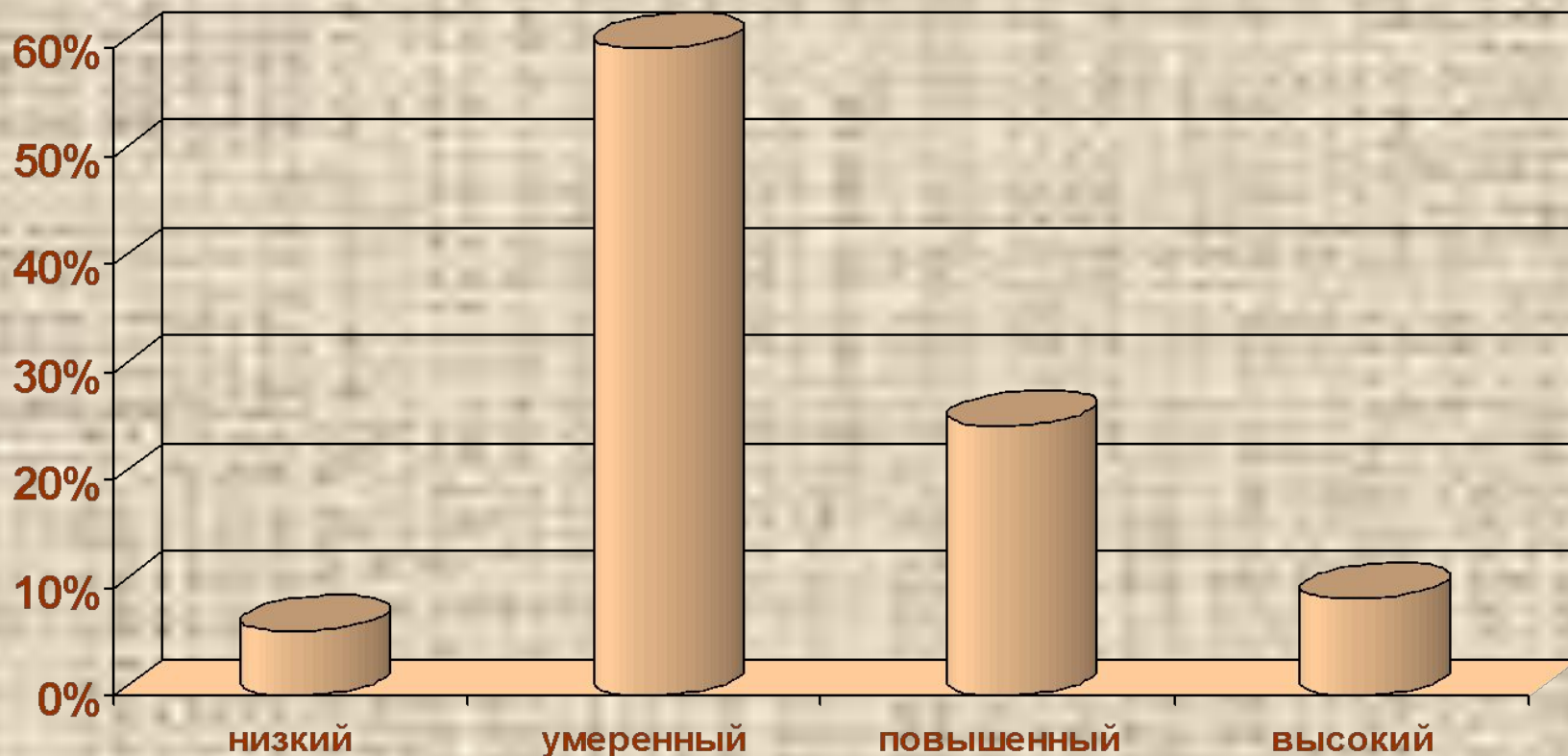


# «Здоровьесбережение на уроках музыки»

учитель музыки МОУ  
«СОШ № 35 с УИОП»

Малахова Надежда  
Алексеевна

# Уровни тревожности учащихся (среднее значение в школе I ступени)



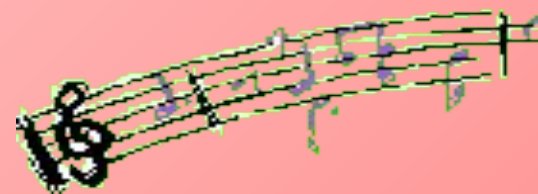
# Здоровьесберегающие задачи

- ♪ сохранить и укрепить физическое и психическое здоровье детей
- ♪ снять физическое утомление, нервно-психические перегрузки
- ♪ повысить эмоциональную стабильность
- ♪ доставить детям радость, удовольствие





**Самый большой эффект на человека оказывают мелодии Моцарта. Этот музыкальный феномен, до конца еще не объясненный, так и называли — «эффект Моцарта».**



Скрипка и альт (справа): 1 — дека; 2 — обечайка; 3 — гриф; 4 — подгрифок; 5 — головка; 6 — подбородник; 7 — колки; 8 — порожек; 9 — струны; 10 — подставка; 11 — усы; 12 — эфы; 13 — трость; 14 — колодка; 15 — винт для натяжения волоса; 16 — верхний конец трости; 17 — волос.



**Медики установили, что струнные инструменты наиболее эффективны при болезнях сердца.**





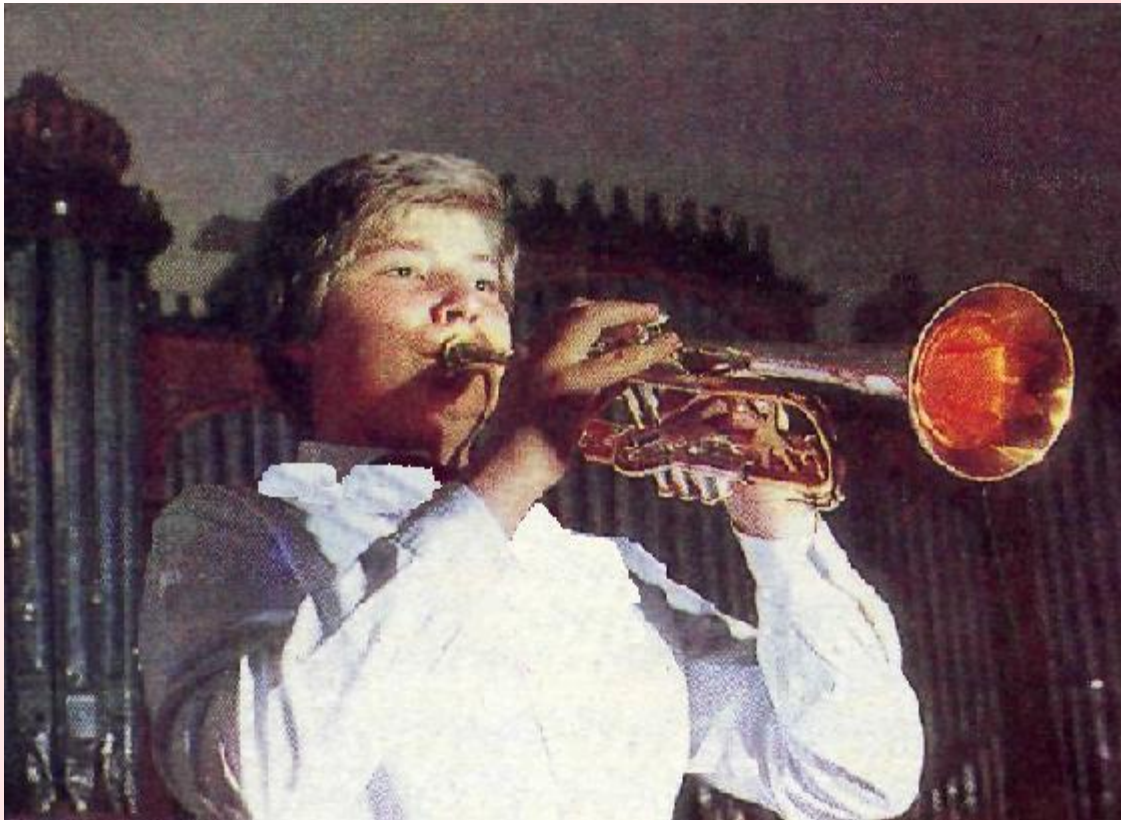
**Кларнет улучшает  
работу кровеносных  
сосудов**





**Флейта оказывает  
положительное  
воздействие на легкие и  
bronхи**





**А труба эффективна  
при радикулитах и  
нейритах**







# ВОКАЛОТЕРАПИЯ

- ♪ укрепление связок
- ♪ развитие певческого дыхания
- ♪ улучшение дикции



# ЛОГОРИТМИКА

- ♪ двигательные паузы
- ♪ «двигательные» песенки
- ♪ музыкально-ритмические минутки



# РИТМОТЕРАПИЯ

♪ танец

♪ мимика

♪ жесты



# МУЗЫКОТЕРАПИЯ

🎵 восприятие и понимание:  
🎵 классической музыки  
🎵 легкой музыки  
🎵 джаза  
🎵 рока

🎵 активные формы слушания:  
🎵 пластическая импровизация  
🎵 взаимодействие с изобразительным  
искусством и литературой



# ФОЛЬКЛОРНАЯ АРТТЕРАПИЯ

- ♪ использование народной песни
- ♪ свободное движение под музыку
- ♪ инсценирование народных песен
- ♪ народные игры
- ♪ народные костюмы



# МУЗЫКАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ

- ♪ атмосфера урока
- ♪ эстетотерапия
- ♪ артотерапия
- ♪ жизнеутверждающее начало в музыкальном материале





# ТЕРАПИЯ ТВОРЧЕСТВОМ СКАЗКОТЕРАПИЯ УЛЫБКОТЕРАПИЯ





