

Чувылкина Ольга Владимировна

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Айдарская средняя общеобразовательная школа имени
Героя Советского Союза Бориса Григорьевича Кандыбина
Ровеньского района Белгородской области»**

«Использование здоровьесберегающих технологий в певческой деятельности дошкольников»

**Автор опыта:
Чувылкина О.В.
музыкальный руководитель,
муниципальное бюджетное
общеобразовательное учреждение
«Айдарская средняя общеобразовательная школа
имени Героя Советского Союза
Бориса Григорьевича Кандыбина
Ровеньского района Белгородской области»**

**с. Айдар
2022 год**

Содержание:

I. Информация об опыте	3
II. Технология опыта	9
III. Результативность опыта	14
IV. Библиографический список	17
V. Приложения к опыту	18

1. Информация об опыте

1.1 Условия возникновения и становления опыта

Становление педагогического опыта «Использование здоровьесберегающих технологий в певческой деятельности дошкольников» осуществлялось в условиях структурного подразделения «Детский сад» муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Айдарская средняя общеобразовательная школа им. Героя Советского Союза Бориса Григорьевича Кандыбина Ровеньского района Белгородской области».

Обучение и воспитание детей в учреждении проводится по основной образовательной программе дошкольного образования, которая разработана на основе программы «От рождения до школы» под редакцией Н.Е. Вераксы, М.А. Васильевой.

На формирование опыта оказало влияние:

- установление новых требований к состоянию здоровья детей в рамках современных образовательных стандартов;
- внедрение в план ДОО проектной деятельности по теме: «Использование здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательном процессе ДОО»;
- информационно-практический материал по здоровьесбережению дошкольников в ДОО, прослушанный на курсах повышения квалификации.

Гипотеза: реализация здоровьесберегающих технологий в певческой деятельности дошкольников станет эффективным средством сохранения и укрепления здоровья субъектов образовательного процесса, если:

- учитываются состояние здоровья ребенка и его индивидуальные психофизиологические особенности при выборе форм, методов и средств обучения;
- ведется структурирование занятия в зависимости от уровня умственной работоспособности воспитанников;
- используются здоровьесберегающие элементы для сохранения работоспособности и расширения функциональных возможностей организма ребенка.

1.2 Актуальность опыта.

От состояния здоровья детей во многом зависит благополучие общества. Факторы, агрессивно воздействующие на хрупкие детские организмы: экологические проблемы, некачественное питание, эмоциональный дискомфорт,

Несмотря на тенденцию возрождения в российских семьях здорового образа жизни, активную его пропаганду в средствах массовой информации, большинство родителей не заботятся в должной мере о здоровье своего

ребенка, не прививают ему любви к окружающим людям, самому себе. А ведь именно в дошкольном возрасте, интенсивно развиваются все органы и системы человека.

Дошкольный возраст – самый благоприятный период для формирования и развития певческого голоса. Каждый человек, родившись, получает от матушки-природы драгоценный и великий дар — особого качества музыкальный инструмент — голос. Некоторые педагоги считают, что именно он способен стать основой, фундаментом всей музыкальной культуры человека в будущем. Необходимо лишь научиться правильно владеть этим инструментом. Пение – один из самых любимых детьми видов музыкальной деятельности, который может дать им очень много. В нем заключен большой потенциал эмоционального, музыкального и познавательного развития. Музыкальный образ песни, благодаря словесному тексту, становится понятным и близким детям. Это развивает у них эмоциональную отзывчивость на музыку-главную составляющую музыкальности. В пении, как ни в каком другом виде музыкальной деятельности, очень успешно и быстро развивается интонационный звуковысотный слух – одна из основных музыкальных способностей, без которой музыкальная деятельность невозможна вообще. Развиваются и все другие музыкальные способности – тембровый и динамический слух, музыкальное мышление, музыкальная память. В пении происходит и общее развитие ребенка – формируются психические функции, развивается речь, происходит накопление знаний об окружающем, ребенок учится взаимодействовать со сверстниками. Пение в хоре объединяет детей, создает условия для их положительного эмоционального общения, улучшает самочувствие, укрепляет здоровье. Очевидно воздействие пения на физическое развитие детей. Влияние музыки на организм человека установили физиологи В.М. Бехтерёв, И.П. Павлов. Пение с движениями формирует хорошую осанку, координирует ходьбу.

Пение влияет на общее состояние организма ребёнка, вызывает реакции связанные с изменением и улучшением кровообращения (а значит и улучшение обмена веществ), дыхания (значительно сокращается частота заболеваний дыхательной системы, носоглотки). Процесс пения помогает ребенку приобрести определенные навыки в развитии голоса, способствует формированию личности, развитию музыкального вкуса, содействует укреплению здоровья (развивает дыхательные мышцы, благотворно влияет на нервную систему), помогает устранению дефектов речи. В пении происходит общее развитие ребенка – формируются его высшие психические функции, развивается речь.

Правильно поставленное пение организует деятельность голосового аппарата, укрепляет голосовые связки, развивает приятный тембр голоса. Правильная поза влияет на равномерное и более глубокое дыхание. Пение, развивая координацию голоса и слуха, улучшает детскую речь.

Опираясь на исследования и опыт ведущих музыкантов–теоретиков и практиков, широко используя новейшие достижения музыкальной педагогики, выстроила систему развития певческих навыков детей дошкольного возраста.

В основе работы по развитию певческих навыков лежат идеи детского музыкального воспитания К. Орфа, Емельянова В.В., а также методические рекомендации Орловой Т.М., Бекиной С.М. и других современных педагогов

На музыкальных занятиях для обучения детей пению используются различные педагогические технологии: личностно-ориентированного взаимодействия педагога с детьми, игровые технологии, исследовательской деятельности, развивающего, проблемного обучения, информационно-коммуникативные и др. Это, несомненно, позволяет повысить эффективность и качество обучения, способствует развитию на занятиях творческого мышления, активизирует самостоятельную деятельность обучающихся. Но самыми востребованными технологиями в развитии певческих навыков являются здоровьесберегающие.

Забота о здоровье детей – важнейшая задача всего общества. Данная задача должна осуществляться не только родителями, но и педагогами образовательных учреждений начиная с дошкольного возраста. Здоровьесберегающие технологии (дыхательная гимнастика, распевки, артикуляционная гимнастика, игровой самомассаж и др.), используемые на занятиях музыкой при подготовке к пению, помогают развивать музыкальные способности детей, укреплять здоровье и являются одним из средств физического развития ребенка.

1.3 Ведущая педагогическая идея опыта

Моя задача, как музыкального руководителя – создать полноценные условия для сохранения здоровья детей, развить интерес к занятиям, включающим здоровьесберегающие технологии, внедрить эти технологии в ежедневный образовательный процесс и закрепить навыки и умения детей с целью улучшения физического здоровья, голосовых и музыкальных данных, а так же здоровья психики ребенка и комфортного состояния в образовательном процессе.

Данные аспекты и являются актуальностью выбранной темы.

1.4 Длительность работы над опытом

Работа над опытом началась на базе «Айдарская средняя общеобразовательная школа им. Героя Советского Союза Бориса Григорьевича Кандыбина Ровеньского района Белгородской области» и охватывает период с 2020 по 2022 год.

1.5 Диапазон опыта

Сущность (значение) опыта: музыка - это одно из средств физического развития детей. Музыкальное развитие очень важно для любого ребенка. И это совсем не означает, что из малыша с пеленок необходимо растить гениального музыканта, но научить его слушать, понимать музыку, наслаждаться ей - в наших силах. Музыка, воспринимаемая слуховым рецептором, воздействует не только на эмоциональное, но и на общее физическое состояние человека, вызывает реакции, связанные с изменением кровообращения, дыхания. Это заключение и послужило толчком для создания опыта работы, соединяющей традиционные музыкальные занятия с оздоровительными мероприятиями.

1.6 Теоретическая база опыта

Теоретической базой наряду с программой «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Веракса, Т. С. Комарова, М. А. Васильева.

Основа данного опыта базируется на программах и методических пособиях:

по музыкальному воспитанию: «Методика музыкального воспитания в детском саду» Н. Ветлугиной, «Праздник каждый день» И. Каплуновой, «Музыкальное воспитание в детском саду» М. Зацепиной, «Музыкальное воспитание дошкольников» О. Радыновой, Программа «Элементарное музицирование с дошкольниками» Т. Тютюнниковой, Программа «Ритмическая мозаика», «Топ-хлоп, малыши» А. Бурениной; технологии Е. Железновой «Ритмика для малышей», «Пальчиковые игры», «Развивающие музыкальные игры», «Игры для здоровья», Т. Лобановой «развивающие игры, как здоровьесберегающая основа», В. В. Емельянов «Фонопедическое развитие голосового аппарата», Е. А. Алябьева «Коррекционные занятия», А. П. Зарина «Музыка и движения в коррекционной работе»

по воспитанию здорового ребенка : «Как воспитать здорового *ребенка*» В. Алямовской, «Оздоровительные игры для дошкольников и младших школьников» А. Галанова, «Развивающая педагогика оздоровления» В. Кудрявцева, «Театр физического развития и оздоровления» Н. Ефимова, Программа оздоровления дошкольников «Зеленый огонек здоровья» М. Картушиной, «Дыхательная гимнастика» А. Стрельниковой. «Психогимнастика» М. Чистяковой.

В. М. Бехтерев доказал, что музыка может вызывать и ослаблять возбуждение организма.

В «Теории и методике воспитания в детском саду» Н. Ветлугина пишет, что пение развивает голосовой аппарат, речь, укрепляет голосовые связки, регулирует дыхание. Ритмика улучшает осанку ребёнка, координацию, уверенность движений. Развитие эмоциональной отзывчивости и музыкального слуха помогают активизировать умственную деятельность.

Таким образом, музыка – это одно из средств физического развития детей.

Здоровье ребёнка, как говорится во Всемирной организации здравоохранения, - это не только отсутствие болезней и физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие. Поэтому оздоровление детей в последнее время становится приоритетным направлением в работе многих ДОУ.

1.7. Новизна опыта

Новизна опыта заключается в проблеме развития певческих навыков дошкольников в процессе вокального пения.

Основой является организация самого процесса обучения пению, который включает в себя формирование и развитие певческих навыков и певческого голоса, а также помогает:

- накопить музыкальные впечатления и слуховой опыт, развить музыкальный слух;
- научиться петь, т.е. пользоваться своим голосом;
- приобщиться к искусству пения и испытать на себе его оздоровительные возможности.

Кроме того, сам процесс формирования и развития певческого голоса оказывает на детей всестороннее воздействие:

- способствует развитию музыкальных способностей: мелодического и метроритмического слуха, ладового чувства, музыкальной памяти и т. д;
- активизирует работу левого (логического) и правого (образного) полушарий мозга, что проявляет повышение работоспособности, улучшение настроения, активизирует внимание; развивает и укрепляет дыхательную систему, что особенно важно в детском возрасте;
- создает благоприятные условия для формирования общей музыкальной культуры;
- естественным образом тренирует мышцы гортани, голосовые связки;
- улучшает тембр голоса, что содействует выразительности речи и пения;
- расширяет диапазон голоса, речевые и певческие возможности;
- приводит к тому, что голос ребенка становится более устойчивым и выносливым – не срывается, не дрожит и выдерживает длительную речевую нагрузку;

Элементом новизны данного опыта также является «Игровое пространство» - развивающая предметная среда, которая используется для развития певческих навыков в самостоятельной музыкальной деятельности. Кроме традиционных музыкальных инструментов: ложек, бубнов, барабанов и т. д. в музыкальных групповых уголках появились инструменты – самоделки по К. Орфу; дидактические игры «Птички на проводах», «Поющие часы», «Согласные звуки», рекомендованные пособием М. Карпушиной; СД с записями музыкального материала использованного на утренниках и развлечениях (песни, танцы, музыкальные игры), что дает возможность детям самостоятельно организовать сюжетно – ролевые игры «Музыкальный

магазин», «Музыкальное занятие», «Праздничный концерт», «Песня в подарок на день рождения», «Новая волна», «Голос» и т. д.

Элементом новизны данного опыта является использование игровых ситуаций и упражнений, пальчиковых гимнастик, речевых зарядок во всех видах музыкальной деятельности дошкольников.

Рассмотрение сущности опыта (ведущие идеи, задачи, направления, подходы, принципы). Методология опыта.

Особенность опыта состоит в том, что используя игровую методику обучения пению для развития певческих навыков старших дошкольников, музыкальный руководитель становится участником игры. Эмоциональность и выразительность педагога необходима при показе игровых упражнений, т. к. она облегчает подражание, заряжает детей.

Педагогу необходимо уметь гибко изменять свою позицию: то становясь участником игры, то наблюдателем, незаметно руководя, при этом, не заставляя детей, не оценивая с другими.

Цель моей работы: развить певческие навыки старших дошкольников в процессе вокального пения.

Основные задачи: формировать у детей певческие умения, навыки, способствующие выразительному исполнению; учить детей исполнять песни с помощью педагога и самостоятельно, в сопровождении и без сопровождения инструмента, на занятиях и вне их. Развивать слух, приучать слышать правильное и неправильное пение, высоту звуков, их длительность, направление движения мелодии, слышать себя во время пения, замечать и исправлять ошибки. Развивать голос, формируя естественное детское звучание, укрепляя и расширяя певческий диапазон. Помогать проявления творческих способностей, самостоятельному использованию знакомых песен в играх, хороводах, игре на детских музыкальных инструментах.

Главным принципом своей работы я считаю стремление доставить детям радость от занятий, от процесса пения. Известно, что «Учиться надо весело» и учиться петь нужно радостно, иначе никакие приемы не помогут достичь желаемого результата.

1.8 Характеристика условий, в которых возможно применение данного опыта

Данный опыт может быть использован музыкальными руководителями детских садов по развитию певческих навыков у детей старшего дошкольного возраста. Музыкальные руководители дошкольных учреждений обратят внимание на использование артикуляционных гимнастик, игр и упражнений, развивающих речевое и певческое дыхание, развивающих игр с голосом, речевых зарядок и т.д.

Заинтересовать педагогов может нетрадиционный показ и разучивание новой песни, применение игровых способов координации слуха и певческого голоса. Педагог должен помнить, что он сам должен уметь творить, не бояться экспериментировать и быть самому в какой – то степени ребенком.

II. Технология опыта

Цель: обеспечение положительной динамики в развитии певческих навыков у детей старшего дошкольного возраста с помощью здоровьесберегающих технологий.

Задачи:

- Развивать певческие навыки у детей старшего дошкольного возраста с использованием здоровьесберегающих технологий, исходя из возрастных особенностей детей;
- Способствовать сотрудничеству с родителями в вопросах приобщения детей к здоровому образу жизни;
- Развивать певческий голос, укреплять и расширять диапазон певческого голоса с помощью здоровьесберегающих технологий;
- Обучать детей исполнению песен: на занятиях и в быту, с помощью воспитателя и самостоятельно, с сопровождением и без сопровождения музыкального инструмента;
- С помощью здоровьесберегающих технологий повысить адаптивные возможности детского организма (активизация защитных свойств, устойчивости к заболеваниям)
- Повышать с помощью здоровьесберегающих технологий адаптивные возможности детского организма (активизировать защитные свойства, устойчивость к заболеваниям);
- Способствовать всестороннему духовному и физическому развитию детей с использованием здоровьесберегающих технологий.

В основе обучения детей пению использую следующие общепедагогические принципы: воспитывающего обучения, доступности, постепенности, последовательности и систематичности, наглядности, сознательности, прочности. Все эти принципы выполняются постоянно и одновременно.

При обучении детей пению развиваю все вокальные навыки: вокальные установки, звукообразование, дикцию, дыхание, чистоту интонации. К тому же пение положительно влияет на здоровье и развитие ребенка: активизирует умственные способности, развивает эстетическое и нравственное представление, слух, память, речь, чувство ритма, внимание, мышление, укрепляет лёгкие и весь дыхательный аппарат.

Работая с детьми, я постоянно слежу за соблюдением правил по охране голоса, за тем, чтобы ребята пели естественным голосом, не форсируя звуки, не говорили слишком громко. Крик, шум портят голос, притупляют слух и отрицательно влияют на нервную систему детей. Не следует позволять детям исполнять песни с большим диапазоном.

На музыкальных занятиях перед разучиванием или исполнением песен провожу работу по подготовке голосового аппарата и всего организма к

данному виду музыкальной деятельности. На своих занятиях я использую гимнастику, дыхательные упражнения, распевание.

Данные упражнения позволяют полностью подготовить голосовой аппарат и весь организм детей к работе над песней, что предотвращает перенапряжение неокрепших голосовых связок в процессе пения. Детям становится проще, разучивать и исполнять песни, так как активизируются все вокальные навыки и музыкальный слух. К тому же в процессе выполнения данных упражнений укрепляется здоровье детей.

Система музыкально-оздоровительной работы предполагает использование на каждом музыкальном занятии следующих здоровьесберегающих технологий:

Валеологические распевки, которые задают позитивный тон, улучшают эмоциональный климат на занятии, поднимают настроение, подготавливают голос к пению. В практике моей работы песни-распевки имеют здоровьесберегающую направленность. Распевки предупреждают заболевания верхних дыхательных путей, укрепляют хрупкие голосовые связки детей. (Приложение 1)

В работе над развитием певческих навыков мне большую помощь оказывают методические пособия "Методика музыкального воспитания в детском саду" Ветлугиной Н.А. и «Система музыкально-оздоровительной работы в детском саду: занятия, игры, упражнения» О.Н. Арсеновской.

Дыхательная гимнастика – управление всеми фазами акта дыхания через тренировку дыхательных мышц и регулировку работы дыхательного центра. Периферические органы слуха, дыхания, голоса, артикуляции неразрывно связаны и взаимодействуют между собой под контролем центральной нервной системы. На Музыкальных занятиях включаю несложные упражнения дыхательной гимнастики А.Н. Стрельниковой, которые повышают показатели диагностики дыхательной системы, развития певческих способностей детей. (Приложение 2)

Упражнения на развитие дыхания играют важную роль в системе оздоровления дошкольников. Если у ребенка ослабленное дыхание, то оно не дает ему полностью проговаривать фразы, правильно строить предложения, даже петь песни – приходится вдыхать воздух чаще.

Основные **задачи** дыхательных упражнений на музыкальных занятиях:

- Укреплять физиологическое дыхание детей (без речи).
- Формировать правильное речевое дыхание (короткий вдох – длинный выдох).
- Тренировать силу вдоха и выдоха.
- Развивать продолжительный вдох.

Пение с предшествующей дыхательной гимнастикой оказывает на детей психотерапевтическое, оздоравливающее и даже лечебное воздействие: положительно влияет на обменные процессы; способствуют восстановлению центральной нервной системы; улучшает дренажную функцию бронхов; восстанавливает нарушенное носовое дыхание; исправляет развившиеся в

процессе заболеваний различные деформации грудной клетки и позвоночника.

Артикуляционная гимнастика – выработка качественных, полноценных движений органов артикуляции, подготовка к правильному произнесению фонем. Артикуляционные гимнастики Е. Косиновой, В. Цвынтарного, Т. Куликовской способствуют тренировки мышц речевого аппарата. В результате этой работы повышаются показатели уровня развития речи детей, певческих навыков, улучшается музыкальная память, внимание.

Для правильного звукообразования большое значение имеет четкая работа голосового аппарата (нижней челюсти, губ, мягкого неба с маленьким язычком), поэтому для достижения этой цели на каждом занятии провожу разминку – артикуляционную гимнастику по системе Емельянова В.В. Эти упражнения не только развивают певческий голос, но и способствуют его охране, укрепляют здоровье ребенка.

В артикуляционную гимнастику входит:

- работа с языком (покусать кончик языка, пожевать язык попеременно левыми и правыми боковыми зубами, пощелкать язычком в разной позиции, вытянуть язык, свернуть в трубочку и т.д.);
- с губами (покусать зубами нижнюю и верхнюю губу, оттопырить нижнюю губу, придав лицу обиженное выражение, поднять верхнюю губу, открыв верхние зубы, придав лицу выражение улыбки), массаж лица от корней волос до шеи собственными пальцами.

Упражнения на артикуляцию детям интересны, доступны, проводятся в игровой форме. Игровая ситуация усиливает интерес детей к певческой деятельности, делает более осознанным восприятие и содержание песни. (Приложение 3).

Артикуляционные упражнения бывают беззвучными и с участием голоса. На моих музыкальных занятиях эти упражнения проводятся под счет с хлопками под музыку, а так же в сочетании с дыхательно-голосовыми упражнениями. Артикуляционная гимнастика не должна быть утомительной и продолжаться не более 3-х минут перед пением. Упражнения выполняем с детьми сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, ноги и руки находятся в спокойном положении. Ребенок должен хорошо видеть лицо взрослого и, если есть возможность, свое лицо в зеркале.

Оздоровительные и фонетические упражнения. Разработки В. Емельянова, М. Картушиной способствуют развитию носового, диафрагмального, брюшного дыхания, стимулированию гортанно-глоточного аппарата и деятельности головного мозга. В работе используются упражнения для горла, интонационно – фонетические (корректируют произношения звуков и активизируют фонетический выдох) и голосовые сигналы доречевой коммуникации, игры со звуком. (Приложение 4).

Игровой массаж. Приемы массажа полезны не только больному, но и здоровому человеку. Делая самомассаж определенной части тела ребенок воздействует на весь организм в целом, развивает у человека позитивное

отношение к собственному телу. Использование игрового массажа М. Картушиной, А. Галанова, А. Уманской повышает защитные свойства верхних дыхательных путей и всего организма, нормализует вегетососудистый тонус, деятельность вестибулярного аппарата и эндокринных желез. Обучение детей посредством правильного выполнения игрового массажа благотворно влияет на внутренние органы: сердце, легкие, кишечник, воздействия на биологически активные точки тела. При проведении массажа важно научить детей не давить на точки, а массировать их мягкими движениями пальцев, слегка надавливая или легко поглаживая. Массирующие движения следует выполнять в направлении от периферии к центру.(от кистей рук к плечу и т.д.)

1. Проводя массаж определенных частей тела, используются поглаживание, разминание, растирание, легкие постукивания .

2. Пальцы рук можно вытягивать, разминая, или выполнять круговые растирания. Большой палец руки связан с легкими и печенью; указательный – с пищеварительным трактом, печенью, толстой кишкой; средний – с сердцем, кровообращением; безымянный – с нервной системой и здоровьем в целом; мизинец – с сердцем, тонким кишечником. В центре ладони находится точка повышения активности.

Массаж головы улучшает кровообращение, снимает головную боль. Массируя голову, дети могут «бегать» по ней пальцами, взъерошивать или приглаживать волосы, «рисовать» спиральки от висков к затылку. Данные упражнения нельзя выполнять детям с повышенным внутричерепным, глазным, артериальным давлением, с заболеваниями нервной системы и головного мозга.

Самомассаж ушей выполняется разогретыми трением ладонями и пальчиками – потереть, подергать в разные стороны мочки ушей, погладить ушки, гладить завитки ушей и т.п.

Пальчиковые игры развивают речь ребенка, двигательные качества, повышают координационные способности пальцев рук, соединяют пальцевую пластику с выразительным мелодическим и речевым интонированием, формируют образно – ассоциативное мышление на основе устного русского народного творчества. Игры позволяют разминать, массировать пальчики и ладошки, благоприятно воздействуя на все внутренние органы. На музыкальных занятиях пальчиковые игры Е. Железновой, В. Коноваленко, О.Узоровой проводятся чаще всего под музыку (как попевки). Они развивают двигательные качества, повышают координационные способности пальцев рук, соединяют пальцевую пластику с выразительным мелодическим и речевым интонированием, формируют образно-ассоциативное мышление на основе устного русского народного творчества. (Приложение 5).

Речевые игры позволяют овладеть всеми выразительными средствами музыки. Музыкальный слух развивается в тесной связи со слухом речевым. В речевых играх Т. Боровик и Т. Тютюнниковой текст поется или ритмично

декламируется хором, соло или дуэтом. К звучанию добавляются музыкальные инструменты, жесты, движения и колористические средства. Речевые игры влияют на развитие эмоциональной выразительности речи, двигательной активности. Кроме того, формирование речи у человека идет при участии жестов, которые могут сопровождать, украшать и даже заменять слова. Пластика вносит в речевое музицирование пантомимические и театральные возможности. Использование речевых игр на музыкальных занятиях эффективно влияет на развитие эмоциональной выразительности речи детей, двигательной активности. (Приложение 6).

Музыкотерапия. Это создание музыкального сопровождения, которое способствует коррекции психофизиологического статуса детей в процессе их двигательной – игровой деятельности. Правильно подобранная музыка повышает иммунитет детей, снимает напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание.

Использование технологий здоровьесбережения эффективно при учете индивидуальных и возрастных особенностей каждого ребенка, его интересов. В соответствии с этим занятия строятся на планировании, направленно усвоении детьми определенного содержания и педагогической импровизации, варьирующей ход занятия, его содержания и методы. Успех занятий невозможен без совместной деятельности педагога – музыканта и воспитателя, который активно помогает, организует самостоятельное музицирование детей.

Здоровьесберегающие технологии: валеологические распевки, комплексы дыхательной гимнастики, артикуляционные упражнения, пальчиковые игры, речевые упражнения, релаксации, их систематическое использование, формируют устойчивые певческие навыки, которые будут закрепляться, совершенствоваться при разучивании песенного материала. Перечисленные виды упражнений играют важную роль в охране детского голоса, профилактике заболеваний, связанных с дыханием.

Взаимодействие музыкального руководителя с воспитателями и родителями в развитии певческих навыков.

Важнейшим этапом в развитии певческих навыков является дошкольное детство. Однако успех в формировании певческого голоса зависит не только от плодотворной работы педагогического коллектива ДОУ по музыкальному воспитанию, но и от отношения к музыке в семье.

Для успешного освоения детьми певческих навыков необходима совместная работа музыкального руководителя воспитателей и родителей.

Музыкальное воспитание в семье может проходить в различных формах – совместное посещение концертов и детских музыкальных конкурсов, домашнее пение, разучивание детских песен, прослушивание произведений современной и классической музыки (желательно по

рекомендации музыкального руководителя), подготовка музыкальных номеров к утренникам детского сада.

Музыка прочно вошла в быт ребят. Они поют в группе, дома для родителей и вместе с родителями, не только в сопровождении инструмента, но и самостоятельно без чьей-либо помощи.

Успех занятий невозможен без совместной деятельности музыкального руководителя и воспитателя, который активно помогает, организует самостоятельное музицирование детей в группе.

Воспитатели организовали предметно-развивающую среду для развития музыкальных способностей. В группах есть музыкальный центр, диски с музыкой для детей, в том числе музыкой для режимных моментов : колыбельные песни, музыкой разного характера.

Музыкотерапия проводится педагогами ДООУ в течение всего дня - детей встречают, укладывают спать, поднимают после дневного сна под соответствующую музыку, используют ее в качестве фона для занятий, свободной деятельности.

Для родителей выставляются папки-передвижки с материалами о музыкальном воспитании в семье, а также о развитии певческих навыков. Работая с родителями, оформлялись родительские уголки со следующими темами по развитию певческих навыков: «Пальчиковые игры с детьми»; «Игровой самомассаж»; «Игры с использованием музыкальной терапии», «Охрана детского голоса».

На консультациях с родителями я объясняю вред крикливого пения, громкого разговора, особенно на улице в сырую холодную погоду, а так же предупреждаю, чтобы они не позволяли детям пить холодную воду, есть мороженое в разгоряченном состоянии во избежание простуды, заболеваний голосового аппарата.

III. Результативность опыта

Свою работу по развитию певческих способностей детей в процессе пения я начала с диагностики детей на начальном этапе и при подведении итогов в конце года. Педагогическая диагностика помогла мне оптимизировать процесс воспитания и развития каждого ребенка, помогла решить ряд взаимосвязанных задач:

Выявить в какой степени дети освоили программу по усвоению певческих навыков;

Выявить развитие голоса и слуха, качество исполнения песен;

Определить качество коллективного и сольного пения;

Для решения указанных задач использовала разнообразные методы изучения, методы педагогической диагностики: беседы с детьми, педагогические наблюдения, творческие задания, музыкально – дидактические игры, самомассаж.

Описанные выше здоровьесберегающие технологии я постоянно использую на своих музыкальных занятиях перед началом работы над песенным репертуаром. В результате дети стали лучше, качественнее осваивать музыкальный материал, наблюдается тенденция к уменьшению количества заболеваний верхних дыхательных путей и ОРЗ, повысились показатели их общего физического развития. Ребята стали более раскрепощенными. Воспитанники нашего детского сада поют теперь не только на занятиях, но и в неформальной обстановке самостоятельно, принимают активное участие в районных конкурсах.

Музыкальные занятия с использованием технологий здоровьесбережения эффективны при учете индивидуальных и возрастных особенностей каждого ребенка, его интересов. В соответствии с этим занятия строятся на планировании, направленном на усвоение детьми определенного содержания, и педагогической импровизации, варьирующей ход занятия, его содержание и методы.

Работая систематически в течение года по «формированию певческих навыков детей старшего дошкольного возраста», я добилась существенных результатов. По результатам диагностики, я сделала вывод:

- Дети стали эмоциональны и раскованны на занятиях, праздниках и развлечениях.
- У детей сформировались певческие навыки: они умеют владеть интонацией, петь выразительно в различной динамике.
- В сопровождении фортепиано дети чисто интонируют, развита дикция, артикуляция.
- Умеют понимать содержание текста и эмоционально передавать свое отношение к песне.
- Научились петь различно, начинать и заканчивать музыкальную фразу одновременно, мягко пропевать окончания слов, легко определяют звуковысотное положение мелодии.
- Голоса детей приобрели естественно звучание, появилась певучесть, звонкость, высокое, светлое звучание, появилась заинтересованность к индивидуальному исполнению.

Для выявления уровня сформированности показателей певческого голоса в начале года мной была использована диагностика певческих навыков у дошкольников.

В данной диагностике представлены три уровня развития певческого голоса:

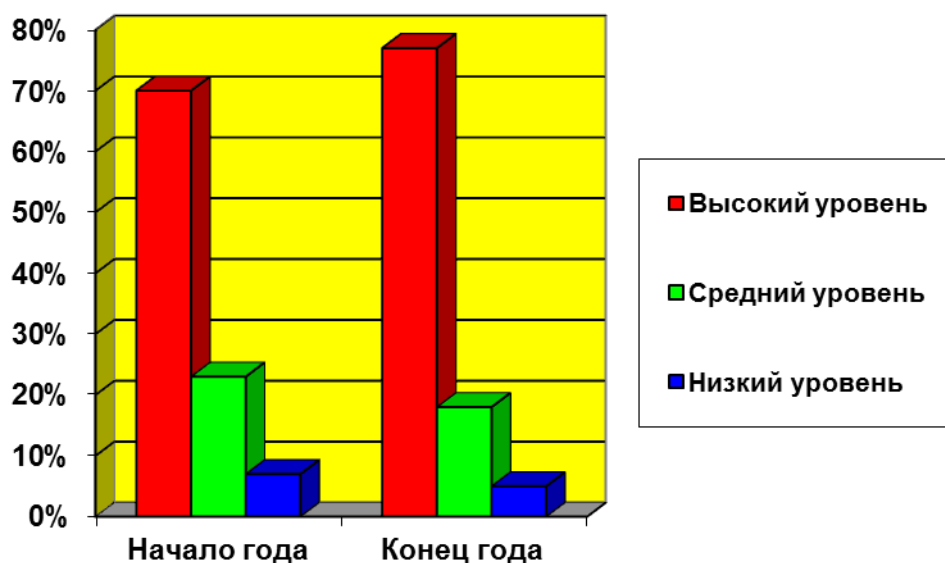
Высокий: ребёнок понимает и выполняет задание правильно, самостоятельно, используя известную технологию звукоизвлечения, голос имеет ярко выраженную тембровую окраску, активный артикуляционный аппарат, чисто интонирует, дыхание правильное, без шума.

Средний: ребёнок правильно понимает задание, действует по словесному указанию, голос имеет не ярко выраженную тембровую окраску

(сип), речь внятная, артикуляционный аппарат средней активности, интонирует нечисто, дыхание правильное с помощью педагога.

Низкий: Ребёнок затрудняется в выполнении задания с помощью педагога, речь невнятна, вялый артикуляционный аппарат, затрудняется в чистом интонировании мелодии, навык правильного дыхания отсутствует.

Мониторинг результативности применения здоровьесберегающих технологий в сравнительных показателях за 2020-2022 г.



На основе данных, полученных в ходе диагностики, и были сформулированы задачи практической работы по развитию певческих навыков у детей:

- Развивать у детей певческий голос по основным показателям: широта диапазона, чистота интонирования, сила голоса, напевность звука, дикция, дыхание.
- Формировать представление о строении голосового аппарата и его свойствах, об эталоне певческого голоса, познакомить с академической манерой исполнения, приобщить к шедеврам мировой вокальной культуры
- Воспитывать самостоятельность, активность в достижении конечной цели – самореализации.

Библиографический список

1. Абелян Л. «Забавное сольфеджио» (учебное пособие для детей дошкольного возраста), С. П., 1992.

2. Арсеновская О.Н. Система музыкально-оздоровительной работы в детском саду: занятия, игры, упражнения. Волгоград: Учитель, 2009.
3. Ветлугина Н.А. "Методика музыкального воспитания в детском саду", М., "Просвещение", 1989г
4. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ. – М.:Сфера, 2008г.
5. Емельянов В.В. "Фонопедический метод развития голоса. Первый уровень: развивающие голосовые игры."СПб, 1999 г.
6. Картушина М.Ю. Логоритмические занятия в детском саду. -М.:Сфера, 2004 г.
7. Картушина М.Ю. "Оздоровительные занятия с детьми 6-7 лет" г.Москва, изд. ТЦ "Сфера", 2008 г.
8. Кисилёва Л.С. Проектный метод в деятельности дошкольного учреждения. – М.:Аркти, 2005 г.
9. Кокина Н.А. Реализация образовательной области «Музыка» в соответствии с ФГТ.// Справочник музыкального руководителя.2012.№0.С. 18.
10. Метлов Н.А. "Музыка детям" :Пособие для воспитателя и музыкального руководителя. - М., "Просвещение", 1985 г.
11. Михайлова М.А. Развитие способностей детей. Ярославль: Академия развития, 1997.
12. Орлова Т.М., Бекина С.М. "Учите детей петь. Песни и упражнения для развития голоса у детей 5 – 6 лет", М., "Просвещение", 1987 г.
13. Подольская Е.И. "Формы оздоровления детей 4-7 лет" г.Волгоград, изд. "Учитель", 2009 г.
14. Стулова Г.П. "Развитие детского голоса в процессе обучения пению", М., Издательство "Прометей", МГПУ им. В.И.Ленина,1992 г.
15. Узорова О.В. Пальчиковая гимнастика – М.: ООО «Издательство АСТ», 2004 г.
- 16.Тютюнникова Т.Э. Бим-бам-бом! Сто секретов музыки для детей. Вып.1. игры звуками: Уч.методическое пособие. СПб.:ЛОИРО, 2003. – 100с.
- 17.Музыкальная палитра, 2004 №1, - с.4.
18. <http://podsnezhniksad>.

Приложение 1

Валеологические песенки-распевки.

С них начинаются все музыкальные занятия. Несложные добрые тексты и мелодия, состоящая из звуков мажорной гаммы, поднимают настроение, задают позитивный тон к восприятию окружающего мира, улучшают эмоциональный климат на занятии, подготавливают голос к пению.

«Доброе утро, глазки»

доброе утро, глазки, вы проснулись? *поглаживаем веки*
доброе утро ушки, вы проснулись? *поглаживаем ушки*
доброе утро, щечки, вы проснулись? *поглаживаем щечки*
доброе утро, ручки, вы проснулись? *поглаживаем ручки*
доброе утро ножки, вы проснулись? *поглаживаем ножки*
доброе утро, солнышко! *протягиваем руки вверх и улыбаемся.*
мы проснулись, и улыбнулись!

« Вместе с солнышком»

вместе с солнышком встаем *вытягиваем руки вверх*
вместе с птицами поем *машем руками- крыльями*
с добрым утром, с ясным днем, *выставляем правую руку вперед, затем левую, беремся за руки и качаем вперед- назад сцепленными руками.*
вот как дружно мы живем.

«Мы - два друга».

дети стоят парами друг к другу лицом.
Я подрос и ты подрос- поднимают правую руку вверх, потом левую
у меня нос и у тебя нос касаются пальчиками носа
у меня щечки гладкие поглаживают щеки
и у тебя щеки гладкие
у меня губки сладкие касаются пальцами губ
и у тебя губки сладкие – то же
мы два друга, любим друг друга – обнимаются.

« Золотая осень»

Солнце светит высоко,- поднимают руки вверх
и теплеют лица поглаживают ладонями лицо
нам с тобою хорошо улыбаются
дома не сидится шагают на месте
мы пойдем с тобой гулять
будем листья собирать « собирают листья»
соберем большой букет разводят руки перед собой
и увидим сами
сколько красок раздает
осень золотая разводят руки над головой

«У меня все по порядку»

у меня все по порядку шагаем
утром делаю зарядку руки к плечам, в стороны
умываюсь чисто- чисто « умывание»
одеваюсь быстро- быстро « одевание»
мишку на руки беру « берем мишку»

с мамой в садик я иду-----шагаем.

«Весеннее солнышко»

солнышко весеннее

смотрит нам в глаза

и такому солнышку рады мы всегда

протягивают руки к солнцу

улыбаются и разводят руки в
стороны

на дворе морозно

кружатся снежинки

потеплей оденемся

и пойдем гулять

будем мы на лыжах

с горочки съезжать

обнимают себя за плечи

фонарики

« одевание»

шагают на месте

махи руками вперед- назад

«Солнышко»

Солнышко, солнышко, в небе нам свети

яркие лучики нам протяни

ручки мы вложим *разбиваются парами и протягивают ладоши*
друг другу

в ладоши твои

нас покружи, оторвав от земли

вместе с тобой мы пойдем на лужок

выстраиваются в цепочку, держа друг друга за руки

так мы все встанем дружно в кружок

с песнями водим мы хоровод

солнышко с нами по кругу идет

хлопают радостно наши ладошки

быстро шагают резвые ножки

солнышко скрылось, ушло на покой

потом ручки под щечку

мы же на место все сядем с тобой.

кружатся парами

образовывают круг

идем по кругу

приседают, голову закрывают руками,

сидят на места.

«Давайте порадуемся»

давайте порадуемся солнцу и птицам

а также порадуемся улыбчивым

и всем, кто живет на этой

«Доброе утро» скажем мы вместе

«Доброе утро» маме и папе

«Доброе утро»- останется с нами!

«Здравствуйте!» (мл.гр.)

-учить ритмично произносить приветствие и озвучивать жестами.

здравствуйте ручки Дети: здра-вствуй-те (хлопают в ладоши)

здравствуйте ножки..... здравствуйте! (топают)

здравствуйте головки

здравствуйте носики

здравствуйте коленочки.....

«Здравствуйте!» (мл. гр.)

поднимают руки вверх

лицам улыбаемся друг другу

планете разводят руки

берутся за руки

выполняют махи вперед назад

Педагог предлагает детям поздороваться ладошками, дети встречаются парами, шлепают друг друга по ладошкам и произносят ритмично «Здравствуйте» и меняются парами.

«Здравствуйте, солнышки!» (мл.гр.)

Педагог предлагает детям подойти к окну, протянуть руки вверх, улыбнуться солнышку и помахать ручками. «Солнышко превратило наши ладошки в маленькие солнышки и подарило нам частичку своего тепла (гладить ладошку). у наших солнышек есть лучики (гладят каждый пальчик). давайте подарим тепло своих солнышек друг другу. дети берутся за руки встают в круг, закрывают глазки и мысленно посылают свое тепло через ладони друг другу.

«Здравствуйте!» (мл. гр.)

педагог: (поет) Здравствуйте девочки! (мальчики)

дети называют свое имя, все поют «Здравствуй, Коля!»

«Здравствуйте!» (ср. гр.)

педагог рассказывает, что в руках у человека есть тепло и энергия, которую человеку дарит солнце. И за это нужно благодарить солнышко утренней улыбкой. Дети замыкают круг и дарят друг другу тепло своих ладоней. Тепло можно подарить самому себе. Дети круговыми движениями к груди направляют мысленно тепло, добро, любовь и поют себе «Здравствуйте!», подстраиваясь в унисон. Круговыми движениями «от себя» дети направляют тепло, добро и любовь друг к другу, всем, кто находится в зале и поют «Здравствуйте!»

Педагог поет «Здравствуйте все, вы сегодня здесь?»

Дети: «Мы сегодня здесь!»

«Здравствуйте ножки, вы сегодня здесь?»

Дети: «Наши ножки здесь!» и т.д.

Здравствуйте все, чье имя на «А», вы сегодня здесь?

Дети: Мы сегодня здесь!» (можно заменить букву на имя- Алена, Алеша, Анюта.....)

Педагог: Здравствуйте! (поет на придуманную импровизационную интонацию) дети стараются воспроизвести голосом. Затем педагог подмигивает ребенку, тот тоже придумывает свою интонацию и поет «Здравствуйте, все повторяют. Педагог говорит детям «Сейчас я буду ходить по залу и здороваться с вами. Внимательно смотрите за мной и здоровайтесь также как я, игра проводится тихо и внимательно!

Варианты: за руку, за ногу, мизинчиками, носиками, по японски, как приятели, коленями., плечами....

Трямди – песенка.

Дети стоят парами лицом друг к другу.

Маленькие пальчики, трям – трям, трям! (*здороваемся кончиками пальцев рук*)

Барабанят пальчики: трям, трям, трям!

А теперь ладошки: трям,трям, трям!

Шлепают ладошки, трям, трям, трям!

Кулачками постучим: трям, трям, трям!

По трям-трамски говорим: трям, трям, трям!

Засопели носики: трям, трям, трям!

Носики, насосики, трям, трям, трям! (*касаются носиками*)

А теперь мы улыбнулись (*пружинка и улыбка*)

Прыгнули и повернулись. (*прыжок и покружились*)

Мы в Трям-трямдии живем (*хлопки*)

Трямди песенки поем! Трям, трям, трям

Доброе утро!

Доброе утро! Улыбнись скорее! (*Поворачиваются друг к другу*)

И сегодня весь день будет веселее. (*поднимают руки вверх, выполняя фонарики*)

Мы погладим лобик, носик и щечки. (*гладят*)

Будем мы красивыми, как в саду цветочки!

Разотрем ладошки сильнее, сильнее (*трут ладошки*)

А теперь похлопаем смелее, смелее! (*Хлопают в ладоши*)

Ушки мы теперь потрем и здоровье сбережем. (*трут ушки*)

Улыбнемся снова, будьте все здоровы! (*разводят руки в стороны*)

«Здравствуйте!»

Солнышко ясное, здравствуй! (*правая рука вверх*)

Небо прекрасное здравствуй! (*левая рука вверх*)

Все мои подружки, все мои друзья, (*хлопают над головой*)

Здравствуйте ребята! Как люблю вас я! (*разводят руки в стороны и соединяют на груди*)

«Просыпайтесь!»

Ладошки, просыпайтесь, похлопайте скорей! (*хлопают*)

Ножки, просыпайтесь, спляшите веселей! (*выставляют ножку на пяточку*)

Ушки мы разбудим, лобик разотрем, (*трет ушки и лобик*)

Носиком пошмыгаем и песенку споем:

«Доброе утро! Доброе утро! Доброе утро всем, всем, всем!»

«Здравствуйте!» (*разработка М.Картушиной*)

«Здравствуйте, ладошки, хлоп, хлоп, хлоп, (*хлопают в ладоши*)

Здравствуйте ножки, топ, топ, топ, (*топают*)

Здравствуйте щечки, плюх, плюх, плюх, (*хлопают по щечкам*)

Пухленькие щечки плюх, плюх, плюх, (*хлопают по щечкам*)

Здравствуйте губки, (*3 раза «чмокают»*)

Здравствуйте зубки, (*3 раза стучат зубками*)

Здравствуй мой носик, бип, бип, бип,

(*нажимают указательным пальцем на нос*)

Здравствуй (собачка), привет! (*посылают «привет»*)

Приложение 2

Картотека дыхательной гимнастики для средней группы.

Комплекс №1

1. «Послушаем своё дыхание»

Цель: учить детей прислушиваться к своему дыханию, определять тип дыхания, его глубину, частоту и по этим признакам – состояние организма.

И. п.: стоя, сидя, лёжа (*как удобно в данный момент*). Мышцы туловища расслаблены.

В полной тишине дети прислушиваются к собственному дыханию и определяют:

куда попадает воздушная струя воздуха и откуда выходит;

какая часть тела приходит в движение при вдохе и выдохе (*живот, грудная клетка, плечи или все части – волнообразно*);

какое дыхание: поверхностное (*лёгкое*) или глубокое;

какова частота дыхания: часто происходит вдох – выдох или спокойно с определённым интервалом (*автоматической паузой*); тихое, неслышное дыхание или шумное.

2. «Дышим тихо, спокойно и плавно»

Цель: учить детей расслаблять и восстанавливать организм после физической нагрузки и эмоционального возбуждения; регулировать процесс дыхания, концентрировать на нём внимание с целью контроля за расслаблением своего организма и психики.

И. п. : стоя, сидя, лёжа (*это зависит от предыдущей физической нагрузки*).

Если сидя, спина ровная, глаза лучше закрыть.

Медленный вдох через нос. Когда грудная клетка начнёт расширяться, прекратить вдох и сделать паузу, кто сколько сможет. Затем плавный выдох через нос. Повторить 5-10 раз. Упражнение выполняется бесшумно, плавно, так, чтобы даже подставленная к носу ладонь не ощущала струю воздуха при выдыхании.

3. «Подыши одной ноздрей»

Цель: учить детей укреплять мышцы дыхательной системы, носоглотки и верхних дыхательных путей.

И. п. : сидя, стоя, туловище выпрямлено, но не напряжено.

Правую ноздрю закрыть указательным пальцем правой руки.левой ноздрей делать тихий продолжительный вдох (*последовательно нижнее, среднее, верхнее дыхание*).

Как только вдох окончен, открыть правую ноздрю, а левую закрыть указательным пальцем левой руки – через правую ноздрю делать тихий продолжительный выдох с максимальным опорожнением лёгких и подтягиванием диафрагмы максимально вверх, чтобы в животе образовалось «ямка».

3-4. То же другими ноздрями.

Повторить 3-6 раз.

Примечание. После этого упражнения несколько раз подряд одной ноздрёй сделать вдох – выдох (*сначала той ноздрёй, которой легче дышать, затем другой*). Повторить по 6-10 дыхательных движений каждой ноздрёй отдельно. Начинать со спокойного и переходить на глубокое дыхание.

4. «Воздушный шар» (*Дышим животом, нижнее дыхание*).

Цель: учить детей укреплять мышцы органов брюшной полости, осуществлять вентиляцию нижней части лёгких, концентрировать внимание на нижнем дыхании.

И. и. : лёжа на спине, ноги свободно вытянуты, туловище расслаблено, глаза закрыты. Внимание сконцентрировано на движении пупка: на нём лежат обе ладони.

Выдохнуть спокойно воздух, втягивая живот к позвоночному столбу, пупок как бы опускается.

Медленный плавный вдох, без каких-либо усилий – живот медленно поднимается вверх и раздувается, как круглый шар.

Медленный, плавный выдох – живот медленно втягивается к спине.

Повторить 4-10 раз.

5. «Воздушный шар в грудной клетке» (*среднее, рёберное дыхание*)

Цель: учить детей укреплять межрёберные мышцы, концентрировать своё внимание на их движении, осуществляя вентиляцию средних отделов лёгких.

И. п. : лёжа, сидя, стоя. Руки положить на нижнюю часть рёбер и сконцентрировать на них внимание.

Сделать медленный, ровный выдох, сжимая руками рёбра грудной клетки.

Медленно выполнять вдох через нос, руки ощущают распирающее грудной клетки и медленно освобождают зажим.

На выдохе грудная клетка вновь медленно зажимается двумя руками в нижней части рёбер.

Повторить 6-10 раз.

Примечание. Мышцы живота и плечевого пояса остаются неподвижными. В начальной фазе обучения необходимо помогать детям слегка сжимать и разжимать на выдохе и вдохе нижнюю часть рёбер грудной клетки.

6. «Воздушный шар поднимается вверх» (*верхнее дыхание*)

Цель: учить детей укреплять и стимулировать верхние дыхательные пути, обеспечивая вентиляцию верхних отделов лёгких.

И. п.: лёжа, сидя, стоя. Одну руку положить между ключицами и сконцентрировать внимание на них и плечах.

Выполнение вдоха и выдоха со спокойным и плавным поднятием и опусканием ключиц и плечей.

Повторить 4-8 раз.

7. «Ветер» (*очистительное полное дыхание*).

Цель: учить детей укреплять дыхательные мышцы всей дыхательной системы, осуществлять вентиляцию лёгких во всех отделах.

И. п. : сидя, стоя, лёжа. Туловище расслаблено, сделать полный выдох носом, втягивая в себя живот, грудную клетку.

Сделать полный вдох, выпячивая живот и рёбра грудной клетки.

Задержать дыхание на 3-4 с.

Сквозь сжатые губы с силой выпустить воздух несколькими отрывистыми выдохами.

Повторить 3-4 раза.

Примечание. Упражнение не только великолепно очищает (*вентилирует*) лёгкие, но и помогает согреться при переохлаждении и снимает усталость. Поэтому рекомендуется проводить его после физической нагрузки как можно чаще.

8. «Радуга, обними меня»

Цель: та же.

И. п. : стоя или в движении.

Сделать полный вдох носом с разведением рук в стороны.

Задержать дыхание на 3-4 с.

Растягивая губы в улыбке, произносить звук «с», выдыхая воздух и втягивая в себя живот и грудную клетку. Руки снова направить вперёд, затем скрестить перед грудью, как бы обнимая плечи: одна рука идёт под мышку, другая на плечо.

Повторить 3-4 раза.

9. Повторить 3-5 раз упражнение «Дышим тихо, спокойно и плавно».

Дыхательные имитационные упражнения

1. «Трубочка». Сидя на стуле, кисти рук сжаты в трубочку, подняты вверх ко рту. Медленный выдох с громким произношением звука «п-ф-ф-ф».

Повторить 4-5 раз.

2. «Каша кипит». Сидя на скамейке, одна рука лежит на животе, другая на груди. Выпячивая живот и набирая воздух в грудь (*вдыхая воздух*) и втягивая живот – выдох. При выдохе громкое произношение звука «ш-ш-ш».

Повторить 1-5 раз.

3. «На турнике». Стоя, ноги вместе, гимнастическую палку держать в обеих руках перед собой. Поднять палку вверх, подняться на носки – вдох, палку опустить назад на лопатки – длинный выдох с произношением звука «ф-ф-ф».

Повторить 3-4 раза.

4. «Партизаны». Стоя, палка (*ружьё*) в руках. Ходьба высоко поднимая колени. На 2 шага – вдох, на 6-8 шагов – выдох с произвольным произношением слова «ти-ш-ш-е».

Повторять 1, 5 мин.

5. «Семафор». Сидя, ноги сдвинуты вместе, поднимание рук в стороны и медленное их опускание вниз с длительным выдохом и произношением звука «с-с-с».

Повторить 3-4 раза.

6. «Регулировщик». Стоя, ноги расставлены на ширине плеч, одна рука поднята вверх, другая отведена в сторону. Вдох носом, затем поменять положение рук с удлинённым выдохом и произношением звука «р-р-р».

Повторить 4-5 раз.

Комплекс дыхательных упражнений игрового характера

1. Ходьба. Встать прямо, голову не опускать, ноги вместе, плечи опущены и отведены назад, грудная клетка развёрнута. Проверить осанку. Обычная ходьба; ходьба на носках; ходьба на пятках; ходьба на наружном своде стопы. Повторить все виды ходьбы, меняя направление движения по залу. Следить за осанкой. Продолжительность ходьбы 40-60 с. Педагог говорит стихи, направляя ими детей на нужные движения:

Мы проверили осанку
И свели лопатки.
Мы походим на носках,
Мы идём на пятках,
Мы идём, как все ребята,
И как мишка косолапый

(стихи Е. Антоновой-Чалой).

2. «Куры». Дети стоят, наклонившись пониже, свободно свесив руки - «крылья» и опустив голову. Произносят «тах-тах-тах», одновременно похлопывая себя по коленям – выдох, выпрямляясь, поднимают руки к плечам – вдох.

Повторить 3-5 раз:

Бормочут куры оп ночам,
Бьют крыльями тах-тах *(выдох)*,
Поднимем руки мы к плечам *(вдох)*,
Потом опустим – так

(Е. Антоновой-Чалой).

3. «Самолёт». Дети стоят. Развести руки в стороны ладонями кверху. Поднять голову вверх – вдох. Сделать поворот в сторону, произнося «жжж...» - выдох; стать прямо, опустить руки – пауза.

Повторить 2-4 раза в каждую сторону:

Расправил крылья самолёт,
Приготовились в полёт.
Я направо погляжу:
Жу-жу-жу.
Я налево погляжу:
Жу-жу-жу

(Е. Антоновой-Чалой).

Картотека дыхательной гимнастики для старшей
ДЫХАНИЕ ПО МЕТОДИКЕ А. Н. СТРЕЛЬНИКОВОЙ
КОМПЛЕКСЫ УПРАЖНЕНИЙ

«Разминка». И. п. - стоя, ноги на ширине плеч, туловище прямое, руки полусогнуты в локтях, пальцы слегка сжаты в кулаки, повернутые друг к другу. Присесть, скрестив руки навстречу друг другу, вдох носом - активный, быстрый, ясно слышимый. Вернуться в и. п. Отдохнуть. О выдохе не думать, не контролировать его сознанием. Повторить упражнение подряд 8 раз без пауз. Темп 1-2 вдоха в секунду, двигаться строго ритмично. Повторить 10-20 раз.

«Наклоны» Часть первая. И. п. - стоя, ноги на ширине плеч, туловище прямое, руки опущены (*«по швам»*). Наклониться вперед, руки произвольно опустить, слегка скрестив, вдох носом - быстрый, ясно слышимый. Вернуться в исходное положение не полностью - и снова вдох во время наклона вперед. О выдохе не думать, не мешать, но и не помогать ему. Повторить 8 раз, темп – 1 – 2 вдоха в секунду, наклоняться строго ритмично. Повторить 10-20 раз.

Часть вторая. И. п. - стоя, ноги на ширине плеч, туловище прямое, руки на уровне плеч, согнуты в локтях, пальцы слегка сжаты в кулаки, повернуты друг к другу. Отклониться назад, руки резко скрестить перед грудью; вдох носом - быстрый, активный, ясно слышимый (*но не шумный*). Вернуться в и. п. не полностью - и снова вдох при наклоне назад. Повторить 8 раз, темп – 1 – 2 вдоха в секунду, движения ритмичные, о выдохе не думать (*не мешать и не помогать выдоху*). Повторить 10-20 раз.

«Маятник». И. п. - стоя, наклоняясь вперед, руки опущены вниз, покачиваться вперед-назад. При наклоне вперед и вдохе руки скрещиваются. Вдох через нос, быстрый, активный, хорошо слышимый (*но он не должен быть нарочито шумным*). Темп 1-2 вдоха в секунду. Повторить 10-20 раз.

При выполнении указанных упражнений не надо стараться вдохнуть как можно больше воздуха - наоборот, вдох должен быть по объему меньше, чем возможно. Во время движений следует стараться освободиться от напряжения, установить индивидуальный естественный, но энергичный темп. Руки далеко от тела не уводить! Не помогать выдоху! Надо стараться сделать его незаметным, бесшумным. Следует помнить, что цель организация дыхания, а движение - лишь средство для этого. Каждое упражнение повторять с паузами в 1, 2, 3 секунды - так, чтобы получилось не менее 128-160 дыханий, а всего 600-640 дыхательных движений на четыре упражнения. Освоенные движения в последующем рекомендуется сочетать со звуковыми упражнениями.

В старшем дошкольном возрасте постепенно возрастает нагрузка на опорно-двигательный аппарат и другие системы организма за счет большей интенсивности и повышения дозировки упражнений. Вводятся круговые движения рук (*вперед и назад*), рывковые движения прямых и согнутых рук. В упражнениях для туловища делаются повороты и наклоны в стороны, повороты вокруг себя стоя и лежа. Больше внимания уделяется специальным дыхательным упражнениям. Широко используются различные индивидуальные пособия, кроме того, даются имитационные упражнения. Дыхательные упражнения выполняются в среднем темпе. Количество повторений увеличивается до 6-8 раз.

Упражнения на удлинение выдоха

«Наклоны вперед». И. п. - ноги на ширине плеч, руки вдоль туловища.

Спокойный вдох в и. п. 1-2-3 - пружинистые наклоны вперед с тройным выдохом. Руки за спину, смотреть вперед. 4 - вернуться в и. п.

«Наклоны в сторону» (*«Наклоны с зонтиком»*). И. п. - ноги на ширине плеч, руки на поясе. Спокойный вдох в и. п. 1-2-3 - тройной наклон в сторону, поднять разноименную руку над головой - «накрылись зонтиком» - выдох. 4 - вернуться в и. п.

«У кого дольше колыхнется ленточка». Каждый ребенок берет в руку узкую ленточку из тонкой цветной бумаги. Ноги на ширине плеч, руки внизу, слегка отведены назад. Спокойный вдох. На выдохе поднести ленточку ко рту, сделать небольшой наклон.

Приложение 3

Из всего многообразия упражнений по артикуляционной гимнастике я выбрала те, которые, на мой взгляд, наиболее эффективны на занятиях с детьми. Упражнения собраны в комплекс, который рассчитан на 10-15 минут (разминка перед основным занятием).

1) «Укольчики». Острый кончик языка переводить на счет «раз-два» из одного угла рта в другой. Губы сомкнуты. Движения необходимо делать в достаточно быстром темпе, чтобы устранить явление «ленивый язычок» (**Фото 1**).



Фото 1.

2) Улыбка. Широко улыбнуться, показывая верхние зубки, зафиксировав это положение на некоторое время. Тренируем фиксацию продольной мышцы, которая отвечает за тембр и дикцию (**Фото 2**).

Фото 2.

3) Карамелька. Приоткрыть рот и кончиком языка «почистить» верхние, а затем нижние зубы с внешней стороны, губы при этом сомкнуты. Нижняя челюсть неподвижна, работает только язык. Это упражнение помогает привести голосовые складки в тонус, а также устранить спастичность (**Фото 3**).



Фото 3.

4) Шарики. Надувание правой и левой щек попеременно (перегонка воздуха из одной щеки в другую) Помогает устранить мышечный зажим в области нижней челюсти (**Фото 4**).



Фото 4.

5) Щечки. Надуваем сразу обе щеки, и медленно и ровно выдыхаем воздух, при этом стараясь сохранить «надутые шарики». Упражнение выполняется стоя. Помогает выработать правильную и слаженную взаимосвязь дыхательной и артикуляционной систем (**Фото 5**).

Фото 5.

6) Лошадка. Присосать язык к небу, щелкнуть языком. Щелкать медленно, сильно. Тянуть подъязычную связку, затем сделать это в улыбке. Чередуем положения от 1 до 3 раз в заданном педагогом ритме. Выполнять в среднем

темпе. Данное упражнение помогает снять напряжение и зажим, а также выработать фиксацию продольной мышцы в необходимом для вокалиста положении (**Фото 6**).



Фото 6.

7) Поцелуйчики. Сомкнуть губы как для поцелуя или словно для игры в дудочку (**Фото 7**).

8) Удивление. Поднимаем брови вверх, выражая удивление, фиксируем положение на некоторое время, затем возвращаемся в нейтральное положение. Помогает фиксировать «вертикаль», необходимую для оптимального звучания головного резонатора (**Фото 8**).

Фото 8.

9) Нотки. Задача: произносить «до» и вытягивать губы дудочкой, «ми» – растягивать губы в улыбке. Повторять, чередуя произношение нот (**Фото 9**).

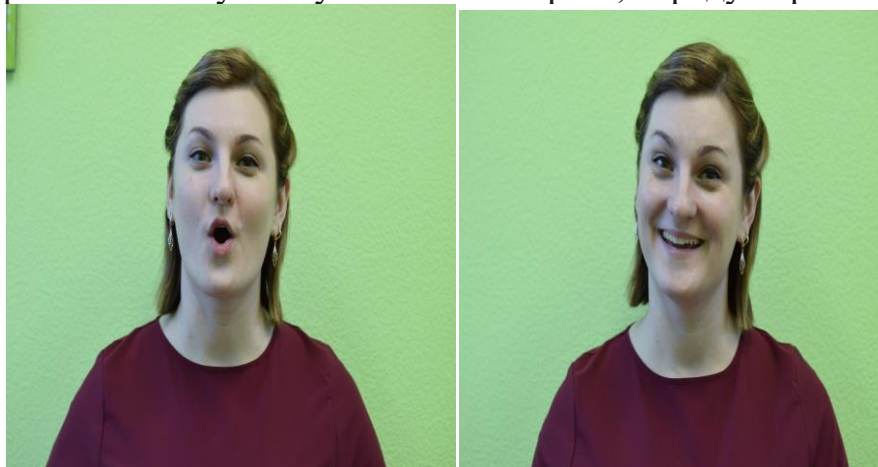


Фото 9.

При выполнении упражнений по артикуляционной гимнастики важно помнить:

- необходимо соблюдать определенную последовательность – от простых упражнений к более сложным;
- на начальном этапе упражнения выполняются в более медленном темпе, перед зеркалом. Зеркало можно убрать, когда ребенок научится правильно выполнять упражнения;

- некоторые упражнения («Лошадка», «Нотки», «Удивление», «Поцелуйчики») выполняются под счет, который ведет педагог (раз и, два и.).
- ребенок должен видеть образец. Педагог показывает, как правильно выполнять упражнения;
- хвалите учащихся. Артикуляционные упражнения – это трудная работа для детей.

После выполнения упражнений артикуляционной гимнастики мышцы становятся послушными, ими легче управлять. С артикуляционного аппарата снимается спастичность (зажим), в результате чего вырабатывается правильная мимика, которая помогает в работе резонаторов. Наблюдается четкая слаженная работа органов, участвующих в звукопроизношении, а при подключении органов дыхательной системы – взаимосвязь вокальной и речевой систем, что влияет на четкость произношения, качество и силу звука.

Благодаря артикуляционным упражнениям, развивающим речевой слух, многие дети учатся говорить правильно и чисто, без помощи логопеда. При сложных нарушениях звукопроизношения артикуляционная гимнастика помогает быстрее справиться с речевыми дефектами и подготавливает мышцы для регулярных занятий. Следует помнить, что четкость произношения является основной целью проведения развивающих упражнений.

Приложение 4

Оздоровительные и фонетические упражнения.

Проводятся для укрепления хрупких голосовых связок детей, подготовки их к пению, профилактики заболеваний верхних дыхательных путей. Разработки В.Емельянова, М. Картушиной способствуют развитию носового, диафрагмального, брюшного дыхания, стимулированию гортанно-глоточного аппарата и деятельности головного мозга. В работе используются оздоровительные упражнения для горла, интонационно-фонетические (корректируют произношение звуков и активизируют фонационный выдох) и голосовые сигналы доречевой коммуникации, игры со звуком. Например:

"Динозаврик"

Четыре динозаврика, ура, ура, ура!
Мы любим петь и танцевать, тарам-па-ра-ра-ра!
Смешные мы, хорошие, мы любим пошалить!
И мы все время заняты, нам некогда грустить!

Дети голосом "рисуют" динозаврика, используя последовательность: "У-о-а-ы-и-скрип!"

Картушиной .

«Лень»

На меня напала ле - ень

День и ночь, день и ночь, ле – е - ень

От жары укрыться в тень ле - е-е-ень

Даже пнуть ногою пень ле е е нь.

А-а-а ноги руки ватные

И-и-и голова квадратная.(ленивые червячки)

Упражнение « Погреемся»

Мерзнут на ветру ладошки

Мы погреем их немножко.

(сначала дети дышат бесшумно, затем с голосом «а-а-а», далее чередуют: на правую бесшумно, на левую – с голосом, потом наоборот)

Упражнение» Посчитаем»

Дети считают, усиливая голос от шепота до крика.

Например,

1 – шепотом

2 – тихо

3- громче

4 – еще громче и т.д.

Упражнение « Капризка»

Я не буду убираться! Я не буду кушать!

Целый день я буду ныть, никого не слушать!

Затем дети кричат «а-а-а!», воют « У-у-у!», визжат « И-и-и!»

Упражнение « Тигр вышел погулять»

1,2,3,4,5, тигр вышел погулять. Р-р-р-р! *Движение вверх, глиссандо*

Запереть его забыли, 1, 2, 3, 4, 5, Р-р-р-р! *Глиссандо вниз*

Он по улице идет. Р! Р! Р! *Произносить коротко но активно верхнем регистре*

Ни кому не пристает Р! Р! Р! *Произносить коротко в низком регистре*

Но от тигра почему – то разбегается народ. А! А !А! *звуки похожи на крики чаек.*

Здравствуйте, лягушки! Ква, ква, ква! *(рисуют голосом динозаврика)*

Здравствуйте, котята! Мяу! Мяу! *(глиссандо вверх, потом вниз)*

Игра « Покачай ребенка» (на изменение силы голоса)

- волнообразное усиление и ослабление со звуком « а-а-а-а»

Игра « Эхо» (« Музыкальный букварь Н. Ветлугиной»)

(на изменение силы голоса)

Эй, вы, дубы, ау, ау!

А где грибы, ау!, ау! *(дети поют громко, руки рупором)*

А лес в ответ : ау! Ау! *(дети поют тихо)*

Грибов здесь нет, ау, ау!

«Езда на автомобиле»

Цель: развивать голос и его вибрацию

Ход игры: педагог предлагает детям с помощью голоса изобразить езду на автомобиле: едем по ровной дороге, объезжаем лужу справа, слева, едем по

плохой дороге, автомобиль занесло в кювет, едем на большой машине, не маленьком автомобильчике.

Игра «От 1 до 10»

Цель: вырабатывать непрерывное дыхание и динамику.

Ход игры: педагог предлагает спеть детям цифры как одно слово, начиная с шепота, постепенно усиливая звучание голоса.

«Море»

методика исполнения» дети голосом имитируют прилив и отлив волн. Положение губ соответствует артикуляционному укладу звуков а, о, у, мышцы губ напряжены, необходимо добиваться гибкой динамики голоса.

А-о-у-о-а, а-о-у-о-а-

Для распевания использую материалы Елены Захаровой:

Да-дэ – ду, да-а, дэ--, ду., да-а-а-а, дэ-э-э-э, ду.

Игра «Качели» (на развитие правильного звукообразования)

Во время пения мы проговариваем куда пошел звук вверх или вниз, показываем как двигаются качели – поочередно вверх и вниз. После этого каждому ребенку предлагаю произнести любой звук или слово приемом «глиссандо». Например, медленно произнести слово «вверх», начиная с низкого звука, а затем выше и выше. Слово «вниз» произнести с высокого звука, постепенно понижая его. Затем разучиваются слова попевки, словно мы «качаемся на качелях». Голосом показывается, куда движутся качели – вверх или вниз.

Качели на веревочках

Понравились девчоночкам

И мальчики довольны:

Все покачались вволю.

«Ракета» (на развитие правильного звукообразования)

Запускаем двигатель на одном звуке: «У-у-у-у», затем используется прием «глиссандо» вверх: ракета взлетела.

Приложение 5

Весёлые потешки для массажа

Две тетери

На	лугу,	на	лугу
Стоит		миска	творогу.
Прилетели		две	тетери,
Поклевали, улетели.			
Дети		глядят	животик
по		часовой	стрелке.
«Бегают»	пальчиками	по	телу.
Щиплют	двумя		пальцами.
Машут руками.			

Игровой массаж тела «Зайка»

Зайка		белый		прибежал
И	по	снегу	прыгать	стал
Прыг	—	скок,	прыг	—
Непоседа наш дружок.				
Зайка		прыгнул	на	пенёк,
В	барабан	он	громко	бьёт:
Бум-бум-тра-та-та!				
Зимой погода – красота!				
А	в	лесу	такой	мороз!
зайка		наш	совсем	замёрз.
Лапками		—		хлоп-хлоп!
Ножками – топ-топ!				
Носик		—		трёт-трёт-трёт,
Ушки		—		мнёт-мнёт-мнёт.
Прыгай		выше,		зайка,
Зайка - попрыгайка.				

Дети легко постукивают пальцами по ступням ног.

Дети шлёпают ладошками по коленям.

Дети хлопают ладошками по плечам.

Хлопают в ладоши.

Топают.

Поглаживают крылья носа.

пощипывают ушки.

Лёгкие прыжки.

Игровой самомассаж с шишками с элементами пальчиковой гимнастики

«Медведь»

Мишка по лесу ходил,

(идём по кругу)

Много шишек находил,

Много шишек находил,

В детский сад нам приносил.

(наклоняемся и берём шишку в руки)

Раз, два, три, четыре, пять!

Будем с шишкой мы играть!

(перекладываем шишку из одной руки в другую)

Будем с шишкой мы играть,

Между ручками катать

(катаем шишку между ладошек)

В ручку правую возьмём

И сильнее её сожмём!

(сильно сжимаем шишку в правой руке)

В ручку левую возьмём

И опять её сожмём!

(сильно сжимаем шишку в левой руке)

Мы закончили играть.

Ручками сейчас встряхнём

И немного отдохнём!

(встряхиваем кисти рук, закрываем глаза, отдыхаем)

«Волшебная шишка».

Эта шишка непростая,

Посмотрите, вот какая.

(любимся шишкой на левой ладошке, закрываем её правой ладошкой)

Будем шишкой мы играть,

Своим ручкам помогать.

(катаем шишку горизонтально между ладонями)

Раз катаем, два катаем

И ладошки согреваем.

(катаем шишку горизонтально)

Раз катаем, два катаем

И ладошки согреваем.

(катаем шишку вертикально)

Катаем, катаем, катаем

Сильней на шишку нажимаем.

(катаем шишку вертикально, нажимая до покалывания)

В ручку правую возьмём,

В кулачок его сожмём.

Раз сжимаем, два сжимаем

Шишку мы не выпускаем.

(выполняем движения в соответствии текстом в правой руке)

В ручку левую возьмём,

В кулачок его сожмём.

Раз сжимаем, два сжимаем

Шишку мы не выпускаем.

(выполняем движения в соответствии с текстом в левой руке)

«Колючий ёжик».

Наш волшебный мудрый ёжик

(прокатываем шишку по левой руке)

Не нашёл в лесу дорожек.

(прокатываем шишку по правой руке)

Ёжик колет нам ладошки,

Поиграем с ним немножко.

(катаем шишку между ладоней вертикально)
Если будем с ним играть
Ручки будем развивать.
(катаем шишку между ладоней горизонтально)
Ловкими станут пальчики,
Умными — девочки, мальчики.
(катаем шишку между ладоней по
кругу, правая рука вверх)
Ежик нам ладошки колет,
Руки нам готовит к школе.
(катаем шишку между ладоней по
кругу, левая рука вверх)
Уходи, колючий ёж,
В тёмный лес, где ты живёшь!

Приложение 6

Речевые упражнения и игры представляют собой очень эффективную форму творческой работы с детьми.

Речевое музицирование открывает большие возможности для овладения детьми на самом раннем этапе почти всем комплексом выразительных средств музыки. Для музыкального воспитания речевые упражнения важны прежде всего потому, что музыкальный слух ребенка развивается в тесной связи со слухом речевым. Из своего самого первого опыта дети черпают и учатся пользоваться выразительными средствами, общими для речи и музыки.

Основным жанром речевого музицирования является речевая пьеса. Ее можно определить как музыкально-педагогическую модель, в которой текст не поется, а ритмично декламируется. В музыкально-речевых пьесах удачно могут сочетаться речь, музыка, «звучащие» жесты, движение, звукоподражание*.

Речевые упражнения очень важны для развития у детей чувства ритма, слуха.

Речевые игры и упражнения проводятся на музыкальных и театрализованных занятиях, в свободной самостоятельной деятельности детей, на прогулке.

Мной собраны разнообразные модели, доступные детям разного возраста по моделям Т.Э. Тютюнниковой.

1. Игра со звучащими жестами и речевой поддержкой.

Хлоп - хлопок в ладоши
Топ - топнуть ногой (ногами)
Бом - удары ладонью по грудной косточке
Шлеп - удары ладонью по коленям

Шлип - удары ладонью по внешней стороне бедра

Дети выполняют звучащие жесты с речевой поддержкой в нечетных размерах: 3/4, 5/4, 7/4, 9/4. Все движения выполняются четвертями, каждое движение повторяется по 4 раза.

хлоп-бом-бом (3/4) - 4 раза

хлоп-бом-бом-шлеп-шлеп (5/4) - 4 раза

хлоп-бом-бом-шлеп-шлеп-шлип-шлип (7/4) - 4 раза

хлоп-бом-бом-шлеп-шлеп-шлип-шлип-топ-топ (9/4) - 4 раза

Выполняя звучащие жесты с их наложением, ребенок как-бы спускается вниз, начиная выполнять движения от груди и заканчивая пяточками. Хорошо развивает координацию.

Также из таких звучащих цепочек можно делать комбинации:

Например: 5/4+3/4= хлоп-бом-бом-шлеп-шлеп+хлоп-бом-бом

Варианты комбинаций: 5/4+3/4 (возможная подтекстовка - апельсин-груша-мандарин); 3/4+3/4+5/4 (возможная подтекстовка - кошечка-белочка-заинька-козлик); 7/4+3/4 (возможная подтекстовка - яблоко-груша-слива-виноград) и т.п.

2. Игра с фонемами и звучащими жестами.

Для пробуждения фантазии и введение в игру детям рассказывается история о фантастических существах - Цигали, Бугали и Ца. Педагог показывает, как они могут двигаться и интонирует их имена (например Цигали - произносит в верхнем регистре, пискляво, Бугали - утрированно низким голосом, Ца - в среднем регистре, коротко, утрированно). Затем, стоя в кругу, все по очереди пробуют быть этими существами (передавая по своему образы голосом, движениями, интонацией).

Ход игры.

1 вар. Дети выучивают комбинацию движений за педагогом, темп можно постепенно ускорять от раза к разу:

описание движений:

цигали - удар двумя ладошками по грудной косточке

бугали - удар двумя ладошками по коленям

ца - хлопок в ладоши

комбинация движений:

цигали-цигали, ца-ца

бугали-бугали, ца-ца

цигали, ца

бугали, ца

цигали,

бугали,

ца

2 вар. Игра проходит в тесном кругу. Дети стоят парами лицом друг к другу, но повернувшись боком в круг.

комбинация движений та же, что и в 1 вар., но на движение ца дети делают хлопок друг другу по ладошкам как только дети выполнят комбинацию движений в первый раз, на вторую комбинацию (на повтор) дети поворачиваются на 180 градусов и оказываются лицом к партнеру, который до этого стоял за его спиной. Образуются новые пары, игра повторяется.

3. «Имена»

Лена, Катя, Миша, Вова и Иван

Забрались с ногами на диван.

Лёша и Петя, Натали и Глеб

Уплетают свежий белый хлеб.

Уплетают вместе белый хлеб.

Начинают работу над этой моделью с установления метрического пульса самыми простыми способами: вместе с детьми выполняем шлепки по коленям. На этом фоне начинаю выразительно и ритмично декламировать текст. Затем предложить детям повторять текст по фразам, как эхо. При повторениях ревой **игры** предлагаю детям декламировать текст по-разному: громко, как рассказчик; тихо, как ябеда; писклявым голосом; басом ит. д. Когда текст будет выучен и произноситься детьми свободно и легко, можно добавить движения: метрические шаги по залу врассыпную, по кругу с различными вариантами остановок, приседаний, поворотов и т. д.

4. «Работники»

Катя и Мишенька встали с утра

Сразу у них закипели дела:

Кошку помыть и постричь воротник,

Катя успела и брат озорник.

Данная модель позволяет детям почувствовать трёхдольную пульсацию. Начинаем с простого - тихих хлопков. На их фоне выразительно рассказываем историю про шалунов, чтобы дети поняли шуточный характер текста. Добавляем лёгкое покачивание вправо-влево на каждый такт. Затем выполняем лёгкие шаги по кругу, подчёркивая паузы двумя хлопками, не останавливая при этом движения. Можно двигаться змейкой, обходя поставленные стулья, кегли.

5. «Колокольцы»

Колокольцы-бубенцы раззвонились удальцы

Диги-диги, диги-дон, угадай, откуда звон

Для исполнения этой русской народной потешки желательно иметь маленькие колокольчики, бубенчики. Потешку можно представить как игру: выбирают водящего, который сидит в центре с завязанными глазами. Дети бегут с колокольчиками по кругу и поют первую строфу. Затем останавливаются, исполняют конец потешки, звеня колокольчиками, прячут их за спину. По безмолвному знаку педагога один из детей звонит в свой колокольчик, водящий пытается найти его по звуку. (Тютюнникова Т.Э. «Бим-бам-бом!», с.31)

6. «Мышки»

Вышли мышки как-то раз

Поглядеть который час:

Раз, два, три, четыре!

Мышки дёрнули за гири.

Вдруг раздался страшный звон:

Бом, бом, бом, бом!

Убежали, убежали, убежали мышки вон!

Потешку можно разучивать сразу с движением как маленькую театрализованную сценку. Сюжет очень прост: мышки крадутся тёмной ночью к часам, останавливаясь и прислушиваясь к шорохам (*шорохи можно изобразить бумагой, тканью, голосом и т. д.*) Бесстрашные мышки смело дёрнули за гири... Ужас, который они пережили от громкого звона часов, вполне соответствует скорости, с которой они убегают с места происшествия... Проиграв эту сценку несколько раз со всей группой, включаем аккомпанемент. Для боя часов подойдут немзыкальные предметы: сковорода, крышка от кастрюли и т. д.

7. «Фокус-покус»

Фокус покус, трали-вали,

Едет мышь на самосвале

Ты чего же это, мышь,

Сверху вниз на нас глядишь?

Кыш! Кыш! Кыш!

Потешка может быть использована с детьми младшего возраста. Сюжет прост: мышка ездит внутри круга с рулём в руках и убегает, когда её пугают. Слова "Кыш, "Кыш!" можно **озвучить** каким-нибудь инструментом, например бубном.

8. «ТУТТИ-ФРУТТИ РОНДО»

Фини, лимо, банакос,

Киви, персик, абрикос

Тутти-фрутти ти-ри-ти-ри-та, ти-ти!

Апельсин, мандарин, груша, ананасы

Яблоко, виноград, грепфрут, айва!

Скажите детям, что они должны отгадать, какие фрукты «спрятались» в стихах. Речевая игра как рондо, где рефреном служат слова «Тутти-фрутти!».

Для **игры** и движения можно использовать детские стульчики, кегли и другие предметы.

9. «Дождь»

Дождь, дождь, дождь с утра.

(Хлопки чередуются со шлепками по коленкам)

Веселится детвора!

(Легкие прыжки на месте)

Шлеп по лужам, шлеп – шлеп

(Притопы)

Хлоп в ладоши, хлоп – хлоп.

(Хлопки)

Дождик, нас не поливай,

(грозят пальцем)

А скорее догоняй!

(Убегают от дождика)

10. «Снег»

Как на горке – снег, снег,

Поднимают руки вверх, два хлопка.

И под горкой – снег, снег.

Приседают на корточки, два шлепка по коленям.

И на ёлке – снег, снег,

Поднимают руки вверх, два хлопка.

И под ёлкой – снег, снег.

Приседают на корточки, два шлепка по коленям.

А под снегом спит медведь

Притопы, покачивания корпуса с ноги на ногу.

Тише, тише – не шуметь!

Произносят шёпотом, указательный палец к губам.

Можно в качестве музыкальной **озвучки** «хрустящего снега» использовать мешочки, наполненные крахмалом. При надавливании на него получается звук, похожий на хруст снега. Сначала надавливать громко, потом всё тише-тише. Как бы человек уходит.

11. «Ливень» сл. М.Новиковой

Капля раз, капля два, капли медленно сперва.

Не спеша, не торопясь, песня эта началась.

Дети берут палочки и вместе с педагогом продолжают озвучивать стихотворение, в котором отражен весь «сюжет» летнего дождя:

Но вот пошел сильней

И закапал веселей:

Кап-кап, кап-кап, кап-кап, кап!

Кап-кап, кап-кап, кап-кап, кап!

Ливень, ливень, ливень, ливень,

Ливень льет как из ведра!

Ливень, ливень, ливень, ливень,

Перестать тебе пора!

Дети могут исполнять ритм стихотворения на перевернутой коробочке от йогурта, палочками для металлофона по ковру и т.п. ливень можно изобразить на более ярких по звуку инструментах – коробочке, барабане, тарелке. Ребята в этой модели знакомятся с ускорением темпа и усилением динамики, которые здесь тесно связаны. (Тютюнникова Т.Э. «Бим-бам-бом!», с.58)

12. «Обезьянки»

Чи-чи-чи! Чи-чи-чи! Хлопки

Обезьяна на печи. *Шлепки по коленям*
Чи-чи-чи! Чи-чи-чи! *Хлопки*
Грызет с маком калачи. *Щелчки пальцами*
Чу-чу-чу! Чу-чу-чу! *Хлопки*
Поиграть я с ней хочу. *Притоны*
Чу-чу-чу! Чу-чу-чу! *Хлопки*
Я смеюсь и хохочу! Дети весело смеются.

13. «Солнышко»

Солнышко, солнышко, *(Ритмичные хлопки)*
Выгляни в оконнышко.
Твои детки плачут, *(Притоны)*
По камушкам скачут. *(Лёгкие прыжки с хлопками)*

14. «Листопад»

Осень, осень! Листопад! *(Ритмичные хлопки)*
Лес осенний конопат. *(Щелчки пальцами)*
Листья рыжие шуршат *(Трут ладошку о ладошку)*
И летят, летят, летят! *(Качают руками)*
Матрешки и Петрушка
Вот пришли веселые матрешки. Тук – тук!
Принесли нам расписные ложки. Тук – тук!
Мы на ложках заиграли. Туки – туки! Туки – тук!
Наши ложки заплясали.
Туки – туки! Тук – тук – тук!
Вот бежит приятель наш Петрушка,
Трень – трень.
Он принес ребятам погремушки,
Трень – трень.
Погремушки зазвенели –
Трень – трень – трень!
Звонко песенку запели –
Трень – ди, трень – ди!
Тук – тук, туки – тук,
Трень – трень – трень – ди – трень!
Будет весело играть
Наш оркестр целый день!
Шур – шур – песенка
В тиши шуршунчики шуршат:
Шур-шур, Шур-шур, Шур-шур.
Они похожи на мышат.
Шур-шур, Шур-шур, Шур-шур.
Дети играют на «шуршунчиках» - султанчиках с бумажными или
полиэтиленовыми полосками.
А где-то спит мурлыка-кот.
Мур-мур, мур-мур, мур-мур.

Во сне он песенку поет:

-Мур-мур, мур-мур, мур-мур.

Дети перебирают струны цитры или арфы.

Шур-шур! Мур-мур!

Шур-шур, Мур-мур!

Кухонный оркестр

Наш повар Василий

На кухню пришел.

Он главный, он сильный,

Он – как дирижер!

Огромным половником только взмахнет –

Оркестр посудный тотчас запоет:

Кастрюли огромные – бом-бом!

Бидоны бездонные – дон-дон!

Чашки для чая – тинь-тинь!

Сковородка большая – динь-динь!

Вилки и ложки – там-там!

Тарелки и плошки – бам-бам, бам-бам.

Оркестр играет у нас интересный,

А борщ получается – просто чудесный!

15. «Зимушка-зима» Т. Боровик

Ах ты, Зимушка-зима, Пружинка с поворотами, руки на поясе

Белоснежная была, Притопы ногами в ритме фразы

Белоснежная была, Шлепки по бедрам в ритме фразы

Все дорожки замела. Качают внизу руками вправо-влево, показывая дорожку

Морозы трескучие, Прыжки с поворотами вправо-влево, руками бьют себя по плечам в ритме фразы

А снега сыпучие, Сверху-вниз махи кистями рук

Ветры завьюжные, Качание рук над головой

И метели дружные. Моталочка через верх вправо-влево

16. «Тюшки – тютюшки»

Педагог декламирует речевой зачин, а затем сначала вместе с детьми, а потом и дети самостоятельно, исполняет ритмы с одновременным их слоговым проговариванием на всех «телесных» инструментах по очереди: в хлопках, шлепках, притопах и т.д.

Тюшки-тютюшки, сделаем хлопушки! Хлоп, хлоп, хлоп! Хлоп-хлоп, хлоп-хлоп-хлоп!

Тюшки-тютюшки, сделаем шлепушки! Шлёп-шлёп-шлеп! Шлё-пы-шлё-пы-шлёп!

Тюшки-тютюшки, хлопушки-шлепушки!

..... сделай топотушки!

..... сделаем щелкушки! И т.д.

17. «Взял- отдал»

Ритмическая игра с орехами

Дети сидят в кругу на коврик на коленях. Один орех кладётся в левую руку, другой лежит перед ребёнком на ковре.

1 ФРАЗА: 1 орех кладётся на левую руку, и дети его накрывают у себя и передают соседу. 6 тактов 4/4

(Разучивается со словами «У МЕНЯ», «У СОСЕДА», «ВЗЯЛ», «ОТДАЛ»)

В проигрыше берут 2-ой орех

2 ФРАЗА: отстукивают ритм || III || III || II I || II I || II I || III

Проговаривают слова: раз, два, раз, два, три

В проигрыше вновь кладут 2-ой орех перед собой

3 ФРАЗА: повтор 1 фразы, без слов: 6 тактов 4/4 в конце – поднимают руки с орешками ВВЕРХ!