

# Здоровьесберегающие ТЕХНОЛОГИИ на уроке музыки



# Здоровьесберегающие ТЕХНОЛОГИИ

Это система мер, направленных  
на улучшение здоровья  
участников образовательного  
процесса.



# Основные задачи уроков музыки

- Снимать нервно-психические перегрузки.
- Восстанавливать положительный эмоционально-энергетический тонус.

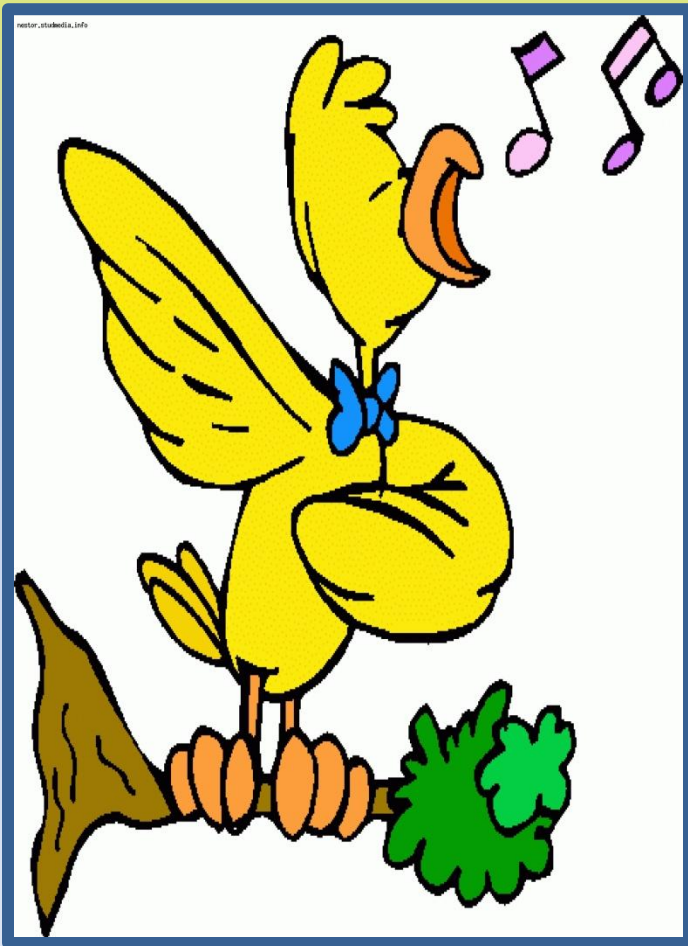
# Цель здоровьесберегающих образовательных технологий обучения

- Обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения.
- Сформировать необходимые знания и навыки по здоровому образу жизни.
- Научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

# **Овладение основными приемами вокально-хоровой техники дает ВОЗМОЖНОСТЬ:**

- Выразительно исполнять песни, различные по характеру.
- Расширяется диапазон.
- Вырабатываются ансамблевые, интонационные навыки.
- Техника хорового пения (пение в быстром темпе, четкое проговаривание скороговорок, различные виды дыхания).

# "Кто много поет, того хворь не берет!"



- 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

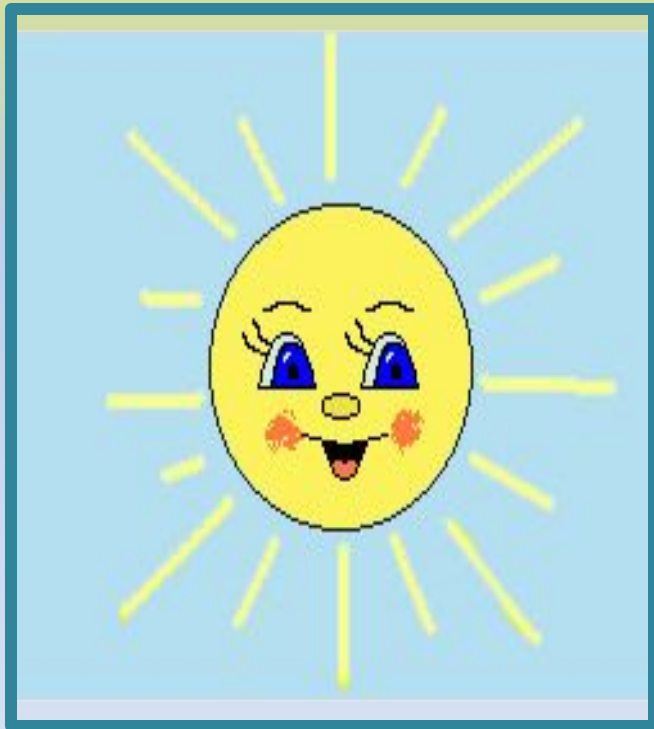
# Виды арт-терапии:



- *Вокалотерапия.*
- *Фольклорная терапия.*
- *Улыбкотерапия.*
- *Сказкотерапия.*
- *Ритмотерапия.*
- *Музыкотерапия.*
- *Цветотерапия.*

# Реализация здоровьесберегающих технологий

**Зависит от многих  
составляющих:**

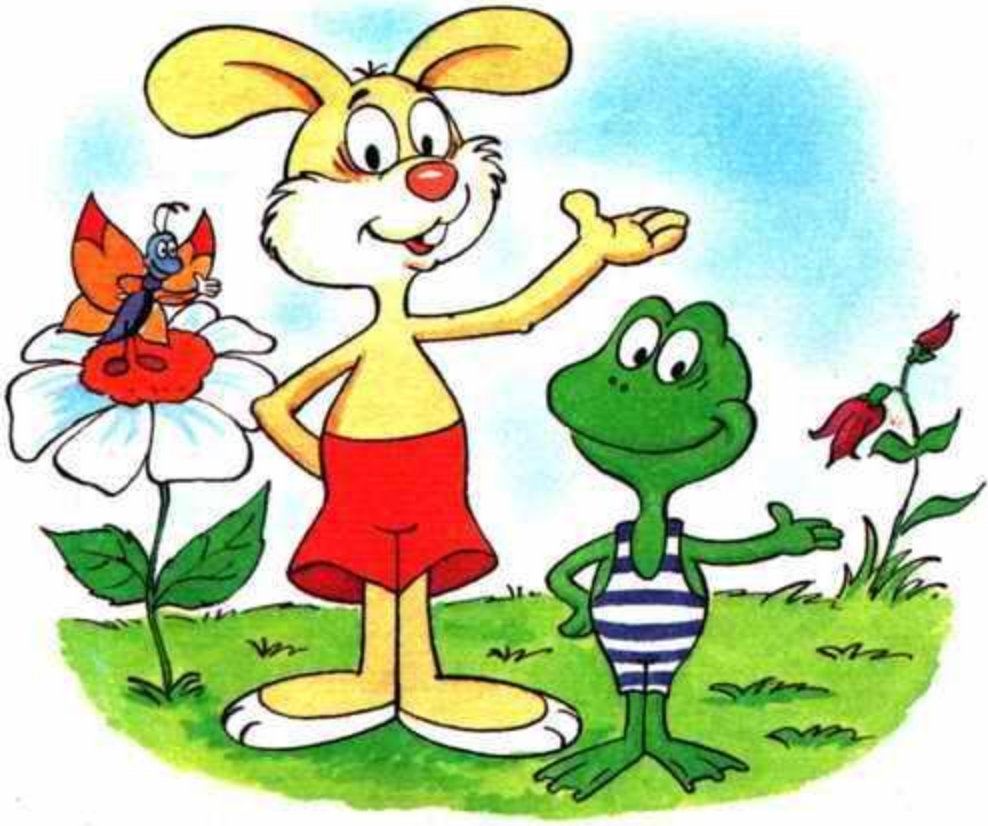


- ✓ активного участия в этом процессе самих учащихся;
- ✓ создание здоровьесберегающей среды;
- ✓ высокой профессиональной компетентности и грамотности педагогов;
- ✓ планомерной работы с родителями;
- ✓ тесного взаимодействия с социально-культурной сферой.



# Результаты музыкально-оздоровительной работы

- Повышение уровня развития музыкальных и творческих способностей детей;
- Стабильность эмоционального благополучия каждого ученика;
- Повышение уровня речевого развития;
- Снижение уровня заболеваемости;
- Стабильность физической и умственной работоспособности во всех сезонах года, не зависимо от погоды.



- ✓ Здоровым может считаться человек, который отличается гармоническим развитием и хорошо адаптирован к окружающей его физической и социальной среде.
- ✓ Здоровье не означает просто отсутствие болезней: это нечто положительное, это жизнерадостное и охотное выполнение обязанностей, которые жизнь возлагает на человека»

✓ «Здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических недостатков».

Г. Сигерист

Всемирная организация здравоохранения