

### Упражнение «приветствие»

Дети по парам стоят лицом друг другу.

В правой руке у каждого мячик. На счет «раз» перекладываем мячик в левую руку, на счет «два» перекладываем в правую руку, на счет «три» снова в левую руку, на счет «четыре» отдаем мячик

Партнеру. Сначала детям предлагаем сделать это Упражнение на счет, потом можно подобрать музыку

Например, «Маленькая страна» И. Николаева на слова И. Резника.

На припев мячик передаем с правой руки в левую за спиной. На второй раз с правой руки над головой передаем в левую руку, опускаем руки вниз и передаем с левой руки в правую.

### Упражнение «Хлопки, прыжки»

Это упражнение помогает детям ориентироваться в пространстве

Дети стоят по 4 в шеренге и по 4 в ряд. На расстоянии одного шага друг от друга. Первая шеренга делает один хлопок и поворачивается с подскоком лицом ко второму ряду. Второй ряд делает один хлопок и поворачивается лицом к третьему ряду.

Третий ряд делает один хлопок и поворачивается к четвертому ряду. Дети четвертого ряда делают два

хлопка и подпрыгивают один раз на месте без поворота. Третий ряд делает два хлопка и поворачивается ко второму ряду. Дети второго ряда делают

два хлопка и поворачиваются к первому ряду.

Дети первого ряда делают два хлопка и поворачиваются на свое место. Упражнение можно со временем усложнять.

### Упражнение «Ну-ка, все вместе!»

Это упражнение помогает детям успокоить нервную систему. Рекомендуется делать такие упражнения в конце занятий эвритмией, а также перед сном. Можно использовать фонограмму песни «Подмосковные вечера». Но желательно пропевать текст педагогу с детьми.

Не слышны (уши закрываем ладонями) в саду (ладони качаем как деревья) даже шорохи (трем ладони друг о друга)

Все здесь замерло (прикладываем указательные пальцы к губам) до утра (ложимся на ладошки)

Если б знали вы (по очереди показываем указательные пальцы)

Как мне дороги (обхватываем себя руками)

Подмосковные (делаем домик над головой) вечера (раскрываем ладони к подбородку)

Речка движется и не движется (пальцами показываем речку)

Вся из лунного серебра (пальцы двигаются сверху вниз)

Песня слышится и не слышится (прикладываем ладони к уху)

В эти тихие (указательный палец прикладываем к губам) вечера (раскрываем ладони к подбородку).

Можно со временем усложнить упражнение. Разделить детей на группы, каждая группа показывает и исполняет свою часть песни.



### Упражнение для детей с О ВЗ Старшая и подготовительная группа

«Атака звука»

Это упражнение помогает детям управлять своим голосом, контролировать эмоции.

Перед началом упражнения нужно детей построить по кругу. Дети прикладывают руки к голове и произносят долго и громко звук «и». Они должны почувствовать вибрацию в голове. Затем руками обхватываем шею и произносим звук «о» и чувствуем вибрацию в горле. После этого руки прикладываем к груди и произносим звук «э». Дети должны почувствовать вибрацию в груди.

Вторая часть упражнения заключается в концентрации звука внутри. Закрытым ртом мычим. Обязательное условие: вдох делаем через нос, на выдохе мычим как можно дольше. Сделать это нужно 3 раза.

Третья часть упражнения начинается с атаки звука. Предлагаем звуки «а, э, и, о, у». По очереди каждый ребенок берет воображаемый звук (например, а) и кидает его противостоящему. Обязательное условие: воображаемый звук должен долететь до другого. Дети «толкают» звук от себя другому, поэтому, если не получилось, то предложите детям встать поближе, придать силу звуку и т. д.

Обычно дети сами предлагают условия. Если ребенок не удовлетворен результатом игры-упражнения, предлагается повторить, педагог обязательно должен похвалить ребенка, даже если не все получилось. Через 2-3 занятия дети самостоятельно делают это упражнение.

### «Родничок»

Это упражнение помогает детям держать звук определенное время

Дети встают в две шеренги напротив друг друга. Педагог «наливает» первому ребенку гласный звук и говорит «Звук «А» из родничка. Неси его, не разлей». Первый ребенок «несет» этот звук стоящему напротив ребенку, тот в свою очередь «несет» этот звук следующему ребенку. Стоящему напротив. Так все дети должны пройти аккуратно со звуком, не «проливая».

задание на внимание «Кошки-мышки!». Дети с удовольствием откликнулись на призыв встать в круг и под звуки музыки идти по кругу. Показываю, какую позу нужно принять (мышки) после 2-х хлопков, а какую (кошки) после 3-х хлопков, наблюдаю, что дети придумывают свои позы «кошки» и «мышки». В ходе игры оригинальностью и фантазией в изображении отличились почти треть детей. Их позы не были похожи на позы, показанные педагогом. Все дети старались придумать свои элементы поз. Некоторые из них вызвали дружный смех, веселое настроение.

Используем стихотворение в хороводе. Дети держатся за руки, повторяют движения за педагогом.

Мыши водят хоровод (ходят или стоят на месте)

на лежанке дремлет кот(ложат голову на ладошки)

тише, мыши, не шумите!( указательный палец прикладываем к губам)

кота Ваську не будите!(указательным грозим)

вот проснется Васька-кот( руки в стороны, делаем паузу)

разобьет наш хоровод!(дети бегут к педагогу)

Когда дети выучат движения, можно в середину ставить ребенка, желающего быть котом. Кот должен поймать мышей)

### Игра «У бабушки в деревне».

Для того, чтобы детям легче было представить себе животных деревни, о которых будет идти речь во время игры, рекомендую использовать наглядные пособия с их изображением. Внешний вид этих животных можно сопоставить с песенками, которые они будут исполнять.

Предлагаю отправиться в гости к бабушке. Для начала ребята вспоминают, каких домашних животных они знают. В зависимости от того, кто какого персонажа выбрал, предлагается представить, под какую музыку воображаемый персонаж мог бы станцевать.

#### 1. «Курочка» (танец)

Утром мама квочка

Вывела гулять

Шалуна- сыночка(показывает один палец)

Дочек целых- пять.(показывает всю ладонь одной руки)

Ко-ко-ко, ко-ко-ко

Учит зернышки клевать(делаем клювик правой рукой и клюем ладонь левой руки)

Ко-ко-ко, ко-ко-ко

Червяков в траве искать(делаем клювик левой рукой и клюем ладонь правой руки)

#### 2. «Корова» (шагаем)

Вышла утром на лужок

Позавтракать корова

К вечеру нам принесет

Молока парного.

Му-Му, принесет корова(делаем рожки)

Му-му. Молока парного .

#### 3.«Овечка» (шагаем)

шла по улице овечка, видит шуба на крыльчке(смотрим в даль)

Бе-бе-бе-бе.(руки на поясе, приседаем в такт)

Заберу ее себе (руками обхватываем себя)

## МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД № 3 «КОЛОБОК» КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА ГОРОДА УЛАН-УДЭ

# « Образовательн ые технологии в ДОО»

**Упражнения по технологии «эвритмия»  
для детей с ОВЗ**

**Разработала: Гомбоева Анастасия**

**Александровна**

**Музыкальный руководитель I категории**