



Городской фестиваль успешных образовательных практик -2020

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



**Представляет:
Музыкальный руководитель МБДОУ №182
Т.В.Горошко**

Актуальность:

- По данным Российской академии медицинских наук, количество здоровых дошкольников составляет всего лишь около 10%, что особенно тревожит в непростой период пандемии и экологического кризиса.
- По результатам анкетирования родителей нашего ДУ, лишь 30% считают своего ребёнка полностью здоровым.
- **Музыка** – одно из важных средств сохранения здоровья

«Музыка не только фактор облагораживающий, воспитательный. Музыка — целитель здоровья.»

В. Бехтерев

Сущность представляемого опыта, в том, что музыка - это одно из важных средств сохранения здоровья. Но это не значит, что необходимо растить музыкантов. Просто нужно учить малыша слушать и понимать музыку, использовать её в повседневной жизни, наслаждаться ею.

Цель: Укрепление психического и физического здоровья детей

Задачи:

1. Создаю условия, обеспечивающие эмоциональное благополучие каждого ребенка.
2. Повышаю адаптивные возможности детского организма (защитные свойства, устойчивость к заболеваниям).
3. Воспитываю умение заботиться о своём здоровье.



Описание практики:

Мною был разработан план музыкально-оздоровительной работы, объединяющий традиционные формы работы с музыкой и оздоровительные игровые методики. При этом я пользовалась следующими *программами и технологиями:*



«Система музыкально-оздоровительной работы в детском саду» О.Н. Арсеновской,



«Пальчиковая гимнастика для развития речи дошкольников» Е.С. Анищенкова



«Дыхательная и звуковая гимнастика» Т.В.Нестерюк



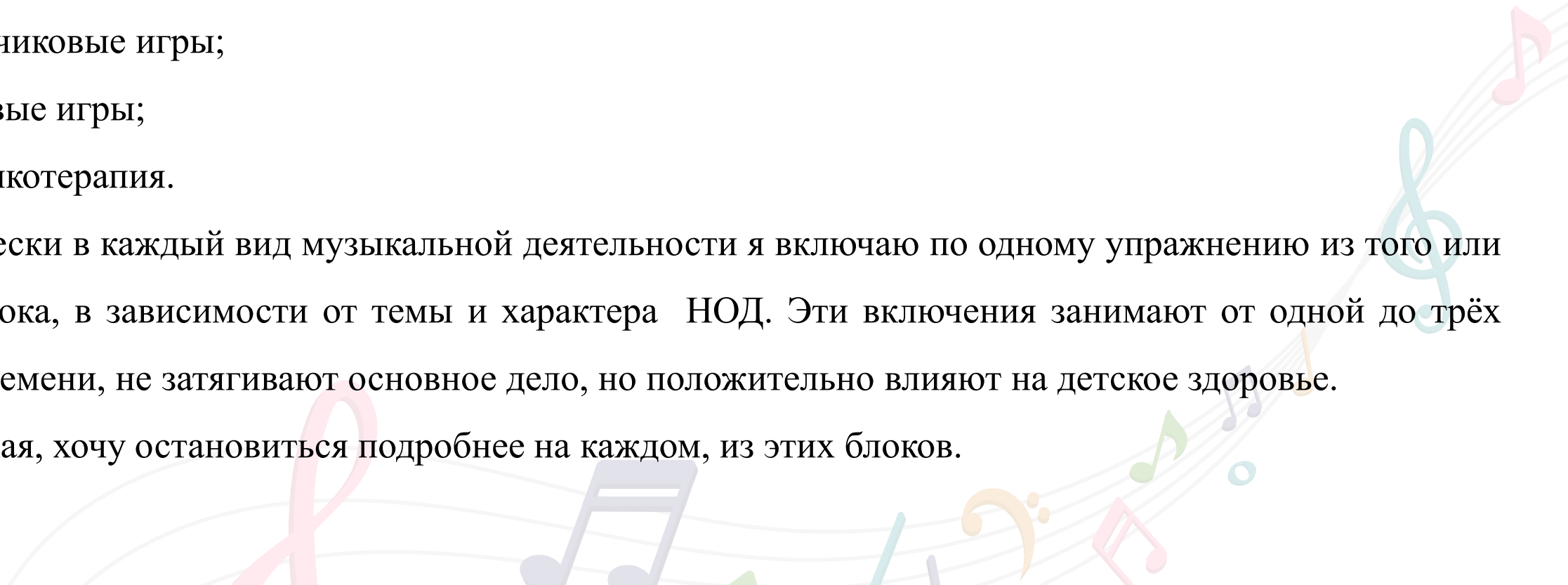
«Танцевальная ритмика» Т.И. Суворовой,

В рамках данной практики, я использую содержательные блоки игровых упражнений:

- ❖ Валеологические песенки-распевки;
- ❖ Дыхательная гимнастика;
- ❖ Артикуляционная гимнастика;
- ❖ Оздоровительные и фонетические упражнения;
- ❖ Игровой массаж;
- ❖ Пальчиковые игры;
- ❖ Речевые игры;
- ❖ Музыкалотерапия.

Практически в каждый вид музыкальной деятельности я включаю по одному упражнению из того или иного блока, в зависимости от темы и характера НОД. Эти включения занимают от одной до трёх минут времени, не затягивают основное дело, но положительно влияют на детское здоровье.

Продолжая, хочу остановиться подробнее на каждом, из этих блоков.



Валеологические песенки - распевки.

С них я начинаю все музыкальные занятия. Простые, добрые слова и мелодия, поднимают настроение, задают позитивный тон к восприятию окружающего мира, способствуют развитию дружеских чувств, подготавливают голос к пению. Например, *попевка на основе мажорного трезвучия «Добрый день», или Коммуникативная игра с пением «Здравствуй друг!».*



Зашагали ножки прямо по дорожке.



Весело гуляли и друга повстречали.





Здравствуй, здравствуй, милый друг!



Ты посмотри вокруг.



Ты мне только улыбнись! Крепко обнимись!



Кружатся под музыку

Дыхательная гимнастика.

В результате проведения на каждом занятии дыхательной гимнастики повышаются показатели диагностики дыхательной системы, развития певческих способностей детей. Например:



Упражнение «Трубочка»



Упражнение «Надуй шар»



Игровое упражнение «Дуем на горячий чай»

Артикуляционная гимнастика.

Данные игры и упражнения способствуют тренировке мышц речевого аппарата. В результате этой работы повышаются показатели уровня развития речи детей, певческих навыков, улучшаются музыкальная память, внимание. Например:



Сытый хомячок.



Голодный хомячок



Рыбки разговаривают.



Фонопедические упражнения.

Проводятся для укрепления хрупких голосовых связок детей, подготовки их к пению, профилактики заболеваний верхних дыхательных путей. Они способствуют развитию носового, диафрагмального, брюшного дыхания, стимулированию деятельности головного мозга. В работе используются оздоровительные упражнения для горла, например:



Упражнение «Капризка»

Я не буду убираться! Я не буду кушать!

Целый день я буду ныть, никого не слушать!

Затем дети кричат «а-а-а!», воют «У-у-у!», визжат «И-и-и!»



Упражнение «Посчитаем»

Дети считают, усиливая голос от шепота до крика.

1-шепотом, 2-тихо, 3-громче, 4-еще громче и т. д.

Игровой массаж.

Массируя определенные точки тела, мы бессознательно посылаем положительные сигналы своим органам. Выполнение массажа расширяет капилляры кожи, улучшая циркуляцию крови, активно влияет на обменные процессы организма, тонизирует центральную нервную систему. Частота заболеваний верхних дыхательных путей снижается. Кроме того массаж поднимает настроение и улучшает самочувствие детей. Обучение простейшим массажным движениям происходит под музыку в игре. Слова могут припеваться, или музыка звучит просто фоном. Например:



Игровой массаж «Дождик»



Игровой массаж «Котик»

Пальчиковые игры.

Важное место на музыкальных занятиях занимают пальчиковые игры и сказки, которые исполняются как песенки, или произносятся под музыку в исполнении на фортепиано, металлофоне или под звучание шумовых инструментов.

Тексты для пальчиковых игр должны быть простыми. Это короткие потешки, стихотворения, песенки, считалки. В младшем возрасте простые пальчиковые игры направлены на развитие координации движений пальцев рук с текстом стихов, потешек, песенок. Например:

Пальчиковая игра «Котенька-коток»:

Исходное положение рук – кулачки прижаты друг к другу таким образом, что большие пальцы находятся сверху, а мизинцы – снизу.

Котя – котенька - коток, котя – серенький хвосток.

(достаём мизинчики и соединяем их подушечки, получается «хвостик»)

Лапочки-подушки, (хлопки «мягкими ладонями»)

Ушки на макушке. (кулачки сжаты, достаём и вытягиваем указательные пальцы)

Как услышат мышку, (поворачиваем «мордочку» вправо-влево)

Мышку-шалунишку. Превратятся лапки в коготки – царапки. (сжимаем и разжимаем пальчики - «коготки»)

Цап-царап! Цап-царап! («ловим мышку»)

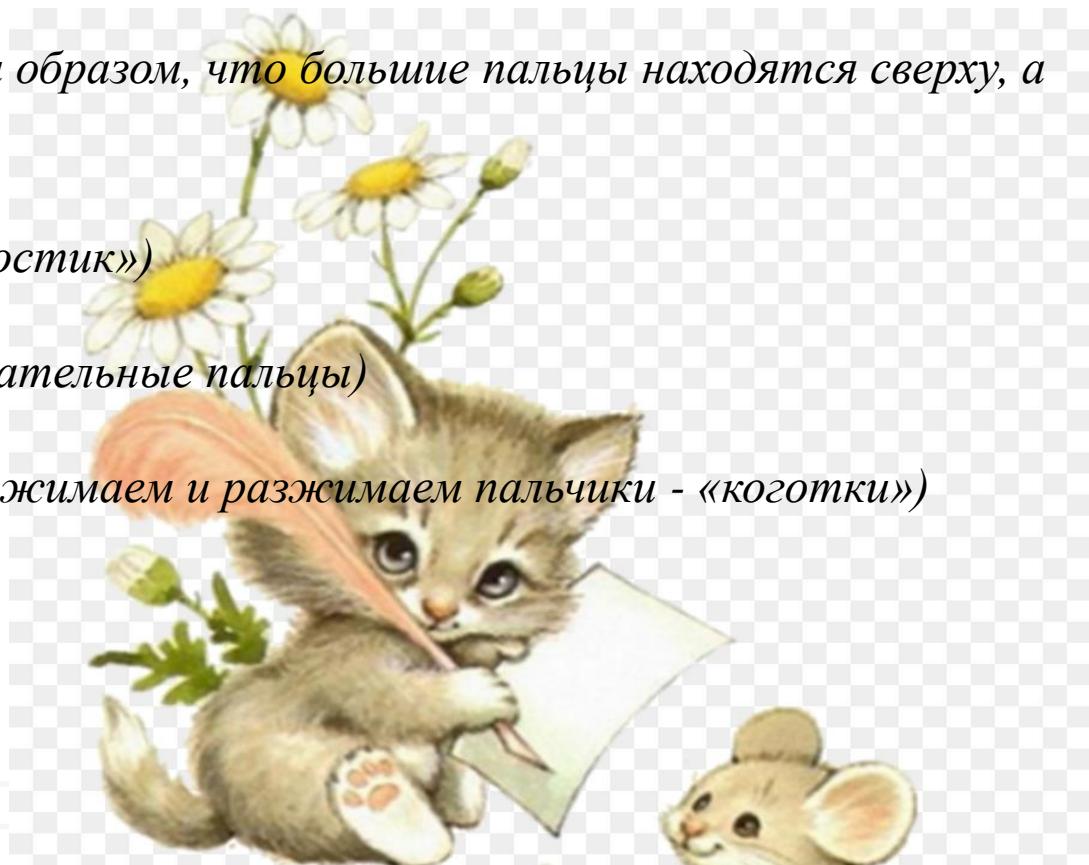
Ам! (сжимаем ладони, «поймали»)

Мышка, мышка, не шуриши, (легко гладим ладошки друг об друга)

Котя- котик, не спеши... (замерли)

Цап-царап! Цап-царап! («ловим мышку»)

Ам! (сжимаем ладони, «поймали»)





*Котя – котенька - коток, котя –
серенький хвосток. (достаём мизинчики и
соединяем их подушечки, подучается
«хвостик»)*



*Лапочки-подушки, (хлопки «мягкими
ладонями»)*



*Ушки на макушке. (кулачки сжаты, достаём и вытягиваем
указательные пальцы)*



*Мышку-
шалунишку.
Превратятся
лапки в коготки -
царапки. (сжимаем
и разжимаем
пальчики -
«коготки»)*



*Цап-царап! Цап-царап! («ловим мышку»)
Ам! (сжимаем ладони, «поймали»)*

Речевые игры.

Речевые игры позволяют детям укрепить голосовой аппарат и овладеть всеми выразительными средствами музыки: ритмом, темпом, динамикой, артикуляцией. Основой речевых игр служит детский фольклор. К звучанию речевых игр можно добавлять музыкальные инструменты или звучащие жесты: хлопки, прыжки, щелчки, шлепки, постукивание кулачками и т.д. Например: *Речевая игра «Тень-тень»*





Тень, тень - потень, (качают головой)



выше города плетень. (поднимают руки вверх)



Сели звери под плетень, похвалялись весь день. (салятся на корточки)



Похвалялся зайка, поди догоняй-ка! (прыжки)



Похвалялись блохи, и у нас неплохи! (Каблучки)

Музыкотерапия - важная составляющая музыкально-оздоровительной работы в ДОО. С давних пор музыка используется как лечебный фактор. Детей нужно встречать, укладывать спать, поднимать после дневного сна под соответствующую музыку, использовать ее в качестве фона для занятий, и в свободной деятельности





Данную практику выстраиваю в **сотрудничестве** со всеми участниками образовательного процесса.

Педагоги.

Они вносят в режимные моменты и самостоятельную деятельность детей предложенный материал

Родители.

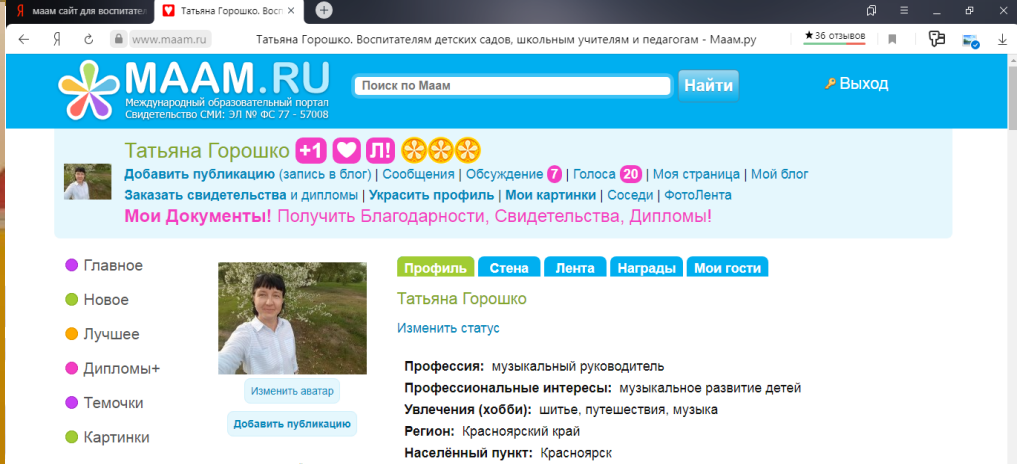
Участвуют в создании образовательной среды, участвуют в мероприятиях

Ребёнок.

Воспринимает, сотрудничает, формирует позицию.



В сотрудничестве с педагогами и семьями воспитанников использую следующие традиционные **формы работы**: консультирование, анкетирование, использование сайта ДООУ, стендовая информация, совместное участие в мероприятиях, создании соответственной развивающей среды.



Результативность:

- ✓ Повышение общих показателей физического развития,
- ✓ улучшение двигательных навыков и качеств (*пластичность, координация, ориентировка в пространстве*);
- ✓ совершенствование владением своим голосовым аппаратом.
- ✓ Дети проявляют инициативу в выборе музыкальных игр и упражнений оздоровительного характера.

Новизна: В музыкальной деятельности использую современные здоровьесберегающие технологии в процессе игры. Привычные виды музыкальной деятельности стараюсь разнообразить с пользой для здоровья детей.

Доступность: Данный опыт музыкально-оздоровительной работы может быть использован в образовательном процессе дошкольных учреждений.

Вывод:

Применение в процессе музыкальной деятельности здоровьесберегающих педагогических технологий повышает результативность образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, а у ребенка – стойкую мотивацию на здоровый образ жизни.



спасибо за внимание!

