

*Музыкально-подвижные игры
и игровой самомассаж
для дошкольников
(технология СА-ФИ- ДАН-СЕ)*



Музыкально-подвижные игры

«Дорожка»

Цель: учить дошкольников передавать несложный ритмический рисунок на детском музыкальном инструменте.

Оборудование: музыкальные инструменты.

Ход игры: дети выбирают себе музыкальные инструменты (бубен, молоточек, барабан), садятся по кругу. В центре круга — ведущий (педагог или ребенок).

Ведущий. Я гуляю по дорожке (марширует),

Дети. На своих инструментах выполняют ритм стиха, выделяя сильную долю.

И мои шагают ножки.

А потом, а потом (бежит на месте)

Все бегом, бегом, бегом.

Через лужи прыг-скок.

Прыг-скок, прыг-скок (прыжки с ноги на ногу).

А теперь на бугорок,

Стоп (притоп)

Надоело мне стоять,

Лучше буду танцевать (исполняет простые движения: нога на носок, на пятку, ковырялочка и т.п.).

«Охотники»

Цель: учить детей передавать в движении ритм и темп стиха, выделяя сильную долю.

Ход игры: дети маршируют, выполняя движения соответственно содержанию стихотворения.

Ведущий. Мы охотники на льва, да?

Дети. Да! (Маршируют.)

Ведущий. Не боимся ничего, нет?

Дети. Нет!

Ведущий. А в руках у нас ружье!

Дети: Пиф-паф!

(Ногу ставят на пятку, как бы прицеливаются.)

Ведущий. И булатный меч! (Маршируют.)

Дети. Раз-два. (Имитируют взмахи мечом.)

Ведущий. Мы по улице идем,

Левой, правой, левой, правой!

На охоту всех зовем.

Левой, правой, левой, правой! (Маршируют.)

Ведущий. Стоп! Перед нами река.

Широка, глубока,

Реку мы переплывем.

(Имитируют стиль плавания.)

Кролем, брассом поплывем.

Ведущий. Стоп! Перед нами лес.
Деревья до небес,
Болото на пути,
Как туда пройти?
С кочки на кочку
Прыг, прыг, прыг!
С кочки на кочку
Чав, чав, чав, чав. (Прыгают с ноги на ногу.)
Ведущий. Стоп! Пещера на пути
Нам в нее войти?
Дети. Не видать ничего.
Не слышать никого!
Ай, ай, ай, ай,
Ай, ай, ай, ай.
(В недоумении разводят руками.)
Мы в пещеру вошли,
И кого же там нашли?
(Идут медленно,
на носочках,
останавливаются.)
А в пещере лев спит
И громко храпит
Хр-хр-хр!
(Имитируют храп, поднимая течи.)
Вдруг лев проснулся
Да как зарычит: Р-р-р! (Рычат.)
И каждый охотник как задрожит. (Дрожат.)
Испугались! Ой-ой! (Качают головой.)
И скорей бежать домой! (Бегут бегом)

«Погуляем»

Цель: развитие движений, перемещение и перестроение в пространстве в соответствии с ритмом и темпом музыки.

Оборудование: музыкальный ряд (Игроритмика 4; Дорожка 6),

Ход игры: дети двигаются по залу для музыкальных занятий в разных направлениях.

Ведущий. Погуляем, погуляем в садике своем...

И дружка найдем. (Находят себе пару — дружка.)

Пока! (Отходят спиной назад на два шага и машут рукой, прощаясь.)

Хлоп-хлоп! (Останавливаются друг перед другом и делают два хлопка.)

Привет! (Вновь подходят друг к другу, здороваются.)

Пока! (Делают два хлопка, отходят назад на два шага и машут рукой, прощаясь.)

При повторении игры ребенок находит нового друга. Можно предложить разные варианты игры: гулять парами, перестраиваться в круг (возможно перестроение по первой букве имени) и т.д.

«Я иду к тебе»

Цель: перемещение и перестроение в пространстве в соответствии с ритмом и темпом музыки.

Оборудование: музыкальный ряд (Игроритмика 4; Дорожка 6),

Ход: воспитатель. Хорошо вокруг,
Дети. (Свободно гуляют по комнате.)

Солнце светит нам. (Находят себе партнера, становятся напротив друг друга и выполняют хлопки.)

Улыбаюсь я всем моим друзьям.

Дети. (Стоящие в парах берутся за руки и делают хлопки.)

(Пары перестраиваются в общий круг и делают три хлопка и, взявшись за руки, идут по кругу.)

Воспитатель. Здравствуй, миленький дружок!

Становись со мной в кружок!

Хорошо вокруг,

Солнце светит нам, улыбаюсь я всем моим друзьям.

«Музыкальный ежик»

(модифицированный вариант игр Е. И. Юдиной)

Цель: воспроизведение ребенком ритмического рисунка с помощью хлопков или детских музыкальных инструментов (барабан, бубен).

Оборудование: музыкальные инструменты.

Ход: воспитатель. Не приходилось ли вам встречать музыкальных ежей? Например, таких, которые играют на барабанах? А вот молдавскому поэту Георгию Виеру приходилось! Послушайте, как он изобразил такого ежика (читает стихотворение):

С барабаном ходит ежик.

Бум-бум-бум!

Целый день играет ежик:

Бум-бум-бум!

С барабаном за плечами...

Бум-бум-бум!

Ежик в сад забрел случайно.

Бум-бум-бум!

Очень яблоки любил он.

Бум-бум-бум!

Барабан в саду забыл он.

Бум-бум-бум!

Ночью яблоки срывались:

Бум-бум-бум!

И об землю ударялись:

Бум-бум-бум!
Ой, как зайчики струхнули!
Бум-бум-бум!
Глаз до зорьки не сомкнули!
Бум-бум-бум!

Забавное стихотворение, не правда ли? Сейчас мы устроим интересную игру. Какие слова все время повторяются в стихах? Сколько ударов барабана изображают эти слова? Попробуем сопровождать это стихотворение хлопками. Делать мы это должны одновременно, ведь у ежика был всего один барабан. Сейчас мы достанем игрушечные барабаны и на слова «бум-бум-бум» будем исполнять три удара двумя палочками — правой, левой, правой, вот так. (Дети под чтение педагогом стихотворения выполняют соответствующие движения.)

А теперь поиграем по-другому. Отметьте в стихах место, где «ночью яблоки срывались» — как это можно озвучить, иначе ведь, когда яблоки падают, их звук не похож на удар барабана? (Дети предлагают озвучить падение яблок мягкими хлопками; бубном и т.п. Игра повторяется с музыкальным оформлением.)

«Мишка»

Цель: озвучивание ребенком стихотворных строк.

Оборудование: музыкальные инструменты.

Ход: воспитатель предлагает детям помочь медвежонку добраться до дома, а чтобы ему было веселее шагать, нужно сделать этот путь звучащим, педагог раздаёт детям инструменты.

Воспитатель.

Шлепал мишка по дорожке:

Шлеп-шлеп-шлеп!

И захлопал он в ладошки:

Хлоп-хлоп-хлоп!

А потом, а потом,

Побежал скорей бегом:

Пом-пом-пом-пом-пом-пом-пом!

Он по кочкам Топ-топ-топ!

Добежал до дому — Стоп!

(Дети стоя выполняют соответствующие движения.)

Топ! Топ! Топ! Топ!

А потом он побежал:

Топы-топ, топы-топ!

Вдруг споткнулся и упал: Бух!

Отряхнулся и сказал: Ух!

Сделал шаг и: Ой! Ой! Ой!

И ворча, заковылял домой.

«Клубочек»

Цель: воспитание чувства принадлежности к группе, чувства безопасности в коллективе, чувства единства, сплоченности, умения действовать согласованно.

Оборудование: клубочек прочных ниток, музыкальный ряд (Игроритмика 4; Дорожка 6; Дорожка 4 –БЕГ; Новые детские песни; Сороконожка; Капельки),

Ход: преподаватель и дети стоят в кругу. Преподаватель запекает песенку, обматывает большой палец правой руки. Затем передает клубок следующему ребенку, называя его в песенке по имени и т.д. Когда песенка заканчивается — все дети и преподаватель соединены ниточкой. Клубок должен вернуться к преподавателю, проделав полный круг. Затем одновременно все аккуратно снимают ниточку с пальцев и кладут ее на стол. Внимание детей обращается на то, что ниточка не порвалась, и ребята в группе всегда будут так же крепко дружить. В заключение можно попросить детей вспомнить пословицы и поговорки о дружбе.

«Один, два, три, четыре, пять»

Цель: учить детей действовать по одному и вместе с другими; развивать организаторские способности детей; развивать внимание детей, их ориентировку в пространстве, быстроту реакций; упражнять в счете и в основных движениях.

Оборудование: объемные числа, музыкальный ряд (Дорожка 20-ходьба; Песенка капитана Врунгеля; Песенка; Кнопочки; Песенка Кота в сапогах; Песенка мамонтенка; Песенка моя Обжоры; Облака).

Ход игры: Под музыку дети двигаются по всей комнате в разных направлениях, используя энергичную ходьбу, бег, подскоки в зависимости от характера музыки. С окончанием музыки воспитатель называет первую цифру. Дети должны построиться в соответствии с названным числом парами, тройками и т.д., встав в кружок или шеренгу и подняв руки вверх.

Игровой самомассаж

«Чтобы не зевать от скуки»

Цель: оздоровительный массаж всего тела: быстрые, частые хлопки на соответствующие слова

Ход:

Чтобы не зевать от скуки,
Встали и потерли руки
А потом ладошкой в лоб
Не скучать и не лениться!
Хлоп-хлоп-хлоп
Хлоп-хлоп-хлоп
Щеки заскучали
тоже?
Мы и их похлопать можем
Ну-ка дружно, не зевать
Раз-два-три-четыре-пять
Перешли на поясницу.
Чуть нагнулись, ровно дышим,
Хлопаем как можно выше.
По сухой лесной дорожке-
Топ-топ-топ-топочут ножки.
А теперь уже, гляди,
Добрались и до груди.
Постучим по ней на славу
Сверху, снизу, слева, справа.
Ходит-бродит вдоль дорожек
Весь в иголках серый ежик.

«Утка и кот»

Цель: массаж биологически активных зон для профилактики простудных заболеваний

Ход:

Деятельность педагога	Деятельность детей
А уточки, а уточки Все топают по улочке Идут себе вразвалочку И крикают считалочку Утка крикает, зовет Всех утят с собою А за ними кот идет Словно к водопою, У кота хитрющий вид,	Поочередное поднятие стоп сидя. Наклоны туловища в стороны сидя. Поглаживать шею ладонями сверху вниз. Указательными пальцами растирать крылья носа. Пальцами поглаживать лоб от середины к вискам.

Их поймать мечтает! Не смотри ты на утят Не умеешь плавать	Раздвинуть указательный и средний пальцы, сделать «вилочку» и массировать точки около уха.
--	--

«Божьи коровки»

Цель: закаливание и оздоровление детского организма, получение ребёнком радости и хорошего настроения, формирование у ребёнка сознательного стремления к здоровью, навыка собственного оздоровления.

Ход:

Деятельность педагога (словесное сопровождение)	Деятельность детей
Божьи коровки, папа идет Следом за папой мама идет За мамой следом детишки идут Вслед за ними малышки бредут Юбочки с точками черненькими На солнышко они похожи Встречают дружно новый день А если будет жарко им, То спрячутся все вместе в тень	Сидя, поглаживать ноги сверху донизу Разминать ноги Похлопывать ладошками Поколачивать кулачками Постукивать пальцами Поднять руки вверх и скрестить кисти, широко раздвинув пальцы Поглаживать ноги ладонями и спрятать за спину.

«Кто пасется на лугу»

Цель: закаливание и оздоровление детского организма, получение ребёнком радости и хорошего настроения, формирование у ребёнка сознательного стремления к здоровью, навыка собственного оздоровления.

Ход: дети выполняют массаж спины

Деятельность педагога (словесное сопровождение)	Деятельность детей
Далеко, далеко На лугу пасутся Ко... -Козы? Нет, не козы! Далеко, далеко На лугу пасутся Ко...Кони? Нет, не кони! Далеко, далеко	Встать друг за другом паровозиком, положить руки на плечи впереди стоящего ребенка и похлопать по плечам. Загнуть большой палец на правой руке и рисовать четырьмя остальными пальцами змейку вдоль позвоночника впереди стоящего. Покачать плечами вперед-назад. Наклонить голову вперед Покачать головой вправо-влево. Повернуться на 180 и повторить движения 1 куплета

<p>На лугу пасутся Ко...Коровы? Правильно, коровы! Пейте, дети, молоко, Будете здоровы!</p>	<p>Опять повернуться на 180 и повторить те же движения Повернуться на 90, покачать головой, руки на поясе Постепенно присесть. На последний слог быстро встать и поднять руки вверх.</p>
---	--

«Ириски от киски»

Цель: закаливание и оздоровление детского организма, получение ребёнком радости и хорошего настроения, формирование у ребёнка сознательного стремления к здоровью, навыка собственного оздоровления.

Ход:

Деятельность педагога (словесное сопровождение)	Деятельность детей
<p>В гости к нам явилась киска. Всем даёт она ириски: Мышке, лебедю, жуку Псу, зайчонку, петуху. Рады, рады все гостинцам! Это видим мы по лицам. Все захлопали в ладошки, Побежали в гости к кошке</p>	<p>Потереть друг о друга средние пальцы рук Прикрыть неплотно глаза и провести пальцами, не надавливая сильно на кожу, от внутреннего края глаза к внешнему. Совершать круговые движения зрачками глаз вправо и влево Хлопки в ладоши. Постучать подушечками пальцев друг о друга.</p>

«Пирог и тучка»

Цель: закаливание и оздоровление детского организма, получение ребёнком радости и хорошего настроения, формирование у ребёнка сознательного стремления к здоровью, навыка собственного оздоровления.

Ход:

Деятельность педагога	Деятельность детей
<p>За стеклянными дверями Ходит мишка с пирогами Здравствуй, Мишенька-дружок Сколько стоит пирожок Пирожок-то стоит три А готовить будешь ты Напекли мы пирогов,</p>	<p>Выполнять хлопки правой ладонью по левой руке от кисти к плечу. То же по правой руке Хлопки по груди Хлопки по бокам Хлопки по пояснице Хлопки по ногам сверху вниз</p>

К празднику наш стол готов	Выполнять последовательное поглаживание рук, корпуса, ног
«Жарче, дырчатая тучка» Поливай водичкой ручки, Плечики и локоточки Пальчики и ноготочки, Мой затылочек, височки, Подбородочек и щечки! Трем мочалкою коленочки Пяточки, ступни и пальчики... Чисто-чисто моем мальчика! Чисто-чисто моем девочку, Нашу девочку- припевочку!	Дети выполняют самомассаж Растереть ладошки Постукивать пальцами по плечам, локоткам, кистям, затылку, вискам, подбородку, щекам. Растереть ладонями колени Щеточкой трем хорошенечко ступни и пальцы ног.

«Белый мельник»

Цель: закаливание и оздоровление детского организма, получение ребёнком радости и хорошего настроения, формирование у ребёнка сознательного стремления к здоровью, навыка собственного оздоровления. Массаж лица для профилактики простудных заболеваний

Ход:

Деятельность родителя (словесное сопровождение)	Деятельность детей
Белый-белый мельник Сел на облака Из мешка посыпалась Белая мука. Радуются дети, Лепят колобки Заплясали санки, Лыжи и коньки.	Провести пальцами по лбу от середины к вискам. Легко постучать пальцами по вискам Сжав руки в кулаки, возвышениями больших пальцев быстро растереть крылья носа. Раздвинув указательный и средний пальцы, массировать точки перед собой и за ушными раковинами.

