

Рекомендации для родителей, законных представителей по музыкальной деятельности на апрель 2020 года в младшей группе

I. Дыхательная гимнастика укрепит иммунитет малыша

Чтобы не болеть, надо научиться правильно дышать. Существует много разновидностей дыхательной гимнастики, в том числе и упражнения, адаптированные для детей. Приведенные ниже веселые рекомендации научат вас и вашего малыша дыхательной самозащите.

1. Большой и маленький

Стоя прямо, на вдохе ребенок встает на цыпочки, тянется вверх руками, показывая, какой он большой. Зафиксировать это положение на несколько секунд. На выдохе ребенок должен опустить руки вниз, затем присесть, обхватив руками колени и одновременно произнеся "ух", спрятать голову за коленями - показывая, какой он маленький.

2. Паровоз

Ходите по комнате, имитируя согнутыми руками движения колес паровоза, произнося при этом "чух-чух" и изменяя скорость движения, громкость и частоту произношения. Повторите с ребенком пять-шесть раз.

3. Пузырики.

Пусть малыш сделает глубокий вдох через нос, надует «щёчки – пузырьки» и медленно выдыхает через чуть приоткрытый рот. Повторить 2 – 3 раза.

4. Насосик.

Малыш ставит руки на пояс, слегка приседает – вдох, выпрямляется – выдох. Постепенно приседания становятся ниже, вдох и выдох длительнее. Повторить 3 – 4 раза.

5. Говорилка.

Вы задаёте вопросы, малыш отвечает.

Как разговаривает паровозик? Ту – ту – ту - ту.

Как машинка гудит? Би – би. Би – би.

Как « дышит» тесто? Пых – пых – пых.

Можно ещё попеть гласные звуки: о-о-о-о-ооо, у-у-у-уууу.

II. Учим песенку о весне.

Весна и малыши

Т.В.Петрова

Наступила весна! Кап, кап, кап! – пальчиком в ладошку
Тает снег, от тепла! Кап, кап, кап!
Ручейки потекли! Буль, буль, буль! – стряхивают капли
Разговор завели! Буль, буль, буль!

Птички песни поют: чик-чирик! – смыкают пальчики
И гулять нас зовут: чик-чирик!
По дорожке идём. Топ-топ-топ.
Птичкам зёрна несём. Топ-топ-топ.

Солнце, ярче свети! Ля, ля, ля! - фонарики
Протяни к нам лучи. Ля, ля, ля!
Рады все малыши! Да, да, да! - хлопают.
Что деньки хороши! Да, да, да!

III. Ритмические упражнения. Хлопаем под музыку.

(можно использовать ложки)

https://www.youtube.com/watch?v=2qgihOdrF4g&list=PL1_s1haH2_UnuqVSKKIBZWmrBi5SWaGib&index=11

IV. Ходьба.

Встать прямо, голову не опускать, ноги вместе, плечи опущены и отведены назад, грудная клетка развёрнута. Проверить осанку. Обычная ходьба; ходьба на носках; ходьба на пятках; ходьба на наружном своде стопы. Повторить все виды ходьбы, меняя направление движения.

Следить за осанкой. Продолжительность ходьбы 40-60 с. Взрослый говорит стихи, направляя ими детей на нужные движения:

Мы проверили осанку

И свели лопатки.

Мы походим на носках,

Мы идём на пятках,

Мы идём, как все ребята,

И как мишка косолапый (стихи Е. Антоновой-Чалой).