

Zabawy przy muzyce - 3

1. Twórcza wizualizacja *Nad brzegiem morza* – tekst aktywizujący.

Włączamy utwór z fragmentem muzyki baletowej z *Fausta* Ch. Gounoda - *Moderato maestoso* - link poniżej.

<https://www.youtube.com/watch?v=mmTAvv8hiMI>

Leżenie na dywanie. Oczy początkowo zamknięte. Na tle spokojnej, marszowej muzyki mówienie tekstu – wyraźnie, spokojnie, niezbyt głośno:

Od morza wieje orzeźwiający wiatr. Otwieram oczy, oddycham głęboko. Przeciągam się. Napinam mięśnie. Czuję przyływ sił. Powoli wstaję. Na horyzoncie widzę złotą obwódkę wschodzącego słońca. Stąпам mocno po żółtym piasku. Spienione, chłodne fale delikatnie dopływają do moich stóp. Jestem oddalony (-a) od zmartwień i kłopotów. Czuję się rześki (-a) i uporządkowany (-a). Wiem, co mam robić. Przyspieszam kroku. Spacer ten sprawia mi radość. Moje myśli układają się w logiczną całość. To, co zaplanowałem (-am) – wykonam spokojnie i bez pośpiechu, pewnie i z przyjemnością.

Zakończenie: Można leżąc wysłuchać muzyki do końca, całość utworu – ok. 2 minuty.

2. Odreagowanie.

Do tej zabawy wykorzystujemy *Marsz Radeckiego* J. Straussa. Poniżej link do utworu. Im więcej osób może wziąć udział w zabawie, tym lepiej. Oczywiście mowa o osobach z rodziny mieszkających razem.

<https://www.youtube.com/watch?v=TOWdT6Drvwk>

Naśladowanie jazdy konnej – w różnym tempie i dynamice. Kolana lekko ugięte, ręce wysunięte do przodu – *trzymanie wodzy*. Językiem naśladowujemy tętent koni. W odpowiednim momencie, gdy muzyka robi się coraz bardziej dynamiczna i głośna przyciąganie mocno rąk do siebie – *ściągnięcie wodzy, wołanie prr* – 3 razy. Dalej znowu spokojnie i znowu dynamicznie. Należy pamiętać o wprowadzeniu atmosfery radości i swobodnej zabawy.

3. Zabawa integracyjna *Wiosenne porządki krasnali*.

Do tej zabawy wykorzystujemy utwór P. A. Graingera *Country Gardens*.

Jest to zabawa z elementem pantomimy.

Opis zabawy:

Przed włączeniem muzyki rodzic naśladuje zachowanie *leniwych krasnoludków, którym nic się nie chciało. Ziewały, przysypiały, nudziły się* - można dzieciom nałożyć kolorowe czapeczki. *Miały uporządkować ogród, ale też im się nie chciało. W końcu zawołały na pomoc swoich przyjaciół – wszak w grupie pracuje i bawi się dużo lepiej!* Teraz włączamy muzykę. *Wszystkie krasnoludki chętnie podjęły się zadania – kopały, plewiły chwasty, sadziły rośliny, podlewały, woziły taczkami ziemię, przycinały gałęzie, itp.* – wymyślanie czynności pozostawiamy rodzicom – *cały czas wesoło przy tym podskakując i tańcząc.*