

Музыкально-валеологические игры с детьми младшего дошкольного возраста.

Разработала музыкальный руководитель Фомичева Е.В.

Ценностное отношение и компетенции дошкольника в области сохранения и укрепления здоровья формируются на занятиях и в повседневной жизни с помощью различных игр и упражнений.

I. Валеологические песенки-распевки. Доступные для восприятия и воспроизведения тексты распевок (авторы М.Л. Лазарев, М.Ю. Картушина) и приятная мелодия (мажорный лад) поднимают настроение, задают позитивный тон, улучшают эмоциональный климат на занятии, подготавливают голосовой аппарат к пению. Распевки сопровождаются самомассажем биологически активных зон лица и шеи, ритмичными движениями, звучащими жестами.

«Здравствуй» (1 младшая группа) (выполняется под пение)

Здравствуй солнце золотое, (поднять скрещенные руки вверх)

Здравствуй небо голубое, (поднять ладошки вверх)

Здравствуй вольный ветерок, (помахать ручками вверху)

Здравствуй маленький дружок (пожать руку друг другу)





2. Физкультминутки. Физкультминутку проводится, с целью активно изменить деятельность детей и этим ослабить утомление, а затем снова переключить их на продолжение занятия.

«Ветерок» (2 младшая группа) (выполняется под пение)

Дует ветер нам в лицо (махать кистями рук себе на лицо)

Закачалось дерево (махать руками над головой)

Ветерок всё тише, тише (постепенно приседать на корточки)

А деревья выше, выше. (встать поднять руки вверх)





3. Пальчиковые игры позволяют в игровой форме разминать, массировать пальчики и ладошки, благоприятно воздействуя на все внутренние органы. Пальчиковые игры Е. Железновой, В. Коноваленко, О. Узоровой проводятся под музыку (попевки, песенки, сопровождаются показом ярких иллюстраций, игрушек, героев пальчикового театра). Мелодия подбирается с учетом возраста детей.

«Моя семья» (2 младшая группа) (выполняется под пение)

Этот пальчик дедушка (загибаем большой пальчик)

Этот пальчик бабушка (загибаем указательный пальчик)

Этот пальчик папа (загибаем средний пальчик)

Этот пальчик мама (загибаем безымянный пальчик)

А этот пальчик я (загибаем мизинчик пальчик)

Вместе дружная семья (разгибаем, загибаем все пальцы).



