Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад комбинированного вида

«Дубравушка»

города Балашова Саратовской области»

(МДОУ д/с «Дубравушка» г. Балашова)

**Доклад  
 «Музыкальная игра   
как фактор формирования здорового образа  
 в жизни дошкольников»**

Выполнила:  
музыкальный руководитель

первой квалификационной категории  
С. М. Климочкина

2024-2025 уч. год

Воспитание здорового подрастающего поколения граждан России — первоочередная задача государства, от решения которой во многом зависит его будущее процветание. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования предусматривает одну из важнейших задач — охрану и укрепление здоровья воспитанников через интеграцию образовательных областей, создание условий безопасной образовательной среды, осуществление комплекса психолого-педагогической, профилактической и оздоровительной работы.

Целительные возможности музыки известны с древних времен. Исследования современных ученых подтверждают, что произведения П.И. Чайковского снимают нервное напряжение; музыка В.А. Моцарта и Ж. Бизе повышает общий тонус; упражнения В.В. Емельянова укрепляют голосовые связки, дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой увеличивает объём лёгких.

Используемые на музыкальных занятиях здоровьесберегающие технологии (дыхательная гимнастика, пальчиковые и речевые игры, игровой массаж, музыкально- подвижные игры), с одной стороны помогают развитию музыкальных способностей дошкольников, а с другой стороны выступают как необходимое условие полноценного развития детей.

**Музыкальная игра имеет следующие задачи:**

*Образовательные:* обучение речевым, певческим, двигательным навыкам;

*Развивающие:* развитие музыкальных, творческих, и коммуникативных способностей, внимания, памяти, мышления*.*

*Воспитательные:* воспитание общей, музыкальной, речевой, двигательной культуры, эстетическое отношение к окружающему.

*Оздоровительные:* укрепление двигательной системы, костно-мышечного аппарата; развитие моторики: общей, мелкой, артикуляционной;

*Коррекционные:* развитие слухового, зрительного восприятия, мимической мускулатуры, дыхательной системы, артикуляционного аппарата, координации движений и нормализация их темпа и ритма.

Таким образом, музыкальная игра – это одно из комплексных средств воспитания: она направлена на всестороннюю музыкальную подготовленность, совершенствование функций организма.

Для формирования здорового образа жизни у дошкольников я использую следующие виды музыкальных игр:

**Музыкально – дидактические игры:**

1.Музыкально-дидактическая игра «Стройся!»

***Цель:*** *научить выполнять основные виды построений.*

2.Музыкально – дидактическая игра «Звуковые дорожки»

***Цель:*** *научить пропевать звуки, используя картинки – символы.*

3.Музыкально- дидактическая игра «Песня, танец, марш»

***Цель:*** *закреплять умение различать жанры в музыке.*

*4. Музыкально- дидактическая игра «Слушай и хлопай»*

***Цель:*** *научить слышать изменения громкости звучания и отмечать это в движении.*

**Музыкально – подвижные игры**

Музыкально-подвижные игры представляют собой активные занятия, в которых дети взаимодействуют с музыкой через движение, что способствует развитию их физических и творческих способностей. Эти игры помогают формировать у детей внимание, память, координацию движений и эмоциональную выразительность. Через такие игры дети учатся работать в команде, развивают воображение и креативность, что имеет положительное влияние на их общее психоэмоциональное состояние.

**1.Народная игра «Заинька», «Ручеек», «Дударь».**

***Цель: развивать двигательную активность.***

**2.Музыкальная игра «Мышки и Лев», «Будь ловким», «Найди себе пару», «Не выпустим».**

***Цель:*** *развивать быстроту, ловкость, совершенствовать ориентировку в пространстве.*

На музыкальных занятиях я включаю **игры с элементами игрового массажа.** Выполнение массажных манипуляций расширяет капилляры кожи, улучшая циркуляцию крови, активно влияет на обменные процессы организма, тонизирует центральную нервную систему. Кроме того, поднимает настроение и улучшает самочувствие человека. Ребенок может легко научиться этому в игре. На музыкальных занятиях игровой массаж проводится под музыку – слова пропеваются или же музыка звучит просто фоном.

Использование игрового массажа А. Уманской, М. Картушиной повышает защитные свойства всего организма.

**Массаж биологически активных зон «Неболейка»**

(для профилактики простудных заболеваний)

Чтобы горло не болело. /Поглаживают ладонями шею

Мы его погладим смело. /Мягкими движениями сверху вниз.

Чтоб не кашлять, не чихать. /Указательными пальцами

Надо носик растирать. / Растирают крылья носа.

Лоб мы тоже разотрем. /Прикладывают ко лбу ладони

Ладошку держим козырьком. / «Козырьком» и растирают крылья носа

«Вилку» пальчиками сделай. / Раздвигают указательный

Массируй ушки ты умело. / Средний пальцы и растирают.

Знаем, знаем- да- да- да! / Потирают ладони друг о друга.

Нам простуда не страшна!

**Вот на улице мороз**

Вот на улице мороз! /Поглаживают руки/

Ну-ка, все потрите нос! /Трут кончик носа/.

Ни к чему нам бить баклуши /Грозят правым указательным пальцем/.

Ну-ка, взялись все за уши:

Покрутили, повертели,

Вот и уши отогрели! /Указательным и большим пальцами /держатся за мочки ушей

/и вращают их вперед, затем назад/.

По коленкам постучали, /Стучат ладонями по коленям/.

По плечам похлопали, /Руки — крестно на уровне груди, хлопают ладонями по плечам/.

Ножками затопали! /Топают ногами

Важное место на музыкальных занятиях занимают **пальчиковые игры.**

Исследователи, изучающие механизмы речи, утверждают, что речевые области мозга у детей частично формируются под влиянием импульсов, поступающих от пальцев рук. Кроме того, на ладонях людей находятся важные для всего организма биологически активные точки. В связи с этим особый интерес представляют пальчиковые игры, которые позволяют в игровой форме разминать, массировать пальчики и ладошки, благоприятно воздействуя на все внутренние органы.

**Пальчиковая игра «Мы дружные ребята»**

Дружат в нашей группе

Девочки и мальчики.

*(пальцы обеих рук соединяются ритмично в замок)*

Мы с тобой подружим

Маленькие пальчики.

*(ритмичное касание пальцев обеих рук)*

Раз, два, три, четыре, пять.

*(поочередное касание пальцев на обеих руках, начиная с мизинца)*

Начинай считать опять:

Раз, два, три, четыре, пять.

*(поочередное касание пальцев на обеих руках, начиная с мизинца).*

Мы закончили считать.

*(руки вниз, встряхнуть кистями)*

**Пальчиковая игра «Весна»»**

Весенний день! /хлопать в ладоши/

На дворе звенит капель. / встряхивать кистями рук/

По полям бегут ручьи. / волнообразные движения рук/

На дорогах лужи. /руки соединить перед собой/

Выползают муравьи/ «пробежать» пальчиками по бедрам/

После зимней стужи. /к колену/

Пробирается медведь / «переступать» большими пальцами/

Сквозь лесной валежник. /мизинцами по бедрам/

Стали птицы громче петь. /взмахи кистями рук/

И расцвел подснежник. /сложить из ладошек бутон/

**Заключение**

Можно сделать вывод о том, что игра – это важная составляющая работы, направленной на формирование здорового образа жизни у воспитанников, поскольку именно в игре музыкальное и психическое развитие детей дошкольного возраста будет наиболее эффективным.

Совместные музыкальные игры позволяют развивать у детей навыки общения, дух сотрудничества и коллективизма, учат дружить, делить с другими успехи и неудачи. Ребенок учится понимать чувства другого, общаться и взаимодействовать в группе, контролировать свое поведение, сознательно им управлять, быть смелым и уверенным в себе в различных жизненных ситуациях.

Включение в занятие музыкальных игр оказывает положительное влияние на формирование организма детей:

-улучшается осанка;

-развивается двигательная и музыкальная память, музыкальное восприятие;

-совершенствуется мелодический и гармонический слух, чувства ритма, культура движений;

-умению творчески воплощать музыкально-двигательный образ.

**-Пальчиковые игры:**

**1.Пальчиковая игра «Солнышко», «Ежик», «Вот как пальчики гуляют», «Пальчики – ручки»**

***Цель:*** *развивать мелкую моторику пальцев рук, стимулировать развитие речи.*

**- Музыкально-ритмические игры**

Музыкально-ритмические упражнения формируют красивую осанку, укрепляют мускулатуру, развивают двигательную активность, воспитывают выносливость. Движения и танец, помимо того, что снимает нервно- психическое напряжение, помогают детям быстро устанавливать дружеские связи друг с другом.

**1.Народная игра «Заинька», «Ручеек», «Золотые ворота», «Дударь»**

**2.Музыкальная игра «Кот и мыши», ………………**

***Цель:*** *развивать быстроту, ловкость, совершенствовать ориентировку в пространстве.*

**3.Музыкальная игра «Ежик» (с использованием мячиков).**

***Цель:****Побуждать детей выразительно, эмоционально передавать в движениях образ «Ёжика». Синхронизация речи*

В своей работе использую достаточно много игровых форм на дыхание.

Здоровый образ жизни не формируется у человека сам по себе. Для его развития должен быть реализован ряд педагогических воздействий.

В работу, направленную на формирование здорового образа жизни у воспитанников принято включаю:

1)дидактические игры, сюжетные игры.

2)подвижные игры с музыкальным сопровождением.

Можно сделать вывод о том, что **игра** – это важная составляющая работы, направленной на формирование здорового образа жизни у воспитанников, поскольку именно в игре физическое и психическое развитие детей дошкольного возраста будет наиболее эффективным.

Совместные музыкальные игры позволяют развивать у детей навыки общения, дух сотрудничества и коллективизма, учат дружить, делить с другими успехи и неудачи. Ребенок учится понимать чувства другого, общаться и взаимодействовать в группе, контролировать свое поведение, сознательно им управлять, быть смелым и уверенным в себе в различных жизненных ситуациях. Такие игры формируют у дошкольников понимание своей половой принадлежности и соответствующих этому качеств: в мальчиках - силы, ловкости, выносливости, воли, уважения к девочкам, желания им помочь, защитить, а в девочках - пластичности, легкости, отзывчивости, терпимости.

На музыкальных занятиях особое место среди музыкальных игр занимают подвижные музыкальные игры, которые в значительной степени могут восполнить недостаток движения, а также помогают предупредить умственное переутомление и повысить работоспособность детей в течение дня.Организуя воспитание детей музыкой и движением, необходимо часто подбадривать ребенка, обеспечить безопасную предметно развивающую среду, организовать жизнь коллектива в атмосфере дружбы.