муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

города Новосибирска «Детский сад №381» Дюймовочка»

Дзержинский район ул. Королева, 33а

тел/факс 8(383) 278-19-44;

e-mail: [ds\_381@edu54.ru](mailto:ds_381@edu54.ru)

**«Использование здоровьесберегающих технологий в музыкальной деятельности дошкольников»**

Автор: музыкальный работник высшей кв. категории

Дементьева Татьяна Михайловна

**Содержание системы музыкально-оздоровительной работы в ДОУ**

Музыкально-оздоровительная работа в ДОУ – это организованный процесс, направленный на развитие музыкальности детей, сохранение и укрепление их психофизического здоровья с целью формирования полноценной личности ребёнка.

Для решения задач по созданию этой системы нами разработана здоровьесберегащая модель организации музыкально-оздоровительной работы в детском саду, в которой выделены следующие компоненты:

* Мониторинг анализа физического здоровья воспитанников, развития музыкальности, креативности .
* Организация музыкальной здоровьесберегающей среды
* Использование здоровьесберегающих технологий в НОД и совместной деятельности
* Просвещение педагогов и родителей.

Внедрение здоровьесберегающих технологий в ДОУ.

**Цель:** спобствовать эффективному оздоровлению воспитанников в процессе использования на музыкальных занятиях здоровьесберегающих технологий.

**Задачи:**

* создать полноценные условия для поддержания и сохранения здоровья дошкольников ;
* внедрить эти технологии в образовательный процесс; закрепить навыки и умения детей, с целью улучшения их физического здоровья, голосовых и музыкальных данных, а так же здоровья психики дошкольников и их комфортного состояния в образовательном процессе;
* развить интерес к занятиям, включающим здоровьесберегающие технологии;

• Развивать музыкальные и творческие способности, используя здоровьесберегающие технологии, с учетом возрастных и индивидуальных возможностей ребенка;

• Развивать эмоционально – волевую сферу и игровую деятельность;

• Формировать вокальные навыки (дыхание, артикуляцию, звукообразование, чистоту интонирования), исходя из здоровьесберегающих технологий и охраны детского голоса;

• Укреплять различные группы мышц и осанку, развивать музыкальный слух, вкус и чувство ритма, умение правильно двигаться, ориентироваться в пространстве.

* Создать музыкальную предметно-развивающую среду с учетом здоровьесберегающей модели организации музыкально-оздоровительной работы
* Содействовать просвещению родителей и педагогов

*Формы оздоровительной работы*

• Музыкально-оздоровительные занятия (тематические)

• Совместные с детьми и взрослыми оздоровительные праздники.

• Индивидуальная работа (индивидуально-дифференцированный подход)

Свою работу я начала с анализа занятий с точки зрения здоровьесбережения. Вывела следующие параметры:

*Параметры:*

1. Обстановка и гигиенические условия в музыкальном зале: температура и свежесть воздуха, рациональность освещения, наличие/отсутствие звуковых раздражителей и т. д.

2. Продолжительность музыкальных занятий.

3. Количество видов деятельности: слушание, пение, игра на детских музыкальных инструментах, дидактические игры, танцевальная деятельность. Норма – 3-5 видов за занятие, в зависимости от возраста ребенка.

4. Физкультминутки и другие оздоровительные моменты на занятии — их место, содержание и продолжительность.

5. Проведение бесед связанных со здоровьем.

6. Психологический климат на занятии.

7. Темп и особенности начала и окончания занятия.

Систематически стараюсь применять здоровьесберегающие технологии на музыкальных занятиях.

*Валеологические* *песенки - распевки*, с которых часто начинается музыкальная образовательная деятельность. В данном случае несложные, добрые тексты, используются мелодии, состоящие из звуков мажорной гаммы, поднимают настроение, задается позитивный тон к восприятию окружающего мира, улучшают эмоциональный климат на занятии, подготавливают голос к пению. Детям, страдающим заболеванием органов дыхания, помогают валеологические распевки, потешки, русские народные песни с акцентом на выдох, произнесением различных звуков.

*Дыхательная гимнастика*

Ни одно музыкальное занятие не обходится без дыхательной гимнастики. Она способствует нормализации дыхания, укрепляет дыхательную мускулатуру, предупреждает застойные явления в легких, удаляет мокроту. Статические дыхательные упражнения выполняются без движения конечностей и туловища.

Работа, включающая дыхательную гимнастику под музыку и различные упражнения для развития певческого дыхания, позволяет детям заниматься оздоровлением, не замечая процесса, что помогает укрепить и развить дыхательную мускулатуру, повысить сопротивляемость организма к простудным заболеваниям.

*Артикуляционная гимнастика*.

Основная цель гимнастики – выработка качественных, полноценных движений органов артикуляции («Котик рыжий», «Жаба Квака», «Погреемся» и др.) Большое влияние на здоровье детей *оказывает работа органов артикуляционного аппарата.* Работу по их развитию я провожу в форме артикуляционной гимнастики Гимнастикой можно заниматься как индивидуально, так и со всей группой. В результате этой работы у детей повышаются показатели уровня развития речи, певческие навыки, улучшаются музыкальная память, внимание.

*Интонационно- фонопедические упражнения* основаны на разработках В. Емельянова, М. Картушиной способствуют развитию носового, диафрагмального, брюшного дыхания, стимулирующего гортанно-глотательной аппаратной деятельности головного. В процессе пения ребенок получает эмоциональную разрядку, происходит регулирование эмоционального состояния, повышается социальная активность, приобретаются новые средства эмоционального выражения, облегчается процесс формирования отношений с окружающими.

Пение влияет непосредственно и на *гормональную работу клеток, вырабатывающих ферменты.*

Вокальные занятия являются профилактикой в первую очередь простудных заболеваний. Вокальная работа – отличная тренировка и вентиляция легких. Это очень важно для растущего организма ребенка.

*Пальчиковые игры и сказки*, которые развивают речь ребенка, его двигательные и координационные  способности пальцев рук. Здесь происходит соединение пальцевой пластики в выразительных мелодическим и речевым интонировании («Мячик», «Куклы спят», «Веселый художник», «Поросенок» и др.) Важным направлением здоровьесберегающих мероприятий является *развитие мелкой пальцевой мотори*ки. Работу в этом направлении осуществляем на физкультминутках и других этапах всего занятия. Пальчиковая гимнастика проводится в сочетании с речью. Эта деятельность вызывает интерес у детей, создает эмоциональный настрой, развивает речь, совершенствует психические процессы - внимание и память, также развивается слуховое восприятие, облегчается усвоение навыков письма.

*Речевые игры* позволяют детям овладеть всеми средствами музыкальной выразительности, т.к. музыкальный слух развивается в тесной связи с речевым. Использую игры Т. Боровика и Т. Тютюнниковой текст поется или декламируетсяхором, соло, дуэтом. Кроме этого используются музыкальные инструменты, звучащие жесты, движения. Сонорные и колористические средства.

*Ритмопластика*

Большое значение для здоровья детей на музыкальных занятиях играют *музыкально-ритмические движения,* которые выполняют релаксирующую функцию, помогают снять умственную перегрузку и утомление. Ритм, который музыка диктует головному мозгу снимает нервное напряжение.

В здоровьесберегающие мероприятия входит *игра на музыкальных инструментах,* способствующая развитию координации движений, мелкой моторики, снятию умственного и физического утомления. В процессе музицирования отрабатываются различные коммуникативные навыки, устраняется повышенная застенчивость, что в итоге благотворно влияет на общее эмоциональное состояние детей.