

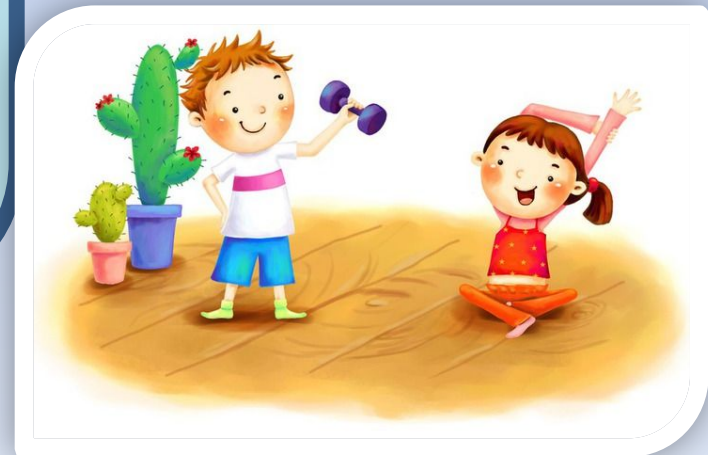
# Применение здоровьесберегающих технологий на музыкальных занятиях



*Презентацию подготовила  
музыкальный  
руководитель  
первой квалификационной  
категории  
МБДОУ «Детский сад  
«Солнышко»»  
Зеленовская Инна  
Валентиновна*

# Здоровьесберегающие технологии

**это система  
мер,  
направленных  
на улучшение  
здоровья  
участников  
образовательн  
ого процесса**





Валеологические  
песенки-  
распевки

Речь с  
движением

Пальчиковая  
гимнастика

Танцетерапия

В музыкально-  
художественной  
деятельности  
используются  
следующие  
виды  
оздоровления

Игровой  
самомассаж

Игра на шумовых  
музыкальных  
инструментах

Дыхательная  
гимнастика

Артикуляционная  
гимнастика



# Валеологическая распевка «Доброе утро!»

Доброе утро!  
Улыбнись скорее!  
И сегодня весь день  
Будет веселее!  
Мы погладим лобик  
Носик и щечки  
Будем мы красивыми,  
Как в саду цветочки!  
Разотрем ладошки  
Сильнее, сильнее!  
А теперь похлопаем  
Смелее, смелее!  
Ушки мы теперь потрем  
И здоровье сбережем.  
Улыбнемся снова,  
Будьте все здоровы!

Поворачиваются друг к другу  
Разводят руки в стороны  
Хлопают в ладоши  
Выполняют движения по тексту

Постепенно поднимают руки вверх  
«Фонарики»  
Движения по тексту

Потирают ушки

Разводят руки в стороны



MyShared



# Дыхательная гимнастика

Нарушением функции речевого дыхания считается: подъём грудной клетки вверх и втягивание живота на вдохе.



Вот наши ладошки (показывают)

Звонкие хлопошки.

Мы ладошки все сжимаем, (сжимают  
ладошки)

Носом правильно вдыхаем, (вдох)

Как ладошки разжимаем, (ладошки  
разжимают)

То свободно выдыхаем. (выдох)

# Артикуляционная

## гимнастика

### Упражнение «Жаба Квака»

#### Упражнение для мышц мягкого нёба и

Жаба Квака с солнцем встала, <sup>глотки</sup> - ~~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!





# Пальчиковая гимнастика

## Пальчиковая игра «Кошка»

*Посмотрели мы в окошко*

*Делают пальцами обеих рук*

*«Окошко»*

*По дороге ходит кошка*

*«Бегают» указательным и средним  
пальцами правой руки по левой руке.*

*С такими усами!*

*Показывают «длинные усы»*

*С такими глазами!*

*Показывают «большие глаза»*

*Кошка песенку поёт,*

*Нас гулять скорей зовёт!*

*«Зовут» правой рукой.*



# Игровой самомассаж

Улучшает циркуляцию крови, влияет на обменные процессы, поднимает настроение.

## «Голосок, проснись!»

Похлопаем немножко...

*(хлопки в ладоши)*

И разотрем ладошки...

*(трет ладоши друг об друга)*

А теперь еще сильнее,

Чтобы стало горячее!

*(трет ладоши более быстро и интенсивно)*

Снизу вверх...сверху вниз... *(поглаживающие движения*

*кончиками пальцев по шее)*

Голосочек наш, проснись!

*(хлопают в ладоши)*

Сверху вниз...снизу вверх... *(поглаживающие движения*

*кончиками пальцев по шее)*

В пении нас ждет успех!

*(хлопают в ладоши)*





# Речь с движением



## 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.

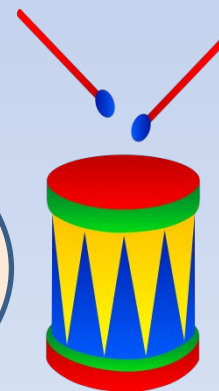
А за ним и зайка. – прыгают на двух

# Игра на шумовых музыкальных инструментах

## Музыкально-ритмические упражнения с музыкальными инструментами

### «Веселый мастер».

способствует развитию ритмического слуха  
и мелкой моторики, тренировка пальцев  
стимулирует развитие определенных зон  
головного мозга, который, в свою очередь  
влияет на развитие речи



# Танцетерапия

Движение под музыку положительно влияет на психику



Детскую песню с движением «Арам – зам - зам»

Арам-зам-зам, Арам-зам-зам	1 хлопок по коленям, 2 хлопка в ладошки
Гули гули гули гули гули рам-зам-зам	Моторчик 1 хлопок по коленям, 2 хлопка в ладошки
Повторяется 2 раза.	
Арафи, арафи.	Обе ладошки под правую / левую щечку
Гули гули гули гули гули рам-зам-зам	Моторчик 1 хлопок по коленям, 2 хлопка в ладошки
Арафи, арафи,	Поднять правую руку, потрясти кистью руки
Гули гули гули гули гули рам-зам-зам	Обе ладошки под правую / левую щечку 1 хлопок по коленям, 2 хлопка в ладошки

# Наша память сохраняет

**10%** ИЗ ТОГО, ЧТО МЫ СЛЫШИМ

**50%** ИЗ ТОГО, ЧТО МЫ ВИДИМ

**90%** ИЗ ТОГО, ЧТО МЫ ДЕЛАЕМ