



***Здоровьесберегающие
технологии на
музыкальных
занятиях***

Интенсивное развитие современного общества в последнее время предъявляет все более высокие требования к человеку и его здоровью. Забота о здоровье – одна из важнейших задач каждого человека.



Здоровье -

**это состояние
полного физического,
психического и
социального
благополучия, а не
просто отсутствие
болезней или
физических
дефектов.**





Компоненты здоровья

Соматический


Психический

Личностный


Нравственный

На сегодняшний момент в дошкольных учреждениях большое внимание уделяется здоровьесберегающим технологиям, главным фактором которых является рациональная организация учебного процесса, соответствие методик обучения, способствующих развитию индивидуальных возможностей ребенка.





***Педагоги дошкольных учреждений,
в том числе и музыкальные
руководители, должны комплексно
решать задачи физического,
интеллектуального, эмоционального
и личностного развития ребенка,
активно внедряя в этот процесс
наиболее эффективные технологии
здоровьесбережения.***



Основная форма музыкальной деятельности в ДОУ - музыкальные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и творческих способностей каждого ребенка.

**На музыкальных занятиях
актуально, возможно и
необходимо использовать
современные
здоровьесберегающие
технологии в игровой форме.
Привычные виды
музыкальной деятельности,
развивающие творческие
способности и
музыкальность ребенка,
можно разнообразить с
пользой для здоровья.**



**Начинать
занятие можно
с жизне-
утверждающей
валеологической
песни-распевки**



**Слушание
музыки и
разучивание
текстов песен
можно
перемежать с
игровым
массажем или
пальчиковой
игрой**



**Перед пением песен
- заниматься
дыхательной,
гимнастикой и
оздоровительными
упражнениями для
горла и голосовых
связок**

**Речевые игры лучше
сопровождать музыкально-
ритмическими
движениями, а
танцевальную
импровизацию
совместить с
музыкотерапией**



**Проведение
здоровьесберегаю
щих упражнений
и игр занимает
совсем немного
времени - 1-2
минуты**



**Но это
приносит детям
огромное
удовольствие, а
самое главное -
пользу для
здоровья и их
эмоционального
благополучия.**





*На музыкальных занятиях
используются следующие
технологии:*

- **Логоритмика;**
- **Пальчиковая гимнастика;**
- **Дыхательная гимнастика;**
- **Самоmassage;**
- **Зрительная гимнастика;**
- **«Фонопедический метод
развития голоса» В.В.
Емельянова.**



Например, логоритмическая гимнастика является одной из форм активного отдыха, наиболее благоприятного для снятия напряжения после долгого сидения.

Кратковременные физические упражнения детей под музыку, вызывая возбуждение других отделов мозга, усиливают кровообращение и создают благоприятные условия отдыха для ранее возбужденных отделов.





Логоритмические упражнения объединены в комплексы общеразвивающих упражнений, которые выполняются в положении стоя и сидя. В них задействованы все группы мышц – как шейного отдела, плечевого пояса, так и мышцы спины и ног; некоторые упражнения направлены на укрепление мышц брюшного пресса.



Артикуляционная гимнастика.

Основная цель артикуляционной гимнастики - выработка полноценных движений органов артикуляции, подготовка к правильному произнесению фонем.



Артикуляционные гимнастики Е. Косиновой, Т. Куликовской, В. Цвынтарного способствуют тренировке мышц речевого аппарата, ориентированию в пространстве, учат имитации движений животных. В результате этой работы у наших детей повышаются показатели уровня развития речи детей, певческих навыков, улучшаются музыкальная память, внимание.

Пальчиковые игры.

Важное место на музыкальных занятиях занимают пальчиковые игры и сказки, которые исполняются как песенки или произносятся под музыку.

Игры развивают речь ребенка, двигательные качества, повышают координационные способности пальцев рук (подготовка к рисованию, письму), соединяют пальцевую пластику с выразительным мелодическим и речевым интонированием, формируют образно-ассоциативное мышление на основе устного русского народного творчества.

Музыкотерапия - важная составляющая музыкально-оздоровительной работы в ДОУ. Это создание такого музыкального сопровождения, которое способствует коррекции психофизического статуса детей в процессе их двигательной игровой деятельности.



Слушание правильно подобранной музыки повышает иммунитет детей, снимает напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание. Утром встречают детей, укладывают спать, поднимают после дневного сна под соответствующую музыку, используют ее в качестве фона для занятий, свободной деятельности.



Музыкальные занятия с использованием технологий здоровьесбережения эффективны при учете индивидуальных и возрастных особенностей каждого ребенка, его интересов. Успех занятий невозможен без совместной деятельности музыкального руководителя и воспитателя, который активно помогает, организует самостоятельное музицирование детей в группе.

