

МБДОУ «Детский сад комбинированного вида № 82»

**Здоровьесберегающие
технологии
в музыкальном развитии
дошкольников**

*Музыкальный руководитель:
Фурман Наталья Алексеевна*

Здоровьесберегающие технологии-

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

Помимо образовательных и
воспитательных задач
на музыкальных занятиях решаются и
задачи оздоровительного характера.

К ним относятся физическое,
психическое и эмоциональное
благополучие каждого ребёнка.

Применяемые
технологии активизируют защитные
свойства организма ребёнка,
устойчивость к болезням





Речь с движением

Пальчиковая гимнастика

Психогимнастика

Дыхательная гимнастика

Артикуляционная гимнастика

В музыкально-художественной деятельности используются следующие виды оздоровления

Валеологические распевки

Ритмопластика

Сказкотерапия

Фонопедические упражнения



Валеологические распевки

С них начинаются практически все музыкальные занятия

Доступные для восприятия, они играют большую роль для предупреждения заболевания верхних дыхательных путей, укрепляют хрупкие голосовые связки детей и подготавливают их к пению.

*Здравствуйте, ладошки,
Хлоп-хлоп-хлоп!
Здравствуйте, ножки,
топ-топ-топ!
Здравствуйте, щёчки,
Плюх-плюх-плюх!
Пухленькие щёчки,
Плюх-плюх-плюх!
Здравствуйте, губки,
Чмок-чмок-чмок!
Здравствуйте, зубки,
Щелк-щелк-щелк!
Здравствуй, мой носик,
Бип-бип-бип!
Здравствуйте, дети!
Привет!*

Валеологические распевки

*Валеологические песни-распевки дети
быстро усваивают, быстро
запоминают и больше проявляют
интереса к короткой песенке.*



Речь с движением

Речевые игры позволяют детям укрепить голосовой аппарат и овладеть всеми выразительными средствами музыки.

Речевое музицирование необходимо, так как музыкальный слух развивается в тесной связи со слухом речевым.



РАЗВИВАЕТ
ПРОСТРАНСТВЕННОЕ
МЫШЛЕНИЕ

ВОСПИТЫВАЕТ
БЫСТРОТУ РЕАКЦИИ
И
ЭМОЦИОНАЛЬНУЮ
ВЫРАЗИТЕЛЬНОСТЬ

СТИМУЛИРУЕТ
РАЗВИТИЕ РЕЧИ

РАЗВИВАЕТ
ВНИМАНИЕ,
ВООБРАЖЕНИЕ

Речь с движением

«Веселый бубен»

Дети встают в круг и передают друг другу бубен под слова:

Побежал веселый бубен Быстро-быстро по рукам, У кого веселый бубен. Тот сейчас сыграет нам!

Ребенок, у которого на окончание текста оказался бубен, играет на нем плясовую, а все дети произвольно танцуют.



Игра-упражнение «У мишки дом большой»

У мишки дом большой – дети поднимаются на носки, руки ставят «Домиком»

У зайки домик маленький – дети присаживаются на корточки, руки «Домиком»

Мишка наш пошёл домой – шагают как мишки, переваливаясь.

А за ним и зайчышка – прыгают на двух ногах - «зайчики».

Пальчиковая гимнастика

Кончики пальцев - есть второй головной мозг

В жизнедеятельности человека рука играет важную роль на протяжении всей его жизни.

Дотрагиваясь до чего-либо рукой, человек сразу же узнает, что это за вещь.

Работа пальцев рук бесконечно разнообразна и важна.

Пальцами можно трогать, брать, поглаживать, зажимать ...

Систематические упражнения по тренировке движений пальцев наряду со стимулирующим влиянием на развитие речи являются мощным средством повышения работоспособности головного мозга. Формирование словесной речи ребенка начинается, когда движения пальцев рук достигают достаточной точности.

Развитие пальцевой моторики подготавливает почву для последующего формирования речи. Поскольку существует тесная взаимосвязь и взаимозависимость речевой и моторной деятельности, то при наличии речевого дефекта у ребенка особое внимание необходимо обратить на тренировку его пальцев.

стимулирует
действие
речевых зон
коры головного
мозга детей

совершенствует
внимание
и память

формирует
ассоциативно-
образное
мышление

облегчает
будущим
школьникам
усвоение
навыков письма

Пальчиковая гимнастика

«Ум ребёнка находится на кончиках его пальцев»



«Чем больше мастерства в детской руке, тем ребенок умнее. Именно руки учат ребенка точности, аккуратности, ясности мышления. Движения рук возбуждают мозг, заставляя его развиваться». В.А.Сухомлинский.

Пальчиковая гимнастика



« Кошка »

Посмотрели мы в окошко
(пальцами обеих рук сделать окошко),

По дорожке ходит кошка (средний и указательный пальцы правой руки «бегают» по левой)

С такими усами (показывают усы)

С такими глазами (показывают большие глаза)

Кошка песенку поёт
(хлопки в ладоши)

Нас гулять скорей зовёт!
(зовут, машут правой рукой)

«Капуста»

Мы капусту рубим, мы капусту трём,
мы капусту солим, мы капусту жмём.





Психогимнастика

Использование психогимнастических игр и упражнений на музыкальных занятиях как средство укрепления физического и психического здоровья детей

Порой нам стоит огромных усилий контролировать свои эмоции, сдерживаться, скрывать их от посторонних.

Чтобы научить ребенка сдерживать, контролировать свои эмоции, дайте ему почувствовать этот "контроль" и как он "работает" в игровой форме.

Прежде всего такие занятия показаны детям с чрезмерной утомляемостью, истощаемостью, непоседливостью, вспыльчивым, замкнутым, с невротами, нарушениями характера, легкими задержками психического развития и другими нервно-психическими расстройствами, находящимися на границе здоровья и болезни.

Не менее важно использовать психогимнастику в психопрофилактической работе с практически здоровыми детьми с целью психофизической разрядки.

Психогимнастика, прежде всего, направлена на обучение элементам техники выразительных движений, на использование выразительных движений в воспитании эмоций и высших чувств и на приобретение навыков в саморасслаблении.

Дети изучают различные эмоции и учатся управлять ими, овладевают азбукой выражения эмоций. Психогимнастика помогает детям преодолевать барьеры в общении, лучше понять себя и других, снимать психическое напряжение, дает возможность самовыражения.

Психогимнастика

снятие
эмоционального
напряжения

коррекция
настроения и
отдельных черт
характера

обучение
ауторелаксации

**Коммуникативная
игра - танец**

«Здравствуй, мой дружок!»

**Цель: развитие координации
движений, воспитание культурных
привычек в процессе группового
общения с детьми и взрослыми**

Дети стоят в кругу.

Здравствуй, здравствуй, каблук! - стучат пяточкой о пол

Здравствуй, здравствуй, кулачок! - постукивают кулачками перед собой

А теперь пойдём в кружок. - идут в центр круга, взявшись за руки

Здравствуй, здравствуй, мой дружок! - приветствуют друг друга, кивая головой



обучение
умению
изображать
выразительно
и
эмоционально
отдельные
эмоции,
движения

Психогимнастика



Недостаток положительных эмоций отрицательно влияет на процесс развития ребёнка, поэтому этюды, игры и пение на музыкальных занятиях чаще всего должны выразить эмоции веселья, радости и удовольствия.

Дыхательная гимнастика

Дыхание – это жизнь.

Действительно, без твердой пищи организм может обходиться несколько месяцев, без воды – несколько дней, то без воздуха – всего несколько минут.

Система музыкально – оздоровительной работы предполагает использование на музыкальном занятии здоровье – сберегающих технологий, одним из которых является дыхательная гимнастика. Она положительно влияет на:

- Обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении;
- Способствует восстановлению центральной нервной системы;
- Улучшает дренажную функцию бронхов;
- Восстанавливает нарушение носового дыхания.

Пение, мелодекламация, специальные речевые игры способствуют развитию голоса (основой которого является правильное дыхание). Перед пением песен занимаемся дыхательной, артикуляционной гимнастикой, фонетическими и оздоровительными упражнениями для горла и голосовых связок, которые влияют на здоровье часто болеющих детей, а также детей имеющих речевые нарушения.

- Основными задачами дыхательных упражнений на музыкальных занятиях являются:
- Укрепление физиологического дыхания детей (без речи).
- Тренировка силы вдоха и выдоха.
- Развитие продолжительности вдоха.

В результате проведения на каждом занятии дыхательной гимнастики повышаются показатели дыхательной системы, развитие певческих способностей детей.

Дыхательные упражнения способствуют насыщению кислородом каждой клеточки организма. Умение управлять дыханием способствует умению управлять собой. Медленный выдох помогает расслабиться, успокоиться, справиться с волнением и раздражительностью.

Дыхательная гимнастика

помогает
выработать
диафрагмальное
дыхание

корректирует
нарушения
речевого дыхания

помогает
выработать силу и
правильное
распределение
выдоха



Дыхательная гимнастика



От правильного дыхания в значительной степени зависит здоровье детей.

На занятиях я стараюсь учить детей правильно дышать, следить за осанкой.

Для дыхательных упражнений использую воображаемые предметы (понюхать цветок, попытеть, как паровоз).

Правильное дыхание приводит к резкому повышению всех резервных возможностей человека. Использование дыхательной гимнастики приносит ощутимый результат в понижении заболеваний детей

Игра-упражнение «Машина»

Цель: обучение постепенному выдоху воздуха

Дети делают вдох ("наливают бензин") и начинают движение вперед, при этом деля губами "бр-р-р" . Дети, как обычно, копируют работу мотора. Победитель тот, кто дальше всех "уехал" на одном дыхании



Артикуляционная гимнастика

Задачи артикуляционной гимнастики на музыкальных занятиях:

- формировать артикуляцию различных звуков;
- закреплять артикуляционные уклады различных звуков в слогах, словах, фразах;
- совершенствовать подвижность и точность движений языка и губ (активизация движений кончика языка, выполнение дифференцированных движений кончиком языка, отграничение движений языка и нижней челюсти);
- увеличить объем слуховой памяти и внимания;
- учить выделять сильные доли в цепочке слогов;
- развивать музыкальную память, запоминания текста песен;
- совершенствовать дикцию;
- развивать чувство ритма;
- совершенствовать пространственную ориентировку в координатах: вправо-влево, вверх-вниз, в сторону, вперед-назад.

Артикуляционные упражнения бывают беззвучными и с участием голоса.

На моих музыкальных занятиях эти упражнения проводятся под счет с хлопками под музыку, а также в сочетании с дыхательно-голосовыми упражнениями.

Артикуляционная гимнастика не должна быть утомительной и продолжаться не более 3-х минут перед пением.

Упражнения выполняем с детьми сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, ноги и руки находятся в спокойном положении.

Ребенок должен хорошо видеть лицо взрослого и, если есть возможность, свое лицо в зеркале.

Артикуляционная гимнастика



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!



Артикуляционная гимнастика



**выработка качественных,
полноценных движений
органов артикуляции,
подготовка к правильному
произнесению звуков**

Фонопедические упражнения

Фонопедические упражнения и игры проводятся для укрепления хрупких голосовых связок детей, подготовки их к пению, профилактики заболеваний верхних дыхательных путей, способствуют развитию носового, диафрагмального, брюшного дыхания, стимулированию гортанно-глоточного аппарата и деятельности головного мозга.

В работе используются оздоровительные упражнения для горла, интонационно-фонетические (корректируют произношение звуков и активизируют фонационный выдох) и голосовые сигналы доречевой коммуникации, игры со звуком.



Фонопедические упражнения



стимулируют
деятельность
головного мозга

развивают
носовое,
диафрагмальное,
брюшное
дыхание



стимулируют
гортанно-
глоточный
аппарат





*"Кто много поёт,
того хворь не
берёт!"*



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.

Сказкотерапия

*Сказкотерапия – это
лечение дошкольников
сказками.*

развивает
интеллектуально-
образное
мышление

Развивает
фантазию и
творчество
ребёнка



Раскрывает душу
ребёнка, помогает
наладить
контакт.

Корректирует
поведение
ребёнка

Сказкотерапия



Смысл сказки, ее сюжет, мораль и характеры героев несут в себе ценное нравственное значение, оказывая влияние на сознание воспитанников. Без сказки у ребенка нет мечты, нет той волшебной страны, где сбываются желания. Этот метод позволяет решать ряд проблем, возникающих у детей дошкольного, младшего школьного и других возрастов.

Ритмопластика

Музыкально-ритмические движения развивают музыкальный слух, и двигательные способности, а также те психические процессы, которые лежат в их основе. развиваются музыкально-ритмические способности, чувство ритма, музыкальный слух, память, внимание, умение согласовывать движение с музыкой. Кратковременные музыкально- ритмические движения под музыку вызывают возбуждение других отделов мозга, усиливают кровообращение и создают благоприятные условия отдыха для ранее возбужденных отделов



В ритмопластику, как здоровьесберегающую технологию, включают специальные занятия на расслабление. Это необходимо для обеспечения отдыха детскому организму в краткий срок.

Ритмопластика



развивает
чувство ритма,
музыкальный
слух и вкус

развивает умение
правильно и
красиво
двигаться

развивает умение
чувствовать и
передавать
характер музыки

укрепляет
различные
группы мышц и
осанку



Музыкотерапия и релаксация



Слушание правильно подобранной музыки повышает иммунитет детей, снимает напряжение и раздражительность

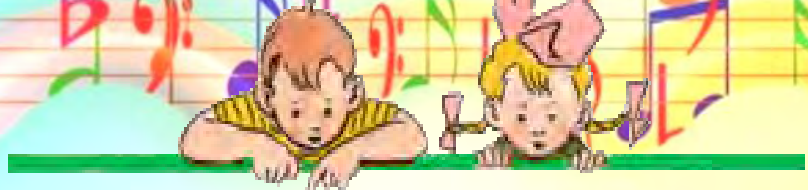
Музыкотерапия и релаксация



снимает головную
и мышечную боль

восстанавливает
спокойное дыхание





Результаты музыкально-оздоровительной работы:

- 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 во всех сезонах года, не зависимо от погоды.



Музыкальное развитие положительно влияет на общее развитие детей. У ребёнка совершенствуется мышление, обогащается эмоциональная сфера, а умение переживать и чувствовать музыку помогает воспитать любовь к прекрасному в целом, чуткость в жизни. Развиваются и мыслительные операции, язык, память. Поэтому развивая ребёнка музыкально, мы способствуем становлению гармонично развитой личности, что очень важно. Музыкальная деятельность дошкольников – это различные способы, средства познания детьми музыкального искусства (а через него и окружающей жизни, и самого себя), с помощью которого осуществляется и общее развитие.

*Да здравствует
музыка!*



***СПАСИБО
ЗА
ВНИМАНИЕ!***

