямо, руки опущены вниз - выдох. Поднять голову вверх - вдох, опустить медленно на грудь - выдох.

В упражнения на развитие дыхания включается речевой материал, произносимый на выдохе. Например, подняться на носки, руки потянуть вверх - вдох, опускаясь на полную ступню и ставя руки на поясе длительно тянуть сначала глухой звук ["с"] (или ["ш"], ["ф"], ["х"]), затем гласные звуки изолированно и в различных сочетаниях, затем гласные в сочетании с согласными звуками. Далее на выдохе - произносить слова с открытыми слогами, закрытыми, двух- и трехсложные; фразы, состоящие из 3-4-5 слов. Удлинение фразы требует более длительного выдоха.

Работа над голосом начинается с произношения на выходе гласных и согласных звуков. Упражнения проводятся с музыкальным сопровождением и без него. Гласные пропеваются с изменениями в высоте голоса. Если это упражнение сразу не получается, можно использовать "мурлыканье" или "гудение" (как звукоподражание кошке, гудку парохода), чтобы добиться изменения в высоте голоса. Сила голоса воспитывается при произнесении гласных более громким или более тихим голосом, с соответствующим усилением или ослаблением музыкального аккомпанемента. Длительность звучания голоса зависит от продолжительности выдоха. Для воспитания выразительности голоса полезна мелодекламация: чтение стихотворений (а для взрослых - и прозаических текстов) с вопросительной, восклицательной, побудительной и другими интонациями под соответствующую музыку.

Работа над дикцией проводится с помощью дыхательных, голосовых и артикуляторных упражнений. Вначале под ритмическую музыку или счет педагога занимающиеся обозначают гласные немой артикуляцией, затем

произносятся на шепоте и громко, изолированно и в ряду из 2,3,4 гласных, всего ряда. Далее на выдохе произносятся слоги, слова произносятся на шепоте со звуками [“п”], [“т”], [“к”], [“ф”], [“ш”] (“па-по-пу-пы”, “паф-поф-пуф-пыф” и т.д.) И громко, четверостишья, пословицы, поговорки произносятся со сменой ударения и темпа речи.

К середине коррекционного курса дыхательные, голосовые и артикуляторные упражнения включаются в подвижные игры, игры драматизации, в ходьбу с замедлением, в упражнения с хлопками, счетом, пением. Полезно пение вокализов - мелодии без слов. Гласные пропеваются в последовательности [“у”], [“о”], [“а”], [“и”]. Затем поются гаммы, вводится другой вид связного пения - звучание носа со скольжением звука с ноты на ноту вверх или вниз, что развивает гибкость, высоту голоса.

Необходимо развивать диапазон голоса. В звонком голосе выражены высокие (2000-3000 Гц) и низкие (700-800 Гц) частоты.

Повышение уровня высокой форманты (2300-2700 Гц) увеличивает силу и полетность звучания. Начинать упражнения следует с произношения звуков [“м”], [“н”] с гласными. Голос звучит на среднем регистре, в одной тональности: ммуммомммэмиммам. Далее: повышение и понижение голоса на сонорных согласных [“м”, [“н”] с паузами и без пауз при произношении слов и фраз. Например, в инсценировке “Мишка” два ребенка в масках просят у третьего - медведицы: “Маммедунам, маммолокабынам”. Медведица отвечает: “Вот я вам, всемаловам”. Мишки отбегают и вновь пропевают свою просьбу в высоком регистре, медведица грозит им лапой и отвечает в низком регистре: “Вот я вам, вот я вам!”

В занятия по воспитанию дыхания, голоса и артикуляции включается пение и произношение междометий, которые экспрессивно окрашены, выражают эмоции, волевые побуждения человека - радость, боль, гнев, страх: “А! О! Ах! Ох! Ух! Ой! Ай-ай-ай!” и т.д.

Затем междометия включаются в стихи, которые подбираются таким образом, чтобы окраска звука в них была разной: минорной или мажорной, с соответствующей музыкой. Полезны распевания на материале артикуляторной гимнастики с одновременным развитием мелкой моторики.

Артикуляционная гимнастика

Упражнения для нижней челюсти:

1. Широко раскрыть рот и подержать его раскрытым - несколько секунд.
2. Жевательные движения с сомкнутыми губами.
3. Лёгкое постукивание зубами – губы разомкнуты.
4. «Заборчик» - верхняя челюсть стоит на нижней, губы в улыбке.

Упражнения для губ:

1. «Улыбка» - растягивание разомкнутых губ, зубы сжаты.
2. «Трубочка» («хоботок»)- вытягивание губ вперёд.
3. Чередование «Улыбки» и «Трубочки»
4. Втягивание губ внутрь рта с плотным прижиманием их к зубам.
5. Вытягивание нижней губы под верхнюю губу.

Упражнения для языка:

(Рот широко раскрыт, нижняя челюсть неподвижна)

1. «Болтушка» - движения языком вперёд-назад.
2. «Часики» - вправо-влево.
3. «Качели» - вверх-вниз.
4. Круговые движения языком.
5. «Лошадки» - цоканье – щёлканье языком.
6. «Лопатка» - широкий, мягкий , расслабленный язык лежит на нижней губе.
7. «Иголочка» - узкий, напряжённый язык высунут вперёд.
8. «Желобок» - высунуть широкий язык, боковые края загнуть вверх, втянуть в себя щёки и воздух.
9. «Накажем непослушный язык» - а) покусывание кончика широкого языка «Лопатка» губы при этом в улыбке.
б) пошлёпывание широкого расслабленного языка «Лопатка» расслабленными губами.

Упражнения для развития мимических движений

1. Надуть щёки
2. Вытянуть щёки «У» и «О»
3. Улыбнуться «И»
4. Поднять брови «Ой» (удивиться)
5. Плотно закрыть глаза.
6. Произношение и пение междометий с экспрессивной окраской, выражающие эмоции, волевые побуждения человека - радость, боль, гнев, страх, удивление и др.: «А! О! Ах! Ох! Ух! Ой! Ай- ай- ай!»

Дыхательно – голосовые упражнения

1. Глубокий вдох через нос – продолжительный выдох через рот.
2. «Заморозим подбородок» - втянуть нижнюю губу под верхнюю и длительно подуть холодным воздухом вниз по подбородку, на одном выдохе.
3. «Заморозим ладошки» - растянуть сомкнутые губы, тыльную сторону ладони подставить под подбородок, длительно дуть на одном выдохе по подбородку на тыльную сторону ладони.
4. Повторить упр. 2, 3 с дополнением: шёпотом произносить слог *фа* на одном усиленном выдохе.
5. «Погреем ладошки» - руки согнуты в локтях, ладони впереди на расстоянии 15-20 см ото рта, дуть тёплым воздухом на ладони.
6. Упражнение 5 с дополнением: шёпотом на одном усиленном выдохе произносить слог *ха*.
7. Длительное произнесение на одном выдохе гласных звуков сначала тихим, затем громким голосом: А(Э), У(О), Ы, И.
8. Произнесение на одном выдохе сочетаний из 2, затем 3 гласных звуков:
 - а) АУ, УА, АО, ОА, АИ, ИА, УИ, ИУ.
 - б) АУИ, АИУ, УАИ, УИА, АОИ, АИО, ОАИ, ОИА...
9. Произнесение на одном выдохе одинаковых слогов:
 - а) фа-фа, ха-ха...
 - б) фа-фа-фа, ха-ха-ха...
 - в) фа-фа-фа-фа-фа, ха-ха-ха-ха-ха.
10. Произнесение на одном выдохе слогов с разными гласными:
 - а) Ха-хо-хи;
Хо-хи-ха;
Хи-ха-хо;
 - б) Фа-фо-фу-фы;
Фо-фу-фы-фа;
Фу-фы-фа-фо;
Фы-фа-фа-фу;
10. «Петух и куры» Встать прямо, отвести руки в стороны – вдох, хлопнуть ими по бёдрам – выдох. Выдыхая, произносить «ку-ка-ре-ку, куд-ку-дах, куд-кудах». Повторить 3-4 раза.

11. «Трубач» Сжать кисти рук, составить их в трубочку, приставить трубочку к губам и медленно выдыхая, громко произносить: «п-ф-ф-ф» 3-5 раз.
12. «Часы» Встать прямо, руки опустить, ноги слегка расставить. Размахивая прямыми руками назад и вперед, (вдох – выдох), произносить: «тик-так» 8-12 раз.
13. «Стань большим» Выдыхая произносить у-х-х-х
14. «Муха» Увидеть муху, сидящую на правом колене, всмотреться в нее, поймать ее, почувствовать в кулаке, поднести кулак к уху. Слушать, как звенит муха. Петь на выдохе, подражая мухе: “3-3-3”. Выпустить муху, раскрыть ладонь. Проследить глазами ее полет, вдохнуть вновь. Одновременно на ударные слоги соединить на обеих руках второй, третий, четвертый, пятый пальцы поочередно с первым пальцем руки. На слова “в обморок упали” расслабить кисти рук, уронить их:

На паркете в восемь пар мухи танцевали,
Увидели паука - в обморок упали.

Петь эту же песенку на слогах “зум”, “зу” И одновременно дирижировать кистью руки. Кисть должна быть гибкой, четко указывать акценты в музыке.

15. Упражнение “Тополиный пух”

Начало лею. Жаркий день. Вокруг лежит тополиный "ух. Увидеть "ух, всмотреться в него, присесть, собрать немного пуха мягкими подгребающими движениями пальцев рук. Легкими движениями пальцев перебрасывать пух с руки на руку, дуть на него, снова ловить и проговаривать стихотворение, дирижируя рукой:

Летом снег!
Просто смех!
Снег по городу летает,
Почему же он не *тает*?

Упражнение “Ай-я, жу-жу”

Ай-я, жу-жу, медвежонок, ай-я, жу-жу,
Ты не плачь, не плачь спросонок, жу-жу (2 раза).
Дремлют сосны, дремлют ели, ай-я, жу-жу,
Малыши легли в постели, жу-жу (2 раза).
Скоро спать все звезды лягут, ай-я, жу-жу.
Принесет нам ягод мама, жу-жу (2 раза).
Принесет нам меду папа, ай-я, жу- жу,
Спи, малыш мой косолапый, жу-жу (2 раза).

3. Упражнения и игры для развития и совершенствования ручной моторики

Упражнения на развитие и совершенствование статической координации движений.

“**Деревья**” - поднять обе руки ладонями к себе, широко расставить пальцы (локти опираются на стол).

“**Стол**” - правую руку сжать в кулак, на нее сверху положить горизонтально левую руку.

“**Гнездо**” - пальцы обеих рук слегка согнуть и приложить одни к другим, большие пальцы убрать внутрь ладоней.

“**Дом**”, “**Крыша**”, “**Башня**” - держа пальцы вверх, соединить кончики пальцев левой и правой руки.

“**Магазин**” - руки в том же положении, что и в предыдущем упражнении, только указательные пальцы расположить в горизонтальном положении перед “крышей”.

“**Коза**” - вытянуть указательный палец и мизинец, остальные пальцы прижать к ладони. Сначала упражнение выполнять правой, затем левой рукой, потом обеими руками вместе.

“**Кошка**” - пальцы в том же положении, что и в предыдущем упражнении, только указательный палец и мизинец слегка согнуты.

“**Очки**” - образовать два кружка из указательного и большого пальцев обеих рук, соединить их.

“**Зайчик**” - вытянуть вверх указательный и средний пальцы, а кончики безымянного и мизинцев соединить с кончиком большого пальца. Упражнение выполнять сначала правой, потом левой рукой, затем обеими руками.

Упражнения на развитие и совершенствование динамической координации движений.

“**Звонок**” - на столе перед детьми настольный звонок - кнопка или ее рисунок. Дети сначала выборочно любым пальцем нажимают кнопку. Затем последовательно от большого пальца к мизинцу, слева направо и наоборот.

“**Пальчики здороваются**” - кончики пальцев одной руки прикасаются к кончикам пальцев другой.

“**Оса**” - выпрямить указательный палец правой руки и вращать им в разных направлениях. Затем поменять руку.

“**Человечек**” - указательный и средний пальцы бегают по столу.

“**Птички летят**” - пальцами обеих рук, поднятых над столом тыльной стороной кверху, производить движения “вверх-вниз” – птички летят, машут крыльями.

“**Игра на пианино**” - имитация игры на пианино. Можно имитировать игру на других музыкальных инструментах (“Веселый оркестр”).

“**Катаем лодочку**” - пальцы обеих рук сложены вместе, плавные движения кистей рук в горизонтальном положении.

“Курочка пьет воду” - локти опираются на стол, пальцы сложены в виде клюва, ритмичные наклоны рук вперед с подключением кистевого замаха.

“Веселые маляры” - движения “кистью” влево - вправо, вверх-вниз.

“Погладим котенка” - плавные движения рукой, имитирующие поглаживание.

Упражнения на ритмическую организацию движений, переключаемость. Они способствуют совершенствованию слухозрительных анализаторов. Данные упражнения дети выполняют по образцу (схеме), слуховому восприятию, после показа.

“Ладонь – кулак”- кисть руки спускается на стол ладонью вниз, затем сжимается в кулак.

“Ладонь - кулак - ребро” - кисть руки спускается на стол ладонью вниз, затем сжимается в кулак, потом разжимается и ставится ребром.

“Оса - кольцо”, “Зайчик - кольцо” - переходы из одной статической позы в другую.

“Отстукивание” - карандашом, ручкой, деревянной палочкой воспроизводится определенный ритмический рисунок, образец которого дает учитель. Упражнения выполняются сначала одной рукой, потом другой, затем обеими руками вместе.

“Азбука Морзе” - образец дается на доске из черточек (/) и точек (·) , где // - “медленные” (с паузой), (··) - быстрые постукивания.

Упражнения с предметами.

“Мозаика” - выкладывание рисунков из разных геометрических фигур по образцу, словесной инструкции, самостоятельно, по памяти. Рисунки могут быть одноцветными, разноцветными.

“Работа с бусами” - учитель раскладывает бусины разного размера формы, цвета. Детям предлагается, например, составить бусы, где чередуются бусинки большие и маленькие, круглые и овальные, разные по цвету. При выполнении этих заданий важно продеть нитку в отверстие бусинки, удержать в памяти инструкцию, чередования по цвету, форме, величине.

Упражнения “Шнуровка”, “Застегивание и расстегивание пуговиц”, “Перебор крупы”, “Составление контуров предметов из палочек: по образцу, по памяти, словесной инструкции”.

Игры для развития тонкой моторики и координации движений.

“Трудные виражи”. Для игры нужно нарисовать дорожки разной формы, в одном конце машина, в другом - дом. Затем сказать ребенку: “Ты водитель и тебе надо провести свою машину к дому. Дорога, по которой ты поедешь, непростая. Поэтому будь внимательным и осторожным”. Ребенок должен карандашом, не отрывая руки, “проехать” по изгибам предложенных дорожек.

“Съедобное и несъедобное”. (Эта игра с мячом широко известна и не требует подробного описания).

“Зеркало”. Ребенку предлагается быть зеркалом и “отражать” Все движения взрослого. Роль ведущего может быть передана ребенку, который сам придумывает движения.

“Тир”. Попадание в цель мячом, кольцами, стрелами.

Развитию общей моторики способствуют и спортивные игры, физические упражнения, занятия танцами, ритмикой.

4. Упражнения и игры, регулирующие мышечный тонус

Эти упражнения позволяют занимающимся детям овладеть своими мышцами, научиться управлять своими движениями. В содержание этого раздела входит усвоение понятий “сильно”, “слабо” как понятий относительно большей или меньшей силы мускульного напряжения. Дошкольники и младшие школьники знакомятся с громким и тихим звучанием музыкального инструмента сначала в положении стоя или сидя около него и выполняют мягкие движения флажками вниз – на тихое звучание и более сильные взмахи флажками над собой - при громком звучании. Вместо флажков можно использовать барабан, бубен, обруч, ленту. Затем упражнение усложняется. Дети выполняют задания с предметами в процессе ходьбы, бега, подскоков. Например, при сильном звучании инструмента дети идут по кругу, размахивая флажками, при тихом - останавливаются, прячут их за спину. Различное звучание можно обозначить и шагами: на громкое звучание дети идут на полных ступнях, на тихое - на носках. Наконец, предлагается одно звучание для ног, другое - для рук, связанное со сменой силы звучания. Даются упражнения с разными построениями. Это приучает детей работать в коллективе.

Упражнения

1. Дети сидят по кругу на полу по-турецки. На громкую музыку ударяют ладонями рук об пол, на тихую музыку делают легкие хлопки перед собой.
2. Дети стоят в кругу с бубнами в левой руке, на громкую музыку - ударяют по бубну правой рукой, на тихую музыку - берут бубен в правую руку и легко им встряхивают.
3. На громкую музыку дети идут по кругу, на тихую - двигаются вокруг себя на носках, на громкую музыку - идут по кругу, размахивая флажками, на тихую - останавливаются и опускаются на одно колено и т.д.
4. На громкую музыку дети парами идут по кругу, на тихую - пары разделяются и идут по одному друг за другом. При возобновлении громкой музыки опять сходятся парами.
5. Детей делят на группы по 3-4 человека. Они расходятся по своим домам (углы зала). У каждого есть палка, изображающая лошадь. На громкую музыку дети скачут на лошадях друг за другом по кругу, на тихую музыку – идут в свои дома. С возобновлением громкой музыки - опять скачут по кругу.

Для старших дошкольников, подростков и взрослых характер упражнений усложняется по форме построения (поочередные и групповые вступления при смене силы звучания).

1. Построиться тройками и на громкое звучание идти по кругу, на тихое - останавливаться. Средние из троек проходят на носках через все ворота, образованные руками крайних. С возобновлением громкого звучания все опять идут тройками по кругу.

2. Построиться в два круга: внешний (4-5 человек) и внутренний (7-8 человек) (во внутреннем большее число). Внешнему кругу дается большой резиновый или волейбольный мяч, а внутреннему - малый резиновый мяч. На громкую музыку внешний круг перебрасывает свой большой мяч. На тихое звучание музыки малый мяч передают по внутреннему кругу, а внешние в это время прекращают переброску. На остановку в звучании музыки занимающиеся меняются местами.
3. Все стоят в кругу. Рассчитаться на "первый-второй". На громкое звучание музыки, взявшись за руки, занимающиеся идут по кругу, на тихое звучание музыки вторые номера входят в середину, образуя внутренний круг. Оба круга идут на носках в разных направлениях. На громкое звучание музыки внутренний круг входит обратно во внешний, образуя большой круг.
4. Все стоят в две шеренги, на расстоянии 6-7 шагов друг против друга, раздвинув ноги на ширину плеч. У каждого в правой руке обруч, за который одновременно держится левой рукой сосед справа. Образуется неразрывная цепь людей с обручами в руках. На тихое звучание музыки шеренги качаются вправо, затем - влево, перенося тяжесть тела с одной ноги на другую. С переходом на громкое звучание музыки занимающиеся перебрасывают обручи с одной шеренги в другую по воздуху, причем каждый бросает тот обруч, за который он держался правой рукой. На тихое звучание музыки возобновляется покачивание.
5. Все слушают музыку с контрастными по силе звучания частями. После прослушивания занимающиеся дирижируют, делая руками сильные взмахи при громком звучании музыки и слабые - при тихом.

Общеразвивающие упражнения, помимо всестороннего воздействия на организм, развивают мышцы спины, живота, плечевого пояса, ног, рук. Эти упражнения многообразны. По характеру выполнения их можно разделить на упражнения с предметами (флажки, мячи, ленты и пр.) и без предметов. В упражнениях с предметами развиваются сила движений, ловкость, четкость, быстрота реакции, глазомер. Особое внимание следует уделить упражнениям с мячами. Используются мячи всех размеров: большие (при отталкивании подвешенного мяча), средние (при перекатывании и ловле), малые (при выполнении бросков, передаче по ряду и переносе). В этих движениях чередуется напряжение и расслабление, снимается излишнее напряжение с мышц, когда упражнение уже усвоено на уровне двигательного навыка.

Коррекционные упражнения применяются для укрепления мышц стоп и туловища, для развития равновесия, формирования правильной осанки. Упражнения по подтягиванию на руках, лежа на животе, на гимнастической скамейке и наклонной доске; лазанье по гимнастической стенке; перелезание через скамейки; пролезание между рейками лестничной пирамиды или вышки укрепляют мышцы спины и плечевого пояса, исправляют осанку. Чувство равновесия развивается при ходьбе, беге, прыжках, метании и в ходе других упражнений. К ним относятся упражнения на уменьшенной площади опоры (дорожке из канатов, доске); опору можно изменять по высоте (наклонная доска,

скамейка), по подвижности (мостик - качалка), по расположению в пространстве (горизонтальная или наклонная доска или скамейка). Эти упражнения выполняются под спокойную, умеренную музыку с выраженными акцентами, указывающими на начало и окончание движения. В качестве специальных средств тренировки равновесия используется следующее: кружение на месте переступанием, с последующим приседанием по звуковому сигналу, а также остановка во время ходьбы и бега по звуковому сигналу, подпрыгивание на месте с поворотами, перешагивание через предметы (кубики, палки, рейки, канат).

Упражнения и игры. Вращение кистями рук вверх (3-5 сек.) - напрягая мышцы рук и верхнего плечевого пояса, с последующим опусканием рук вниз - расслабление. Повторить 2-3 раза.

Кружение на месте, руки на поясе (4-6 поворотов). Притопывания ногами, руки за спиной - мышцы напряжены (5-8 сек.), руки опущены, исходное положение - основная стойка, мышцы расслаблены.

Топтание на канате, стоя поперек него (15-20 сек.) - ноги напряжены, соскок с каната на пол - расслабление.

Прыжки обеими ногами на месте, в 8 и 16 тактах на вторую четверть хлопок руками над головой.

Стоя в кругу, свободно покачивая руками вперед и назад (8 тактов). Покачивание правой ногой - руки в стороны (4 такта), левой ногой - руки в стороны (4 такта).

Игра с водой. (Старинная французская мелодия.)

Дети, опустившись на колени и сидя на пятках, располагаются свободно лицом в одном направлении, руки лежат на коленях, (Тренированные дети могут делать упражнение лежа на животе ("как рыбки"). 1-2 такты: дети отводят плавно руки назад, сводя лопатки и слегка откидываясь туловищем назад. 3-4 такты: дети приводят руки в исходное положение, как бы захватывая воду кистями рук. 5-8 такты: повторение движений. 9-12 такты: дети кистями рук, поочередно правой и левой, бьют по воображаемой воде, так, чтобы брызги летели во все стороны. 13-16 такты: движение рук назад и вперед, как в начале упражнения.

Галоп и высокий бег. (Музыка Д. Кабалевского.)

Дети делятся на подгруппы. Такты 1-8: дети легко и стремительно движутся галопом. Такты 9-16: дети движутся высоким бегом, немного откинув туловище назад и высоко поднимая ноги в коленях. Шаг равен одной четверти. Такты 17-24: снова стремительный галоп. С последним аккордом - четкая остановка прыжком с одной ноги на две. Характер движений должен отразить динамичность и легкость музыкального звучания.

Бабочки. 1-3 такта: прилетает бабочка - дети движениями изображают бабочку: описывают круг руками снизу вверх, соединяя вверху ладони тыльной стороной (1 такт), затем описывают руками круг сверху вниз (2 такт) и плавно вытягивают вперед руки ладонями вверх (3 такт) - это бабочка показывает свои усики. 4-6 такты: прилетает вторая бабочка (повторяются движения 1-3 тактов). 7-12 такты: прилетают третья и четвертая бабочки (повторяются движения 1-3 тактов). 13-14 такты: руки постепенно поднимаются, кисти рук колышутся: бабочки поднимают крылышки.

15 такт: руки плавно опускаются. 16-18 такты: повторяются движения

13-15 тактов. 19 такт: руки плавно поднимаются, кисти слегка отстают.

20 такт: руки плавно опускаются. 21-22 такты: повторяются движения 19-20

тактов. 23-26 такты: дети поднимают и опускают руки, затем разбегаются в

разные стороны - бабочки разлетаются. Музыка повторяется, дети тоже

повторяют движения, стоя в рассыпную. На 23-26 такты дети кружатся.

Музыка заканчивается, дети приседают - бабочки покружились и сели на цветок.

Пружинки (для старшей группы). (Русская народная мелодия “Посеяли девки лен”. Автор упражнения - С. Руднева.)

Исходное положение: руки на поясе. Такты 1-4 (пианино; на “раз” и на “два” каждого такта дети исполняют небольшое полуприседание, на “и” выпрямляют колени. Между движением вниз и вверх остановок не делают. Движение легкое, пружинистое, плясового характера. Такты 5-8 (форте). Дети легко подпрыгивают на месте на двух ногах (по два прыжка на такт). При приземлении колени слегка сгибаются. Упражнение прививает детям навыки правильного исполнения бега, прыжков, подскоков, плясовых движений (навыки пружинящего движения).

При показе и исполнении упражнения педагог обращает внимание детей на легкий, плясовой характер музыки и движения, увеличение силы движения с усилением звучания музыки.

Легкие и тяжелые руки. (Венгерская народная мелодия.)

Дети стоят в колоннах. Исходное положение: основная стойка, руки за спиной.

Первая часть музыки и ее повторение: такты 1-2: плавный подъем рук вперед до уровня плеч и опускание рук вниз и за спину. Такты 3-4, 5--:6, 7-8: повторение движений 1-2 тактов. Вторая часть музыки и ее повторение: такты 9-12: сильное качание рук вперед и назад до уровня плеч.

Колени слегка пружинят, руки сжимаются в кулаки. Такты 13-16: плавный подъем рук и опускание вниз и за спину, как в первой части музыки. Усилению и ослаблению музыкального звучания соответствует усиление и ослабление мышечного напряжения.

Этим упражнением воспитывается умение менять мышечный тонус.

Качание рук и мельница.

Дети стоят, свободно расположившись по всей комнате так, чтобы не задевать друг друга при движении рук. И.П. - руки подняты в стороны. Такты 1-8: дети

качают руками перед корпусом, на нечетных тактах скрещивая их перед грудью, на четных - взмахивая в стороны. Такты 9-16: “мельница” - на каждый такт дети взмахом описывают руками большие круги: Вперед - вверх и назад - вниз.

Упражнение совершенствует навыки махового движения. Внимание детей направляется на различный ритм первой и второй частей мелодии.

(Автор упражнения - С. Руднева. Музыка Т. Ломовой “Мельница”.)

Дополнительно к задачам 1 варианта: учить детей постепенно увеличивать силу и размах движения с усилением звучания музыки.

Расположение детей то же. Такты 1-8: дети легко раскачивают руками: на нечетные такты - вперед, на четные - назад. Такты 9-12: исполняют круговые взмахи вперед - вверх при легком пружинящем сгибании колен. Такты 13-15: с каждым взмахом дети усиливают движение, одновременно пружинящим движением приподнимаясь на носки. После последнего взмаха вперед вверх на “раз” 16-ого такта) медленно и плавно опускают руки в стороны и вниз.

Игры, регулирующие мышечный тонус

Игра с водой.

Дети сидят на полу, будто бы на берегу реки, руки опущены, играют водой: плавно разводят руки в стороны и назад, сближая лопатки и несколько отклоняя корпус назад, затем возвращаются в исходное положение, будто захватывая воду кистями рук.

Кистями рук легко бьют по воде. Темп плавных движений устанавливают сами дети. Педагог напоминает им, как приятно летом играть теплой водой, как она блестит на солнце, активизируя тем самым воображение детей и помогая им снять напряжение. Движения должны быть выразительными и искренними.

Ветерок и ветер.

Дети свободно располагаются по всей комнате, лица повернуты в одну сторону так, чтобы поднятые в стороны руки не касались соседей.

1) “Ветерок слабо колышет ветви деревьев (кустов)” - дети переводят перед собой обе руки то вправо, то влево, постепенно поднимая их вперед и вверх. Движения плавные.

2) То же самое, но с поднятыми вверх руками.

3) “Поднялся ветер” - дети сильно бросают руки то вправо, то влево.

4) “Ветер улегся” - дети повторяют движения № 1, шаг опуская руки вниз.

Упражнение на снятие напряжения в плечах, локтях, кисти и пальцах: “Листочки-пальчики должны слегка шевелиться на ветру”.

Веселые ножки

Дети сидят на стульях, упершись руками в бедра, локти в стороны и выставляют правую ногу на пятку, сильно согнув ее в подъеме: носок смотрит вверх, пальцы свободны; затем выпрямляют подъем, касаются пола концами пальцев и

приставляют ногу к другой ноге; то же левой ногой; то же обеими ногами вместе.

Упражнение на раскрепощение голеностопного сустава.

Рисуем на песке

Дети свободно размещаются в зале, садятся на пол со скрещенными ногами, руки свободно опущены вниз. Концами пальцев правой и левой руки дети рисуют на песке (над полом): длинную прямую линию. Плавно отводят правую руку вправо, затем приводят руку в исходное положение; то же левой рукой в левую сторону; правой рукой, отведя ее вправо и назад, рисуют закругленную линию, стараясь провести ее как можно дальше назад, корпус головы поворачивают вправо, глаза следят за движением руки; то же движение в обратном направлении; то же движение исполняется левой рукой в левую сторону; дети рисуют перед собой любые мелкие узоры по своему выбору. По окончании руки свободно висят внизу.

Олени

Представим себе, что мы - олени (поднимаем над головой скрещенные руки с широко расставленными пальцами) - вот такие рога у оленя!

И вы поднимите так руки! Напрягите руки! (показывает напряжение, с силой раздвигая пальцы)

Руки стали твердыми, как рога у оленя.

Нам трудно так держать руки.

Напряжение неприятно. Быстро опустите руки.

Уроните на колени (руки уже не скрещивают). Расслабились руки.

Отдыхают, слушайте и делайте как я.

Посмотрите, мы - олени, рвется ветер нам навстречу

Ветер стих - расправим плечи

Руки снова на колени, а теперь

Немного лени...

Руки не напряжены и расслаблены...

Педагог легким движением пальцев проводит по руке каждого ребенка от плеча до кончиков пальцев:

Знайте, девочки и мальчики, отдыхают ваши пальчики!

Дышитесь легко, ровно, глубоко...

Расслабление мышц ног

Руки не напряжены и расслаблены

Наши руки так стараются, пусть и ноги расслабляются...

Пружинки

Представьте, что мы поставили ноги на пружинки. Эти пружинки выскакивают из пола и отталкивают носки наших ног так, что стопы отрываются от пола и поднимаются кверху,

а пятки продолжают упираться в пол (показывает движение)
Снова прижмем стопы к полу! Крепче! Сильнее! Ох, как тяжело! Ноги напряжены, перестали нажимать на пружинки. Ноги расслабились! Как приятно! Отдыхаем! Слушайте и делайте как я:
Что за странные пружинки упрутся в ботинки? (выполняют движения)
Ты носочки опускай, на пружинки нажимай
Крепче, крепче нажимай, нет пружинок - отдыхай
(выполняют движения)
Руки не напряжены, ноги не напряжены
И расслаблены...
Знайте, девочки и мальчики, отдыхают ваши пальчики!
Дышится легко, ровно, глубоко...

Загораем

Представьте себе, что ваши ноги загорают (показываю) Ноги поднимаем, держим... держим. Ноги напряглись, теперь опустим ноги. Повторим упражнение.
Напряженные наши ноги стали твердыми, каменные. А потом наши ноги устали и отдыхают, расслабились. Как хорошо, приятно стало, ноги не напряжены. Слушайте и делайте, как я.
Мы прекрасно загораем, выше ноги поднимаем
Держим... держим... напрягаем... загорели... опускаем!
Ноги не напряжены и расслаблены!

Штанга

Будем заниматься спортом. Встаньте! Представим себе, что поднимаем тяжелую штангу.
Наклонитесь, возьмите ее. Сожмите кулаки. Медленно поднимите руки. Они напряжены.
Тяжело! Поддержали штангу... Устали руки и бросили штангу) руки резко опускаются и свободно повисают вдоль туловища. Руки расслабились, не напряжены, отдыхают. Легко дышится.
Мы готовимся к рекорду, будем заниматься спортом (наклониться вперед)
Штангу с пола поднимаем... (распрямились)
Крепко держим и бросаем!
Наши мышцы не устали и еще послушней стали
Нам становится понятно, расслабление приятно!

Кораблик

Представьте себе, что мы на корабле и нас качает. Чтобы не упасть, расставьте ноги пошире и прижмите их к полу. Руки сцепите за спиной. Качнуло палубу - прижмем к полу правую ногу. Выпрямились. Расслабились. Качнуло в другую сторону - прижмем левую ногу. Выпрямились.

Стало палубу качать, ногу к палубе прижать
Крепче ногу прижимаем, а другую расслабляем!
(то же с левой)

Снова руки на колени, а теперь немного лени... Напряженье улетело - и расслаблено все тело... Наши мышцы не устали и еще послушней стали
Дышится легко... ровно... глубоко.

Животик

Руки на коленях, делаем шарик из животика, а теперь -
Напряженье улетело, и расслаблено все тело.

Шарик

Представим, что мы надуваем воздушный шарик. Положите руку на живот, надуваем живот так, будто это большой воздушный шар. Тогда мышцы живота напрягаются. Это сильное напряжение, неприятно! Не станем надувать большой шар. Надуем живот спокойно, как будто у нас маленький шарик.

Вот как шарик надуваем, а рукою проверяем...

Шарик лопнул - выдыхаем... наши мышцы расслабляем!

Дышится легко... ровно... глубоко.

Любопытная Варвара

Поверните голову налево, постарайтесь повернуть ее так, чтобы увидеть как можно дальше. Сейчас мышцы шеи напряжены! Потрогайте шею справа!

Ощутите напряжение мышц. Посмотрите прямо. Мышцы шеи расслаблены.

Теперь поверните голову вправо.

Еще больше!

Любопытная Варвара смотрит влево, смотрит вправо...

А потом опять вперед - тут немного отдохнет.

Шея не напряжена, и расслаблена...

Теперь поднимите голову вверх. Посмотрите на потолок. Больше откиньте голову назад!

Как напряглась шея, неприятно! Дышать трудно! Выпрямились. Легко стало, свободно дышится.

А Варвара смотрит вверх, выше всех, все дальше вверх!

Возвращается обратно - расслабление приятно!

Шея не напряжена и расслаблена...

А сейчас медленно опустите вниз. Напрягаются мышцы сзади. Стали твердые, выпрямитесь, шея расслаблена. Приятно! Хорошо дышится!

А теперь посмотрите вниз - мышцы шеи напряглись.

Возвращается обратно - расслабление приятно Шея не напряжена и расслаблена.

Хоботок

Вытяните губы « хоботком», напряглись губы. А теперь они стали мягкими, ненапряженными.

Подражаю я слону, губы «хоботком» тяну
А теперь их отпускаю и на место возвращаю
Губы не напряжены и расслаблены.

Лягушка

Внимательно смотрите, как я буду делать это упражнение (показываю движение губ), соответствующее артикуляции звука И, обращаю внимание на напряжение и расслабление губ)
Вот понравится лягушкам, тянем губы прямо к ушкам.
Потяну-перестану, и нисколько не устану.
Губы не напряжены и расслаблены!

Орешек

Расслабление речевого аппарата.
А теперь представьте, что вы разгрызаете орешек твердый. Крепко сожмите зубы, вот так (показывает). Челюсти напряглись, стали как каменные. Это неприятно. Разожмите челюсти - легко стало, рот приоткрылся, все расслаблено.
Зубы крепче мы сожжем, а потом их разожжем
Губы чуть приоткрываются... все чудесно... расслабляется

Волшебный сон

Ребята, оставайтесь в позе покоя. Сейчас, когда я буду читать стихи, вы закроете глаза.
Начинается новая игра «Волшебный сон». Вы не заснете по-настоящему, будете все слышать, но вы не будете двигаться, и открывать глаза, пока я вам не разрешу.
Внимательно слушайте и повторяйте за мной мои слова про себя. Шептать не надо.
Спокойно отдыхайте, закрыв глаза. «Волшебный сон» закончится тогда, когда я громко скажу: «Открыть глаза!»
Внимание... наступает «Волшебный сон»...
Реснички опускаются... глазки закрываются...
Мы спокойно отдыхаем... сном волшебным засыпаем...
Дышится легко... ровно... глубоко...
Наши руки отдыхают... ноги тоже отдыхают... отдыхают... засыпают...
Шея не напряжена... и расслаблена
Губы чуть приоткрываются... все чудесно расслабляется
Дышится легко, ровно, глубоко
Длительная пауза
Мы спокойно отдыхали, сном волшебным засыпали...
Громче, энергичнее
Хорошо нам отдыхать, но пора уже вставать!
Крепче кулачки сжимаем, их повыше поднимаем
Потянуться! Улыбнуться! Всем открыть глаза.

Сердитый язычок

Показать, как кончик языка упирается в верхние зубы. Объяснить, что язык при этом напрягается, что это напряжение неприятно.
Опустили язык. Он расслабился, как будто спит.
С языком случилось что-то, он толкает зубы!
Будто хочет их за что-то вытолкнуть за зубы!
Он на место возвращается и чудесно расслабляется!

Горка

Показать, как, удерживая кончик языка за нижними зубами, выгнуть спинку языка высокой горкой. Долго удерживать это напряжение неприятно.
Спинка языка сейчас станет горочкой у нас
Я растаять ей велю - напряженья не люблю
Язык на место возвращается и чудесно расслабляется.

Волшебный сон - 2

Наши руки отдыхают, ноги тоже отдыхают
Отдыхают, засыпают-2 раза
Напряженье улетело... и расслаблено все тело...
Губы не напряжены... приоткрыты и теплы - 2 раза
И послушный наш язык быть расслабленным привык.
Дышится легко, ровно, глубоко.

Правильная речь

Мы спокойны всегда. Говорим всегда красиво!
Смело и неторопливо!
Вспоминаем обязательно, что учили на занятиях,
Каждый день - всегда, везде, на занятиях. В игре.
Громко, четко говорим, никогда мы не спешим!
(после длительной паузы, более тихим голосом)
Хорошо нам отдыхать, но пора уже вставать!
(голос звучит громко)
Веселы, бодры мы снова и к занятиям готовы!

Солнышко

Напряженье улетело и расслаблено все тело
Будто мы лежим на травке, на зеленой мягкой травке
Греет солнышко сейчас.. .руки теплые у нас
Жарче солнышко сейчас... ноги теплые у нас
Дышится легко... ровно... глубоко...
Солнышко на нас глядит, просыпайтесь, говорит
Дети просыпаются, открывают глаза, потягиваются, встают на ноги.
Тяги, тяги, потягушеньки, на деток порастушеньки
Растите, деточки, здоровыми, как наша яблонька садовая!

5. Упражнения и игры, активизирующие внимание

Упражнения

Эти упражнения воспитывают быструю и точную реакцию на зрительные и слуховые раздражители, развивают все виды памяти: зрительную, слуховую, моторную. Занимающиеся учатся сосредотачиваться и проявляют волевые усилия. Организуя двигательную сферу, педагог формирует у занимающихся готовность действовать определенным образом в определенном направлении. Воспитание такой готовности способствует устойчивости внимания; формирует умение воспроизводить заданный ряд последовательных действий, способность переключаться с одного движения на другое, удерживать в памяти последовательный ряд движений.

Воспитывать внимание помогают слово, музыка, жест. Особенно широко используется музыка. Смена музыкальных отрывков, темпов, ритмов, контрастность регистров, характер и сила звука, форма музыкального произведения позволяют регулировать смену движений, составляющих упражнение, и привлекают внимание занимающихся к изменению музыки, а значит, - и движению.

На занятии проводится обычно одно - два упражнения на активизацию внимания. Педагог продумывает, следует ли выбрать подвижное задание, связанное с бегом или маршировкой, или задание статического характера. Этот выбор зависит от психомоторного напряжения предыдущего и последующего упражнений по схеме занятия.

Упражнение на переключаемость движений

Дети становятся в две шеренги друг против друга и одновременно под музыку Д. Кабалевского “Клоуны” на начало каждого такта исполняют два противоположных движения. Одна шеренга приседает и выпрямляется с подъемом на носки, другая, наоборот, выпрямляется с подъемом на носки и приседает.

Упражнение на устойчивость внимания (импровизация). Дети идут цепочкой в разных направлениях. На неожиданный акцент в музыке, ведущий цепочки опускается на одно колено. Остальные продолжают движение. На следующий акцент идущий впереди встает на одно колено. Так продолжается до тех пор, пока все дети не опустятся на одно колено. На следующий акцент первый встает и ходит между детьми, постепенно (на акценты в музыке) собирая их в цепочку.

Упражнение на распределение внимания

Дети (взрослые) стоят по кругу и рассчитываются на первый, второй, третий. Первые идут под музыку Д. Кабалевского “Веселое путешествие” по кругу в

правую сторону, одновременно с ними вторые идут налево по кругу. В это же время третьи стоят на месте и хлопают в ладоши. Затем движения меняются: вторые идут направо, третьи налево, первые хлопают. И наконец, третьи идут направо, первые - налево, вторые хлопают. Перемена движений - после каждых 8 тактов ходить четвертями.

Упражнение с мячом

Дети стоят по кругу и рассчитываются по порядку номеров. Перекатывают без музыки мяч от соседа к соседу по номерам и запоминают, кому они катают мяч. Другой вариант: мяч перебрасывается по номерам: первый бросает второму, второй - вверх и перекатывает третьему, третий вверх и бросает мяч четвертому, четвертый - вверх и перекатывает мяч пятому, пятый - вверх, и все вертятся вокруг себя (10 тактов). Переброска начинается сначала. Можно несколько раз меняться местами.

Упражнение «Жуки»

Дети свободно стоят по всей площадке. По сигналу педагога бегут врассыпную: “Жуки летают”. Затем по сигналу останавливаются, быстро ложатся на спину и болтают в воздухе ногами и руками: “Жуки упали на спинки и не могут перевернуться”. По сигналу педагога быстро встают.

Упражнения на развитие слухового внимания. Эти упражнения помогают детям различать мажорное и минорное окончание музыки, слышать и передавать в движении короткие музыкальные фразы с затактовым построением; совершенствуют плавность движений. Чтобы дети различали мажорное и минорное окончание, педагог спрашивает их: “Трустно или весело окончилась музыка?” Позднее, чтобы проверить, действительно ли дети научились различать мажор и минор, следует менять последовательность частей. Например, дать прослушать два раза части с мажорным окончанием и последующей пляской или с минорным окончанием и колыбельной.

«Поспи и попляши» (Т. Ломовова “Игра с куклой”).

Дети стоят в кругу, в руках у одного ребенка кукла.

1 музыки. На затакте каждого такта ребенок плавным движением передает куклу своему соседу справа (слева), который принимает ее на первый счет следующего такта, и так до конца первой части музыки, которая заканчивается в миноре: кукла засыпает, ребенок держит ее на руках.

2 музыки. “Колыбельная”. Ребенок, последним получивший куклу, ходит внутри круга, укачивая ее. После окончания музыки он занимает свое место в кругу.

3 музыки. Дети передают спящую куклу дальше по кругу. Музыка оканчивается в мажорной тональности. Кукла просыпается, ребенок поворачивает ее вертикально.

4 музыки. “Плясовая”. Ребенок, последним получивший куклу, пляшет с нею внутри круга, остальные дети слегка хлопают в ладоши.

Повторяется громко четвертая часть музыки. Дети пляшут, а кукла “хлопает”.

Упражнение «Летний дождь» (Музыка С. Разоренова)

Кап, кап, кап, кап.	Ливень хлынул проливной
Кап, кап, кап, кап.	И повис над мокрым лесом,
Дождь пошел сначала редкий.	Словно пряжей водяной.
Капля -,две на весь лесок.	И поил он все травинки,
Кап, кап, кап, кап.	Огороды и сады.
А потом по каждой ветке - кап!	Не оставил ни пылинки -
На каждый лепесток.	Только лужицы воды;

Песня из оперы «Ваня и Маша»

Весело:		
Ручки как у вас лежат?	Мы тихонько все сидим,	
Ножки как у вас стоят?	Мы нисколько не шалим.	
Ну, разок, ну, другой,	Мы разок, мы другой	
Посмотрите за собой.	Посмотрели	за собой!

Игры на внимание

Упражнение данного раздела включается в каждое из логоритмических занятий и способствуют стимуляции внимания детей, формированию произвольности внимания, быстрых и точных реакций на зрительные и слуховые раздражители. Данные упражнения укрепляют такие виды памяти, как зрительная, слуховая и двигательная.

Учимся слышать звуки.

Нас окружает мир, полный разных удивительных звуков. Всё, что мы слышим и всё, что произносим – это звуки. А много ли звуков мы можем различить? Давайте посидим минуточку, очень тихо: кто какие звуки услышит?

Угадай по звуку

Сядьте ко мне спиной и не поворачивайтесь. Угадайте, чем я буду создавать звуки и шумы. (Можно бросать на пол разные предметы: ложку, мяч, кусок картона и т.п.; можно бумагу рвать, мять, потирать руки, расчёсывать волосы и др.)

Что за машина?

Угадай, что за машина проехала по улице: легковая, автобус или грузовик? В какую сторону?

Услышать шёпот

Отойди от меня на 5 шагов. Я буду шёпотом давать команды, а ты выполняй их. Отойди на 10, 15, 20 шагов. Ты меня слышишь?

Игра в команде

Сядьте в круг. Я буду обычным голосом давать команду сделать какое-нибудь движение, а затем шёпотом произносить имя того, кто должен его выполнять. Будьте очень внимательны.

Угадай, чей голосок

Я попробую звуками изобразить какой-то предмет: паровоз, машину, свистящий чайник, кошку, собаку и др. А ты, если отгадаешь – тебе водить.

Что это?

На магнитофонную кассету записаны звуки. Угадай, что именно.

- а) В доме
- б) Слушаем погоду
- в) Улица
- г) Магазин

Приятные звуки

Приятные звуки или нет? Музыка классическая, популярная, автомобильные гудки, звонок будильника, скрежет железа по стеклу, детский смех, кашель.

Что слышно?

Цель: Развитие слухового внимания

Оборудование: предметы, издающие знакомые детям звуки.

Описание. Ведущий предлагает детям послушать и запомнить то, что происходит за дверью или ширмой. Затем он просит рассказать, что они слышали. Побеждает тот, кто больше и точнее определит источники звука.

Слушай звуки!

Цель: Развитие произвольного внимания.

Оборудование: фортепиано или аудиозапись.

Каждый ребёнок выполняет движения в соответствии с услышанными звуками: низкий звук – становится в позу «плакучей ивы»; высокий звук – в позу «тополя»

Узнай по голосу – 1

Цель: развитие слухового внимания, формирования умения узнавать друг друга по голосу.

Описание. Стоя по кругу, дети выбирают водящего, который, находясь в центре круга с завязанными глазами, старается узнать детей по голосу. Угадав игрока по голосу, водящий меняется с ним местами.

Будь внимателен!

Цель: стимулировать внимание, развитие скорости реакции.

Описание. Каждый ребёнок должен выполнять движения, соответственно командам взрослого: «зайчики» - прыгать; «лошадки» - ударять копытцем; раки – пятиться; «птицы» - летать; «аист» - стоять на одной ноге.

Четыре стихии

Цель: развитие внимания, координации слухового и двигательного анализаторов.

Описание. Играющие сидят по кругу и выполняют движения в соответствии со словами: «земля» - руки вниз, «вода» - вытянуть руки вперёд, «воздух» - поднять руки вверх, «огонь» - произвести вращающиеся движения в суставах. Кто ошибается, тот проигрывает.

Слушай хлопки

Цель: развитие произвольного внимания.

Описание. Движущиеся по кругу дети принимают позы в зависимости

от команды ведущего: один хлопок – принять позу «аиста»; два хлопка – позу «лягушки»; три хлопка – возобновить ходьбу.

Кто быстрее найдет свою игрушку?

Дети оставляют свои игрушки на стульях и запоминают, кто где сидит. С началом музыки дети встают со стульев и свободно двигаются по залу, не наталкиваясь друг на друга. С окончанием музыки дети быстро возвращаются на свое место, быстро поднимая вверх свою игрушку. После этого каждый отвечает на вопрос, обращенный к ребенку: «Где киса?» Ответ: «Вот киса.»

Ходьба, бег, остановки в кругу

Педагог говорит, что надо внимательно слушать музыку, остановиться и поднять вверх платок тогда, когда музыка остановится. С началом музыки дети идут спокойным шагом вокруг стульев. Держат в руке платочек. С остановкой музыки каждый останавливается и поднимает вверх платочек. Педагог предлагает детям бежать под музыку, держа платочек над головой. С остановкой музыки тут же остановиться и спрятать платочек за спину.

Кто охотится за мышами

Педагог объясняет детям, что, пока гремит погремушка, дети -«Мышки» могут спокойно двигаться по дому. Как только ударит бубен, надо тут же присесть - «спрятаться», так как на охоту вышел «кот». Кто вовремя не присядет и не замрет, того «кот» поймает - т.е. ребенок выбывает из игры.

Найди свой домик

Дети разбиваются на пары. Становятся лицом друг к другу, берутся за руки и поднимают их вверх, образуя руками «крышу» дома. Хором за взрослым проговаривают слова: «Раз, два, три - на улицу беги!» Под музыку легко бегают по залу в одном направлении. На слова взрослого: «Раз, два, не зевай, быстро домик занимай!» дети наперегонки ищут свою пару и поднимают руки вверх. Чья пара быстрее построит «Крышу» домика, та и побеждает.

Большой и малый хоровод

Каждый ребенок находит себе пару. Под спокойную музыку дети гуляют по осеннему лесу. На плясовую мелодию берутся за руки в паре и кружатся, затем со сменой музыкальной фразы снова гуляют по лесу парами. На следующую музыкальную фразу дети образуют большой круг и водят хоровод под музыку все вместе. Повторить игру несколько раз. Сигналом к образованию большого или малого круга может быть речевая инструкция или смена громко и тихо звучащей музыки.

Выполнение поочередных хлопков под музыку.

Построение парами. Ходьба с хлопками на каждый счет в парах под музыку. На первую часть - идут дети и хлопают в ладоши. На вторую часть - дети напротив идут и хлопают в ладоши

6. Счётные упражнения

Эти упражнения используются на занятиях для организации поведения детей и взрослых при выполнении заданий, особенно сложных построений, серий движений.

В начале счетные упражнения включаются в организационный момент: педагог говорит, сколько детей (взрослых) пришло на занятие. Затем занимающиеся пересчитываются по порядку, рассчитываются на первый и второй, первый, второй и третий и т.д., в зависимости от цели упражнения.

Счет помогает детям правильно встать парами, построиться в две колонны, в две шеренги, встать по трое, четверо и т.д.

Счетные упражнения включаются в зарядку. Например, педагог дает задание: на счет “раз” - поднять руки вверх (“сноп”), на счет “два” - руки в стороны (“елка”), на счет “три” - присесть (“пенек”). Причем дежурный говорит или цифры, или слова, обозначающие разные движения.

Счетные упражнения проводятся и в стихотворной форме как сигнал для выполнения очередного упражнения. Например: “Раз - дрова, два - дрова, расколосся ствол едва! Бух - дрова, бах - дрова, вот уже полена два ” - в упражнении, имитирующем рубку дров. Или: “...Пляска кончается, кружки собираются. Мальчики - к Алене, девочки - к Катюше. Раз, два, три!”

Игра “Раз и два”.

Занимающиеся стоят лицом к педагогу и потряхивают бубнами над головой на счет: “раз И два, раз и два!” Потом все делают поворот направо, останавливаются и снова потряхивают бубном под счет “раз и два”, еще поворот вправо, и все оказываются спиной к педагогу, затем следующие два поворота вправо возвращают всех в первоначальное положение. В каждом положении занимающиеся встряхивают бубном над головой и считают: “Раз и два! Раз и два!” При повторении игры поворот делается налево. Во время счетных упражнений дети проговаривают стихи.

Раз, два, три, четыре, пять

В прятки мы хотим играть.

Надо только нам узнать,

Кто из нас пойдет искать.

Раз, два, три, четыре, пять

В прятки мы хотим играть.

“Да” и “нет” не говорить,

Все равно тебе водить.

Научились мы считать:
Раз, два, три, четыре, пять.
С броском мяча: “Раз, два, три - лови!”

Зарядка.

Дети маршируют, стоя на месте, или идут по залу, произнося текст:

Раз, два, раз, два, Бегать на зарядке.
Замелькали пятки, Раз, два, раз, два,

Как чудесно босиком
Бегать на зарядке.

“Руки выше подними!”

По команде педагога “Руки выше подними” - дети поднимают руки вверх; по команде: “А, потом их опусти” - опускают вниз. На счет “раз, два” - поднимают руки вверх, на счет “три, четыре” - опускают их вниз.

“Мячик”

Держа мяч в руках, занимающийся произносит первые две строки стихотворения, затем, произнося следующие две строки, делают броски мячом на каждом слове, сначала подбрасывая его вверх, а затем ударяя об пол:

Друг веселый, мячик мой!
Всюду, всюду ты со мной.
Раз, два, три, четыре, пять,
Хорошо с тобой играть!

7. Речевые упражнения без музыкального сопровождения

Такие задания можно использовать при проведении утренней зарядки или физкультминутки во время занятий, с проговариванием стихотворных строк как с движениями, так и без них. Движения не должны быть механическими. Стихотворный материал должен иметь:

- разную коррекционную направленность: для развития словаря (глагольного, именного) у детей с общим недоразвитием речи; для автоматизации звукопроизношения у детей с дизартрией и т.д.;
- определенный динамичный размер, чтобы можно было соотнести движения руками, ногами, туловищем с ритмом речи;
- среднюю длину строки, так как для длинной строки трудно подобрать соответствующее движение;
- насыщенность глагольной лексикой, чтобы проиллюстрировать движения;
- сюжетную линию или действующее лицо, чтобы исключить механические движения и воспитывать логическую связь между текстом и движением.
- Кроме того, стихотворения следует подбирать, учитывая возраст, речевые и двигательные возможности занимающихся.

Не все речевые упражнения можно выполнять двигаясь и одновременно произнося стихи. Это может вызвать расстройство дыхания. Поэтому лучше разделить занимающихся на две группы: одна выполняет движения, другая произносит текст.

Речевые упражнения с одновременным выполнением действия.

Дети идут по кругу топающим шагом и в такт шагам произносят:

Вот поезд наш едет,
Колеса стучат,
А в поезде нашем
Ребята сидят.
Или: Едем, едем, долго едем,
Очень длинен этот путь.
Скоро до Москвы доедем,
Там и сможем отдохнуть.

Переходят на нормальный шаг:

Чу-чу, чу-чу, чу-чу,
Бежит паровоз,
Далеко, далеко
Ребят он повез.

Ходьба в приседе с одновременным проговариванием стихотворения:

Плыли гусята - красные лапки,
Озером, озером - все по порядку.
Серыеплыли, белыеплыли,

Красными лапками воду мутили.

Ходьба по кругу на носках:

Маме надо отдыхать,
Маме хочется поспать,
Я на цыпочках хожу,
Я ее не разбужу.

Дети вытягивают руки в стороны, сжимают кисти в кулак, разжимают и кладут на пояс:

Руки в стороны, в кулачок,
Разжимай - и на бочок.

Дети стоят, вытянув руки назад. Делают круги руками и говорят:

Быстро вертится крыло,
Мелит мельница зерно,
А из молотой муки
Испекут нам пироги.

Дети перебрасывают мяч от соседа к соседу в правую или левую сторону:

Целый день я лечу,
Целый день я скачу,
Больше прыгать не могу,
Ах, сейчас я упаду.
На последнем слогe мячом ударяют об пол.

Раздельное выполнение речевых упражнений и действий.

Держа в горизонтальном положении флажок обеими руками, переступать по очереди правой и левой ногой через флажок. Один ребенок говорит, другой выполняет:

Ножку выше поднимай,
Через палочку шагай.
И другой не отставай,
Но флажок не опускай.

Дети делают прыжки ногами врозь и вместе под текст, произносимый педагогом:

Ножки вместе, ножки врозь,
Ножки прямо, ножки вкось.
Ножки здесь и ножки там.
Что за шум и что за гам!

Дети держат руки вверху, скрестив пальцы, ноги - на ширине плеч. Удар “топора” вниз совпадает с последним слогом:

Надо маме печь топить,
Чтоб обед нам всем сварить.
Я дрова ей наколю,
Маму я свою люблю.

Дети садятся на корточки, опустив головы и обхватив руками колени, потом постепенно выпрямляются, становятся на носки и тянутся, сколько возможно, вверх, поднимая руки. Текст говорит педагог:

Сначала буду маленький,
К коленочкам прижмусь,
Потом я вырасту большой,
До лампы дотянусь.

8. Упражнения, формирующие чувство музыкального размера или метра

Музыкальный метр представляет собой систему соотношений акцентов и неакцентированных долей различных рангов. Эта система определяется количеством метрических уровней и конкретным рисунком различных в метрическом отношении временных долей. Смена метра приводит к перенесению акцента. Занимающимся необходимо дать первоначальное понятие об акценте как об ударном моменте в звучании. Они научатся прислушиваться к музыке и различать отдельные ударные моменты на фоне звучания равной силы, а затем давать на них ответную реакцию условным движением.

Сначала, проводится специальная работа над неожиданным акцентом, затем - над метрическим (равномерно повторяющимся) и переходным. После первоначального усвоения этих понятий занятия проводятся так же, как и занятия на развитие внимания.

Акцент выделяется аккордом в любом регистре рояля или ударом по барабану. Сначала занимающиеся, стоя или сидя на месте, дают условную двигательную реакцию хлопком, движением ноги, передачей предмета, ловлей мяча и т.п. Затем педагог показывает различные перестроения, связанные с акцентом как с условным сигналом к перестройке. Неожиданный акцент играет роль сигнала к действию, к переходу на другое действие, прекращению действия или поочередному исполнению задания по группам. Упражнения на неожиданный акцент подготавливают занимающихся к работе над акцентом - метрическим и переходным.

Упражнения на восприятие неожиданного акцента. На полу рисуются круги по количеству участвующих. Под марш каждый ходит вокруг своего круга. На акцент в музыке впрыгивают в свой круг на двух ногах и ждут следующего сигнала, на который нужно будет выпрыгнуть из круга и опять ходить вокруг своего круга.

- Занимающиеся дети идут по кругу, держа в руке бубен. На неожиданный акцент останавливаются и ударяют в бубен.
- Каждой паре дается обруч, за который внешний из пары держится левой рукой, а внутренний - правой, и занимающиеся идут парами по кругу. На неожиданный звуковой сигнал внешний, не отнимая руки от обруча, заворачивает вперед и пролезает через обруч, перешагивая сначала левой ногой. После этого движение по кругу опять продолжается. На следующий сигнал то же делает внутренний из пары, но перешагивание начинается с правой ноги.
- Занимающиеся стоят в двух шеренгах у противоположных стен зала. У одной шеренги обручи, которые дети (взрослые) тихо качают, держа в правой руке. На неожиданный акцент в музыке или хлопок в ладони дети

перекатывают обручи в другую шеренгу. Вторая шеренга, поймав обручи, тихо качает их до следующего акцента.

Упражнения на восприятие метрического акцента. При выполнении заданий на метрический акцент требуется точное совпадение движения с акцентом, чередующимся через определенные промежутки времени. Дети (дошкольники и младшие школьники) воспринимают равномерно повторяющийся акцент и передают его движениями рук, ног и всем корпусом, еще не определяя его путем счета. Только в конце занятий передача акцента обозначается словом. Практическая работа над акцентом сводится к тому, что занимающиеся усваивают акцент (в любом положении), отмечая его движениями рук или ног. Сначала даются упражнения только для рук, затем - только для ног, а потом - комбинированные движения, например, на акцент - шаг вперед (движения ног), на последующие слабые части звучания хлопки (движения рук). Первоначальные упражнения проводятся с целой группой, но по существу каждый выполняет задание индивидуально, не нарушая своей ошибкой общего выполнения задания. Затем следуют упражнения, в выполнении которых участвуют все, но ошибка одного нарушает правильное выполнение задания.

- Дети, сидя в кругу, отмечают хлопками акцент, даваемый на счет “раз” в тактах $4/4$, $2/4$, $3/4$
- Стоя в кругу, дети отмечают акцент на счет “раз” ударом ноги.
- При маршировке на счет “раз” - сильный шаг, а на счет “два”, “три”, “четыре” - легкие шаги в такте $4/4$.
- Дети, стоя в кругу, держат в каждой руке по флажку. На акцент в s или $4/4$ такте поднимают флажки, скрещивая их над головой, на 2-3-4 - опускают руки, разводя их в стороны.
- Дети стоят в шеренге на некотором расстоянии друг от друга. В руках у каждого скакалка. При акценте на счет “раз” в $4/4$ такте все закидывают скакалку, как удочку, на 2-3-4 - подтягивают скакалку к себе, имитируя рыболова.
- Дети стоят лицом к центру круга. При акценте на счет “раз” в $4/4$ такте делают прыжок на двух ногах к центру, на 2-3-4 - отступают назад.
- Дети сидят на стульях, поставленных в линию один за другим, ноги кладут на перекладину впереди стоящего стула, подражая гребцам. В музыке делается такт в $2/4$, в котором на счет “раз” - сильный акцент, и дети, подражая гребле, дают акцент в движении руками.

Упражнения на восприятие равномерно повторяющегося акцента. Старшие школьники, подростки и взрослые сознательно с помощью счета определяют и фиксируют акцент движением. Например, педагог подчеркивает первый удар в бубен, а остальные дает тихо. Занимающиеся говорят “раз” на первый удар и считают тихие удары до следующего сильного удара. Далее они знакомятся с дирижерскими движениями рук,

условно определяющими метрический счет в 2/4, 3/4 и 4/4. Когда усваиваются эти движения, тогда дается более сложное задание на сочетание шага с движением рук. Цель такого задания проработка целостного восприятия метрического акцента всем телом. Такое постоянное акцентирование в движении на ударную часть такта приучает занимающихся ориентироваться в звучащем процессе, давая соответствующее мускульное напряжение в любом двигательном задании. Для отработки акцента в дирижировании берутся такты 2/4, 3/4 и 4/4. Затем эти движения исполняются в ходьбе, и тогда акцент на счет “раз” руками подчеркивается еще и ударом ноги. При отработке метрического акцента на шаге нужно соблюдать определенный размер музыкального произведения: сначала в 4/4, 2/4, а затем, как более трудный размер, в 4/4. Трудность его исполнения заключается в том, что акцентированный шаг чередуется, падая попеременно то на правую, то на левую ногу. Потом можно перейти к свободной форме выражения акцента в различных группировках, а также в упражнениях с предметами (палкой, флагом, обручем, мячом). Включение предметов дает реальную установку акцентированному движению, способствуя большей точности в исполнении. Движение вперед на ударную часть такта и движение назад на безударные звуки тоже помогает усвоению передачи акцента в движении.

В старшем возрасте большое значение придается точности исполнения упражнений. Задания ребенку даются с поочередным вступлением пары или группы. Такие упражнения требуют внимания ото всех участников. Все должны следить за ходом исполнения задания, чтобы не пропустить вступления, так как от каждого участника зависит работа всего коллектива.

Занимающиеся стоят парами лицом друг к другу по кругу или в колонне. Музыка в 4/4 такта. При акценте на счет “раз” берутся правыми руками и на 2-3-4 меняются местами. При акценте в следующем такте берутся левыми руками и опять меняются местами.

Занимающиеся стоят в две шеренги на расстоянии 3-4 шагов и лицом в одну сторону. Стоящая впереди шеренга держит в руках мячи. На акцент в такте 3/4 или 4/4 дети перекидывают мячи через голову стоящим сзади и поворачиваются к ним лицом. Поймавшие мяч тоже делают поворот на акцент в следующем такте затем, в свою очередь, перекидывают мячи через голову.

Все стоят в большом кругу. У каждого в руках маленький мяч. При акценте на счет “раз” в четырехдольном размере (4/4) мяч высоко подбрасывается вверх. На 2-3-4 нужно успеть обернуться и поймать мяч, не дав ему упасть на пол.

Дирижирование, определяющее метрический счет 2/4, 3/4 и 4/4. И.п. - руки вверх с раскрытыми ладонями и вытянутыми пальцами. Руки подняты не совсем вертикально над головой, а несколько наклонно вперед.

Счет на 2/4 . При акценте на счет “раз” - сильное движение рук сверху вниз, при опускании вниз руки сжимаются в кулак. На “два” - руки мягко поднимаются вверх в исходное положение.

Счет на 3/4. При акценте на счет “раз”- такое же движение рук вниз, на “два” - руки поднимаются в стороны до уровня плеч, на “три” - руки поднимаются вверх, принимая исходное положение.

Счет на 4/4. При акценте на счет “раз” - руки вниз, на “два” - руки скрещиваются на груди на уровне плеч при поднятых локтях, на “три” руки разводятся в стороны на уровне плеч, на “четыре” - руки вверх. Дирижирование проводится сначала на месте, а затем в ходьбе.

- Упражнение на метрический акцент в тактах 2/4, 4/4 подкрепленный устным счетом. При акценте на счет “раз” делается ударение голосом, 2-3-4 произносятся тише, понижая голос. Сначала упражнение проводится сидя, затем стоя, сопровождая ударение в голосе ударом ноги. И, наконец, движение по кругу, при акценте на счет “раз” - в музыке ударение в голосе и сильный шаг ногой, а на последующие, слабые четверти такта - ослабляя силу голоса и делая легкие шаги.
- Все стоят в круге попарно, лицом друг к другу. При акценте на счет “раз” в такте - пары ударяют бубном о бубен, а на счёт 2-3 делают поворот в другую сторону. На счет “раз” в следующем акценте такта опять ударяют бубнами, но уже с другим соседом.
- Все дирижируют на любой счет (2/4, 4/4), стоя в кругу спиной к центру. С прекращением музыки на один, два такта все продолжают дирижирование, сохраняя заданный темп. Музыка возобновляется, и педагог проверяет, совпали ли дирижерские движения с началом музыки, не было ли отклонений в темпе.

Упражнения на восприятие переходного акцента. Характерная особенность переходного акцента заключается в том, что он, в отличие от метрического, не всегда падает на счет “раз”, а последовательно переходит в каждом следующем такте на “два”, “три”, “четыре”, т.е., например, в четырехдольном размере (4/4) акцент в первом такте на “раз”, во втором - на “два”, в третьем на “три”, в четвертом - на “четыре” и в пятом - снова на “раз”.

Переходный акцент можно сопоставить с логическим ударением в речи, Поэтому он приобретает важное значение в ритмических упражнениях с речью.

- Ты сегодня опоздал на ритмику (1, 2, 3, 4).
- Ты **сегодня** опоздал на ритмику (1,2,3,4).
- Ты сегодня **опоздал** на ритмику (1,2,3,4).
- Ты сегодня опоздал **на ритмику** (1,2,3,4).

Педагог выписывает на доске или вывешивает плакаты с цифрами:

1,2,3 1,2,3 1,2,3 1,2,3 1,2,3 1,2,3
1,2,3,4 1,2,3,4 1,2,3,4 1,2,3,4 1,2,3,4 1,2,3,4 и т.д.

И объясняет, что выделенные цифры означают акцент. Занимающиеся считают цифры, сопровождая ударные моменты хлопками и усилением голоса. Затем переходный акцент закрепляется в ходьбе: на ударный счет делается сильный шаг вперед, а на безударные цифры - шаги назад. Далее используются дирижерский жест, фразы. Эти упражнения проводятся как всей группой, так и индивидуально. Важно, чтобы каждый занимающийся почувствовал всю цепь перехода акцентов.

Сначала упражнение выполняется сидя, с ударами руки о стул, стол. Далее переходный акцент про водится с предметами, например передача флажка на акцент от одного к другому. В упражнении с бубном: сильный удар в бубен - на акцент, легкое потряхивание бубном - на безударные звуки.

Когда усвоены все стадии переходного акцента, можно внести в занятие изменение: поочередное вступление на каждый последующий акцент. Все внимательно следят за выполнением задания, чтобы не пропустить свое вступление.

Подобные упражнения помогают лучше усвоить логические ударения в речи.

- Все сидят на стульях полукругом. Дается переходный акцент в четырехдольном размере (4/4). На счет “раз” в первом такте все поднимают правые руки, на 2-3-4 – опускают. В следующем такте руку поднимают при акценте на счет “два” и на 3,4, 1 - опускают. В третьем такте руку поднимают на счет “три”. В четвертом такте - на счет “четыре” И на счет “раз” пятом такте - встают с поднятой рукой.
- Все стоят в линию, держа в руках разноцветные ленты: у первого красная, у второго - желтая, у третьего - зеленая, у четвертого – опять красная и т.д. Дается переходный акцент на счет “три” по схеме: 1,2,3; 1, 2, 3; 1,2,3; 1, 2,3 и т.д. На счет “раз” В первом такте те, у кого красные ленты, делают сильный шаг вперед, одновременно выбрасывая ленту над головой, на счет 2, 3 стоят на месте, опуская руку с лентой вниз. Во втором такте акцент дается на счет “два” и дети с желтыми лентами делают сильный шаг вперед со взмахом руки с лентой, В третьем такте акцент дается на счет “три” И дети с зелеными лентами повторяют те же движения. В четвертом такте акцент снова дается на счет “раз” и на этот акцент опять вступают дети с красными лентами и т.д.
- Все стоят по кругу. Педагог с барабаном в центре дает переходный акцент, исходя из счета на 4. Каждый по очереди на акцент встает, а безударные моменты отмечает хлопками. Первый на акцент в первом такте встает, а на счет 2-3-4 делает хлопки. Второй хлопает на счет “раз” во втором такте, а при акценте на счет “два” встает, на 3-4 делает хлопки. Третий делает два хлопка на счет 1-2 и только на счет “три” встает, а на счет 4 делает еще один хлопок.

- Все стоят в двух шеренгах у противоположных стен зала. В одной шеренге перед каждым на полу лежит небольшой мяч. Если в шеренге шесть человек, то дается переходный акцент в размере 6/4. Занимающиеся, из шеренги с мячом поочередно на акценты отталкивают ногой мяч в другую шеренгу. Когда все мячи окажутся во второй шеренге, в том же порядке на акценты вторая шеренга отталкивает их в первую.
- При фигурных построениях, плясках необходимо обращать внимание на часто встречающееся затактовое построение музыкальных фраз. Педагог указывает, когда надо начинать движение с затакта, а где затакту дать отзвучать и начинать с первой ударной доли такта.

9. Упражнения, формирующие чувство музыкального темпа

Темп музыки - это скорость музыкального исполнения, которая определяется прежде всего частотой чередования основных метрических долей, обозначая число ударов в минуту, и абсолютной длительностью ритмической единицы. Темповый диапазон делится на три области: область медленных, умеренных (средних) и быстрых темпов. Диапазон частот, который человек в состоянии оценить и воспроизвести как ритмические, расположен между 5-10 и 720-960 ударами в минуту (на музыкальном материале) и между 20-40 и 480-500 ударами в минуту (на немзыкальном материале).

Сначала темп усваивается на простых движениях: хлопках, ударах по барабану, взмахах руками и т.д. Затем включаются движения ногами на месте, в ходьбе и беге. Вначале берутся две темповые скорости: нормальная ходьба и бег. Далее переходят к постепенному ускорению и замедлению темпа. Усвоив понятия “скоро” и “медленно” в движении, занимающиеся начинают правильно сопоставлять разный темп движения с соответствующими терминами.

Для отработки темпа движения в коллективе педагогу нужно знать темп движения каждого ребенка. Это поможет педагогу умело направить в нужный темп того, у кого слишком быстрое движение или слишком замедленное.

Коррекция нарушений темпа особенно важна для лиц с заиканием, тахилалией, брадилалией; спотыканием, дизартрией, афазией.

Нормализация темпа общих движений содействует воспитанию правильного речевого темпа.

С детьми младшего возраста темп движений отрабатывается во время шага и бега, при построениях, в упражнениях с предметами.

Упражнения

- На темп бега дети, подняв руки на уровне плеч, бегут друг за другом, подражая полету самолетов.
- Под звуки марша (темп марша) дети идут по начерченной мелом линии. При переходе музыки на темп бега дети бегут к обручу, лежащему в центре зала, берутся за него правой или левой рукой (по указанию педагога) и бегут по кругу, держась за обруч, пока не услышат изменения темпа музыки (марш). Кладут обруч на пол и опять идут друг за другом по линии.
- Дети идут парами в темпе марша. При переходе на быстрый темп все пары останавливаются, поднимают соединенные руки и образуют воротники, в которые пробегает первая пара и становится последней. При возобновлении темпа марша пары опять идут.

Со старшими дошкольниками и школьниками отрабатывается темп в упражнениях на построение: движения цепочкой, змейкой, малый и большой

круги, несколько кругов. Используются скакалки, бубны, обручи, мячи, треугольники. Можно давать упражнения с воображаемыми предметами.

- Дети стоят в шеренге с обручами в руках. На медленный темп музыки поднимают обручи над головой и медленно опускают их, снова поднимают. На быстрый темп катят обручи по полу и бегут за ними.
- На медленный темп дети, стоя в кругу, Ударяют мячом об пол и ловят обеими руками. С переходом музыки на быстрый темп берут мяч в правую руку, высоко поднимают его и бегут по кругу. С возобновлением медленного темпа останавливаются и ударяют мячом об пол.
- Дети стоят в кругу и маршируют в темпе марша, произнося на каждый шаг: “Топ-топ”. При переходе музыки на темп (♩♩) дети хлопают в ладоши, говоря: “Та-та”.

Дети делятся на три группы. Первая группа становится полукругом, вторая садится на стулья впереди нее, а третья садится на пол перед сидящими на стульях. И изображают оркестр. Сидящие, на полу играют на воображаемых дудочках в темпе восьмых, говоря: “Ду-ду”. Сидящие на стульях играют на воображаемых треугольниках в темпе четвертей, говоря: “Та-та”. Стоящие ударяют в воображаемые большие барабаны в темпе половины, говоря: “Бум-бум”. Каждая группа вступает в исполнение своего темпа соответственно даваемой музыке. Роли детей могут меняться по указанию педагога.

- По кругу стоят стулья на расстоянии 2-3 шагов один от другого. На темп марша дети идут змейкой между стульями. На темп бега двигаются по внешнему кругу. Музыка замолкает, все садятся на стулья. Снова звучит марш, возобновляется движение змейкой между стульями.

Подросткам и взрослым, кроме упражнений в темпе марша и бега, предлагаются упражнения с поскоками, с постепенным ускорением и замедлением темпа и более сложные построения, например, совместить две скорости, давая одну движением ног на шаге, другую движением рук (хлопками) в два раза скорее, т.е. на каждом шаге два хлопка. Или занимающиеся образуют два круга, которые будут двигаться одновременно - один круг идет в темпе марша, другой - в темпе бега. Можно упражнения варьировать: ведущий задает темп, остальные постепенно включаются в движение, подчиняясь заданному темпу. Или все идут под музыку марша. Музыка прекращается, но движение не останавливается, все шагают в заданном темпе до сигнала педагога.

- На темп бега, дети бегут по кругу, при переходе музыки на темп марша делают поворот и продолжают движение в том же направлении по кругу, т.е. спиной.
- Стоя в кругу, дети делают шаг на месте на каждую четверть, затем по указанию педагога хлопают в ладоши на каждую восьмую, т.е. на один шаг два хлопка. Проработав это упражнение на месте, дети идут по кругу в темпе марша, одновременно хлопая в ладоши вдвое скорее. На сигнал

(поднятый флаг) исполняют ногами восьмые, а руками хлопают в темпе четвертей.

- Дается замедленный шаг, дети идут медленно, делая шаги на выпаде, соблюдая при этом противоположение рук, т.е. при шаге правой ноги вперед вытягивается левая рука, при шаге левой ноги - правая рука.
- Дети бегут и одновременно хлопают в ладони так, чтобы один хлопок приходился на два шага. На речевую команду педагога “гоп” дети переходят с бега на шаг, при этом хлопают уже по-другому: два хлопка на один шаг.
- Дети стоят в шеренге. Каждому дается свой темп движения, необходимо выделить его каким-нибудь образом. Например, при очень медленном темпе - нести воображаемую тяжесть; при марше - нести воображаемую тарелку; на темп бега - бежать с воздушным шаром в руках и т.д.

На полу нарисован квадрат, в него вписан круг. Квадрат и круг пересечены диагональю. Детей делят на три группы. Одна группа встает на одну из сторон квадрата, другая - на линию круга, третья - по диагонали. Стоящие на линии квадрата встают друг за другом, положив правую руку на левое плечо впереди стоящего, и когда в музыке даются четверти, движутся по квадрату. Те, кто стоит на линии круга, держатся за руки и легко бегут цепочкой по кругу, когда в музыке слышатся восьмые доли. Стоящие по диагонали друг за другом на расстоянии вытянутых вперед рук идут медленно, делая шаги с противоположением рук, когда в музыке даются половинные ноты. Роли меняются, чтобы каждая группа исполнила все три темпа.

10. Пальчиковые игры и упражнения

Цель. Формировать правильное звукопроизношение, умение быстро и чисто говорить. Развивать координацию движений рук, мелкую моторику. Совершенствовать память, внимание, умение согласовывать движения и речь.

Все упражнения повторяются несколько раз.

Раз, два, три, четыре, жили мыши на квартире

Все вы знаете считалочку: «Раз, два, три, четыре, жили мыши на квартире. Чай пили, чашки били, по-турецки говорили: «Чаби - чияяби, чияяби чаби-чаби».

А пальчики-мальчики умеют обыгрывать эту считалочку. Хотите научиться? Повторяйте за мной.

Раз (хлопок в ладоши).

Два (левая рука - перед лицом, ладонь смотрит вправо; правая рука зажата в кулак, упирающийся в ладонь левой руки; локоть правой руки на уровне плеча).

Три (хлопок в ладоши).

Четыре (правая рука – перед лицом, ладонь смотрит влево; левая рука зажата в кулак, упирающийся в ладонь правой руки; локоть левой руки на уровне плеча).

Жили (хлопок в ладоши).

Мыши (кулачок правой руки упирается в ладонь левой).

На (хлопок в ладоши).

Квартире (кулачок левой руки упирается в ладонь правой).

Чай пили (кисти обеих рук соединены боковыми сторонами, собраны в чашечку).

Чашки били (ладони резко расходятся в разные стороны, лицевая сторона смотрит вниз).

По-турецки говорили, (руки скрещиваются до локтя плавными, волнообразными движениями кистей).

Чаби (соприкасаются подушечки больших и указательных пальцев обеих рук один раз).

Чияяби ,(встречаются подушечки больших и средних пальцев один раз).

Челяби (встречаются подушечки больших и безымянных пальцев один раз).

Чаби-чаби (встречаются подушечки больших пальцев и мизинцев обеих кистей рук два раза).

Примечание. Движения руками выполнять в достаточном напряжении.

Во время соединения подушечек пальцев четко проговаривать слова «чаби-чияяби, чияяби-чаби-чаби».

Доброе утро, здравствуй, Иван

Пальцы сомкнуты, чуть растопырены, ладони соединены.

Доброе утро, здравствуй, Иван (перекрещивают справа налево большие пальцы).

Доброе утро, здравствуй, Степан (перекрещивают указательные пальцы).

Доброе утро, здравствуй, Сергей (перекрещивают средние пальцы) и т. д. (все пальцы).

Прятки

Покажите правую руку, левую руку. (Выполняют.) А теперь попробуйте выполнить такое задание. В правом кулачке спрячется левый Степан. В левом кулачке спрячется правый Никитушка. и т. д.

Цветок

У каждого из вас кисти рук превратились в цветок. Лепестки закрыты, плотно сомкнуты.

Утром рано он закрыт (кисти рук находятся в исходном положении).

Но к полудню ближе (ладони отходят друг от друга, подушечки больших пальцев прижаты к концам указательных, кисти рук напоминают полураскрытый бутон).

Раскрывает лепестки, красоту их вижу (кисти рук у запястья соединены, а пальцы плавно расходятся в разные стороны, напоминая раскрывшийся цветок).

К вечеру цветок опять закрывает венчик (пальцы сомкнуть - нераскрывшийся цветок).

И теперь он будет спать (кисти рук в исходном положении).

До утра, как птенчик (кисти рук положить под щеку - имитация сна).

Щупальца осьминога

Пальцы сжаты в кулачки и развернуты к себе. Слова произносим четко!

Много ног у осьминога (поочередно, начиная с большого, выпрямляют все пальцы - 1-я позиция).

Все они ему нужны (пальцы в обратном порядке сгибаются в кулак - 2-я позиция).

Заменяют ему руки (1-я позиция).

Очень ловкие (2-я позиция) **они** (кулачки повернуть на себя и одновременно их раскрыть).

Качалочка

Вспомним песенку «Качалочка»:

Качалочка, качалочка,

Качай меня, качай.

А братец мой Иванушка,

Встречай меня, встречай.

Сомкните кисти рук и ладони в крепкий замок.

Качалочка (пальцы правой руки выпрямить, вся кисть в напряжении, пальцы левой руки согнуты, крепко держат кисть правой руки - 1-я позиция).

Качалочка (меняют положение кистей рук, пальцы левой руки выпрямить, а правой кистью руки крепко зажать левую кисть - 2-я позиция).

Качай меня (1-я позиция).

Качай (2-я позиция).

А братец мой Иванушка, встречай меня (кисти обеих рук со сцепленными пальцами развернуть к лицу и на каждое слово соединять большие пальцы подушечками).

Встречай (соединить большие пальцы так, чтобы были видны ногти).

Поймай рыбку за хвостик

Дети, встаньте в круг. Рассчитайтесь на 1-2-й. Кто из вас получил номер 1 - рыбак; дети под номером 2 - рыбки. Повернитесь лицом друг к другу. Руки согнуты в локтях, соединены пальцы и ладони. Все дружно говорим:

Рыбак сидит на берегу и ловит рыбок в сеть свою (ладони и пальцы плотно прижаты).

Раз, два, три (дети, выполняющие роль рыбки, делают скользящие движения вниз по кистям рук рыбаков до ладоней, на мгновение замирают).

Лови (дети-рыбки резкими, скользящими движениями вниз по ладоням убирают пальцы-хвостики, а дети-рыбаки сгибают пальцы на обеих руках, пытаясь поймать рыбку за хвостик, т. е. за кончики пальцев; затем они меняются ролями).

Выгляни в окошко

Пальцы сжаты в кулаки.

Кулаки - это домики, в которых живут Иваны. У домиков по три окна: третье - верхнее, расположено между указательными и средними пальцами. Второе - среднее, расположено между средними и безымянными пальцами. Первое - нижнее, между безымянными и мизинцами. Какое окно я назову, в то и выглянут ваши Иваны.

Среднее (дети хлопают три раза, за это время они должны представить, где расположено это окно, в которое выглянет Иван, после чего сразу приводят пальцы рук в нужное положение, а именно: подушечки больших пальцев обеих рук выглядывают между первыми фалангами средних и безымянных пальцев, все пальцы собраны в кулак).

На сигналы «**нижнее, верхнее**» пальцы детей занимают соответствующие положения.

Загляни под печку

Наигрались, нагулялись пальчики (круговые вращения кистями рук), зашли в дом, легли на печку (ладони обеих рук лежат на столе, пальцы чуть растопырены, спина прямая, локти на весу, чуть отведены от туловища).

Только уснули пальчики-мальчики, как под печкой кто-то зашуршал (произносят звук «ш-ш-ш-ш»).

Полез Иван под печку посмотреть: не мышка, ли норушка? (Большие пальцы обеих рук согнуть и положить под ладонь, подушечки остальных пальцев плотно прижаты к столу.)

Никого не увидел Иван и вернулся на печку (большие пальцы принимают и. п.).

А под печкой снова кто-то шуршит («Ш-ш-ш-ш»).

Полез под печку Степан, затем Сергей и т. д. (Все пальцы по очереди выполняют то же движение, что и большие. После каждой манипуляции дети произносят звук «ш-ш-ш-ш».)

Спугнул Никитушка мьппонка, забрался на печку, все братцы потянулись (пальчики поднять вверх 3 раза, ладони не отрывать от стола) **и крепко-крепко уснули.**

Примечание. Во время выполнения движения одного пальца все остальные подушечками плотно прижаты к столу.

Улитка

Кулачки лежат на столе, локти чуть разведены.

Улитка, улитка, высуну рога, дам тебе, улитка, я пирога. (Улитка пугливая, боязливая, рожки показывает не все сразу.)

Улитка (большие пальцы обеих рук «появляются» из кулака и ложатся на стол).

Улитка (мизинцы обеих рук выходят из согнутого положения и ложатся на стол).

Высуну (указательные пальцы делают то же самое).

Рога (все пальчики убегают и прячутся в кулак).

Дам тебе (большие пальцы обеих рук вновь ложатся на стол).

Улитка (такое же движение делают мизинцы).

Я (выходят из кулака указательные пальцы).

Пирога (все пальцы вновь собираются в кулак).

Дети, будьте внимательны, рожки улитки показывают по очереди: большой - мизинец - указательный.

Проснись-потянись

Ладони плотно прижаты к крышке стола, пальцы, которые не участвуют в работе, также прижаты к крышке стола.

Покажите мне ваши ладони. Широко расставьте пальцы. У каждого есть мя: большой - Иван, указательный - Степан, средний - Сергей, безымянный - Матвей, мизинец Никитушка.

Все пальчики-мальчики крепко «спят». (кисти рук, пальцы чуть расставлены, плотно прижаты к крышке стола).

Но вот выглянуло солнышко, заиграли лучи. Иваны проснулись, потянулись (большие пальцы обеих рук поднять как можно выше от стола, кисти напряжены; опустить).

Степаны проснулись, потянулись (то же движение делают указательные пальцы и так до Никитушки).

Примечания. 1. По мере закрепления детьми этого упражнения следует его усложнить. Имена называть в обратном порядке или вразброс. 2. Пальцы обеих рук поднимать одновременно на «раз», на «два» опускать, ладони при этом напряжены, плотно прижаты к столу.

Поздоровайтесь с гномом Кешей

Пальцы, которые не работают, сжаты в кулак. При рукопожатии ребенок должен сказать вежливые, ласковые слова, что обычно говорят при встрече: «Доброе утро, милый Кеша»; «Дорогой Кеша, как поживаешь?»; «Здоров ли ты, Кеша?»; «Приятно встретиться, Кеша» и т. д.

Посмотрите: кто пришел? (Показать тряпичную игрушку, например гнома Кешу.)

Он хочет с вами поздороваться. Руки у него маленькие, слабые. Кеша с каждым хочет поздороваться. Пожмите ему правую руку своим большим пальцем и мизинцем правой руки. Остальные пальцы: указательный, средний и безымянный - подушечками прижмите к ладони.

А теперь большим и мизинцем левой руки пожмите гному левую руку, не забывая сказать ему доброе, ласковое слово либо поприветствовать его.

Большие и маленькие

Дети, напрягите пальцы на обеих руках. Вот какие они! Растопырьте пальцы. А теперь они стали маленькие-маленькие. Согните их и коснитесь подушечками (кончиками пальцев) верхней стороны ладоней, т. е. у основания пальчиков.

Были маленькие мы (пальцы согнуты, прижаты к ладони).

Стали вдруг большие (расправить пальцы, растопырить).

Шалунишки, шалуны (движение «фонарики»).

А дружные какие! (Сцепляют пальцы обеих рук в замок, ладони сжаты.)

Раз, два, три, четыре, пять, будем пальцы разминать

Раз, два, три, четыре, пять, будем пальцы (на каждое слово дети делают хлопки).

Разминать (на это слово пальцы сжать в кулаки).

Это Ваня (показывают большие пальцы обеих рук).

Самый сильный, самый толстый и большой (большими пальцами покачивать из стороны в сторону).

Степа нужен для того, чтоб показывать его (большие пальцы остаются вынутыми из кулака, а указательные на обеих руках немного двигаются).

А Сергей, он самый длинный, и стоит он в середине (выводят средние пальцы из кулаков).

А Матвей, он безымянный он избалованный самый (выводят безымянные пальцы).

А Никита, хоть и мал (вывести мизинцы).

Очень (прижать к ладоням большие пальцы).

Ловок (согнуть указательные, средние и безымянные пальцы на обеих руках, прижать к ладоням).

И удал (подушечки мизинцев повернуты к лицу, приближаются к губам, после поцелуя, через низ вывернуть кисти рук от себя).

Пенек

Помните сказку «Маша и медведь»? Соедините ладони обеих рук. Сейчас будем делать скользящие движения кистью правой руки вниз по кисти левой руки.

Идет медведь по лесу, устал, говорит (пальцы правой руки остановились на уровне ладони левой руки).

Сяду на пенек, съем пирожок (на слово «сяду» пальцы правой руки давят на ладонь левой, приводя последнюю в горизонтальное положение, а пальцы левой руки остаются в вертикальном положении).

То же самое повторяем с кистью левой руки.

Стала Маша гостей приглашать

Послушайте русскую народную песенку.

Стала Маша гостей приглашать:

«И Иван - прийди,
И Степан - прийди,
И Сергей - прийди,
И Матвей - прийди,
А Никитушка - ну, пожалуйста».

А теперь покажем своими пальчиками, как Маша приглашала гостей. Соедините ладони и пальцы обеих рук.

Стала Маша гостей приглашать (ладони раскрываются как цветок, описывают полукруг, соединяясь ребром и мизинцами, пальцы направлены от себя, лицевая сторона смотрит вверх).

И Иван, прийди (большие пальцы обеих кистей рук дети одновременно сгибают, касаясь ладоней, задерживают в таком положении).

И Степан, прийди (указательные пальцы делают то же самое).

И Сергей, прийди (средние пальцы повторяют движение предыдущих пальцев).

И Матвей, прийди (то же).

А Никитушка (мизинцы напряжены, выпрямлены).

Ну пожалуйста (сгибают и направляют к ладони мизинцы).

Затем кисти обеих рук принимают исходное положение.

Второй куплет песни.

Стала Маша гостей угощать.
И Ивану - блин,
И Степану - блин,
И Сергею - блин,
И Матвею - блин,

А Никитушке - мятный пряничек.

Движения пальцев и кистей рук выполняют точно так же, как и в первом куплете.

Утята

У меня в руке волшебная кисточка, и сейчас она превратит ваши пальчики в утят. Средний палец - утка папа, у папы голос низкий. Безымянный палец - утка-мама, у мамы-голос нежный. Мизинец - это утенок, у утенка голос высокий, пронзительный, тонкий.

Как утка-папа кричит? Басом: «Кря, кря».

А утка-мама? Нежно: «Кря, кря, кря».

А утенок? Пищит: «Кря, кря, кря».

Указательные пальцы свернули в колечко и положили в ложбинку больших пальцев. Подушечки средних пальцев и больших соприкасаются. Так крякает утка-папа громко, зычно: «Кря, кря, кря».

При соединении подушечек безымянных пальцев и больших - крякает утка-мама «Кря, кря, кря»).

А когда работают подушечки мизинцев и больших пальцев, крякает утенок: «Кря, кря, кря, кря, кря, кря»

(быстро, тоненьким, пискливым голоском).

Мамочка

Кончики пальцев обеих рук соединены, ладони на некотором расстоянии друг от друга.

Баран

Шел баран по крутым горам (указательные и средние пальцы обеих рук имитируют шаг, остальные пальцы согнуты и прижаты к ладоням).

Вырвал травку (пальцы обеих рук напряжены, из положения «разведены в стороны» собираются в пучок, соприкасаясь подушечками, рвут травку, выполняется 2 раза).

Положил на лавку, (кисти рук опускают на крышку стола).

Примечание. Баран может ходить и рвать травку по горам - плечам, по горам - коленям, по горам столам, по горе - голове.

Если дети четко, чисто проговаривают текст, темп выполнения движений можно увеличить.

Кукушка

Летела кукушка мимо сада (руки согнуты в локтях, скрещены перед грудью. Выполняют плавные, волнообразные движения от предплечья до кончиков пальцев).

Поклевала (лицевая сторона левой ладони развернута, направлена вверх, пальцы от себя; пальцы же правой руки собраны в «щепотку», четыре раза - на каждый слог - касаются левой ладони, «птица клюет»).

Всю рассаду (положение рук меняется, выполняются те же действия, что во время проговаривания слова «поклевала»).

И кричала: «Ку-ку (пальцы имитируют крик птицы - то, как она раскрывает и закрывает клюв).

Мак (сжимаются пальцы в кулак).

Раскрывай один кулак (по очереди раскрывают каждый кулак по два раза).

Уж как шла лиса по тропке

Уж как, шла лиса по тропке (указательный и средний пальцы левой руки «бегут» от плеча до кончиков пальцев правой руки, вытянутой вперед).

Нашла грамоту в охлопке (указательный и средний пальцы правой руки «бегут» от плеча до кончиков пальцев левой руки, вытянутой вперед).

Она села на пенек и читала весь денек.

Мамочка-мама (на каждый слог мизинцы размыкаются и смыкаются).

Милая моя (то же – безымянные пальцы).

Мамочка-мама (подушечки средних пальцев производят те же движения).

Я люблю тебя (указательные пальцы соединяются и разъединяются. При соприкосновении подушечек больших пальцев дети губами имитируют поцелуй).

Пальцы вытянуть по шире

Пальцы вытянуть по шире (на эти слова пальцы растопырены, напряжены).

Раз, два, три, четыре, пять (на каждый счет убирать в кулак по одному пальцу на обеих руках начиная с большого и заканчивая мизинцем).

Сжать их вместе - три, четыре и на месте поплясать (пальцы раскрываются и выполняют движение «фонарики»).

На носок (подушечки мизинцев встречаются, остальные пальцы, помимо большого, согнуты, прижаты к ладоням).

Потом на пятку (встречаются подушечки больших пальцев).

Дружно делаем (соприкосновение подушечек мизинцев).

Зарядку (соприкосновение подушечек больших пальцев).

11. Упражнения на восприятие, различение и воспроизведение ритмов (хлопками, голосом, игрой на музыкальных инструментах)

1. Ритмы без выраженного ударения. Для выполнения данных заданий лучше использовать деревянные ложки или бубен. Заранее объясняем детям, как правильно держать бубен и ложки, как правильно играть на них. Для обозначения паузы лучше разводить руки в стороны на небольшое расстояние.

2. Дождик.

Ребенок повторяет за педагогом от 1-го до 3-х ударов четвертями; восьмыми. Педагог предлагает сравнить одинаково или по-разному капал дождик сначала и потом.

3. Большие ноги. Педагог проговаривает текст стихотворения:

Большие ноги идут по дороге топ-топ-топ (шага четвертями)

Маленькие ножки бегут по дорожке топ, топ, топ (шага восьмыми)

Это упражнение можно выполнять на месте, а можно в движении. Взрослый предлагает детям сравнить, одинаково или по-разному ходили большие и маленькие ноги. Просит каждого из детей показать, как ходят большие; маленькие ноги самостоятельно.

4. Кулачки - ладошки. Взрослый читает текст стихотворения, а дети повторяют за взрослым движения руками в нужном темпе.

Есть у любого два кулачка,

Стукнул один по другому слегка:

Стук-стук,-4 раза.

Ну а ладошки не отстают, следом за ними весело бьют:

Хлоп-хлоп-4 раза.

Кулачки быстрее бьют, до чего стараются:

Стук-стук-4 раза,

А ладошки тут как тут, так и рассыпаются:

Хлоп-хлоп-4 раза.

5. Зайка и ложки. У взрослого в руках деревянные ложки. Дети стоят по кругу.

Взрослый обходит круг и напевает, постукивая в такт песенки ложками:

За-инька се-ренький в гос-ти пошел. За-инька се-ренький лож-ки нашел.

Лож-ки нашел, к до-му подошел.

Взрослый останавливается за спиной у ребенка и стучит в ложки: тук-тук-

тук. Ребенок спрашивает: «Кто там?» Взрослый отвечает: «Это я, заяка-

попрыгай-ка, а ты кто?» Ребенок отвечает: «А я Петушок Золотой Гребешок

« (называет любой персонаж из сказки) Взрослый продолжает: «Ну- ка, Петя,

выходи, со мной в ложки постучи!» Взрослый играет ребенку на ложках

любой простой ритмический рисунок. Ребенок получает от зайца ложки и

повторяет рисунок за взрослым.

6. Лесенка.

Взрослый читает текст считалки:

Мы по лесенке бежали и ступенечки считали

Раз, два, три -это, верно, будешь ты!

Ребенок, на котором остановилась считалка, повторяет за взрослым предложенный ритм.

Ритмы с выраженным ударением

7. Складовые цепочки или «Музыкальный мяч»

Взрослый предлагает каждому из детей внимательно слушать и повторить за ним «песенку». Педагог пропевает цепочку из 2-х, 3-х гласных звуков, выделяя каждый раз звуки по очереди. Ребенок повторяет.

8. Печем пироги. Педагог поет песенку:

Я пеку, пеку, пеку деткам всем по пирожку

А для милой мамочки испеку два пряничка.

Кушай, кушай, мамочка, вкусные два пряничка.

Пение песни сопровождается хлопками в ладоши («пекут пирожки»). Дети повторяют.

9. Постучи - передай. Педагог пропевает слоги: ба-ба-Ба, бо-бо-Бо, бу-бу-Бу..., более сильным ударом выделяет последний слог. Дети повторяют за педагогом и передают друг другу бубен.

10. Отгадай, кого позову. Взрослый называет имена детей, ритмично хлопая в ладоши, выделяя ударный слог голосом и более сильным хлопком: Всех ребят я уважаю, слог ударный выделяю Таня, Ваня, Петя, Галя, Лена, Нина, Мила, Валя, Коля, Ира, Алексей, И Сережа, и Андрей. Взрослый идет по кругу и помогает детям выделять ударный слог более сильным хлопком, беря их руки в свои. Таким образом он обращает внимание детей на мелодико - интонационную сторону речи. После этого он предлагает отгадать, кого он хочет позвать - Иру или Олега. Он отхлопывает слога - ритмическую структуру одного из двух предложенных имен, выделяя более сильным хлопком ударный слог. Кто из детей первым отгадывает, имя того взрослый включает в следующую пару для отгадывания

12. Речедвигательные упражнения

Эти упражнения проводятся как в сопровождении музыки, так и без нее. Главной задачей является ритмичное исполнение стихотворного текста, согласованное с движениями. Особенностью работы является использование самых простых ритмических рисунков на два, три, четыре счета и музыкального размера 2/4 или 4/4 такими длительностями, как восьмые и четверти, половинки. Упражнения разучиваются поэтапно: сначала отдельно движения, отдельно речевой материал, потом речь соединяется с движениями, и работа идет над согласованным выполнением речедвигательного задания.

В таких заданиях используются различные предметы: мячи, платки, бубен и др. Поскольку двигательные возможности детей в этом возрасте крайне ограничены, а способность координировать движения различных частей тела с речью только начинает формироваться, используются самые примитивные виды движений с предметами: бросание и ловля мяча, передавание или перекатывание мяча друг другу, взмахи платочком вверх - вниз, в стороны.

1. Игра «Хоровод»

Дети берутся за руки, образуют круг. Взрослый читает стихи:
Нынче праздник в огороде, в огороде и в саду
Пляшет овощ в хороводе, напевая на ходу.

Взрослый ведет хоровод и поет (на мотив р.н.п. «Как у наших у ворот»), а дети подпевают ему:

Я иду на огород, я иду на огород, где капуста растет.

Взрослый: «Капуста, какая?»

Дети: «Капуста большая (разводят руки и делают круг шире) и маленькая (сужают круг)»

Взрослый спрашивает: «Где же среди нас капуста? Давайте ее позовем» Дети хлопают в ладоши, зовут капусту: «Капуста» Выходит ребенок в шапочке капусты. Капуста танцует. Таким образом, приглашаются другие овощи.

2. Громко - тихо

Дети стоят в кругу, руки на поясе. Громкому проговариванию соответствует громкое топание ног или хлопки, тихому - тихое.

Ногами - топ, ногами - топ, громко топнем топ-топ-топ! Ногами - топ, ногами - топ, тихо топнем - топ, топ, топ! Руками - хлоп, руками - хлоп, громко хлопнем - хлоп, хлоп, хлоп! Руками-хлоп, руками - хлоп, тихо хлопнем - хлоп, хлоп, хлоп!

3. Игра «Кошка» Педагог читает текст, сопровождая его показом движений. Дети повторяют за ним, двигаясь по кругу:

Осторожно, словно кошка, от дивана до окошка

На носочках я пройду, лягу и в кольцо свернусь.

(дети движутся по кругу на носках « мягким шагом», имитируя движения кошки. На последние слова присаживаются на корточки и сворачиваются «клубочком»).

А теперь пора проснуться, распрямиться, потянуться

Я легко с дивана спрыгну, спинку я дугою выгну.

(дети «просыпаются», поднимают руки вверх, делают прыжок на месте, мягко приземляясь)

А теперь крадусь, как кошка, спинку я прогну немножко.

Я из блюдца молочко полакаю язычком.

(на конец фразы дети поднимают ладошку к лицу и имитируют движения языком).

4. У оленя дом большой

Педагог поет песню, сопровождая пение движениями:

У оленя дом большой

(руки скрещены над головой, изображают рога оленя)

Он глядит в свое окно

(руки по обе стороны лица, изображают окошко)

Зайка по лесу бежит

(прыжки на двух ногах «как зайки»)

В дверь к нему стучит

Тук, тук, дверь открой

(«стучат» в воображаемую дверь)

Там в лесу охотник злой

(показать рукой назад за себя)

-Зайка, зайка, забегай

(манить рукой к себе)

Лапу мне давай (протянуть руки вперед для рукопожатия)

5. Игра «Зайка прыг, зайка скок»

Слова сопровождаются движениями:

Зайка прыг, зайка скок (хлопок-прыжок, хлопок - прыжок)

Провалился потолок (ритмичные шаги на месте)

На пороге Котофей (хлопок-прыжок, хлопок-прыжок)

Стало зайке веселей (ритмичные шаги на месте)

Гоп, гоп, гоп! (прыжки на двух ногах, на одной ножке).

13. Упражнения, развивающие слуховое и речеслуховое восприятие, дыхательные упражнения. Пение.

Эти упражнения воспитывают способность сравнивать и различать звучащие предметы по тембру, силе звучания, высоте, а также сравнивать и различать предъявляемые простые ритмы. У детей формируется способность самостоятельно воспроизводить услышанные ритмы, дифференцировать оппозиционные звуки в слогах и словах, регулировать силу голоса, тембровую окраску голоса, этому помогает обыгрывание художественных образов зверей и птиц из детских песен и попевок.

Важным являются упражнения, развивающие просодический компонент речи и голоса. Каждое из таких упражнений ставит своей целью правильное воспроизведение ребенком за взрослым ударного слога в цепочке слогов, ударного слога в словах с постепенным усложнением из слоговой структуры. Отгадывание одного из двух слов по предложенному взрослым ритмическому рисунку.

Важным в упражнениях на развитие речевого и певческого дыхания является развитие продолжительного, равномерного выдоха у детей, умение формировать сильную воздушную струю через рот.

Пение является методом, регулирующим дыхание, развивающим положительный выдох, а также помогающим развивать мелодико - интонационную сторону речи, полноту звучания и ее выразительности.

Песни подбираются с учетом темпа, диапазона звучания, длительности музыкальных фраз. Таким требованиям отвечают русские народные попевки, песенки - заклички, песни русских и современных авторов для детей младшего дошкольного возраста. Фразы в песнях должны быть короткими, структура слов простая, мелодию песни стараться подбирать в пределах пяти нот первой октавы.

Пение складовых попевок, чистоговорок, песен служит замечательным материалом для развития мышц органов артикуляционного аппарата, формирования устойчивых артикуляционных кинестезии и быстрой переключаемости с одной артикулемы на другую, а также закрепления навыков правильного звукопроизношения.

Благодаря рифмованным текстам и простым мелодиям дети легко схватывают музыкально - ритмический образ слова, речевой фразы.

Условно весь материал данного раздела поделен на четыре части: упражнения на восприятие, различение и воспроизведение ритмов (хлопками, голосом, игрой на музыкальных инструментах) опознание и сравнение между собой различных шумов, звучания музыкальных инструментов и звукоподражаний, а также различение их по высоте, силе и тембру звучания, звуковые цепочки; дыхательные и голосовые упражнения; складовые попевки и пение песен.

14. Упражнения на тренировку основных видов движения, ориентацию в пространстве, координацию движений и регуляцию мышечного тонуса

Сюда входят задания на маршировку и бег в различных направлениях. Все эти упражнения приучают детей ориентироваться в пространстве, закреплять основные понятия, приучают детей менять направления. При выполнении упражнений на регуляцию мышечного тонуса дети учатся чередовать напряжение и расслабление мышц, чему помогает создание ярких образов игры с водой; игры в кукол - неваляшек и петрушек.

МЛАДШАЯ ГРУППА

Ходьба за ведущим

Любая маршевая музыка.

Идем на прогулку.

Дети под спокойную музыку гуляют по залу, не наталкиваясь друг на друга.

Ходьба паровозиком

Дети встают друг за другом, положив рук на плечи. Педагог обращает внимание на то, что «вагончики» не теряются и руки все время должны лежать на плечах у соседа.

Ходьба на носках и парами друг за другом

Ходьба на носках и на пятках. Движения выполняются соответственно каждой части: на тихую музыку - движения на носках; на громкую - на пятках. Игра сопровождается пением.

1 часть - маме надо отдохнуть, маме хочется поспать
я на цыпочках хожу, маму я не разбужу

2 часть - тук-тук-тук, тук-тук-тук-, раздается пяток стук
мои пяточки идут, прямо к мамочке ведут.

5. Падают снег

Падай, падай, падай, снег (движение сверху вниз перед собой). Радуй, радуй, радуй всех.

Водим хоровод

Педагог образует вместе с детьми круг, взявшись за руки. Движение в хороводе по кругу под музыку «Как у наших у ворот». С окончанием музыкальной фразы педагог произносит: «Идем в другую сторону» и меняет направление движения хоровода несколько раз. Следить за тем, чтобы дети правильно двигались в хороводе.

Зайки скачут.

Заяц белый, заяц белый, ты куда за лыком бегал? Заяц белый отвечал: -Я не бегал, а скакал. Дети прыгают под музыку.

Ходьба с высоким подниманием колен под музыку.

Маршировка по кругу.

«ЗИМНИЕ ЗАБАВЫ»

Цель: выполнение ритмичных движений с мячом на счет и под музыку

Задачи:

- развивать торможение двигательного автоматизма; обучать выполнению перестроений под музыку; согласовывать движения в паре; развивать речедвигательную координацию с выполнением движения с предметом;
- развивать речеслуховое восприятие и точность артикуляции.

Вводная часть:

Ходьба с остановками; бег с остановками. Взрослый объясняет, что после 1-го музыкального отрывка перед 2-м нужно остановиться и ждать окончания

музыкальной фразы, а начать движение снова нужно с повтора первого музыкального отрывка. Например, дети идут шагом под маршевую музыку. Со сменой музыкального отрывка они должны остановиться и стоять на месте, возобновив ходьбу под музыку только на начало маршевой музыки. То же самое с бегом под быструю музыку и сменой музыкального отрывка. Перестроение под музыку.

Игра «Ходили в гости» Взрослый просит запомнить, к кому по очереди он ходил

в гости. Задание можно усложнить движением (например, хлопком, притопом, прыжком, «пружинкой»), которое выполняется перед каждым, кого посещал «гость». Затем взрослый просит показать любого из детей, к кому он ходил в гости и какое движение показывал каждому из них.

Речедвигательная игра с мячом «Снежки».

Движения детей сопровождаются текстом. Дети стоят парами напротив друг друга и выполняют движения с мячом:

Раз, два, три, четыре мы с тобой снежок слепили
(перекидывают друг другу мяч)

Круглый, крепкий, очень гладкий

(один из детей катит мяч вокруг себя, присев на корточки)

И совсем, совсем не сладкий

(толкает мяч от себя другому ребенку в паре)

Раз - подбросим, два - поймем, три - уроним, и сломаем

(второй ребенок подбрасывает и ловит мяч, ударяя его об пол, передавая мяч своему партнеру). На слово «сломаем» ребенок, у которого оказался мяч, прячет

его за спину.

Разучивание песни «Тень-тень –по тетень»

Итог занятия: выход детей из зала под музыку.

«НАШИ ЛЮБИМЫЕ ИГРУШКИ»

Цель: активизировать подражательную деятельность детей в играх со взрослыми.

Задачи:

учить ориентироваться в пространстве; находить свое место;

учить подражать действиям взрослого, сопровождая их звукоподражаниями; закрепить за звуками А, У образы - символы;

развивать двигательную, зрительную, слуховую память;

развивать мимическую и артикуляционную моторику и продолжительность речевого, направленного выдоха.

Организационный момент: дети под музыку входят в зал и останавливаются каждый у стула с игрушкой. Основная часть:

«Играем в прятки!»

Дети сидят на стульях, у каждого в руках игрушка. Со словами взрослого: «Где, где у Юли киса? Нет у Юли кисы» - названный ребенок прячет свою игрушку под стул и разводит руками, повторяя за взрослым: «Нет кисы». (здесь взрослый дает образец действий с игрушкой для ребенка. Он также сидит на стуле и прячет свою игрушку, сопровождая действия словами). Важно, чтобы ребенок правильно повторил за взрослым образец ответа.

«Позови игрушку сам»

Педагог говорит: «Я сейчас позову свою игрушку, может она появится?»

Хлопает в ладоши, зовет: «Пе-тя, Пе-тя, иди сюда!» Каждый из детей по очереди зовет свою игрушку, хлопая в ладоши, деля слово на слоги.

«Кто быстрее найдет свою игрушку?»

Дети оставляют свои игрушки на стульях, и запоминают. Кто где сидит (стулья в кругу). С началом музыки дети встают со стульев и свободно двигаются по залу, не наталкиваясь друг на друга. С окончанием музыки дети быстро возвращаются на свое место, быстро поднимая вверх свою игрушку. После этого каждый отвечает на вопрос, обращенный к ребенку.

«Где киса?» Ответ: «Вот киса»

«Со мною играй, за мной повторяй!»

Дети стоят за стульями свободно. Педагог стоит в центре круга и произносит слова стихотворения, сопровождая их действиями:

Мы играем на гармошке-ля, ля (2 р.)

Громко хлопаем в ладошки-хлоп, хлоп!

Головой слегка качаем - кач, кач!

Ручки кверху поднимаем - тач, тач! (руки не опускать)

Мы в ладошки - хлоп, хлоп,

А ногами - топ, топ.

Вниз ладошки опускаем - отдыхаем, отдыхаем.

Завершение игры: каждому из детей предлагается послушать число хлопков.

На свое

место садится тот, кто верно повторит число хлопков (не более трех).

«Путешествие на самолете, поезде, теплоходе»

Детям предлагается сесть на самолет (раскинув руки - крылья) и повторять, сидя на стуле, движения за педагогом, сопровождая соответствующие действия звукоподражанием.

Самолет летит, самолет гудит-у-у-у-у я лечу в Москву!

Как гудит, Юля, твой самолет? А как гудит, Паша, твой самолет? ...

Задать вопрос: «Что делаешь в самолете?»

Ответ ребенка: «Лечу!»

Дальше поехали на поезде:

Поезд мчится во весь дух - чух, чух,

Он колесами стучит - тух, тух,

Он пытит, он гудит - у-у-у.

Аналогичные вопросы про поезд детям, что и про самолет.

«Игрушки устали»

Под звуки колыбельной музыки каждый из детей укачивает свою игрушку, сопровождая укачивание пением: «А-а-а-а». Педагог обращается к каждому из детей: «Юля, как ты укачиваешь кису?» Ребенок показывает, сопровождая действие пением. -Оставим игрушки спать, а сами пойдем делать зарядку для языка.

«Волшебный лес».

(упражнение для мышц плечевого пояса, мимических и артикуляционных мышц лица)

Мы оказались в волшебном лесу. Давайте посмотрим, как тут красиво!

Поворачиваем голову вправо, влево. И снова вправо, влево. А теперь подняли голову вверх, опустили, смотрим под ноги - вниз, и опять вверх, вниз. Голова движется по кругу медленно сначала в одну сторону, затем в другую. Теперь движутся только глаза, голова остается на месте. Следим за тем, как кружится листочек под музыку вальса. Одновременно поднимаем и опускаем плечи.

Набежали серые тучи. Нахмурьте брови. Вдруг небо стало светлеть.

Удивитесь и поднимите брови вверх. Яркое солнышко выглянуло - обрадуйтесь и улыбнитесь. Прищуримся, посмотрим на солнышко вот так: оба глаза, а теперь поочередно. Подул осенний ветер (детям раздать полоски нарезанной бумаги) Дети дуют на бумагу.

« Песенка про солнышко» Пение гласных звуков.

« Игра с куклой» Дети стоят в кругу, у педагога в руках кукла или любая другая игрушка. Дети зовут куклу, сопровождая пение движением рук, как бы подзывая ее к себе. «Кукла» выбирает понравившегося ей ребенка и танцует с ним в кругу, остальные дети хлопают.

Заключение: построение паровозиком друг за другом, выход из зала.

15. Упражнения для развития выразительности мимики, жеста и движения

Цель: Сформировать умения и навыки активно пользоваться мимическими мышцами, жестом в соответствии с ситуацией.

Показ педагога. Надуть щёки, втянуть щёки. Закрыть глаза поочерёдно, сощурить глаза, поднять брови, опустить, сдвинуть. Раздвинуть. Приложить палец к губам – тихо, развести руки в недоумении.

Цель: Развивать и тренировать умения и навыки детей. Распознавать эмоциональное состояние по его мимике. Педагог выражает мимикой различные эмоциональные состояния. В процессе выполнения задания необходимо побуждать детей к развёрнутому описанию демонстрируемых педагогом эмоциональных состояний человека. Пиктограммы.

Цель: Формировать у детей воображение, выразительные средства мимики, жестов, движений.

Педагог предлагает ситуацию (выполняет задания вместе с детьми): Мама заснула, вы идёте по комнате очень тихо, стараетесь её не разбудить. Смотрите на спящую маму ласково. Вдруг кошка прыгнула. Погрозите ей пальцем, посмотрите на неё строго: «Не шуми – разбудишь маму!». Опять тихо пошли мимо мамы, она спит. Мама проснулась – улыбнулись маме.

Цель: Формировать у детей воображение, выразительные средства мимики, жестов, движений.

Представьте себе, что вы выглянули в окно, а солнышко очень ярко светит. Вы сощурились, солнышко за тучку спряталось – лицо у вас спокойное. Опять солнышко выглянуло – поднесите руку ко лбу, посмотрите на солнышко из под руки. Улыбнитесь солнышку, а потом друг другу.

Цель: Формировать у детей воображение, выразительные средства мимики, жестов, движений.

Представьте себе, что мы пошли в лес за грибами. В руках у нас корзиночка. Будьте внимательны: грибы не всегда растут на видном месте, они прячутся под листочками, под кусточками. Ищите внимательно: разгребаем листья, заглядываем за пеньки, нагибаемся ниже, не мешаем друг другу. Нашли грибок – обрадовались. Ищем - лица сосредоточенные, внимательные. Опять нашли – вот сколько грибов! Пора домой. Корзинки полны грибов – тяжело. Возвращаемся медленно - мы устали. Как нам обрадовались дома! Как нам рады! И мы улыбнулись.

Цель: Формировать у детей выразительные средства мимики, жестов и движений.

Нам нужно пройти по улице, а кругом лужи. Осторожно, не промочите ноги! Лужи можно перепрыгивать, обходить. Старайтесь не обрызгать друг друга. Ой! В лужу попали! Испугались, но ничего страшного – вот и лужи кончились, ноги не промочили! Отряхните себя. Улыбнитесь друг другу.

Цель: Формировать у детей воображение, выразительные средства мимики, жестов и движений.

Представьте себе, что мы с вами пришли в сад. Посмотрите, как много яблок на ветках, какие они красивые! Но они высоко висят. Попробуем сорвать яблоко. Потянулись, встали на носочки, руки подняли – не достали, огорчились.

А теперь подпрыгнем, потянемся – достали по яблоку. Откусили – кислое, сморщились. Опять потянулись, подпрыгнули – достали спелое красивое яблоко. Попробовали – сладкое, вкусное. Улыбнулись.

Цель: Формировать у детей воображение, выразительные средства мимики, жестов и движений.

Представьте себе, что вы маленькие ростки и постепенно начинаете расти. Сначала росток тоненький, слабенький, но он растёт, набирает силу.

Выросло большое, сильное дерево. Подул ветер – дерево качнулось, подул сильный ветер – дерево закачалось, но выдержало. Ветер утих, выглянуло солнышко. Какие стоят большие, сильные деревья! Целая роща! Улыбнитесь им!

Цель: Формировать у детей воображение, выразительные средства мимики, жестов и движений.

Представьте себе, что вы спите, и вам снится хороший сон – вы улыбаетесь. Но мама вас будит: пора в детский сад. У вас недовольное, капризное лицо: очень хочется спать. Но постепенно вы просыпаетесь: потянулись, оглянулись, проснулись. Солнышко в окно светит, птички поют, мама улыбается, и вы улыбаетесь маме.

Цель: Формировать у детей воображение, выразительные средства мимики, жестов и движений.

Представьте себе, что нашу группу позвали в медицинский кабинет на прививку. Покажите, как вы идёте к медицинской сестре. Не очень хочется идти, будет немного больно. Вы увидели шприц, хотели заплакать, но вас укололи так быстро, что вы не успели испугаться. Вот какие вы смелые! А теперь покажите, как вы идёте, когда ничего не боитесь. Вы смелые и весёлые. Улыбнитесь друг другу!

Цель: Формировать у детей воображение, выразительные средства мимики, жестов и движений.

Представьте себе, что вы большие, сильные спортсмены. Покажите, какие у вас мускулы, подойдите к тяжёлой гире. Поднять гирию силачу совсем нетрудно, поднимите её и вы с улыбкой, без напряжения.

А теперь представьте себе, что вы хилые и слабые и вам нужно поднять ту же гирию. Вы смотрите на неё с испугом, с трудом сдвигаете с места. Устали, вытираете пот со лба.

И опять вы – силачи, с лёгкостью поднимаете уже две гири. Вот как важно заниматься спортом! Улыбнитесь друг другу.

Цель: Формировать у детей воображение, выразительные средства мимики, жестов и движений.

Представьте себе, что мы идём по улице. Осторожно, очень скользко!

Кругом лёд – не поскользнитесь! Чуть не упали. Замёрзли руки – отогреем, замёрзли ноги – потопаем.

Не помогает. Очень замёрзли и вернулись домой. Постепенно согреваетесь. Согрелись? Улыбнулись!

Цель: Формировать у детей воображение, выразительные средства мимики, жестов и движений.

Представьте себе, что мы гуляем на улице, катаемся на санках. Везём санки в гору. Гора высокая. Сначала легко, затем всё тяжелее и тяжелее. Дошли до вершины. Уф, устали! Помахали тем, кто внизу. Съехали вниз на санках.

Сначала страшно, а потом весело. Как хорошо кататься на санках!

Улыбнитесь друг другу.

Цель: Формировать у детей воображение, выразительные средства мимики, жестов и движений.

Сегодня мы будем играть в снежки. Снег мягкий. Взяли в руки снег, слепили снежок, размахнулись, бросили, попали в цель. Ещё слепили, ещё раз бросили. Цельтесь лучше! Вот какие мы меткие! Порадуйтесь вместе!

Цель: Формировать у детей воображение, выразительные средства мимики, жестов и движений.

Вспомните мультфильм «Ну погоди»...! Вы сразу все заулыбались.

Покажите, как ходит зайчик. Какое при этом у вас выражение лица? – Вы улыбаетесь. А теперь, покажите, как ходит волк и какое у вас выражение лица? – сердитое.

Покажите, как испугался заяц, когда его ловит волк. Покажите, как волк грозит зайцу.

Улыбнитесь – всё в мультфильме закончилось хорошо.

Цель: Формировать у детей воображение, выразительные средства мимики, жестов и движений.

Представьте себе, что мы с вами большие, блестящие, сверкающие сосульки. Все сосульки важные, переливаются, гордятся собой, но вот, выглянуло солнышко и начало пригревать. Сосульки начали постепенно таять. Они уже не такие важные, заволновались. Солнышко припекает сильнее, сосульки тают, тают, тают.

Покажите, как сникли сосульки, становятся всё меньше, меньше – и растаяла. Подул холодный ветер, солнышко не припекает. Сосульки опять выросли и переливаются. Посмотрите, какие вы замечательные сосульки! Улыбнитесь друг другу!

Цель: Формировать у детей воображение, выразительные средства мимики, жестов и движений.

Представьте себе, что в комнате неожиданно выключили свет, стало очень темно – ничего не видно. Вы испугались. Идём по комнате: руки вперёд, чтобы на что-нибудь не наткнуться, глаза постепенно привыкают к темноте. Вам уже что-то видно и не так уже страшно. Но вот свет вспыхнул – вы сощурились, привыкаете к яркому свету. Ничего страшного нет. Нам весело. Улыбнитесь!

Цель: Формировать у детей воображение, выразительные средства мимики, жестов и движений.

Мы сегодня будем маме вышивать подарок. Давайте вденем нитку в иголку. Нужно попасть в тонкое ушко. Лица ваши сосредоточенны. Получилось, потянули ниточку – завязали узелок. Начали вышивать. Как красиво получается! Полюбуйтесь своей работой. Покажите, как вы улыбаетесь маме.

Цель: Формировать у детей воображение, выразительные средства мимики, жестов и движений.

Встаньте в круг, посмотрите: у меня в руках воображаемое ведро с водой. Я передам это ведро осторожно, чтобы не разлилась вода, своему соседу. Ведро тяжёлое, передавайте его друг другу так же осторожно. Лица сосредоточенны, вы сгибаетесь под тяжестью ведра. Все передали ведро, оно вернулось ко мне, я его поставлю в этот уголок. А теперь у меня в руках маленький котёнок. Так же осторожно передавайте его друг другу. Какой пушистый маленький котёнок! Как вы ему улыбнётесь? Теперь он у меня на руках. Я его положу на стул. Пусть он здесь поспит.

Цель: Формировать у детей воображение, выразительные средства мимики, жестов и движений.

У вас в руках мячи. Изобразите, как вы играете с мячом. Подбрасывайте вверх, ударяйте о стену, ловите, стучите ладонью по мячу. Когда он

подпрыгивает, вы радуетесь. Но вдруг мяч укатился, вы огорчились, подняли мяч. Поиграйте в мяч со своим другом. Бросайте друг другу. Не уроните мячи! Какая интересная игра! Улыбнитесь друг другу.

Цель: Формировать у детей воображение, выразительные средства мимики, жестов и движений.

- Покажите, пожалуйста, как мама укачивает ребёнка, как она при этом на него смотрит, поправляет одежду, улыбается ему.

Цель: Формировать у детей воображение, выразительные средства мимики, жестов и движений.

- Покажите, как вы прощаетесь с мамой. Вы уезжаете, а мама остаётся.

- Покажите, как вы встречаетесь с мамой, как вы ей рады.

Цель: Формировать у детей воображение, выразительные средства мимики, жестов и движений.

Представьте себе, что пошёл дождь. Нужно открыть зонтик, а он никак не открывается – вы сосредоточены и огорчены.

Но вот зонтик открылся, и вы стоите под зонтом. Вдруг налетел сильный ветер и стал вырывать у вас зонтик. Ещё чуть-чуть – и зонт улетит. Вы сопротивляетесь, тянете зонт к себе.

Ветер стих, дождь кончился, вы складываете зонт и улыбаетесь.

Цель: Формировать у детей воображение, выразительные средства мимики, жестов и движений.

Встаньте парами, повернитесь лицом друг к другу. Покажите, что вы поссорились и обиделись друг на друга. Вы сердитесь, всё больше и больше, но вот кто-то из вас улыбнулся – и вы помирились. Улыбнитесь друг другу.

Цель: Формировать у детей воображение, выразительные средства мимики, жестов и движений.

Встаньте парами, повернитесь лицом друг к другу. Сейчас один из вас будет в кавычках зеркалом: надо повторять все движения того, кто стоит перед зеркалом. Старайтесь движения повторять точно.

Затем поменяйтесь: зеркало станет ребёнком, а ребёнок – зеркалом.