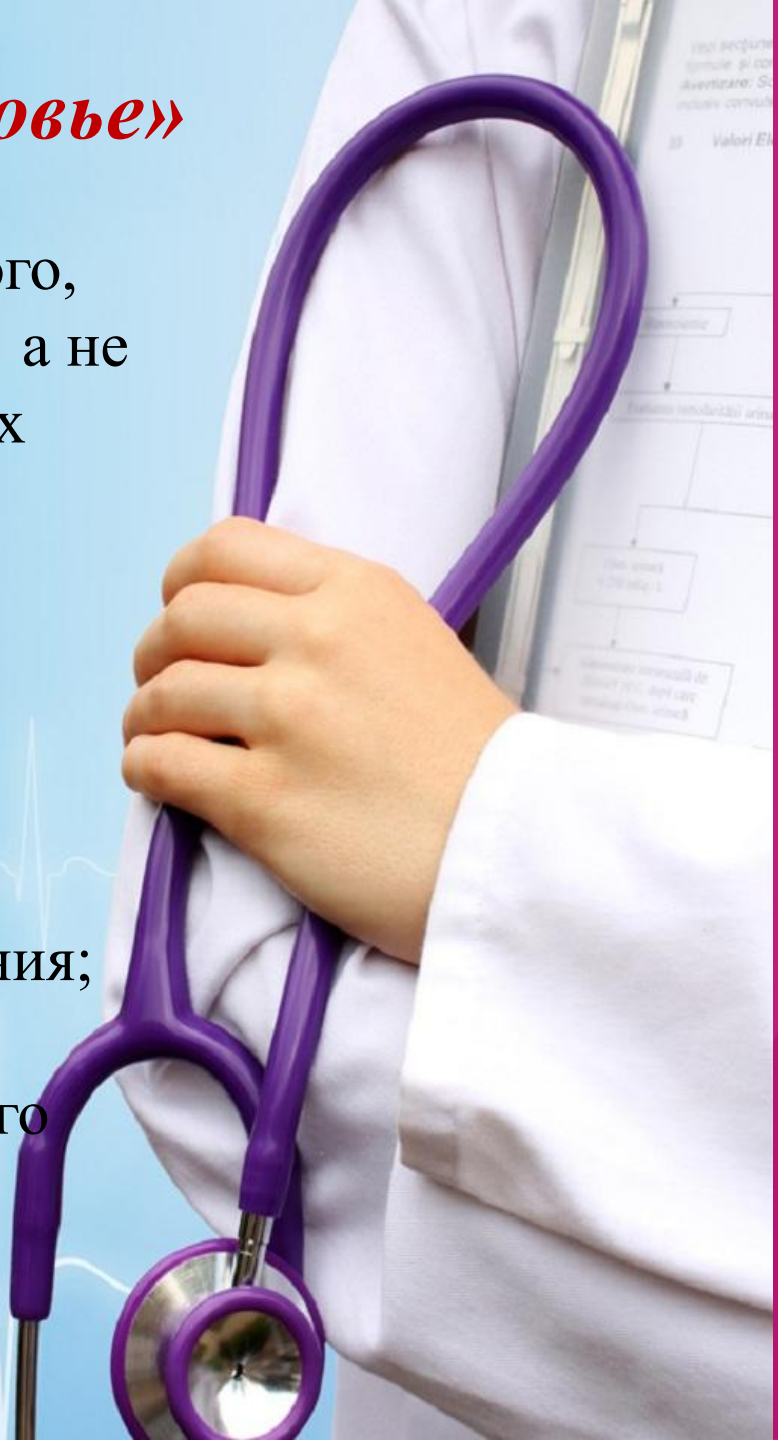
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В МУЗЫКАЛЬНОМ ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

ПОНЯТИЕ *«здоровье»*

Здоровье – состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов человека. *(по Уставу ВОЗ)*

Здоровьесберегающий педагогический процесс в дошкольном образовании – процесс воспитания и развития детей дошкольного возраста в режиме здоровьесбережения и здоровьеобогащения; процесс, направленный на обеспечение физического, психического и социального благополучия ребёнка.



ФГОС ДО направлен на решение следующих задач:

1) Охраны и укрепления физического и психического здоровья, в том числе их эмоционального благополучия;

2) формирования общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирования предпосылок учебной деятельности;

3) Обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

Образовательная область

«Художественно-эстетическое развитие»

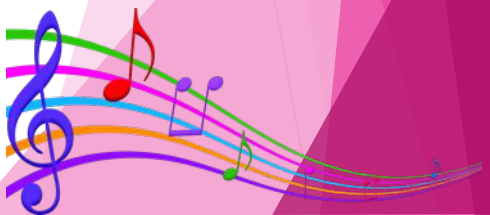
Музыка не только фактор облагораживающий, воспитательный. Музыка - целитель здоровья.
(Владимир Михайлович Бехтерев)

Здоровьесберегающие технологии в музыкальном воспитании детей дошкольного возраста

- Валеологические песенки-распевки;
- Дыхательная гимнастика;
- Артикуляционная гимнастика;
- Оздоровительные и фонопедические упражнения;
- Игровой массаж;
- Пальчиковые игры;
- Речевое музицирование;
- Мимическая гимнастика;
- Музыкотерапия;
- Координационно-подвижные игры;
- Эвритмия

Валеологические песенки-распевки

С них может начинаться музыкально-образовательная деятельность. Это несложные добрые тексты с мелодией из звуков мажорной гаммы, поднимают настроение, улучшают эмоциональный климат на занятии, подготавливают речевой аппарат к пению.



Сопровождаются самомассажем, ритмичными движениями, жестами. Направлены на профилактику плоскостопия, формирование правильной осанки.

Дыхательная гимнастика

- **Положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении**
- **Способствует восстановлению центральной нервной системы**
- **Улучшает дренажную функцию бронхов**
- **Восстанавливает нарушенное носовое дыхание**
- **Исправляет развившиеся в процессе заболеваний различные деформации грудной клетки и позвоночника**

Артикуляционная гимнастика

Упражнения артикуляционной гимнастики способствуют:

- тренировке мышц речевого аппарата;
- отработке определенных положений губ, неба, языка;
- ориентированию в пространстве.

В результате этой работы:

- повышаются показатели уровня развития речи детей;
- улучшаются певческие навыки, музыкальная память, внимание

Оздоровительные и фонопедические упражнения

- Укрепляют хрупкие голосовые связки детей
- Подготавливают связки к пению
- Являются частью профилактики заболеваний верхних дыхательных путей
- Способствуют развитию носового, диафрагмального, брюшного дыхания
- Стимулируют развитие гортанно-глоточного аппарата и деятельность головного мозга

Игровой массаж

Благодаря массажным манипуляциям:

- **расширяются капилляры кожи, улучшая циркуляцию крови и лимфы;**
- **улучшаются обменные процессы организма;**
- **тонизируется центральная нервная система.**

Использование игрового массажа:

- повышает защитные свойства верхних дыхательных путей и всего организма;
- помогает нормализовать вегетососудистый тонус;
- улучшает деятельность вестибулярного аппарата и эндокринных желез;
- снижает частоту заболеваний верхних дыхательных путей.

Пальчиковые игры

- **Разминают, массируют пальцы и ладони, благоприятно воздействуя на все внутренние органы.**
- **Развивают речь ребенка.**
- **Совершенствуют двигательные качества.**
- **Повышают координационные способности пальцев рук *(подготавливают руку к рисованию, письму).***
- **Соединяют пальцевую пластинку с выразительным мелодическим и речевым интонированием.**
- **Формируют образно-ассоциативное мышление.**

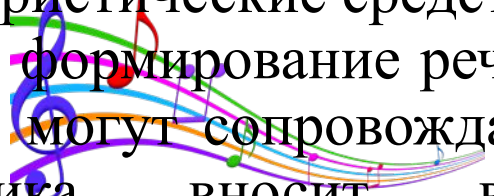
Речевое музицирование

Укрепляет голосовой аппарат ребенка.
Позволяет овладеть всеми выразительными средствами музыки.

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

К звучанию добавляются:

- музыкальные инструменты,
- звучащие жесты,
- движения,
- сонорные и колористические средства.



Кроме того, формирование речи у человека идет при участии жестов, которые могут сопровождать, украшать и даже заменять слова. Пластика вносит в речевое музицирование пантомимические и театральные возможности. Использование речевых игр в музыкально-образовательной деятельности эффективно влияет на развитие эмоциональной выразительности речи детей, двигательной активности.

Мимическая гимнастика

Мимическая гимнастика – это упражнения, благодаря которым взаимодействуют важные мышцы лица. Главным условием проведения этих упражнений является мысленное воспроизведение и переживание тех или иных состояний, которые необходимо изобразить мимикой и жестами.

- ***«Имитация зевка»***
- ***«Улыбка»***
- ***«Эмоции человека»***
- ***«Эмоциональная отзывчивость на литературное произведение или устный рассказ»***

Музыкотерапия

Слушание правильно подобранной музыки

- **повышает иммунитет детей,**
- **снимает напряжение и раздражительность,**
- **ослабляет головную и мышечную боль,**
- **восстанавливает спокойное дыхание.**

Координационно-подвижные игры

Координационно-подвижные игры – это игры, соединяющие речь и движение. Главное значение в них имеет ритм. Ритмизованная речь здесь является органической частью развития музыкального слуха детей.

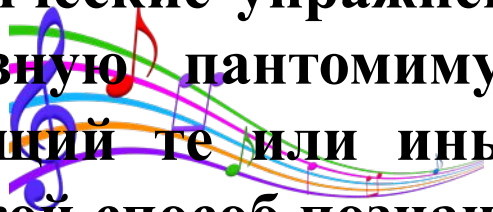
Ценность координационно-подвижных игр в том, что они:

- являются одной из эффективных форм психологического переключения во время занятий;
- дают возможность детям «играть» своим телом как первым инструментом, передающим творческую активность;
- развивают двигательные способности, память, чувство ритма, речевое интонирование;
- учат ребенка ощущать свое тело и управлять им, бережно относиться к партнеру во время занятий, угадывать намерения друг друга, сотрудничать.

Эвритмия

Эвритмия – это звук, выраженный в движении. Тело исполнителя становится как бы звучащим инструментом: оно поёт или говорит, пытаясь передать все художественные и смысловые оттенки речи или музыки.

Эвритмические упражнения представляют собой своеобразную пантомиму, некий язык жестов, отражающий те или иные звуки и ритмы. Для детей такой способ познания языка имеет глубокое терапевтическое воздействие.



Музыкально-оздоровительная работа позволяет:

- **Обеспечить каждому ребёнку укрепление физического и психического здоровья;**
- **Выявить и развить музыкальные и творческие способности;**
- **Формировать навыки здорового образа жизни**

Результаты

- Повышение уровня развития музыкальных и творческих способностей детей.

- Стабильность эмоционального благополучия каждого ребенка.

- Улучшение состояния речевого развития.

 Стабильность физической и умственной работоспособности во всех сезонах года независимо от погоды.

-Снижение уровня заболеваемости (простудные болезни).

Спасибо за внимание!