

Памятка для родителей



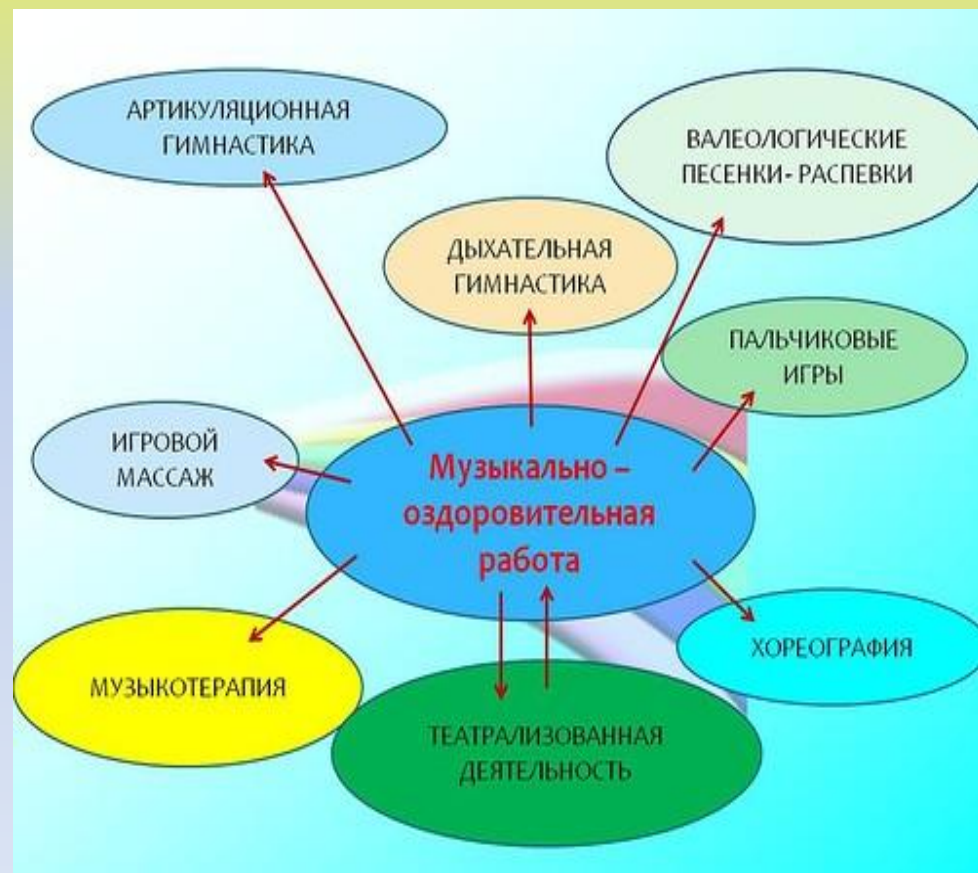
Музыкальный руководитель:

Магкиева Светлана Викторовна

МКДОУ №16 «Ромашка»

Курского р-на, с.Ростовановского

Виды музыкальной деятельности, помогающие здоровьесбережению



Виды дыхательных

„Задувание свечи”



Нужно глубоко вздохнуть,
Чтобы свечку нам задуть.



И.п.- встать прямо, ноги на ширине плеч.

1-сделать свободный вдох и задержать дыхание.

2- сложить губы трубочкой и сделать

3 глубоких выдоха, сказать «Фу-уу».

4-6 раз

Страна Мам

Трубач

Сидя, кисти рук сжаты в трубочку, поднять вверх, медленный выдох с громким пронзительным звуком "ф-ф-ф". Повторить 4-5 раз.



Упражнения для дыхательной гимнастики

• Часики.

ИП: стоя, ноги слегка расставить, руки опустить. Размахивая прямыми руками вперед и назад, произносить «тик-так».



„Удивимся”



Удивляться чему есть,
В мире всех чудес не счесть.

И.п.- встать прямо, опустить плечи и сделать свободный вдох.

1- медленно поднять плечи, одновременно делать выдох.

2-И.п.

7 раз



Валеологические распевки

- **Валеологические распевки**-короткие песенки, упражнения, имеющие несложные тексты и мелодию, состоящую из мажорной гаммы, которые поднимают настроение, задают позитивный тон к восприятию окружающего мира, улучшают эмоциональный климат на занятии, подготавливают голос к пению.

Цель распевок – подготовка голосовых связок к пению и упражнение в чистом интонировании определенных интервалов. **Задачи** – предупреждать заболевания верхних дыхательных путей, укреплять хрупкие голосовые связки детей, подготовить их к пению

Виды распевок

Упражнения для правильного звукообразования

Упражнения для правильного формирования гласных

Упражнения над дикцией и артикуляцией

Пальчиковые игры

«Пальчики засыпают»

Этот пальчик хочет спать,
Этот пальчик – прыг в кровать!
Этот пальчик прикорнул.
Этот пальчик уж заснул.
Встали пальчики. Ура!
В детский сад идти пора.



«Есть игрушки у меня»

Есть игрушки у меня:
(хлопают в ладоши и ударяют кулачками друг о друга попеременно)
Паровоз и два коня,
Серебристый самолёт,
Три ракеты, вездеход,
Самосвал, подъёмный кран –
Настоящий великан.
(загибают пальчики на обеих руках)
Сколько вместе?
Как узнать?
Помогите сосчитать!
(хлопают в ладоши и ударяют кулачками друг о друга попеременно)



«Игрушки»

На большом диване в ряд
Куклы Катины сидят:
(попеременно хлопают в ладоши и стучат кулачками)
Два медведя, Буратино,
И весёлый Чиполлино,
И котёнок, и слонёнок.
(поочерёдно загибают пальчики)
Раз, два, три, четыре, пять
(поочерёдно разгибают пальчики)
Помогаем нашей Кате
Мы игрушки сосчитать.
(попеременно хлопают в ладоши и стучат кулачками)



«Осенние листья»

Раз, два, три,
Четыре, пять,
(загибают пальчики, начиная с большого)
Будем листья собирать.
(сжимают и разжимают кулачки)
Листья берёзы,
Листья рябины,
Листики тополя,
Листья осины,
(загибают пальчики, начиная с большого)
Листики дуба мы соберём,
Маме осенний букет отнесём.
(шагают по столу средними и указательными пальчиками)



Ритмопластика

Развивает чувство ритма, музыкальный слух и вкус



Укрепляет различныегруппы мышц. ные



Развивает умение правильно и красиво двигаться

Развивает умение чувствовать и передавать характер музыки

Театрализованная подготовка

