[КАРТОТЕКА ИГР И УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[С ЭЛЕМЕНТАМИ МУЗЫКОТЕРАПИИ](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[(ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОВЗ)](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Подготовила: Наумкина Л.М.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«В лесу»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[(Элементы музыкального моделирования и кинезитерапии)](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Переживание эмоционального состояния.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[(тревожная музыка)](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[«Мы заблудились в  лесу, кругом высокие деревья, колючие кусты, пни. Мы идем, высоко поднимая ноги, перешагивая высокую траву, кочки».](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Этап выхода из сложной ситуации, успокоения.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[( радостная музыка)](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[«Но вот мы видим впереди солнечную полянку. На ней мягкая зеленая травка, посередине чистое озеро. В траве растут цветы необычайной красоты, на деревьях сидят птицы, в траве стрекочут кузнечики».](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[Ребенок садится на пол, и смотрит вокруг.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Эмоциональное расслабление.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[(спокойная музыка для релаксации)](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[«В озере тихо плещется вода, слышно, как где-то журчит ручеек, щебечут птички, жужжат пчелки. Нас обдувает легкий теплый ветерок.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[Ребенок лежит на полу в удобной позе с закрытыми глазами.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[«Облачко»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[(ритмопластика)](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[Упражнение хорошо проводить на воздухе.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[«Посмотри, какие облака плывут по небу. Это облачко  похоже на великана, а это на лошадку. А давай и мы с тобой превратимся в белые пушистые облака. Вот подул легкий ветерок, и мы плывем, кружимся  по небу вместе с ним](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[. (легкая музыка П.И.Чайковского)](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[От дуновения ветра форма облака меняется.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[Двигаться следует плавно, легко, совершая различные движения](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[«Пчелка в цветке»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[(Кинезитерапия)](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[«Пчелка летает по полянке.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[(Римский-Корсаков](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)**[«Полет шмеля»)](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[Садится то на один цветок, то на другой.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[Ребенок имитирует полет пчелы, машет крылышками, садится на цветы - на диван, кресло, стул.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Но вот пчелка налеталась, устала и уснула на красивом цветке. Наступила ночь.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[( музыка И.Брамс](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)**[«Колыбельная»)](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[Накидываем на ребенка плотный платок.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Наступило утро, взошло солнышко, пчелка проснулась и снова полетела с цветка на цветок.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[Платок убираем, музыку меняем](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[«Храбрец-удалец»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[(Кинезитерапия)](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[«Жил-был в лесу зайчик-трусишка. Всего вокруг боялся.  Сидит под кустиком и трясется.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[( Ребенок имитирует поведение зайца.)](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Подует ветер - зайчик дрожит, захрустит ветка – заяц еще сильнее трясется.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[(музыка Р.Шумана  «Дед](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)**[Мороз»)](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Но вот надоело зайчишке бояться. Забрался он на пенек и кричит: «Я храбрец-удалец, никого я не боюсь!»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[(музыка Л.В.Бетховена «Ода к радости»)](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Вдруг на полянку вышел волк.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[(кукла би-ба-бо)](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Да так внезапно, что зайчонок всю храбрость растерял. Задрожал, как осиновый лист, спрыгнул с пенька, да так неловко, что угодил прямо волку на спину. И пустился зайчишка наутек.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[(музыка Ш.К.Сен-Санс «Заяц»)](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[Ребенок показывает, как заяц убегает.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[А волк и на самом деле испугался зайца, который так неожиданно на него напал, и убежал навсегда из этого леса.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[(музыка Л.В.Бетховена «Ода к радости»)](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[Стали звери зайца расхваливать: «Молодец, Храбрец-удалец, прогнал волка, не испугался!» С тех пор заяц ничего не боится.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«Буратино»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[Игра на снятие стрессовых состояний.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Взрослый говорит ребенку: «Сейчас ты будешь превращаться в Буратино. Встань прямо, тело становится деревянным, как у Буратино. Напряги плечи, руки, пальцы, они становятся деревянными.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Напрягаются ноги, пальцы на ногах, становятся деревянными.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Напрягается лицо и шея, лоб, сжимаются челюсти.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[А теперь из Буратино ты снова превращаешься в мальчика (девочку).](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[Расслабляются все мышцы.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[«Волшебные ножницы»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[Звучит музыка Д.Д.Шестаковича «Ленинградская симфония»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Взрослый предлагает ребенку нарисовать себя.  Затем вокруг этого портрета наклеивает или рисует черные кляксы. Это страхи ребенка. Взрослый и ребенок  обозначают каждый страх: «Это темнота, это Баба-яга, это одиночество»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[(музыка В.А.Моцарта)](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[После этого ребенку предлагают вырезать свой портрет и наклеить на чистый лист бумаги. Взрослый дает ребенку заранее приготовленные цветные кружочки, которые обозначают родителей, близких ребенку людей, друзей. Он должен наклеить их рядом с портретом по своему усмотрению, называя каждого.  А отрезанные кляксы ребенок рвет на мелкие кусочки и выбрасывает.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«Снеговик»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[Психогимнастика на снятие стрессовых ситуаций](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Взрослый предлагает ребенку превратиться в Снеговика.  Встать прямо, руки в стороны, щеки надуть, замереть и оставаться в таком положении 10 секунд.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[(музыка Ф.Шопена «Зимняя сказка»)](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[«Но вот выглянуло солнышко, солнечные лучики дотянулись до Снеговика и он начал таять».](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[Ребенок опускает руки, приседает, ложится на пол, расслабляется.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[«Хрустальная водичка»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Ребенок приседает, складывает руки ковшиком и как будто зачерпывает из ручья воду, потом поднимает руки вверх и выливает воду на себя, потом, подпрыгивая на одной ноге, произносит протяжно «и-и-и», столь долго, сколько сможет. Одновременно звенит](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[колокольчик](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[, ребенок прислушивается и следит за звуком, пока тот не стихнет.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«Как звучит»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Ребенку предлагается показать, как он будет стучать по](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[барабану](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[,](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[металлофону](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[или использовать другой музыкальный инструмент, если ему грустно, весело, страшно.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«Тонирование»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[Упражнение на снятие стресса и на расслабление.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

* [Предложите ребенку пропеть звук](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[«м-м-м»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[по времени столько, сколько сможет протянуть.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)
* [Протянуть звук «а-а-а» - помогает быстро расслабиться.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)
* [Протянуть звук «и-и-и» - за несколько минут стимулирует работоспособность мозга, активизирует работу всех систем организма.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[Эти упражнения также способствуют развитию](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[*[речевого дыхания](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*](https://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fstotysyhc.ru%2Fdyhatelnaya-gimnastika-dlya-razvitiya-rechi%2F)*[и будет полезно для](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[*[развития речи](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*](https://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fstotysyhc.ru%2Fnarusheniya-razvitiya-rechi-u-detej%2F)*[.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[«Шарф с волшебными историями»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[для детей с выраженной гиперактивностью, синдромом дефицита внимания](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Такие дети требуют индивидуальной работы, во время которой учатся успокаиваться и сосредотачиваться.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Для проведения упражнения музыкальный руководитель включает музыку, двигает над ребенком большой яркий шарф, одновременно рассказывая фантазийную историю (например, про самого ребенка, с которым проводит упражнение). При этом музыкальный руководитель предлагает ребенку произвольно двигаться, когда шарф «взлетает» вверх или колыхаются из стороны в сторону, и останавливаться, когда шарф опускается.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Во время упражнения педагогу необходимо синхронизировать подвижные и спокойные эпизоды в движениях шарфа, в музыке и в истории.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Правильно подобранная по интенсивности звучания и ритмом музыка поможет ребенку упорядочить движения, усиливая впечатление от движений шарфа и слов музыкального руководител](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«Морское дно»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[для расслабления, снятия напряжения](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[Звучит пьеса К.Дебюсси «Лунный свет».](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Дети произвольно размещаются в музыкальном зале. Педагог проговаривает текст, согласуя его с движением музыки: «Дети, сейчас мы окунемся в морскую глубину. Сначала проверим, работает ли наше снаряжение для дыхания под водой: спокойно, без напряжения вдохните, теперь выдохните. Со снаряжением все в порядке, поэтому погружаемся!](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Сделайте спокойный глубоких вдох, а с выдохом опуститесь на самое дно. Вокруг вас лишь чистая голубая вода. А теперь ощутите, что вы — морские волны, которые легко качаются вместе с музыкой. Вокруг вас плавают разноцветные жители моря — почувствуйте их присутствие, рассмотрите внимательно.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Вдруг течение изменилась! Все волны зашевелились, начали перемещаться, путешествовать морской глубиной, встречать новых морских жителей… А теперь наступила ночь. В полной темноте морская вода засияла — это светящиеся микроскопические водоросли, рачки, удивительные медузы. Волны постепенно успокаиваются и ложатся на дно».](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[После упражнения следует предложить детям под эту же музыку нарисовать образы, возникшие в их воображении. После этого музыкальному руководителю следует проанализировать детские рисунки — цвета, насыщенность, силу нажима карандаша и тому подобное.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[«Зёрнышко»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[На выравнивание эмоционального состояния](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Педагог предлагает «посадить» зёрнышко на ладошку. Дети выполняют задание, сопровождая «посадку» словом «Динь!», затем заботятся, чтобы зёрнышко проросло:](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

* *[Поливают дождиком](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[– имитируют голосом звуки капелек;](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)
* *[Согревают солнышком](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[– высоко поют звук «а».](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Педагог продолжает руководить действиями детей, поэтапно продолжая рассказ:](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

* [Зёрнышко начало расти –](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[дети поют «а» на крещендо;](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*
* [Вырос большой, красивый цветок и открыл прекрасные лепестки –](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[дети, представляя цветок на своих ладонях, улыбаются, любуются им;](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*
* [Цветок имеет великолепный аромат –](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[дети медленно, глубоко вдыхаю носом, а выдыхают ртом со звуком «ха».](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[«Цветная музыка»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[содержит элементы цветотерапии, предусматривает использование различных предметов определенного цвета.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[Целесообразно проводить, когда есть необходимость вызвать у детей определенное настроение.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[Музыкальное сопровождение упражнения и цвет предметов будет зависеть от настроения, которое нужно создать.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

* [Чтобы подбодрить детей, следует включить ритмичную музыку в оживленном темпе и предложить детям ленты или платочки желтого, или красного цветов.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)
* [Чтобы успокоить детей, музыкальный руководитель может предложить им создать танцевальную импровизацию под музыку вальса, используя при этом шелковые шарфы синего, голубого или зеленого цветов.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[Двигательные упражнения](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

* [«Прогулка по сказочному лесу](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[(Н. Римский-Корсаков, ария Февронии из оперы «Сказание о невидимом граде Китеже»).](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[Шаги в медленном темпе, представляя вокруг себя красивый пейзаж и показывая жестами другим детям великолепие природы.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

* [«Праздничный марш» (Н. Римский-Корсаков, вступление к опере «Сказка о царе Салтане»).](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[Представить себя идущим на праздник. Идти уверенным, решительным шагом.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

* [«Крадущаяся кошка» (Д. Пучини, «Вальс» из оперы «Богема»).](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[Движения по кругу, шагая на «раз», каждого такта. Движения плавные, тяжесть корпуса переносится постепенно с одной ноги на другую.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

* [«Порхающая бабочка» (А. Дворжак, «Юмореска»).](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[Лёгкие пружинистые шаги, с взмахом рук изображая бабочку.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

* [«Любование цветком» (Н. Шопен, Вальс №7)](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[Дети передают по кругу на каждый такт вальса цветок, любуясь](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[«Шум моря»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[Речевое дыхание, релаксация](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Учащиеся слушают звуки моря, а затем предложить им «подышать», как море. Делать тихий, мягкий вдох животом и плавно поднять вверх руки. А потом выдохнуть на звук «Ш». Выдыхать долго-долго, втягивая живот, чтоб вышел весь воздух. Мягко опустить руки и снова вдохнуть.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«Пузырьки воздуха»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[Ритмотерапия](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Под звуки плеска волн дети очень тихо, легко и мягко ходят на носочках, танцуют под музыку. Они представляют себя пузырьками воды, легкими и невесомыми.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«Волшебный сон»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[Релаксация](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Звучит спокойная музыка со звуками природы. Педагог предлагает сесть удобнее, расслабиться, закрыть глаза. Установка: «Вы сейчас погрузитесь в волшебный сон. Спокойно отдыхайте, закрыв глаза. Пусть каждому присниться хороший добрый сон».](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Ресницы опускаются…](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Глаза закрываются…](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Мы спокойно отдыхаем (2раза),](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Сном волшебным засыпаем.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Дышится легко, ровно, глубоко…](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Наши руки отдыхают…](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Ноги тоже отдыхают…](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Отдыхают, засыпают… (2 раза)](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Шея не напряжена,](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[А расслаблена…](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Губы чуть приоткрываются,](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Всё чудесно расслабляется… (2 раза)](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Дышится легко… ровно… глубоко…](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Напряженье улетело…](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[И расслаблено всё тело (2раза),](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Будто мы лежим на травке,](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[На зелёной, мягкой травке…](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Греет солнышко сейчас…](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Ноги тёплые у нас…](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Дышится легко… ровно… глубоко…](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Губы тёплые и вялые](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[И нисколько не усталые.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Мы спокойно отдыхали,](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Сном волшебным засыпали.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Хорошо нам отдыхать!](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Но пора уже вставать](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«Цапля»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Дети поют любой звук и стоят как можно дольше на одной ноге, разведя руки в стороны как крылья. Это упражнение тренирует чувство равновесия, развивает координацию движений, формирует правильную осанку, укрепляет мышцы ног.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«Сугробы и солнышко»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Один ребенок — «солнышко», все остальные — «сугробы». Под звуки метели дети «превращаются в сугробы» и замирают в какой-то определенной позе. Педагог спрашивает, во что или в кого они превратились. Затем «солнышко» мягким прикосновением помогает «сугробам» растаять. После того, как все сугробы «растаяли», дети танцуют под любую веселую музыку.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Упражнение «Ковер-самолет»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[с элементами изотерапии](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[В этом упражнении предложить детям полетать на ковре-самолете вместе с Иваном Царевичем. Учащиеся рассматривают репродукции картин В.М. Васнецова «Иван Царевич на сером волке» и «Ковер-самолет». Под спокойную музыку они закрывают глаза и представляют себя Иваном Царевичем или Царевной, дети «летят» в воздухе на ковре-самолете. Педагог по очереди дотрагивается до них, и они рассказывают, что видят внизу, под собой, вверху, не страшно ли им лететь, холодно или тепло, легко ли дышится, хочется взлететь еще выше или спуститься на землю.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«Спящая царевна»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Дети рассматривают репродукцию картины В.М. Васнецова «Спящая царевна». Им предлагается представить себя в образах разных сказочных персонажей картины, и замереть в характерной для этого персонажа позе. Затем педагог дотрагивается до них по очереди и все «просыпаются», и танцуют в соответствии с выбранными образами под музыку П.И.Чайковского из балета «Спящая красавица».](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«Сыграй свое настроение»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[коллективной формой активного музицирования на шумовых инструментах](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Во время проведения упражнения дети учатся озвучивать стихи, играть в ансамбле, импровизировать собственные небольшие пьесы, воплощая в них своё настроение и звуковые представления.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«Зоопарк»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[ритмическая игра](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Эта музыкальная гимнастика улучшает координацию движения и крупную моторику.
В качестве музыкального сопровождения используется «Карнавал животных» Ш.К.Сен-Санса.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Когда включается музыка, ребёнку нужно движениями, мимикой и звуками изобразить соответствующее животное: бродит медленно и неспешно, как слон, «плывёт» по комнате, словно лебедь, рычит, как лев, прыгает, будто кенгуру.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[Дыхательные упражнения](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[оздоровление и укрепление дыхательных функций.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

* [С детьми можно проделать дыхательные упражнения, опираясь на образные выражения сказочных героев: прыгает лягушонок, пчелка летит на цветок («бз»- на выходе, «бж»), змея ползет в траве («ш»- «ш» - выдох). Дети движениями рук помогают себе осуществлять моменты вдоха и выдоха.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«Задуем свечу»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[(музыка К.Сен-Санс «Лебедь»)](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Дети делают глубокий вдох через нос, подносят ладошку на уровень лица, затем выдыхают тоненькой струйкой воздух через рот на ладонь, при этом губы держать «трубочкой».](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«Проколи шину»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Дети делают легкий вдох, затем показывают, как медленно выходит воздух со звуком «Ш».](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«Дудочка»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[(музыка А.Агофонникова)](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Группа детей музицируют инструментальное произведение к песне-загадке «Дудочка», другая группа исполняет песню. Используются духовые инструменты (глиняные свистульки, свирели, гармошки губные, игрушечные дудочки).](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«Колобок»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[(музыка В. Гречик)](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[На каждого героя сказки дети подбирают соответствующий данному персонажу духовой инструмент, музицируют звуковую картину «Колобок в лесу».](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«Корова»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Перед началом упражнения – вдох одновременно через нос и рот, затем петь (мычать) мелодию на выдохе через нос, нижняя челюсть при этом опущена. Петь, имитируя слона и чувствуя вибрации в области горла и груди. В заключение фразы можно акцентировать выдох, выталкивая оставшийся воздух мышцами живота. Упражнение снимает мышечные зажимы на уровне горла и шеи, в практике йогов считается ответственным за эмоциональное состояние организма.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«Аромат роз»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Произвести полное дыхание  с закрытыми глазами, представляя перед собой большой и красивый букет роз, источающих прекрасный аромат. Задержав дыхание на  вершине вдоха, поймать состояние легкости тела и душевной приподнятости. Ощутить состояние, называемое «вдохновение». Почувствовать ясность сознания, свежесть мысли, точность восприятия. Вдыхая воображаемый аромат роз, концентрировать внимание между бровям](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«Дыхательная медитация»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Сосредоточенное внимание на вдохе и выдохе, выполняемых под мысленный счет, совпадающий с ритмом пульса или к нему приближенный. 4 счета – вдох, 4 – задержка, 4 – выдох, 4 – задержка. Упражнение для большей ритмичности может выполняться с одновременной ходьбой на месте.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[«](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[Засыпающий цветок»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Успокаивающее дыхание в пропорции 1+3. На одну четверть – вдох, на три четверти – выдох. Мысленно представлять себя цветком, закрывающим на ночь свои лепестки в бутон.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«Отдыхаем на берегу»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[Снятие мышечных зажимов, напряжения](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[(Музыка И. Штраус «Вальс»)](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Дети лежат на животе, руки и ноги разведены в стороны. Они должны одновременно соединить руки над головой и ноги вместе.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[«](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[Морские звезды»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[Снятие мышечных зажимов, напряжения](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[(И. Штраус   «Вальс»)](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Дети сидят на полу, расставив ноги и руки в стороны. Им предлагают собрать тело в «комочек», а затем вернуться в исходное положение.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«Игра с воздушными шариками»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[Снятие мышечных зажимов, напряжения](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[(музыка Ф. Шопен «Ноктюрн фа-мажор»)](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Детям раздаются воздушные шарики, предлагают поиграть с ними, при этом обращается внимание на их легкость, затем упражнение повторяется только с воображаемыми шарами.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«Легкие бабочки»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[Снятие мышечных зажимов, напряжения](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[(муз. С. Майкапар «Мотылек»)](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Детям предлагается рассказ: «В саду было много красивых цветов. Маленькие, легкие мотыльки летали и кружились над ними, выбирая себе самый яркий и красивый, а потом садились на него». Дети слушают музыку и представляют себя «мотыльками», передают движениями картинку, «нарисованную» музыкой.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«Ритмическое эхо»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

* [Ведущий занятия дает двух- или трех тактовый ритмический рисунок,](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[который все вместе, хлопая в ладоши, должны повторить участники группы.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

* [Ритмизация собственных имен и фамилий. Дискуссия о том, как на основании предложенного ритма можно составить характеристику человека.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)
* [Ритмизация движений животных – степенная корова, проворный заяц, ласковая кошка, дикий конь, преданный пес и т.п.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«Ладушки»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Популярная детская игра, хорошо развивающая не только чувство ритма, но также произвольное внимание и координацию движений.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«Бабочки и жуки»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[эмоционально-психическая комфортность](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Исходное положение (И.П).: дети делятся на две команды – на «бабочек» и «жуков». Для игры подбирается музыкальное сопровождение с частой сменой контрастных (но повторяющихся в своем чередовании) образов: легких, воздушных «бабочек» и тяжелых, неповоротливых «жуков». При этом продолжительность пребывания в каждом из образных состояний каждый раз меняется.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[Задание:](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[внимательно слушать музыку и двигаться только тогда, когда звучание будет соответствовать выбранному образу. При этом нужно импровизировать движения в характере «бабочки» или «жука».](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Эталон выполнения игрового задания: гибкая реакция на смену ситуации, способность вовремя перейти от активных движений к неподвижности и выдерживать статичную позу столько, сколько потребуется по ходу игры; свободное и разнообразное определение себя в игровом пространстве; выразительные движения, соответствующие выбранной роли; инициатива и двигательное творчество в создании индивидуальной игровой линии или микросюжета с помощью взаимодействия с другими участниками в ходе игры.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«Быстрый танец»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[эмоционально-психическая комфортность](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[И.П.:](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[дети стоят по кругу лицом к центру.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Ведущий-педагог выполняет ритмичные движения в такт быстрой танцевальной музыке с выраженными метрическими акцентами. Дети копируют движения ведущего. Направление движения идет по четырем точкам: голова – плечи – бедра – лодыжки ног. Сначала количество прикосновений к каждой точке равно 8-ми, в следующем повторении 4-м, затем 2-м и, наконец, одному разу. Постепенно количество точек прибавляется, а темп выполнения убыстряется.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Эталон выполнения игрового задания: четкие, координированные движения и телесное переживание-выражение ритмической пульсации](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«Считалочка»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[эмоционально-психическая комфортность](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[И.п.:](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[дети стоят в кругу по одному, повернувшись лицом в центр круга.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[В центре круга – ведущий. Музыкальным сопровождением к этой игре может быть любая современная детская песенка.   На запев  песенки ведущий в такт музыке считает детей (указывая на каждого, как в игре считалочку). Тот, на ком мелодия запева заканчивается, становится новым ведущим. В припеве ведущий в центре круга импровизирует танцевальные движения, а остальные копируют его. На запев снова начинается отсчет, к концу которого ведущий опять меняется.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Эталон выполнения игрового задания](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[:](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[соответствие движений эмоциональному содержанию музыки, естественные, раскрепощенные, координированные и пластичные движения, полноценное мышечное напряжение ребенка. Точность, ловкость, попадание в метрическую сетку. Удовольствие, получаемое ребенком от движе](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«Игра в колыбельную»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[эмоционально-психическая комфортность](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[(проводится после подвижной игры).](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[И.п.: дети вместе с педагогом сидят на полу (на коврике).](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[С началом звучания медленной, спокойной музыки педагог укладывает одного из детей на пол и в такт музыке мягко поглаживает его по спинке. Остальные дети присоединяются к нему, и все вместе ласково касаются, глядят выбранного в «солисты» ребенка. Постепенно педагог укладывает еще несколько детей, давая сигнал остальным гладить, баюкать их. На протяжении игры дети меняются ролями.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Эталон выполнения игрового задания:](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)[плавные, размеренные движения руками и телом, сигнализирующие о способности ребенка перейти от состояния возбуждения](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[к расслаблению; состояние доверия и спокойствия, отсутствие тревожности.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Показатель: эмоциональная выразительность.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«Игра со стульчиками»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[эмоционально-психическая комфортность](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[И.п.:](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[дети сидят на стульчиках, расставленных по кругу, лицом к центру.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[Количество стульчиков точно совпадает с количеством детей. Один из стульчиков назначается стулом ведущего (это можно сделать с помощью считалки).](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Первая часть танца-игры связана с импровизацией жестов и поз ребенка, оказавшегося на стуле ведущего. Поза принимается и фиксируется на звук в конце каждой музыкальной фразы. Остальные участники игры копируют позу ведущего, сидя на своих стульчиках.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Во второй части характер музыки меняется: она становится подвижной и веселой. Дети бегают под музыку в кругу и между стульчиками. К концу второй части каждый должен сесть на оказавшийся рядом стул. Затем звучит музыка первой части, и ребенок, севший  на стул ведущего, показывает движения. Игра повторяется.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Эталон выполнения игрового задания: точность попадания в метрическую сетку при проделывании придуманного движения, выразительные, естественные, раскрепощенные, координированные движения, полноценное мышечное напряжение ребенка](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«Пароход»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[эмоционально-психическая комфортность](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[И.п.:](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[дети сидят на стульчиках, расставленных по кругу.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[Педагог поет на несложную импровизированную мелодию песенку-загадку, а дети ее отгадывают:](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[«До чего народ доходит –](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Самовар по речке ходит,](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[На семь верст голосит,](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Из трубы дымок валит»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Затем «отгадка» - бумажный кораблик – в руках педагога начинает «плавать по волнам», двигаться по кругу, и сопровождается пением педагога вместе с детьми. Кораблик «плавает» по кругу, а песенка повторяется несколько раз. С очередным повтором ведущий меняется: кораблик педагогом кому-то из детей. Ребенок, оказавшийся ведущим, не только получает бумажный кораблик, но и вынимает из него пиктограмму. По пиктограмме ребенок задает эмоциональную окрашенность мелодии. Например: «Будем петь весело!», «Сердитым голосом». Ведущий – ребенок, у которого оказался кораблик, не только определяет по пиктограмме, с какой эмоциональной окраской петь песенку, но и сам «входит в образ» - подбирает соответствующие движения, шаги, мимику, интонации.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Эталон выполнения игрового задания: быстрое и точное определение по пиктограмме эмоционального состояния, определение его на словах, свободное воплощение в мимике, пластике и интонациях.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Показатель: двигательно-звуковая творческая активность.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«Круги»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[эмоционально-психическая комфортность](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[И.п.:](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[дети сидят на стульчиках полукругом.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[Перед ними ксилофоны, металлофоны, шумовые и ударные инструменты. В центре полукруга – ведущий – «дирижер» (без инструмента).](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Педагог рассаживает детей за инструменты по группам с контрастным, отличающимся друг от друга звучанием, например, группы: ксилофонов – колокольчиков – металлофонов – маракасов – бубнов и барабанов. Мелом педагог рисует круги и договаривается с детьми, какой группе инструментов будет соответствовать каждый круг. Задача детей – ждать своей очереди вступления в игру, т.е. внимательно следить, на какой круг встанет ногами или прикоснется руками  ведущий «дирижер».](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Эталон выполнения игрового задания: ведущий не просто переходит с одного круга на другой, но внимательно слушает получающуюся «музыку», создает игровой образ.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Показатель: положительная самооценка.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«Имена»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[эмоционально-психическая комфортность](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[И.п.:](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[дети стоят по кругу лицом к центру.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Ведущий делает шаг вперед и представляет свое имя в каком-либо образе (Марина – как море, Юля – как юла»), а затем выражает этот образ  жестами, движениями, мимикой, выразительной интонацией. Остальные – в точности его копируют. Роль ведущего передается каждому по очереди по кругу.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

[Эталон выполнения игрового задания: оригинальные, положительные образы своего имени, уверенность, четкость интонаций, удовольствие от демонстрации своего придуманного образа и внимания к себе всех присутствующих.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)

*[«Все, как я!»](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

*[эмоционально-психическая комфортность](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[И.п.:](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*[дети стоят врассыпную.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)*

[Ведущий с помощью голоса и движения изображает любой придуманный им образ. Остальные копируют его. Затем ведущий передает свою роль (останавливается и показывает рукой на кого-нибудь из детей). Новый ведущий три раза хлопает в ладоши, громко произносит: «Все, как, я!» и предлагает свой вариант двигательно-интонационной импровизации.](https://konkurs.info/?utm_source=infourok&utm_medium=banner&utm_campaign=152" \t "_blank)