

«Использование здоровьесберегающих технологий на уроках музыки»

*Байкова Елена Александровна
Учитель музыки
МБОУ Прокосhevская ОШ*



«Без дыхания- нет жизни»

От правильного дыхания в значительной степени зависит здоровье детей. На уроках я стараюсь учить детей правильно дышать, следить за осанкой.

Для дыхательных упражнений использую воображаемые предметы(понюхать цветок, попыхтеть, как паровоз).

Правильное дыхание приводит к резкому повышению всех резервных возможностей человека. Использование дыхательной гимнастики приносит ощутимый результат в понижении заболеваний детей.

ВОКАЛОТЕРАПИЯ

Пение- идеальный способ лечения для детей с нарушениями речи, улучшает их артикуляцию и ритм. С помощью вокала можно воздействовать на внутренние органы- ведь во время пения у детей происходит мягкий массаж горла, в легких возникает вибрация, в свою очередь влияющие на кровообращение, а так же стимуляция работы всех внутренних органов.

Пение снимает стрессы и помогает детям избавиться от страхов.

Голос- это своеобразный индикатор здоровья. Самое главное на уроках это бережное отношение к голосу ребёнка.



МУЗЫКОТЕРАПИЯ

В лечебных целях музыку применяют с давних времён. Музыка несёт в себе мощное коммуникативное начало, в ней заложены широчайшие возможности общения.

Я использую классическую музыку в целях музыкальной терапии на уроках. Для того чтобы музыка подействовала на детей наилучшим образом, их необходимо настроить. Надо сесть в удобной позе и сосредоточиться на звуках музыки. А так же использую активные формы слушания музыки с просмотром репродукций и стихотворной формой.

МУЗЫКОТЕРАПИЯ

**«Слушать музыку-
это искусство,
которому надо
учиться»**

ТАНЦЕТЕРАПИЯ

Танец, мимика и жест, как и музыка, являются одним из древнейших способов выражения чувств и переживаний.

Музыкально-ритмические упражнения выполняют релаксационную функцию, помогая добиться эмоциональной разрядки, снять умственную нагрузку и переутомление. Музыкально-ритмические упражнения формируют красивую осанку, укрепляют мускулатуру, развивают мелкую моторику, воспитывают выносливость. Движения и танец, помимо того, что снимает нервно- психическое напряжение, помогают детям быстро устанавливать дружеские связи друг с другом.

Выполняя упражнения с пением, дети учатся выразительности, умению распределять дыхание и координировать его с речевой фразой, у них развивается ритмическое чувство и музыкальный слух.

ТАНЦЕТЕРАПИЯ

От гостей скрывать
не будем,

Танцевать мы
очень любим!



ПРАЗДНИКОТЕРАПИЯ

На праздниках важно настроить детей эмоционально, увлечь за собой в мир музыки и сказки.

Праздник- это всплеск положительных эмоций. А эмоциональный фактор единственное средство развить ум ребёнка, обучить его и сохранить детство.



**При создании презентации
использовались интернет -
ресурсы.**