

Дидактические материалы

по формированию музыкальных навыков и знаний при реализации адаптированных дополнительных общеразвивающих образовательных программ по предметам «Фортепиано», «Основы музыкальной грамоты», «Слушание музыки» с детьми с ОВЗ в ДШИ и ДМШ для I года обучения (I четверть)

Методическая разработка
преподавателя музыкально-теоретических
дисциплин МАОУК ДО г. Нягань «ДШИ»
Крюковой Т.А.

2023

Оглавление

1. Общая характеристика адаптированных дополнительных общеразвивающих образовательных программ.....	3
1.1. Характеристика учебного предмета «Фортепиано», его место и роль в образовательном процессе	3
1.2. Характеристика учебного предмета «Основы музыкальной грамоты», его место и роль в образовательном процессе	5
1.3. Характеристика учебного предмета «Слушание музыки», его место и роль в образовательном процессе	7
1.4. Принципы разработки и реализации АДОП обучающихся с ОВЗ в области музыкального искусства.....	8
1.5. Сроки реализации программ по учебным предметам «Фортепиано», «Основы музыкальной грамоты» и «Слушание музыки»	8
2. Разработка поурочных планов для I года обучения на 1 четверть по учебным предметам «Фортепиано», «Основы музыкальной грамоты» и «Слушание музыки»	9
3. Дидактические материалы к разработке	17
3.1. Упражнения для развития мелкой моторики рук	17
3.2. Система упражнений «Пальчиковые игры».....	18
3.3. Рекомендуемый комплекс упражнений для гимнастики глаз	21
3.4. Рекомендуемый комплекс упражнений для улучшения слуха	22
3.5. Рекомендуемый комплекс упражнений физкультурных минуток	22
Список литературы.....	24

1. Общая характеристика адаптированных дополнительных общеразвивающих образовательных программ

1.1. Характеристика учебного предмета «Фортепиано», его место и роль в образовательном процессе

Основным видом деятельности адаптированной дополнительной общеразвивающей образовательной программы (АДООП) обучающихся с ОВЗ в области музыкального искусства, помимо образовательной, является приобщение детей к искусству, развитие их творческих способностей и приобретение ими начальных навыков игры на музыкальных инструментах, творческая и культурно-просветительская деятельность.

Фортепиано, как инструмент, не имеющий себе равных по возможностям воплощения в звуке произведений практически всех существующих музыкальных жанров, играет незаменимую роль в процессе музыкального образования и воспитания и пользуется большой популярностью и любовью у детей и взрослых.

Обучение игре на фортепиано включает в себя музыкальную грамотность, чтение с листа, навыки ансамблевой игры.

Реализация программы учебного предмета «Фортепиано» способствует развитию образного мышления и воспитания навыков игры, необходимых для формирования эстетического вкуса, потребности общения с произведениями искусства, воспитанию активного слушателя, участника творческой самодеятельности.

Особенность программы учебного предмета «Фортепиано» позволяет детям с разным уровнем музыкальных способностей и возможностей получать необходимые знания в психологически комфортных условиях для самовыражения посредством дифференцированного репертуара, что находит отражение в качестве, количестве, сложности исполняемых произведений.

Представленная адаптированная образовательная программа по обучению игре на фортепиано детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) в условиях Детской школы искусств (ДШИ) предназначена для детей с нарушениями интеллектуального развития и с задержкой психического развития.

Практическая составляющая работы педагога-музыканта, описанная в программе, основывается на базе определенных принципов обучения детей коррекционной группы, в основе которых лежит игровой метод работы: изучение нотной грамоты сопровождается использованием дидактического материала, настольных игр, чтением сказок, стихотворений и рассказов, решением головоломок и выполнением творческих заданий, игр на различных музыкальных инструментах.

Рекомендуемый учебный репертуар составляют, в основном, программные пьесы, в особых случаях – это игра одной – двух нот (нахождение их на клавиатуре, пропевание и т.д.), которые на начальном этапе разучивания развертываются в ансамблевую партитуру. Совместная работа в диалоге с учителем и ролевые игры наиболее доступно и понятно показывают, как с помощью звука, тона, интонации можно рисовать картины природы, создавать разные настроения в музыкальной пьесе и находить в музыкальных картинках сказочных персонажей.

Учитывая большую вероятность проблем с координацией движений у детей с особыми образовательными потребностями, программа предполагает строгую последовательность в разучивании штрихов на материале предложенных произведений, а также процесс закрепления полученных навыков подбором комплекса занимательных упражнений, пальчиковых игр и гимнастики. В свою очередь, предложенные в программе упражнения направлены не только на появление двигательной свободы и снятие напряжения, но и способствуют развитию интеллекта, ведь в процессе игры ребенок вынужден развивать ловкость левой руки до уровня правой, что оказывает влияние и на обмен информации между полушариями головного мозга. Также в выполнении упражнений на инструменте рекомендуется нажатие клавиш сопровождать пропеванием их названий, а при исполнении пьес использовать подтекстовку, т.к. подключение к работе тактильных ощущений с одновременным пропеванием нот способствует снятию напряжения и укрепляет речевые навыки.

Регулярные занятия по предмету «Фортепиано» способствуют положительным сдвигам в формировании движений рук и пальцев, что отражается на улучшении почерка учащегося, развитии его навыков самообслуживания. Применение методов, описанных ниже, способствует также разработке артикуляционного аппарата и развитию речи в целом: она становится более эмоциональной и выразительной. Работа на клавиатуре и с нотным текстом способствует развитию абстрактного мышления, улучшению пространственной координации, увеличению объема произвольной памяти, что, в свою очередь, влияет на качество учебы по общеобразовательной программе. Здесь используются следующие методы:

- Метод проблемного обучения – перед учеником ставится проблема, развивая его мыслительную активность, находчивость, смекалку и воображение;
- Метод «От музыки к технике» - сначала ребенок представляет музыкальный образ, а потом совместно с педагогом решает, какими способами и приемами раскрыть его на инструменте;
- Метод активизации логического мышления – педагог задает наводящие вопросы, используя сравнения, обобщения. Помогает ученику сформировать понятия, научить выражать свои мысли в словах. Цель работы – достичь наиболее ясного осознания получаемой словесной и звуковой информации;
- Метод ассоциации – это один из действенных методов развития воображения. Опора на зрительные образы предполагает сравнения, связанные с произведениями других видов искусства, картинами природы, окружающей жизни. На уроках фортепиано полезно слушать звучание других музыкальных инструментов, оркестра, выразительной человеческой речи.

Детям с ОВЗ требуется особый, щадящий режим, поэтому наряду с основными формами музыкальной работы используются дополнительный метод:

- Дыхательная гимнастика – надежное средство борьбы с усталостью, напряжением и раздражительностью. Часто усталость приходит так быстро из-за того, что организм ребенка недостаточно хорошо снабжается кислородом. Существует простой метод снятия напряжения: несколько глубоких вдохов - выдохов (вдох носом, выдох ртом) дыхательная гимнастика активизирует иммунную систему и защитно-приспособленческие механизмы организма, способствуют преодолению стрессовых состояний.

Программа предусматривает в конце каждого учебного года проведение уроков-концертов для родителей. Для этого разучиваемые пьесы объединяются в тематические циклы («Три кита», «Времена года», «Веселый поезд»), чтобы ребенок более наглядно и осознанно обретал знания о средствах музыкальной выразительности, узнавал секреты превращения звука. Кроме того, проведение подобных мероприятий привлекает родителей в процесс обучения, дает возможность ребенку эмоционально выразить себя.

Понимая значимость применения здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе обучения детей с особыми образовательными потребностями, в программе присутствуют и элементы музыкотерапии: рисование под музыку, произвольные движения и танцы, обсуждение музыки.

Таким образом, данная программа содержит в себе комплекс различных видов урочной деятельности, что позволяет сочетать фазы психической нагрузки, двигательной активности и снятия психосоматического напряжения посредством элементов музыкотерапии, а также учитывает обобщение опыта работы с детьми данной целевой аудитории на уроках фортепиано в ДШИ.

Цель учебного предмета «Фортепиано»: воспитание творческой личности средствами музыкального искусства через культуру инструментального музицирования, развитие музыкальных способностей и индивидуальности учащихся.

Для реализации цели необходимо решить следующие задачи в соответствии с исполнительскими, физиологическими возможностями каждого учащегося:

- 1) Образовательные:
 - формирование исполнительских навыков игры на музыкальном инструменте в соответствии с исполнительскими, физиологическими возможностями учащегося;
 - обучение основам музыкальной грамоты, необходимой для владения инструментом в пределах программы учебного предмета;
 - обучение навыкам самостоятельной работы с музыкальным материалом и чтению нот с листа;
- 2) Развивающие:
 - развитие музыкальных способностей, мышления, воображения, восприятия, памяти;
 - развитие творческих навыков;
 - приобретение опыта творческой деятельности и публичных выступлений.
- 3) Воспитательные:
 - формирование эстетических вкусов на лучших образцах классической и современной музыки;
 - воспитание интереса к музыкальному искусству и мотивации к занятиям художественно - творческой деятельностью;
 - воспитание трудолюбия, усидчивости, целеустремленности и аккуратности;
 - воспитание музыкального вкуса, самообразования и самовоспитания.

1.2. Характеристика учебного предмета «Основы музыкальной грамоты», его место и роль в образовательном процессе

Программа учебного предмета «Основы музыкальной грамоты» разработана на основе и с учетом федеральных государственных требований к дополнительным

общеразвивающим общеобразовательным программам в области музыкального искусства «Фортепиано», «Струнные инструменты», «Духовые инструменты», «Народные инструменты».

Распространённой особенностью детей с ОВЗ являются музыкальные задатки. Преподаватели отмечают прилежность у этих учащихся, необычайную чувствительность к музыке: раскрепощённость, достигаемую посредством музыкального творчества. Основная часть детей – это ученики специальной (коррекционной) общеобразовательной школы. Поэтому учебная работа строится с учётом особенностей умственно отсталых детей. Частая смена видов деятельности, физкультминутки на уроках и репетициях, многократное повторение – обязательные элементы в работе с детьми.

АДОП обучающихся с ОВЗ в области музыкального искусства учитывает возрастные и индивидуальные особенности учащихся и направлена на:

- создание условий для художественного образования, эстетического воспитания, духовно-нравственного развития детей;
- приобретение детьми опыта творческой деятельности;
- овладение детьми духовными и культурными ценностями народов мира;
- воспитание и развитие у обучающихся личностных качеств, позволяющих уважать и принимать духовные и культурные ценности разных народов;
- формирование у обучающихся эстетических взглядов, нравственных установок и потребности соприкосновения с духовными ценностями;
- формирование умения у учащихся самостоятельно воспринимать и оценивать культурные ценности;
- воспитание детей в творческой атмосфере, обстановке доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости, а также профессиональной требовательности.

На предмете «Основы музыкальной грамоты» во время пения идет работа над развитием артикуляционного аппарата: проводится артикуляционная гимнастика, дидактические игры на развитие голоса, органов дыхания, мимических групп мышц. Эти упражнения стабилизируют нервную деятельность, способствуют решению проблем в речевом плане. Пение обогащает ребёнка новыми впечатлениями, развивает инициативу, самостоятельность и одновременно корректирует активность психических процессов. Пение на уроке позволяет освоить организацию дыхания, тренирует и развивает артикуляционный аппарат, переносит внимание с трудновыполнимого движения, несколько облегчая его.

Предмет «Основы музыкальной грамоты» является обязательным учебным предметом в ДШИ, реализующих программы общеразвивающего обучения. Уроки «Основы музыкальной грамоты» развивают такие музыкальные данные как слух, память, ритм, помогают выявлению творческих задатков учеников, знакомят с теоретическими основами музыкального искусства. Наряду с другими занятиями они способствуют расширению музыкального кругозора, формированию музыкального вкуса, пробуждению любви к музыке. Полученные на уроках знания, формируемые умения и навыки должны помогать ученикам в их занятиях на инструменте.

Цель учебного предмета «Основы музыкальной грамоты»: развитие музыкально-творческих способностей учащегося, на основе приобретенных им знаний, умений, навыков в области теории музыки.

Задачи:

- формирование комплекса знаний, умений и навыков, направленных на развитие у учащегося музыкального слуха и памяти, чувства метроритма, музыкального восприятия и мышления, художественного вкуса, формирование знаний музыкальных стилей;
- формирование навыков самостоятельной работы с музыкальным материалом;
- ознакомление с наиболее употребляемой музыкальной терминологией.

1.3. Характеристика учебного предмета «Слушание музыки», его место и роль в образовательном процессе

Направленность программы - художественная, предметная область - теория и история музыки.

Предмет «Слушание музыки» является неотъемлемой частью музыкального воспитания и направлен на развитие творческого, музыкального и личностного потенциала учащихся, формирование эстетических взглядов на основе развития эмоциональной отзывчивости и приобретения навыков восприятия музыкальных произведений и опыта творческого взаимодействия в коллективе. Продолжая развивать и совершенствовать навыки слушания музыки, учащиеся знакомятся с основными музыкальными жанрами, музыкальными формами; формируют навык повествования о характере музыкального произведения и использованных в нем элементах музыкального языка.

Актуальность программы заключается в том, что программа «Слушание музыки» находится в непосредственной связи с другими учебными предметами, такими, как «Сольфеджио», «Инструментальное исполнительство» и занимает важное место в системе обучения детей. Этот предмет является базовой составляющей для последующего изучения предметов в области теории и истории музыки, а также необходимым условием в освоении учебных предметов в области музыкального исполнительства.

Отличительные особенности программы: программа обеспечивает целостное художественно-эстетическое развитие личности учащихся с ОВЗ, обобщает накопленный опыт предыдущих лет и отражает новые тенденции современной педагогики. В программе обогащен педагогический репертуар, список примерных исполнительских программ дифференцирован по степени сложности, что позволяет осуществлять подбор репертуара с учетом индивидуальных возможностей обучающихся. Реализация программы предусматривает использование информационно-коммуникационных технологий (ИКТ) и интернет-ресурсов как средств оптимизации образовательного процесса.

Программа предназначена для учащихся 1-3 классов ДШИ с ОВЗ, позволяет расширить возможности учащихся, создать условия для нормализации многих психических процессов, что является эффективным средством в процессе обучения. Учащиеся могут расширить рамки свободы выбора при определении своего жизненного и профессионального пути.

На предмете «Слушание музыки» обогащается внутренний мир ребенка с ОВЗ, в нем пробуждается способность к сопереживанию, сочувствию, ребенок успокаивается, расслабляется или наоборот, - побуждается к действию и активности в зависимости от

настроения и характера музыкального произведения, учиться мыслить, фантазировать, творить.

1.4. Принципы разработки и реализации АДОП обучающихся с ОВЗ в области музыкального искусства

- 1) Принцип гуманизации - предполагает осуществление личностно-ориентированного подхода, направленного на общее развитие личности с ОВЗ, его социализацию, максимальную интеграцию в современную жизнь.
- 2) Принцип индивидуального подхода - предполагает необходимость определения индивидуальной цели воспитания и обучения, отбора репертуара, выбора методов обучения индивидуально для каждого ребенка с ОВЗ с учетом его потребностей, возможностей и условий воспитания.
- 3) Принцип системности - обеспечивает единство образования, диагностики, коррекции и развития учащихся с ОВЗ, т. е. системный подход к анализу особенностей их развития и коррекции нарушений, а также всесторонний многоуровневый подход к решению проблем ребёнка.
- 4) Принцип интегрированного подхода - предполагает интеграцию обучения и коррекции путем включения в рабочую учебную программу коррекционной составляющей, ориентированной на первичные дефекты, представленные в структуре нарушений развития учащегося.
- 5) Принцип непрерывности - гарантирует непрерывность педагогической помощи учащимся с ОВЗ до полного решения проблемы или определения подхода к её решению.
- 6) Принцип комплексного взаимодействия всех участников образовательного процесса в ходе реализации АДОП - предполагает постоянное сотрудничество педагогов, администрации образовательного учреждения; психолога, медицинских работников и других специалистов реабилитационного центра для наиболее успешной реализации цели обучения учащегося с ОВЗ по АДОП.
- 7) Принцип приоритета индивидуальных форм образовательной деятельности - предполагает максимальную активность и самостоятельность учащегося в ходе обучения.

1.5. Сроки реализации программ по учебным предметам «Фортепиано», «Основы музыкальной грамоты» и «Слушание музыки»

Программа рассчитана на трёхлетнее обучение (с 1 по 3 класс) в возрасте от 7 до 10 лет. В соответствии с учебным планом на все учебные предметы отводится 34 часа в год, из расчета - 1 час в неделю.

Сроки обучения по программе для учащегося с ОВЗ могут быть увеличены с учетом особенностей его психофизического развития в соответствии с заключением психолого-медико-педагогической комиссии.

Данная программа предполагает достаточную свободу в выборе программных требований и направлена, прежде всего, на удовлетворение интересов и развитие способностей самого обучающегося.

2. Разработка поурочных планов для I года обучения на 1 четверть по учебным предметам «Фортепиано», «Основы музыкальной грамоты» и «Слушание музыки»

Первый год обучения

Календарные сроки I четверть	Предмет «Фортепиано»			Предмет «Основы музыкальной грамоты»	Предмет «Слушание музыки»
	Игры и упражнения для организации пианистических движений	Упражнения на крупные движения рук, ног, головы	Работа над музыкальными произведениями		
<p>Сентябрь</p> <p>Урок № 1</p>	<p>Гимнастика и постановка рук</p> <p><u>Упр. «Шалтай-Болтай»</u> из сборника А. Д. Артоболевской «Первая встреча с музыкой» (с. 12)</p> <p>Расставили ноги, руки на поясе; наклоны влево, вправо. Упр. выполняется со стихом: Буквой Л расставим ноги, ♯ Словно в пляске – руки в боки. ♯ Наклонились влево, вправо, ♯ Влево, вправо... ♯ Получается на славу! ♯ Молодцы! ♯ Влево — вправо, влево — вправо... ♯</p> <p><u>Гимнастика «Лепка» для рук</u> А.Артоболевская «Первая встреча с музыкой» (с. 12)</p>	<p><u>Упр. «Птица»</u> прямые, не согнутые в локтях руки подняты на высоте плеч, делают волнообразные движения, подобно крыльям птицы.</p> <p><u>Игра «Большая буква»</u> Когда произносятся слова и надо писать с большой буквы - поднимайте руки вверх, если с маленькой – приседайте. Барсик, котёнок, город, Воронеж, Никита, третьеклассник, река, Дон, Волга, собака, корова, Дружок, Зорька, воробей, урок.</p> <p><u>Пальчиковая игра «Разминка»</u> Выполняем подражательные движения в соответствии с текстом. Головами покиваем, Носиками помотаем, А зубами постучим И немножко помолчим. (Прижимаем указательные пальцы к губам). Плечиками мы покрутим И про ручки не забудем. Пальчиками потрясем</p>	<p>Знакомство с инструментом фортепиано. Тайны звукоизвлечения. Посадка. Вводим понятие «клавиатура»</p> <p><u>Короткие рассказы – игры: «Клавиши – друзья», «Чижики», «Фа-сольки»</u> из сборника А.Артоболевской «Первая встреча с музыкой» (с. 10, 11)</p> <p><u>Упр. для развития мелкой моторики рук «Сильный пальчик»</u> Учащийся «рассказывает» пальчиком другому человеку о своем отношении к определенным событиям и слушает, как это будет воспринято (преподавателем, мамой или товарищем). Упражнение укрепляет силу пальца, делая его устойчивым, где вся сила тяжести плеча ложится на него, разрабатываем ребенку каждый пальчик отдельно от других.</p>	<p><u>Упр. на развитие физиологического и речевого дыхания «Задуй упрямую свечу»</u> В правой руке держать цветные полоски бумаги; левую ладонь положить на живот; вдохнуть ртом, надуть живот; затем длительно выдыхать, «гасить свечу».</p> <p><u>Определение – мелодия, фраза, лад (мажор, минор)</u></p> <p><u>Разучивание песни «Осенняя песенка»</u> (учебник Ж.Металлиди, А.Перцовская «Мы играем, сочиняем и поем», для дошкольной группы, с. 17). «Музыкальный кулачок» ребенка считает количество фраз в мелодии. По окончании каждой фразы учащийся выпрямляет пальчик из кулачка. Песня разучивается «эхом» - педагог поет фразы на f, учащийся повторяет их на p.</p> <p><u>Слушание пьес</u> Определение характера, настроения, лада, жанра</p>	<p>«Музыка вокруг нас» Введение</p> <p>Наш мир и музыка</p> <p>Что такое музыка? Музыка – вид искусства</p> <p><u>Слушание песен:</u> Г.Струве «Я хочу услышать музыку», «Где музыка берет начало?»</p> <p><u>Просмотр видео ролика</u></p>

		<p>И немножко отдохнем. (Наклонившись вниз, качаем расслабленными руками), Мы ногами поболтаем И чуть-чуть поприседаем. Ножку ножкой подбьем И сначала все начнем. (Подпрыгиваем на месте в ритме текста. Далее темп ускоряется).</p>		<p>(песня, танец, марш). При прослушивании пьес учащийся делает движения, соответствующие жанру.</p>	
Урок № 2	<p><u>Комплекс упражнений в воздухе для кистей рук:</u> - вытянуть прямые, не согнутые в локтях руки вперед, полукруглыми кистями (сделать форму «гнездышка») делать вращательные движения вовнутрь и в обратную сторону (внешне); - кисти рук в форме «гнездышка» поставить на плечи и делать круговые движения вперед и назад.</p> <p><u>Гимнастика «Лепка» для рук</u> А.Артоболевская «Первая встреча с музыкой» (с. 12)</p>	<p><u>Упр. «Маляр»</u> Ребенок становится лицом к стене и имитирует покраску стены валиком, делая плавные движения вверх и вниз выше головы, при этом руки прямые, не согнутые в локтях.</p> <p><u>Комплекс упражнений в воздухе для предплечья и плеч:</u> – <u>«Мельница работает»</u> Вытянуть прямые, не согнутые в локтях руки и делать круговые вращательные движения вперед (несколько раз) и назад - колеса-жернова у мельницы заработали; – <u>«Мельница сломалась»</u> Вытянутыми прямыми, не согнутыми в локтях руками делать круговые вращательные движения в разные стороны (правая рука вперед, левая назад, затем наоборот) - колеса-жернова у мельницы сломались.</p> <p><u>Пальчиковая игра «Деревья»</u> Высокие красивые (показываем руками)</p>	<p><u>Учимся находить группы черных клавиш</u> <u>Игры «Полюби клавиши», «Поиграй в прятки – поищи черные клавиши»</u> из сборника Л. Баренбойма, Ф. Брянской, Н. Перунова «Путь к музицированию» (с.4, 9).</p> <p><u>Регистры, октавы</u> <u>Вводим новые определения:</u> <u>регистры и октавы</u> как расстояние от ноты «до» до следующей ноты «до». Название и нахождение октав за клавиатурой в верхнем регистре - первая октава, вторая, третья и четвертая неполная (справа). Находим ноту «до» в верхнем регистре во всех октавах, ориентируясь на группу из двух черных клавиш.</p> <p><u>Упр. для развития мелкой моторики рук «Семья»</u> Это упражнение на разгибательное движение пальцев без помощи пальцев другой руки. Работает только одна рука, сначала сжатая в кулачок. Пальчики поочередно,</p>	<p><u>Повторение упр. «Задуй упрямую свечу»</u> <u>Упр. «Пастушок»</u> Подуть носом в небольшую дудочку как можно громче, чтобы созвать разбежавшихся в разные стороны коров; показать ребенку, что необходимо вдохнуть через нос и резко выдохнуть в дудочку.</p> <p><u>Знакомство с долгими и короткими звуками.</u> <u>Работа с картинками Фрукты, овощи.</u> Называя картинку, учащийся на долгие звуки делает приклад на стол или ноги на слог «та» (шаг), на короткие – хлопки в ладоши на слог «ти-ти» (бегать).</p> <p><u>Повторение песни «Осенняя песенка»</u> со словами и ритмослогами.</p> <p><u>Разучивание стиха о скрипичном ключе</u> (учебник Ю.Фролова, подготовительный класс, с. 6).</p> <p><u>Правописание</u></p>	<p>Легенды о музыке</p> <p>Легенда об Орфее</p> <p><u>Слушание мелодии</u> К.В.Глюка из оперы «Орфей и Эвридика».</p>

		<p>Деревья здесь растут. Корни под землю (показываем руками «корни») </p> <p>Для них водичку пьют. И.п.: Ладони опущены вниз и прижаты друг к другу тыльной стороной. Пальцы разведены в стороны и напряжены. Удерживать в таком положении кисти рук, потом встряхнуть.</p>	<p>начиная с большого, показываются, но до конца не выпрямляются и слегка кланяются. На последней строчке кланяются вместе одновременно. Обратит внимание на то, чтобы пальцы не находились в напряженном состоянии: Этот пальчик-дедушка, этот пальчик-бабушка, этот пальчик - папочка, этот пальчик - мамочка, этот пальчик - я! Вот и вся моя семья!</p>	<p><u>скрипичного ключа по элементам и ноты «соль».</u></p> <p><u>Движение под музыку</u> – марш, танец, песня. Определение характера, настроения, лада и жанра.</p>	
Урок № 3	<p><u>Повторение упражнений уроков №№ 1, 2</u></p> <p><u>Упр. «Птички»</u> выполняется за столом или на крышке фортепьяно. Кисти обеих рук поставить в форме «гнездышка» перед собой и делать плавные взлеты вверх подобно птице при словах: Крадется ворона («кар-кар»), мальчишки целятся рогаткой в птичек, кошка крадется («мяу-мяу») – кисть отключить, и включить кисть с возвращением птичек на веточки. Руки расходятся в разные стороны, затем сходятся. Упражнение повторяется несколько раз.</p> <p><u>Гимнастика «Лепка» для рук</u> А.Артоболевская «Первая встреча с музыкой» (с. 12)</p> <p><u>Упр. для кистей рук «Включение и выключение»</u> Руки прямые, не согнутые в локтях, поставлены перед собой. Кисти рук в форме «гнездышка» выполняют команду: “ выключить</p>	<p><u>Повторение упражнений уроков №№ 1, 2</u></p> <p><u>Упр. «Ножницы»</u></p> <p><u>Упр. «Топорик»</u></p> <p><u>Упр. «Солдатик» для мальчиков или «Кукла» для девочек</u> Солдатик или кукла новые - прямые, не согнутые в локтях руки поставить на уровне плеч, пальцы вытянуть, и вдруг, солдатик или кукла ломаются - у них начинают ломаться кисти рук – резко опустить, предплечье и плечи – опускают руки вниз и болтают ими, как в упр. № 1 «Шалтай-Болтай». Упр. повторяется несколько раз.</p> <p><u>Пальчиковая игра «Лыжник».</u> Не отрывая указательный и средний пальцы от «лыж», ребенок «едет» скользящими движениями по столу. Утром на лыжах кататься</p>	<p><u>Находим октавы верхнего регистра в любой последовательности, заданной учителем</u></p> <p><u>Упр. «Название пальцев»</u> (учебник Л.Хереско «Музыкальные картинки» с.9).</p> <p><u>Игра «Посылаю приказы своим пальцам»</u></p> <p><u>Знакомство с белыми клавишами</u> (Баренбойм, Ф. Брянская, Н. Перунова «Путь к музицированию» с. 4).</p> <p><u>Упр. в воздухе «Шар»</u></p> <p><u>Упр. для пальцев за столом</u> (аналогично игре на фортепиано).</p> <p><u>Упр. «Пчелка»</u> Играть 2, 3 и 4 - м пальцами правой руки клавишу «до» в разных октавах верхнего регистра. Округленной свободной кистью звук</p>	<p><u>Правописание скрипичного ключа, ноты «фа» и ноты «ля»</u></p> <p><u>Длительности. Сильные и слабые доли</u></p> <p><u>Правописание длительностей.</u> Таблица</p> <p><u>Работа с картинками Звери с ритмослогами.</u> Реприза</p> <p><u>Ритмическое упражнение «Колокола»</u> муз. Ж.Металлиди (учебник Ж.Металлиди, А.Перцовская, для дошкольной группы, с. 31) Под музыку учащиеся шагая, раскачиваясь слева направо проговаривают ритмослоги, соответственно каждой длительности, выполняя следующие движения: на половинные – руки над головой рисуют «веночек», на четверть – приклады рук на стол (слог «та»), на</p>	<p>Легенда о Садко</p> <p><u>Слушание песни</u> Садко «Высота поднебесная» из оперы Римского-Корсакова «Садко».</p> <p><u>Просмотр видео ролика</u></p>

	<p>“ – резко падают вниз, “включить” – поднимаются.</p>	<p>пошли, Быстро до леса на лыжах дошли. Время к обеду — весь лес обошли. Дружно на лыжах домой мы пришли.</p>	<p>берется сверху – кисть «включить» в работу (пчелка летит к яркому цветку, садится на него), звук берется глубоко до «доньшка» и выслушивается до угасания (пчелка высасывает нектар), затем кисть «отключается» (рука поднимается, и пчелка перелетает к другому цветку) на клавишу «до» следующей октавы</p>	<p>восьмые – хлопки в ладоши (слог «ти-ти»), на шестнадцатые – постукивание кончиками пальцев об стол (слог «тири-тири»), т.е. в ногах – доли, в руках – ритм.</p> <p>Настроение в музыке. Разучивание песни «На морозе девочка» обр. Ж.Металлиди (учебник Ж.Металлиди, А.Перцовская, для дошкольной группы, с. 15). «Музыкальный кулачок» ребенка считает количество фраз в мелодии. Определяется лад в каждой фразе. Песня разучивается «эхом».</p> <p>Движение под музыку – марш, танец, песня. Определение характера, настроения, лада и жанра</p>	
Урок № 4	<p>Упр. «Паровоз» Ходить по комнате, имитируя согнутыми руками движения колес паровоза, произнося при этом «Чух-чух» и изменяя скорость движения, громкость и частоту произношения.</p> <p>Гимнастика «Лепка» для рук А.Артоболевская «Первая встреча с музыкой» (с. 12)</p> <p>Упр. для кистей рук «Включение и выключение»</p> <p>Упр для развития мелкой моторики рук «Утюг» Дети действуют подушечками четырех пальцев, которые</p>	<p>Упр. со стихом «Буква Е» В алфавите, в букваре, (хлопки в ладоши) Проживала буква Е. Как-то раз она шагала (ходьба на месте) По тетрадке не спеша, ¶ Замечталась и упала, ¶ (приседания) ¶ Превратилась в букву Ш...¶ Школьник был, конечно, рад: ¶ (наклоны туловища влево-вправо) ¶ Вот так буква-акробат! ¶ (хлопки в ладоши) ¶</p>	<p>Повторяем названия октав и находим их на клавиатуре в любой последовательности</p> <p>Упр. «Пчелка» играть 2, 3 и 4- м пальцами, затем их чередуя.</p> <p>Знакомство с клавишей «ми» Обозначаем новую задачу: построить домики с заборчиками в каждой октаве (для этого вместе вырезаем из картона заранее нарисованные домики). Устанавливаем раскрашенные домики там,</p>	<p>Работа с картинками Птицы с ритмослогами. Пауза. Виды пауз</p> <p>Правописание скрипичного ключа, ноты «ми», длительностей и видов пауз (целая, половинная).</p> <p>Повторение ритм. упр. «Колокола» с ритмослогами и движением под музыку</p> <p>Понятие – ритмическое ostinato Стих: Если спросят нас ребята:</p>	<p>Сказка и сказочные образы в музыке. Отрицательные персонажи</p> <p>Слушание пьес: «Баба-Яга» из детского альбома П.И.Чайковского, «Иэбушка на курьих ножках» М.П.Мусоргского</p> <p>Просмотр видео ролика</p>

	<p>устанавливаются у оснований пальцев тыльной стороны массируемой руки, и пунктирными движениями вперед-назад, смещая кожу примерно на 1 см, постепенно продвигают их к лучезапястному суставу (пунктирное движение). Утюгом разгладим складки, Будет все у нас в порядке. Перегладим все штанишки Зайцу, ежику и мишке.</p>		<p>где расположены группы из двух черных клавиш и разучиваем песенку, играем и поем ее во всех знакомых нам октавах: До – мик: До – ми.</p> <p>Разучивание нар. песни «Кошкин дом», ансамбль, (Игнатъев В., Игнатъева Л. Альбом начинающего пианиста «Я музыкантом стать хочу», 1 часть, с.7)</p>	<p>«Что такое остинато?» Мы ответим: «Это звеня, Что идут без изменения».</p> <p>Повторение песни «На морозе девочка» со словами, ритмослогами и движением</p> <p>Выявление в мелодии ритмического остинато во фразах</p> <p>Разучивание песни «Паровоз» муз. Г. Эрнесакса, сл. Т. Волгиной (учебник Ж.Металлиди, А.Перцовской для дошкольной группы, с. 39), 1 куплет. Определяется лад, настроение, характер и количество фраз. Песня разучивается «эхом»</p>	
<p>Октябрь</p> <p>Урок № 5</p>	<p>Упр. «Аист» Стоять прямо, поднять руки в стороны, одну ногу, согнув в колене, вынести вперед и зафиксировать положение на несколько минут, удерживая равновесие; на выдохе опустить ногу и руки, тихо произносятся «Ш-ш-ш» (6-7 раз).</p>	<p>Упр. «Заводная кукла» для девочек или «Робот» для мальчиков Вот под елочкой зеленой! Скачут весело вороны, (прыжки на одной ноге, на другой ноге) Кар-кар-кар! (дети кричат «Кар-кар-кар» на выдохе) Целый день они летали, (бег на месте со взмахами рук в стороны) Спать ребятам не давали, Кар-кар-кар! (дети кричат «Кар-кар-кар» на выдохе) Только к ночи умолкают, Вместе с нами засыпают, (ходьба на месте) Ш-ш-ш-ш (присяд с</p>	<p>Знакомство с клавишей «ре» Заселяем наши домики жильцами: в домике живет Мишка – клавиша «ми», собачка Рекс – клавиша «ре» и кошка Долька – клавиша «до» (ребенок выполняет задание: заселили домики в других октавах теми же персонажами).</p> <p>Разучивание песенки-попевки: До-ре-ми До-ре-ми Эти клавиши нажми, И запомни!</p> <p>Закрепление песни</p>	<p>Правописание скрипичного ключа, ноты «ре», длительностей и вида паузы (четвертная).</p> <p>Закрепление - ритмическое ostinato. Упр. ритм. «Эхо» с шумовыми инструментами под музыку Ф.Лещинской «Лошадки» (учебник Ж.Металлиди, А.Перцовской, для дошкольной группы, с. 31). В мелодии выявляется: настроение, лад, характер, количество фраз, их повторность, виды длительностей. Учащийся внимательно слушает сыгранную педагогом</p>	<p>Отрицательные сказочные персонажи в музыке</p> <p>Слушание музыки: симфонической картины К.А. Лядова «Кикимора», марша Черномора из оперы М.И. Глинки «Руслан и Людмила», танца Феи Карабос из балета П.И. Чайковского «Спящая красавица».</p> <p>Просмотр видео ролика</p>

		выдохом)	«Кошкин дом»	<p>мелодию фразы, прохлопывает ее, затем ритмически верно повторяет ее на шумовом инструменте.</p> <p><u>Ритмическое упр. «Маятник»</u> На доску выносится ритмическая таблица длительностей. Учащийся в ногах заводит «Маятник» (доли). Педагог указкой показывает разные длительности по таблице, а учащийся в руках отхлопывает их, называя ритмослоги (ритм).</p> <p><u>Разучивание 2 куплета песни «Паровоз»</u> Работа проводится аналогично 1 куплету.</p> <p><u>Повторение пройденных песен с ритмослогами и движениями</u></p> <p><u>Слушание пьес</u> Определение характера, настроения, лада и жанра (марш, танец, песня).</p> <p><u>Движение под музыку</u></p>	
Урок № 6	<p><u>Закрепление</u></p> <ul style="list-style-type: none"> – Комплекс упражнений в воздухе для кистей рук; – Гимнастика «Лепка» для рук; – Упр. для кистей рук «Включение и выключение»; – Упр. «Птички»; – Упр. «Паровоз»; – Упр. «Аист» 	<p><u>Упр. для раскрепощения мышц шеи, рук, плечевого пояса</u> Вот так яблоко Вот так яблоко! (встали) Оно (руки в стороны) Соку сладкого полно. (руки на пояс) Руку протяните, (Протянули руки вперед) Яблоко сорвите. (руки вверх)</p>	<p><u>Знакомство с нижним регистром – малой, большой, контроктавой, субконтроктавой (слева).</u> Запоминаем новые октавы, расположенные слева от первой: от малой до субконтроктавы. Возле забора посадим ФаСоль, и споем песенку: Фа-соль, Фа-фа-соль,</p>	<p><u>Ритмическое упр. «Маятник»</u></p> <p><u>Ритм. упр. с песней «Паровоз»</u> При пении песни педагог дает команду на каждую фразу – менять метр (доли в ногах) на ритм (хлопать в ладоши).</p> <p><u>Правописание</u></p>	<p>Положительные сказочные персонажи в музыке</p> <p><u>Слушание музыки:</u> танца Феи Сирени из балета «Спящая красавица», Феи Драже из балета «Щелкунчик» П.И.Чайковского, пьесу «Царевна Лебедь» из симфонической сюиты</p>

		<p>Стал ветер веточку качать, (качаем вверху руками) Трудно яблоко достать. (подтянулись) Подпрыгну, руку протяну (подпрыгнули) И быстро яблоко сорву! (хлопок в ладоши над головой) Вот так яблоко! (встали) Оно (руки в стороны) Соку сладкого полно.</p>	<p>Посадили мы фасоль! <u>Упр. «Радуга»</u> Играть 3-им пальцем клавишу «до» в разных октавах со стихом, имитируя упр. «Маляр». Правая рука играет в среднем и верхнем регистре: «Ой, ты радуга, дуга, под тобой лежат луга;» левая - в низком регистре: «В небе ты повисла, словно коромысло». <u>Разучивание пьесы</u> «Колыбельная», ансамбль, (Игнатъев В., Игнатъева Л. Альбом начинающего пианиста «Я музыкантом стать хочу», I часть, с.8)</p>	<p><u>скрипичного ключа, ноты «до»</u> (I и II октавы), <u>длительностей и вид пауз</u> (восьмые – инструментальная и вокальная группировка). <u>Разучивание песни</u> «Песенка про ноты» обр. Ж.Металлиди (учебник Ж.Металлиди, А.Перцовской, для дошкольной группы, с.9) <u>Понятие - звукоряд</u> Стих: «Звуки выстроились в ряд – получился звукоряд». <u>Запись звукоряда</u> на доске. <u>Слушание пьес</u> Определение характера, настроения, лада и жанра (марш, танец, песня). <u>Движение под музыку</u></p>	<p>К.Сенс-Санса «Карнавал животных». Иллюстрация картины Врубеля к песне. <u>Просмотр видео ролика</u></p>
Урок № 7	<u>Повторение</u> всех игр и упражнений для организации пианистических движений	<u>Закрепление и повторение</u> упражнения на крупные движения рук, ног и головы	<p><u>Закрепление и повторение</u> всех полученных навыков и знаний <u>Закрепление пьесы</u> «Колыбельная», повторение пьесы «Кошкин дом» <u>Разучивание пьесы</u> «Цыплята» (Игнатъев В., Игнатъева Л. Альбом начинающего пианиста «Я музыкантом стать хочу», I часть, с.10)</p>	<p><u>Ритмическое упр.:</u> «Маятник» с песней «Паровоз». <u>Повторение пройденных</u> песен с ритмослогами и движениями <u>Правописание скрипичного ключа, звукоряда, длительностей и вид пауз</u> (шестнадцатые – инструментальная и вокальная группировка). <u>Разучивание стиха</u> (на пальцах) про ноты: «Ми, соль, си – на</p>	<p>Музыка для детей П. И. Чайковский «Детский альбом», Д. Шостакович «Танцы кукол» <u>Просмотр видео ролика</u></p>

				<p>линеечках сидят, фа, ля, до – в окошечко глядят, ре – под крылечком сидит, до – в подвальчике».</p> <p><u>Слушание пьес</u> Определение характера, настроения, лада и жанра (марш, танец, песня).</p> <p><u>Движение под музыку</u></p>	
Урок № 8	Контрольный урок			Контрольный урок	Контрольный урок

3. Дидактические материалы к разработке

3.1. Упражнения для развития мелкой моторики рук

1) «Сильный пальчик»

В этом упражнении обучающийся «рассказывает» пальчиком другому человеку о своем отношении к определенным событиям и слушает, как это будет воспринято (преподавателем, мамой или товарищем). Это упражнение укрепляет силу пальца, делаю его устойчивым, где вся сила тяжести плеча ложится на него. Ребенку разрабатываем каждый пальчик отдельно от другого, т.к. у детей с ОВЗ, как правило, пальчики более сжаты, чем у здоровых детей. Это ведет к развитию мелкой моторики, соответственно, улучшает и развивает речь, т.к. это взаимосвязано.

2) «Семья»

Упражнение на разгибательное движение пальцев без помощи пальцев другой руки. Работает только одна рука, сначала сжатая в кулачок. Пальчики поочередно, начиная с большого, показываются, но до конца не выпрямляются, и слегка кланяются. На последней строчке кланяются вместе одновременно. Обратить внимание на то, чтобы пальцы не находились в напряженном состоянии:

«Этот пальчик-дедушка, этот пальчик-бабушка, этот пальчик - папочка, этот пальчик - мамочка, этот пальчик - я! Вот и вся моя семья!»

3) «Что я вижу»

Обучающемуся предлагается внимательно посмотреть на все предметы, которые его окружают, а затем назвать их. Обязательно похвалить ребенка.

4) «Что я делаю»

Обучающийся закрывает глаза. В руку ему кладется предмет: палочка, мячик, что-то мягкое, шершавое, гладкое и т. д. Задается вопрос: «Что это?». Как правило, обучающийся отвечает правильно. Во время этого упражнения улучшается работа кисти и пальцев, что очень важно для «особенных» детей, т.к. у них менее развита мелкая моторика. Также включается в работу образное (ассоциативное) мышление.

5) «Утюг»

Дети действуют подушечками четырех пальцев, которые устанавливаются у оснований пальцев тыльной стороны массируемой руки, и пунктирными движениями вперед - назад, смещая кожу примерно на 1 см, постепенно продвигают их к лучезапястному суставу (пунктирное движение).

Утюгом разгладим складки,
Будет все у нас в порядке.
Перегладим все штанишки
Зайцу, ежику и мишке.

6) «Пила»

Ребрами ладони дети имитируют пиление по всем направлениям тыльной стороны кисти рук (прямолинейное движение). Кисти и предплечье располагаются на столе, дети сидят.

Пили, пила, пили, пила!
Зима холодная пришла.
Напили нам дров скорее,
Печь истопим, всех согреем!

7) «Тесто»

Основанием кисти делаются вращательные движения в сторону мизинца.

Тесто месим, тесто мнем,
Пирогов мы напечем
И с капустой, и с грибами.
Угостить вас пирогами?

8) «Терка»

Костяшками сжатых в кулак пальцев двигать вверх-вниз и справа налево по ладони массируемой руки (прямолинейное движение).

Дружно маме помогаем,
Теркой свеклу натираем,
Вместе с мамой варим щи,
Ты вкуснее пощи!

9) «Дрель»

Фалангами сжатых в кулак пальцев производится движение по принципу буравчика на ладони массируемой руки.

Папа в руки дрель берет,
А она жужжит, поет,
Будто мышка-непоседа
В стенке дырочку грызет.

3.2. Система упражнений «Пальчиковые игры»

1) «Разминка»

Выполняем раздражательные движения в соответствии с текстом.

Головами покиваем,
Носиками помотаем,
А зубами постучим
И немножко помолчим.
(Прижимаем указательные пальцы к губам).

Плечиками мы покрутим
И про ручки не забудем.
Пальчиками потрясем
И немножко отдохнем.
(Наклонившись вниз, качаем расслабленными руками),

Мы ногами поболтаем

И чуть-чуть поприседаем.

Ножку ножкой подобьем

И сначала все начнем.

(Подпрыгиваем на месте в ритме текста. Далее темп ускоряется).

2) «Деревья»

Исходное положение (далее - и. п.): ладони опущены вниз и прижаты друг к другу тыльной стороной. Пальцы разведены в стороны и напряжены. Удерживать в таком положении кисти рук, потом встряхнуть.

Высокие красивые (показываем руками) деревья здесь растут,

Корни под землю (показываем руками «корни») для них водичку пьют.

3) «Моя семья»

Поднять руку ладонью к себе и в соответствии с текстом стиха в определенной последовательности пригибать пальцы, начиная с безымянного, затем мизинец, указательный палец, средний и большой.

Знаю я, что у меня

Дома дружная семья:

Это - мама,

Это - я,

Это - бабушка моя,

Это - папа,

Это - дед.

И у нас разлада нет.

4) «Лыжник»

Не отрывая указательный и средний пальцы от «лыж», ребенок «едет» скользящими движениями по столу.

Утром на лыжах кататься пошли,

Быстро до леса на лыжах дошли.

Время к обеду — весь лес обошли.

Дружно на лыжах домой мы пришли.

5) «Фонарики»

И.п.: расположить ладони перед собой, выпрямив и раздвинув пальцы. Сжимать и разжимать пальцы на обеих руках одновременно, сопровождая движения соответствующими фразами.

Фонарики зажглись! (пальцы выпрямить).

Фонарики погасли! (пальцы сжать).

Упражнение выполнять несколько раз.

Поочередно сжимать и разжимать пальцы рук на счет «раз-два». На «раз»: пальцы правой руки выпрямлены, пальцы левой руки сжаты. На «два»: пальцы левой руки выпрямлены, пальцы правой руки сжаты. Выполнять упражнение сначала медленно, затем ускорить темп.

6) «Моем руки»

Моем руки. Ритмично потирать ладошки, имитируя мытье рук.

Ах, вода, вода, вода! Будем чистыми всегда!

(Стряхиваем водичку с рук. Пальцы сжать в кулачок, затем с силой выпрямить пальчики, как бы стряхивая водичку).

Брызги — вправо,

брызги — влево!

Мокрым стало наше тело!

7) «Черепашка»

Рука сжата в кулак. Большой палец сверху.

Моя черепашка в коробке живёт,

(Рука лежит на другой ладони или на ладони партнёра по игре)

Купается в ванне,

(Волнообразные движение кулаком в воздухе)

По полу ползёт.

(“Черепашка” ползёт по другой руке, своей или партнёра по игре)

Её на ладошке я буду носить,

(Руки возвращаются в исходное положение)

Она не захочет меня укусить.

(Отрицательный жест головой)

8) «Мои вещи»

Вот это - мой зонтик,

Я в дождь хожу с ним

(Поднимаем правую руку над головой, сгибаем её – зонтик)

Пусть дождь барабанит -

Останусь сухим.

(“Барабаним” пальцами левой руки по правой – (зонтику)

А вот моя книжка (ладони друг к другу, локти согнуты)

Могу почитать,

(Раскрываем ладони “книжечка”)

Могу вам картиночки

В ней показать.

(Руки вытягиваем, ладони открыты)

Вот это - мой мяч,

Очень ловкий, смешной

(Сжимаем кулачок, вращаем кистью руки)

Его я бросаю.

9) «Радуга»

Гляньте, радуга над нами,

(Нарисовать рукой над головой полукруг - маховое движение)

Над деревьями,

(Руки поднять вверх, пальцы разомкнуты)

Домами,

(Руки сложены над головой крышей)
И над морем, над волной,
(Нарисовать волну рукой)
И немножко надо мной.
(Дотронуться до головы).

10) «Горшок»

Под крышкой -
(Сомкнуть пальцы, ладонь повернуть вниз)
Маленький горшок,
(Прижать к ладони кулак другой руки. Большой палец внутри)
Открыли крышку -
(Поворачиваем "крышку" ладонью вверх)
Мышка - скок!
(Резко поднимаем большой палец).

11) «Гроза»

Капли первые упали,
(слегка постучать двумя пальцами каждой руки по столу)
Пауков перепугали.
(внутренняя сторона ладони опущена вниз; пальцы слегка согнуть и, перебирая ими, показать, как разбегаются пауки)
Дождик застучал сильнее,
(постучать по столу всеми пальцами обеих рук)
Птички скрылись среди ветвей.
(скрестив руки, ладони соединить тыльной стороной; махать пальцами, сжатыми вместе)
Дождь полил как из ведра,
(сильнее постучать по столу всеми пальцами обеих рук)
Разбежалась детвора.
(указательный и средний пальцы обеих рук бегают по столу, изображая человечков; остальные пальцы прижаты к ладони)
В небе молния сверкает,
(нарисуйте пальцем в воздухе молнию)
Гром все небо разрывает.
(кулаками, а затем похлопать барабанить в ладоши)
А потом из тучи солнце
(поднять обе руки вверх с разомкнутыми пальцами)
Вновь посмотрит нам в оконце!

3.3. Рекомендуемый комплекс упражнений для гимнастики глаз

Приложение 5 к Постановлению Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 г. N 189 "Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10

«Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (с изменениями и дополнениями).

- 1) Быстро поморгать, закрыть глаза и посидеть спокойно, медленно считая до 5. Повторять 4 - 5 раз.
- 2) Крепко зажмурить глаза (считать до 3, открыть их и посмотреть вдаль (считать до 5)). Повторять 4 - 5 раз.
- 3) Вытянуть правую руку вперед. Следить глазами, не поворачивая головы, за медленными движениями указательного пальца вытянутой руки влево и вправо, вверх и вниз. Повторять 4 - 5 раз.
- 4) Посмотреть на указательный палец вытянутой руки на счет 1 - 4, потом перенести взор вдаль на счет 1 - 6. Повторять 4 - 5 раз.
- 5) В среднем темпе проделать 3 - 4 круговых движения глазами в правую сторону, столько же в левую сторону. Расслабив глазные мышцы, посмотреть вдаль на счет 1 - 6. Повторять 1 - 2 раза.

3.4. Рекомендуемый комплекс упражнений для улучшения слуха

- 1) Пригибаем верхнюю часть уха вниз. Разгибаем, пригибаем, словно бы раскатывая и скатывая ушко. Ушки должны стать теплыми.
- 2) Найдите ямочку возле козелка. Нажали на ямочки сразу обоих ушек - отпустили, нажали — отпустили.
- 3) Нажали пальчиками на мочки, помассировали, отпустили.
- 4) Массируем круговыми движениями все ухо в одну сторону, в другую. Массировать нужно одновременно оба уха.
- 5) Сделали веточку из безымянного и указательного пальцев, засунули туда свои ушки и — вверх—вниз, вверх-вниз, так, чтобы передняя и задняя стороны ваших ушек хорошенько массировались.
- 6) Начинаем дергать себя за ушки - сначала 20 раз вниз, а потом беремся за серединку и дергаем вверх тоже 20 раз.
- 7) Снова возьмитесь за мочку уха и хорошенько ее помассируйте.
- 8) Потяните ушки в сторону - снова 20 раз.
- 9) Теперь выгибаем их вперед, а затем в обратную сторону (20 раз).

3.5. Рекомендуемый комплекс упражнений физкультурных минуток

Приложение 5 к Постановлению Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 г. N 189 "Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10

«Санитарно -эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (с изменениями и дополнениями).

Физкультурная минутка для улучшения мозгового кровообращения

- 1) И.п.: сидя на стуле. 1 - 2 - отвести голову назад и плавно наклонить назад, 3 - 4 - голову наклонить вперед, плечи не поднимать. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный.

- 2) *И. п.: сидя, руки на поясе. 1 - поворот головы направо, 2 - и. п., 3 - поворот головы налево, 4 - и. п. Повторить 6 - 8 раз. Темп медленный.*
- 3) *И. п.: стоя или сидя, руки на поясе. 1 - махом левую руку занести через правое плечо, голову повернуть налево. 2 - и. п., 3 - 4 - то же правой рукой. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный.*

Физкультурная минутка для снятия утомления с плечевого пояса и рук

- 1) *И. п. - стоя или сидя, руки на поясе. 1 - правую руку вперед, левую вверх. 2 - поменять положения рук. Повторить 3 - 4 раза, затем расслабленно опустить вниз и потрясти кистями, голову наклонить вперед. Темп средний.*
- 2) *И. п. - стоя или сидя, кисти тыльной стороной на поясе. 1 - 2 - свести локти вперед, голову наклонить вперед, 3 - 4 - локти назад, прогнуться. Повторить 6 - 8 раз, затем руки вниз и потрясти расслабленно. Темп медленный.*
- 3) *И. п. - сидя, руки вверх. 1 - сжать кисти в кулак, 2 - разжать кисти. Повторить 6 - 8 раз, затем руки расслабленно опустить вниз и потрясти кистями. Темп средний.*

Физкультурная минутка для снятия утомления с туловища

- 1) *И. п. - стойка ноги врозь, руки за голову. 1 - резко повернуть таз направо. 2 - резко повернуть таз налево. Во время поворотов плечевой пояс оставить неподвижным. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.*
- 2) *И. п. - стойка ноги врозь, руки за голову. 1 - 5 - круговые движения тазом в одну сторону, 4 - 6 - то же в другую сторону, 7 - 8 - руки вниз и расслабленно потрясти кистями. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.*
- 3) *И. п. - стойка ноги врозь. 1 - 2 - наклон вперед, правая рука скользит вдоль ноги вниз, левая, сгибаясь, вдоль тела вверх, 3 - 4 - и. п., 5 - 8 - то же в другую сторону. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.*

Список литературы

1. Артоболевская А.Д. Первая встреча с музыкой: учебное пособие.- СПб.:Композитор,2019.-84с.
2. Маленький пианист. Учебное пособие для начинающих /Ред.- сост. М. Соколов. – М.: Музыка, 1986.
3. Металлиди Ж., Перцовская А. Мы играем, сочиняем и поём. Сольфеджио для дошкольной группы детской музыкальной школы. Учебное пособие. - СПб.: Композитор, 2019. - 112 с., обл.
4. Путь к музицированию [Ноты]: школа игры на фортепиано / Л. Баренбойм, Ф. Брянская, Н. Перунова. - Ленинград : Советский композитор, 1980 - Вып. 1 : 1-й год обучения. - 1980. - 182 с.
5. Фролова, Ю. В. Сольфеджио. Подготовительный класс учеб. пособие / Ю. В. Фролова - Ростов н/Д: Феникс, -2008. -101с. нот.
6. Хереско, Л. Музыкальные картинки. Занимательная книга для первоначального обучения детей игре на фортепиано / Л. Хереско. – Л.: Музыка, 1980. – 201 с.
7. Я музыкантом стать хочу. Альбом начинающего пианиста. Вып. 1. Для детей дошкол. возраста / Авт.-сост. и предисл В. Игнатъев и Л. Игнатъева; Рец. М.А. Вайсборд, В.М. Блок. - Ленинград : Сов. композитор. Ленингр. отд-ние, 1986. - 68 с.