

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида № 13»

Здоровьесберегающие технологии в музыкальной деятельности детей

**Музыкальный руководитель :
Дутка Ирина Николаевна**





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



Здоровьесберегающие технологии



*это система мер,
направленных на
улучшение здоровья
участников
образовательного
процесса*



Цель:

- * Организация музыкально-оздоровительной работы в ДОУ , обеспечивающей каждому ребенку укрепление психического и физического здоровья, выявление и развитие музыкальных и творческих способностей, формирование привычки к здоровому образу жизни.





* Задачи:



Обогащение содержания музыкального образования видами здоровьесберегающей деятельности

Формирование здоровьесберегающего подхода в музыкальном образовании путем интеграции задач музыкального и физического развития.

Формировать мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни

**В процессе
непосредственной
музыкальной
деятельности
используются
следующие виды
оздоровления:**

1. Валеологические песенки-распевки.
2. Дыхательная гимнастика.
3. Логоритмика.
4. Артикуляционная гимнастика.
5. Оздоровительные и фонопедические упражнения.
6. Игровой массаж
7. Пальчиковые игры.
8. Речевые игры.
9. Музыкаотерапия
10. Ритмопластика
11. Вокалотерапия
12. Сказкотерапия



Валеологические песенки-распевки.

- * Несложные, добрые тексты «Здравствуй, говори», «Я иду», «Доброе утро!» и мелодия, состоящая из звуков мажорной гаммы, поднимают настроение, задают позитивный тон к восприятию окружающего мира, улучшают эмоциональный климат на музыкальной деятельности, подготавливают голос к пению.



Просыпайтесь!

- * Ладочки, просыпайтесь,
похлопайте скорей!
- * Ножки, просыпайтесь,
спляшите веселей!
- * Ушки мы разбудим, лобик
разотрем,
- * Носиком пошмыгаем и
песенку споем:
- * «Доброе утро! Доброе утро!
- * Доброе утро всем, всем,
всем!»



Дыхательная гимнастика.

Упражнения на развитие дыхания играют важную роль в системе оздоровления дошкольников.

Основными задачами дыхательных упражнений в ходе музыкальной деятельности являются:

Укрепление физиологического дыхания детей (без речи).

Тренировка силы вдоха и выдоха.

Развитие продолжительности выдоха.



«Управляешь дыхание – управляешь жизнью»

- * По шоссе летят машины
- * Все торопятся, гудят.
- * Мы накачиваем шины,
- * Дышим много раз подряд



Логоритмическая гимнастика является одной из форм активного отдыха, наиболее благоприятного для снятия напряжения. 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.

Упражнение «Жаба – Квака»

упражнение для мышц мягкого нёба и глотки

- * Жаба Квака с солнцем встала, - потягиваются, руки в стороны
- * Сладко-сладко позевала. - дети зевают
- * Травку сочную сжевала - имитируют жевательные движения,
- * Да водички поглотала. - глотают
- * На кувшинку села,
- * Песенку запела:
- * "Ква-а-а-а!" - произносят звуки отрывисто и громко
- * Квэ-э-э-!
- * Ква-а-а-а!
- * Жизнь у Кваки хороша!





Оздоровительные и фонопедические упражнения

развивают
носовое,
диафрагмальное,
брюшное
дыхание

стимулируют
гортанно-
глоточный
аппарат

стимулируют
деятельность
головного мозга



"Кто много поет, того хворь не берет!"



- звук "а - а" массирует глотку, гортань, щитовидную железу;
- звук "о - о" оздоравливает среднюю часть груди;
- звук "о - и - о - и" массирует сердце;
- звук "а - у - э - и" помогает всему организму в целом.



Игровой массаж тоже проводится на музыкальной деятельности. Тысячи лет назад тибетские врачеватели установили: нам приятно хлопать в ладоши, ходить босиком, так как это бессознательно посылает положительные сигналы внутренним органам. Приемы массажа полезны не только больному, но и здоровому человеку.





Пальчиковые игры.

Важное место в ходе музыкальной деятельности 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.



ГРИБОЧКИ

Как в лесу – лесочке
Выросли грибочки.

Мы корзиночку возьмем
И грибочки соберем :

На лесной опушке
Красуется волнушка,
На пеньке – оята,
Дружные ребята.
На траве – лисички,
Рыжие сестрички.
Подбоченившись стоит
Под березой боровик.
Ну а груздь на крепкой ножке
Так и просится в лукошко!

Руки сцеплены «в замок»
Поднимают постепенно руки вверх.

Левая рука согнута в локте на подобие
корзинки, правой рукой «собирают в
корзинку грибы»

Загибают на левой руке пальцы по одному



Речевые игры.



Позволяют детям овладеть всеми выразительными средствами музыки. Речевое музицирование необходимо, так как музыкальный слух развивается в тесной связи со слухом речевым. В речевых играх Т. Боровик и Т. Тютюнниковой текст дети поют или ритмично декламируют хором, соло или дуэтом. Основой служит детский фольклор.

К звучанию мы добавляем музыкальные инструменты, звучащие жесты, движение. Пластика вносит в речевое музицирование пантомимические и театральные возможности.

Использование речевых игр на музыкальных занятиях эффективно влияет на развитие эмоциональной выразительности речи детей, двигательной активности.



Разновидности речевых игр:

1. Со звучащими жестами

Осень, осень! Листопад!

Ритмические хлопки

Лес осенний конопат.

Щелчки пальцами.

Листья желтые шуршат Трут

ладошкой о ладошку.

И летят, летят, летят!

Качают руками.

2. С движением

«Снеговик», «Кто нам
песенку споет?»

«Степка-растрепка»,

«Шалтай-Болтай»

«Волки и зайцы»



3. С музыкальными инструментами.

«Матрешки и

Петрушки»,

«Шур-шур-песенка»,

«Кухонный

оркестр»,

«Теремок»,

«Веселый оркестр»,

«Снежный оркестр»

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 в свободной деятельности.



РИТМОПЛАСТИКА

Музыкально-ритмические движения являются синтетическим видом деятельности, следовательно, любая программа, основанная на движениях под музыку, будет развивать и музыкальный слух, и двигательные способности, а также те психические процессы, которые лежат в их основе. Однако, занимаясь одним и тем же видом деятельности, можно преследовать различные цели, например, акцентировать внимание на развитии чувства ритма у детей, либо двигательных навыков, артистичности и т.д., в зависимости от того, в каком учреждении, в каких условиях и зачем ведется данная работа.



развивает чувство
ритма,
музыкальный слух
и вкус

укрепляет
различные группы
мышц и осанку

РИТМОПЛАСТИКА

развивает умение
правильно и
красиво двигаться

развивает умение
чувствовать и
передавать характер
музыки



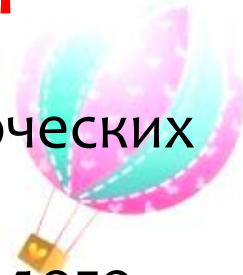
Алгоритм непосредственной музыкальной деятельности с использованием здоровье сберегающими технологиями

1. Приветствие. Психогимнастическое упражнение для настройки на рабочий лад.
2. Вводная ходьба. Музыкально-ритмические движения, речь с движением. Валеологическая песенка-распевка.
3. Пение, песенное творчество: распевки, артикуляционная гимнастика, дыхательная гимнастика, в качестве физкультминутки – пальчиковая или речевая игра -1 упр.
4. Слушание музыки (активное и пассивное). Физкультминутка-пальчиковая или речевая игра - 1 упр.
5. Танцы, танцевальное творчество с элементами ритмопластики.
6. Театральное творчество с элементами ритмопластики, психогимнастики (мимика, пантомимика). Музыкальные игры, хороводы.
7. Игра на ДМИ. Творческое музицирование.
8. Прощание. Психогимнастическое упражнение на релаксацию



Результаты музыкально-оздоровительной работы:

- *повышение уровня развития музыкальных и творческих способностей детей;
- *стабильность эмоционального благополучия каждого воспитанника;
- *повышение уровня речевого развития;
- *снижение уровня заболеваемости;
- *стабильность физической и умственной работоспособности во всех сезонах года, не зависимо от погоды.



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



Спасибо за внимание!

