

Здоровьесберегающие технологии на музыкальных занятиях

Каракчиева А. В. МАДОУ №6 г. Емба
2015г.

- ▶ Интенсивное развитие современного общества в последнее время предъявляет все более высокие требования к человеку и его здоровью. Забота о здоровье - одна из важнейших задач каждого человека.



- ▶ На сегодняшний момент в дошкольных учреждениях большое внимание уделяется здоровьесберегающим технологиям, главным фактором которых является рациональная организация учебного процесса, соответствие методик обучения, способствующих развитию индивидуальных возможностей ребенка.



► Основная форма музыкальной деятельности в ДОУ - музыкальные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и творческих способностей каждого ребенка.



- ▶ На музыкальных занятиях актуально, возможно и необходимо использовать современные здоровьесберегающие технологии в игровой форме. Привычные виды музыкальной деятельности, развивающие творческие способности и музыкальность ребенка, можно разнообразить с пользой для здоровья.



- ▶ Проведение здоровьесберегающих упражнений и игр занимает совсем немного времени - 1-2 минуты.
- ▶ Но это приносит детям огромное удовольствие, а самое главное - пользу для их здоровья и их эмоционального благополучия.



- ▶ На музыкальных занятиях используются следующие технологии:
 1. Логоритмика
 2. Пальчиковая гимнастика
 3. Психогимнастика
 4. Дыхательная и артикуляционная гимнастика
 5. Ритмопластика



- ▶ Например, логоритмическая гимнастика является одной из форм активного отдыха, наиболее благоприятного для снятия напряжения после долгого сидения.
- ▶ Кратковременные физические упражнения детей под музыку, вызывая возбуждение других отделов мозга, усиливают кровообращение и создают благоприятные условия отдыха для ранее возбужденных отделов.



Пальчиковая гимнастика

- ▶ Важное место на музыкальных занятиях занимают пальчиковые игры и сказки, которые исполняются как песенки или произносятся под музыку.
- ▶ Игры развивают речь ребенка, двигательные качества, повышают координационные способности пальцев рук (подготовка к рисованию, письму), соединяют пальцевую пластику с выразительным мелодическим и речевым интонированием, формируют образно-ассоциативное мышление на основе устного русского народного творчества.



Дыхательная и артикуляционная гимнастика

- ▶ Артикуляционная гимнастика позволяет осуществлять развитие артикуляционной моторики: обучение детей простейшим артикуляционным движениям по подражанию взрослому; выработку контроля за положением рта.
- ▶ Дыхательная гимнастика корректирует нарушения речевого дыхания, помогает выработать диафрагмальное дыхание. Кроме того, дыхательная гимнастика оказывает на организм человека комплексное лечебное воздействие:
 - ▶ Положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении;
 - ▶ Способствует восстановлению нарушенных в ходе болезни нервных регуляций со стороны центральной нервной системы;
 - ▶ Исправляет развившиеся в процессе заболеваний различные деформации грудной клетки и позвоночника;

Психогимнастика

- ▶ 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.



Ритмопластика

- ▶ Много радости и восторга приносят детям ритмические движения и танцы.
- ▶ Танцы, ритмичные движения - физиологическая потребность детского развивающегося организма. Они мобилизуют физические силы, вырабатывают грацию, координацию, влияют на кровообращение, способствуют выработке многих веществ, необходимых детскому организму.



Алгоритм проведения музыкального занятия с использованием здоровьесберегающих технологий

(виды деятельности варьируются в зависимости от плана занятия и настроения детей).

- ▶ 1. Приветствие. Психогимнастическое упражнение для настройки на рабочий лад.
- ▶ 2. Вводная ходьба. Музыкально-ритмические движения, логоритмические упражнения.
- ▶ 3. Слушание музыки (активное и пассивное). Физкультминутка - пальчиковая или жестовая игра - 1 упр.
- ▶ 4. Пение, песенное творчество: распевки, артикуляционная гимнастика, дыхательная гимнастика, в качестве физкультминутки - пальчиковая или жестовая игра - 1 упр.
- ▶ 5. Танцы, танцевальное творчество с элементами ритмопластики.
- ▶ 6. Театральное творчество с элементами логоритмики, ритмопластики, психогимнастики (мимика, пантомимика). Музыкальные игры, хороводы.
- ▶ 7. Игра на ДМИ. Творческое музицирование.
- ▶ 8. Прощание. Психогимнастическое упражнение на релаксацию.

- ▶ Музыкальные занятия с использованием технологий здоровьесбережения эффективны при учете индивидуальных и возрастных особенностей каждого ребенка, его интересов. Успех занятий невозможен, без совместной деятельности музыкального руководителя и воспитателя, который активно помогает, организует самостоятельное музицирование детей в группе.



Спасибо за внимание!