

Здоровье сберегающие технологии на музыкальных занятиях

Подготовила музыкальный руководитель Попова С.О.

Музыкально-оздоровительная работа в ДОУ - это организованный педагогический процесс, направленный на развитие музыкальных и творческих способностей детей, сохранение и укрепление их психофизического здоровья с целью формирования полноценной личности ребенка.

Система музыкально-оздоровительной работы предполагает использование на музыкальных занятиях следующих здоровьесберегающих технологий:

- дыхательная гимнастика, повышает показатели диагностики дыхательной системы, развивает певческие способности
- артикуляционная гимнастика, вырабатывает качественные, полноценные движения органов артикуляции, подготавливает к правильному произнесению фонем.
- игровой массаж, повышает защитные свойства верхних дыхательных путей и всего организма, нормализует вегетососудистый тонус, деятельность вестибулярного аппарата и эндокринных желез
- пальчиковые игры, развивают речь ребенка, повышают координационные способности пальцев рук (подготовка к письму), соединяют пальцевую пластику с выразительным мелодическим и речевым интонированием, формируют образно-ассоциативное мышление
- речевые игры, развивают музыкальный и речевой слух, выразительность речи, двигательную активность
- музыкотерапия, способствует коррекции психофизического статуса детей в процессе их двигательно-игровой деятельности.

Слушание правильно подобранной музыки повышает иммунитет детей, снимает напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание.

Все технологии здоровьесбережения используются с учетом индивидуальных и возрастных особенностей каждого ребенка, его интересов. Вся работа проводится совместно с логопедами, физкультурным руководителем, воспитателями, под наблюдением педиатра ДОУ. Таким образом, результатами музыкально-оздоровительной работы являются:

- повышение уровня развития музыкальных и творческих способностей детей - стабильность эмоционального благополучия каждого ребенка
- повышение уровня речевого развития - снижение уровня заболеваемости - стабильность физической и умственной работоспособности

Играйте вместе с нами:

Упражнение «Погреемся» (развитие дыхания) Мерзнут на ветру ладошки, Мы погреемся немножко. Сначала дети дышат на ладошки бесшумно, затем с голосом - «А-а-а». Далее чередуют: на правую бесшумно, на левую - с голосом. Оздоровительный самомассаж лица

«Превращение» Лепим, лепим ушки - щипать пальцами раковины ушей Слышим хорошо! Нарисуем глазки - поглаживать брови, глаза закрыты Видим далеко! Носик мы погладим, большими пальцами гладить крылья носа Усики расправим. нарисовать указательными пальцами усы. Теперь мы не ребята, покружиться А веселые зверята! похлопать в ладоши

Пальчиковая гимнастика «Посуда» Раз, два, три, четыре, удар кулачками друг о друга, хлопок в ладоши Мы посуду перемыли: одна ладонь скользит по другой по кругу Чайник, чашку, загибать пальцы по одному Ковшик, ложку И большую поварешку. Мы посуду перемыли, одна ладонь скользит по другой Только чашку мы разбили, загибать пальцы по одному Ковшик тоже развалился, Нос у чайника отбился. Ложку мы чуть-чуть сломали, Так мы маме помогали. удар кулачками друг о друга, хлопки в ладоши.

Речевая игра со «звучащими жестами» «Зимушка-зима» Ах ты, Зимушка-зима, Пружинка с поворотами, руки на поясе Белоснежная была, Притопы ногами в ритме фразы Белоснежная была, Шлепки по бедрам в ритме фразы Все дорожки замела. Качают внизу руками вправо-влево, показывая дорожку Морозы трескучие, Прыжки с поворотами вправо-влево, руками бьют себя по плечам в ритме фразы А снега сыпучие, Сверху-вниз махи кистями рук Ветры завьюжные, Качание рук над головой И метели дружные. Моталочка через верх вправо-влево.

Активное слушание «Море» - Море бывает разное - то приветливое, спокойное, то вдруг налетает страшный ураган и вздымает огромные волны. Под тихую музыку «Море» Н. Римского-Корсакова дети плавно

качают руками и произносит «ш-ш-ш», а под музыку «Шторм» в исполнении Ванессы Мей раскачиваются и гудят. Музыка для релаксации Классические произведения: Т. Альбиони «Адажио»; И. Бах «Ария из сюиты №3»; Л. Бетховен «Лунная соната»; Э. Григ «Песня Сольвейг»; К. Глюк «Мелодия»; К. Дебюсси «Лунный свет»; Колыбельные; Н. Римский-Корсаков «Море»; Г. Свиридов «Романс»; К. Сен-Сакс «Лебедь»; П. Чайковский «Осенняя песнь»; П. Чайковский «Сентиментальный вальс»; Ф. Шопен «Ноктюрн соль минор»; Ф. Шуберт «Аве Мария»; Ф. Шуберт «Серенада»; Р. Шуман «Грезы».