ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ С ЭЛЕМЕНТАМИ МУЗЫКОТЕРАПИИ ДЛЯ ДЕТЕЙ.

*«Облачко»*

*(ритмопластика)*

*Упражнение хорошо проводить на воздухе*

*(муз. П.И. Чайковский «Вальс цветов»)*

«Посмотри, какие облака плывут по небу. Это облачко  похоже на великана, а это на лошадку. А давай и мы с тобой превратимся в белые пушистые облака. Вот подул легкий ветерок, и мы плывем, кружимся  по небу вместе с ним. Двигаться следует плавно, легко, совершая различные движения.

*«Легкие бабочки»*

*Снятие мышечных зажимов, напряжения*

*(муз. С. Майкапар «Мотылек»)*

Детям предлагается рассказ: «В саду было много красивых цветов. Маленькие легкие мотыльки летали и кружились над ними, выбирая себе самый яркий и красивый цветок, а потом садились на него». Дети слушают музыку и представляют себя «мотыльками», передают движениями картинку, «нарисованную» музыкой.

*«Игра с воздушными шариками»*

*Снятие мышечных зажимов, напряжения*

*(музыка Ф. Шопен «Ноктюрн 3 си-мажор»)*

 Детям раздаются воздушные шарики и предлагают поиграть с ними, при этом обращается внимание на их легкость, затем упражнение повторяется только с воображаемыми шарами.

*Эмоциональное расслабление.*

*(спокойная музыка для релаксации)*

«В озере тихо плещется вода и слышно, как где-то журчит ручеек, щебечут птички, жужжат пчелки. Нас обдувает легкий теплый ветерок».

Ребенок лежит на полу в удобной позе с закрытыми глазами.

Подготовила:

Шатохина Елена Николаевна

музыкальный руководитель,

высшей квалификационной категории

МКДОУ д/с №57

Ссылка на материал: <https://yadi.sk/d/Bp4ybjTZDKLCKA>

г. Новосибирск 2020