

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребёнка – детский сад № 10 «Звёздочка» г.Йошкар-Олы»
424037, Республика Марий Эл, г. Йошкар-Ола
ул. Подольских Курсантов д.8, т.41-90-91

**«Использование здоровьесберегающих технологий в
музыкальном воспитании дошкольников»**
(Семинар-практикум в рамках проведения педсовета для
воспитателей ДОУ)



Подготовила и провела:
Т.В. Громова,
музыкальный руководитель высшей
квалификационной категории
Дата проведения 21.01.2015

Йошкар-Ола
2015

1 слайд

Воспитание здорового подрастающего поколения граждан России - первоочередная задача государства, от решения которой во многом зависит его будущее процветание.

В соответствии с новыми нормативными документами особую актуальность приобретает оптимизация сохранения и укрепления психофизического здоровья ребенка, требующая внедрения здоровьесберегающих технологий во все образовательные области, в том числе и образовательную область «Музыка», и интеграцию оздоровительной работы с музыкально-образовательной.

В «Теории и методике воспитания в детском саду» Н. Ветлугина пишет, что пение развивает голосовой аппарат, речь, укрепляет голосовые связки, регулирует дыхание. Ритмика улучшает осанку ребёнка, координацию, уверенность движений. Развитие эмоциональной отзывчивости и музыкального слуха помогают активизировать умственную деятельность.

2 слайд

Как же рассматриваются в психолого-педагогической, методической и музыкальной литературе понятие – *здоровьесберегающие технологии?*

Выделяют три группы здоровьесберегающих технологий:

1. *Технологии сохранения и стимулирования здоровья:* ритмопластика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, технологии эстетической направленности, гимнастика пальчиковая, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная.

2. *Технологии обучения здоровому образу жизни:* коммуникативные игры, беседы из серии «Здоровье», самомассаж, точечный самомассаж.

3. *Коррекционные технологии:* Арттерапия, технологии музыкального воздействия, сказкотерапия, технологии воздействия цветом, технологии коррекции поведения, психогимнастика, фонетическая и логопедическая ритмика.

3 слайд

Нормативно-правовая база требует внедрения этих здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс. Казалось бы, зачем музыкальному руководителю применять их в своей музыкальной практике?

Во-первых, по данным медицинской статистики, количество дошкольников с хроническими заболеваниями увеличивается с каждым годом. В школу поступает только несколько процентов абсолютно здоровых первоклассников.

Во-вторых, сегодня можно констатировать сужение понятия "здоровье". Большинство педагогов придерживаются определения здоровья, часто имея в виду его физическую составляющую, забывая о социально-психологической. А в Уставе Всемирной организации здравоохранения:

здоровье - это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

В-третьих, все многовековые исследования целебной силы музыки доказывают, что музыка - это одно из самых эффективных средств физического и эмоционального развития детей.

И, наконец, в-четвёртых, здоровьесберегающие технологии, применяемые на музыкальных занятиях наиболее значимы среди всех известных технологий по степени влияния на психофизическое здоровье детей.

Таким образом, становится ясно, что использование здоровьесберегающих технологий работе музыкального руководителя выступает как необходимое условие полноценного развития детей.

4 слайд

Цель— оптимизация системы музыкально-оздоровительной работы ДОУ посредством внедрения здоровьесберегающих технологий в образовательную область «Музыка»

Опираясь на современные программы и методики по музыкальному образованию и оздоровлению детей, формулируем следующие задачи:

- Оптимизировать развитие основных структурных компонентов музыкальности детей, посредством внедрения здоровьесберегающих технологий:
 - развитие специальных музыкальных способностей: координации слуха и голоса, координация движений
 - развитие познавательных процессов и личностных новообразований
 - обеспечение комфорта детей в различных формах организации НОД и совместной деятельности
- Сохранять и укреплять психофизическое здоровье детей:
 - развитие сенсорных и моторных функций.
 - профилактика заболеваний опорно – двигательного аппарата, органов дыхания, простудных заболеваний
- Создать музыкальную предметно-развивающую среду с учетом здоровьесберегающей модели организации музыкально-оздоровительной работы
- Содействовать просвещению родителей и педагогов

5 слайд

Система музыкально-оздоровительной работы предполагает использование на каждом музыкальном занятии следующих здоровьесберегающих технологий:

- Валеологические песенки-распевки;
- Дыхательная гимнастика;
- Артикуляционная гимнастика;

- Игровой массаж;
- Пальчиковые игры;
- Речевые игры;
- Арттерапия
- Праздникотерапия

6 слайд

С валеологических песенок-распевок начинаются все музыкальные занятия. Несложные, добрые тексты поднимают настроение, задают позитивный тон к восприятию окружающего мира, улучшают эмоциональный климат на занятии, подготавливают голос к пению.

Например, *валеологическая песенка-распевка «Здравствуйте!»*:

*Солнышко ясное, здравствуй!
Небо прекрасное, здравствуй!
Все мои подружки, все мои друзья,
Здравствуйте, ребята! Как люблю вас я!*

7 слайд

Голос звучит беспрепятственно, объёмно и ровно только при физиологически правильном дыхании.

Для успешной реализации поставленных задач, используем систему разработанных *дыхательных упражнений* в различные виды деятельности и формы работы. Это – музыкальная и физкультурная НОД, утренняя гимнастика, гимнастика после сна, физкультминутки.

В своей практике использую дыхательные упражнения и дыхательную гимнастику А.Стрельниковой, которая оказывает на организм человека комплексное лечебное воздействие. Основным комплекс дыхательной гимнастики включает в себя упражнения: «Ладошки», «Погончики», «Насос», «Большой маятник», «Малый маятник», «Кошечка», «Обними плечи», «Ушки», «Повороты головы», «Перекаты», «Шаги». Задачи, поставленные для профилактики заболеваний органов дыхания:

- повышать общий жизненный тонус ребёнка, сопротивляемость и устойчивость организма к простудным заболеваниям
- развивать дыхательную мускулатуру, улучшать вентиляцию и кровообращение в лёгких
- отработать механизм физиологически правильного речевого и певческого дыхания.

Противопоказания к выполнению дыхательной гимнастики: тяжелое состояние ребенка и заложенность носа. Если у ребенка насморк, то сначала его нужно вылечить, а затем приступать к выполнению упражнений.

8 слайд

Артикуляционная гимнастика включает в себя несложные статические и динамические упражнения для языка и губ: «Улыбка», «Хоботок», «Заборчик», «Кролик», «Птенчики», «Лопаточка», «Иголочка» и др., можно использовать ритмичное исполнение стихотворного текста с музыкальным сопровождением

Артикуляционная гимнастика способствует тренировке мышц речевого аппарата, развивает музыкальную память, способствует запоминанию текста песен, вниманию, развивает чувство ритма.

"Жаба Квака"

(комплекс упражнений для мышц мягкого нёба и глотки)

Жаба Квака с солнцем встала, (потягиваются, руки в стороны)

Сладко-сладко позевала. (дети зевают)

Травку сочную сжевала (имитируют жевательные движения, глотают)

Да водички погллатала.

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!

9 слайд

Игровой массаж.

Выполнение массажных манипуляций расширяет капилляры кожи, улучшая циркуляцию крови и лимфы, активно влияет на обменные процессы организма, тонизирует центральную нервную систему. Использование игрового массажа повышает защитные свойства верхних дыхательных путей и всего организма, нормализует вегетососудистый тонус, деятельность вестибулярного аппарата и эндокринных желез. Частота заболеваний верхних дыхательных путей снижается. Например:

1-я точка: "В гости к бровкам мы пришли, пальчиками их нашли"

2-я точка: "Пальчиком нашли мосток, по нему мы скок-поскок"

3-я точка: "Опустились чуть-чуть ниже и на пальчики подышим"

4-я точка: "Вот мы к шейке прикоснулись и пошире улыбнулись"

5-я точка: "Надо ушки растереть, чтобы больше не болеть"

6-я точка: "Руки надо растереть, чтобы больше не болеть"

7-я точка: "И про спинку не забыть, чтобы стройными нам быть"

Заканчивая массаж, дети говорят: «Хотим мы быть веселыми, красивыми, здоровыми». Эти слова - своеобразная установка для них на весь день.

10 слайд

Пальчиковые игры позволяют разминать, массировать пальчики и ладошки, благоприятно воздействуя на все внутренние органы. Они развивают речь ребенка, двигательные качества, повышают координационные способности пальцев рук (подготовка к рисованию, письму), соединяют пальцевую пластинку с выразительным мелодическим и речевым интонированием, формируют образно-ассоциативное мышление на основе устного русского народного творчества. Например:

"Кошка"

Посмотрели мы в окошко (пальцами обеих рук делают "окошко")

По дорожке 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 поет, (хлопки в ладоши)

Нас гулять скорей зовёт! ("зовут" правой рукой)

11 слайд

Речевые игры позволяют детям укрепить голосовой аппарат и 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, движение, 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 на музыкальных занятиях эффективно влияет на развитие эмоциональной выразительности речи детей, двигательной активности. Например:

"Дождь"

Дождь, дождь, дождь с утра. (хлопки чередуются со шлепками по коленям)

Веселится детвора! (легкие прыжки на месте)

Шлёп по лужам, шлеп-шлеп. (притопы)

Хлоп в ладоши, хлоп-хлоп. (хлопки)

Дождик, нас не поливай, (грозят пальцем)

А скорее догоняй! (убегают от "дождика")

12 слайд

Музыкально-ритмические движения являются синтетическим видом деятельности, следовательно развивают и музыкальность, и двигательные способности, а также те психические процессы, которые лежат в их основе.

Вообще, музыкально-ритмические движения как средство профилактики заболеваний опорно-двигательного аппарата предпочтительнее детьми всех остальных форм работы. Почему?

Главная причина такого предпочтения – в эмоциональности этих упражнений, в том, что они благотворно влияют на психическую сферу человека. Дети с большим удовольствием занимаются веселыми упражнениями, чем упражнениями заведомо известными как лечебные.

Махи руками в стороны, вперед, пружинки, приставные шаги, различные виды наклонов, поворотов в танцах способствует укреплению мышечного каркаса вокруг позвоночника.

Движения русских танцев, хороводные шаги, различные дроби, перетопы, улучшают осанку, укрепляют мышцы конечностей, способствуют увеличению подвижности суставов.

Таким образом, музыкально ритмические движения в этом комплексе по нашему мнению занимают далеко не последнее место, благодаря музыке.

13 слайд

Арт-терапия – это буквально лечение искусством. Это метод, связанный с раскрытием творческого потенциала человека, помогает решать следующие задачи:

- снизить эмоциональную тревожность;
- повысить самооценку;
- развить коммуникативные навыки;
- способствовать закреплению положительных поведенческих реакций

На занятиях, так и в самостоятельной деятельности детей активно используются следующие виды арттерапии:

- *музыкотерапия* несёт в себе мощное коммуникативное начало, в ней заложены широчайшие возможности общения. Слушание правильно подобранной музыки повышает иммунитет детей, снимает напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание. Для того чтобы музыка подействовала на детей наилучшим образом, их необходимо настроить. Надо сесть в удобной позе и сосредоточиться на звуках музыки. слушания музыки с просмотром репродукций еще больше трогает сердце и душу ребенка.

Рекомендуют музыкотерапию проводится педагогами ДОУ в течение всего дня - детей встречают, укладывают спать, поднимают после дневного сна под соответствующую музыку, используют ее в качестве фона для занятий, свободной деятельности.

- сказка или *сказкотерапия*- любимый жанр детей. Велико значение сказки для поддержания душевного мира детей. Сказка открывает ребёнку перспективы собственного роста, дарит надежду и мечты. Я стараюсь как можно чаще включать сказки в содержание сценариев утренников, да и на обычные занятия – это либо кукольная постановка, показ взрослыми сказки или детьми.

Игротерапия.

Творчество требует от детей координации всех нравственных сил, и этот всплеск активности благотворно действует на их психику, а значит на их

психическое здоровье, то есть творческий процесс исцеляет. Творческие задания направлены на расширение репертуара доступных ребёнку эмоциональных переживаний. Для этого я предлагаю детям сочинить собственную мелодию, спеть своё имя, пофантазировать под музыку, исполнить пластическую импровизацию или исполнить партию на детском музыкальном инструменте.

14 слайд

Праздникотерапия

Праздник- это всплеск положительных эмоций. А эмоциональный фактор единственное средство развить ум ребёнка, обучить его и сохранить детство. На праздниках важно настроить детей эмоционально, увлечь за собой в мир музыки и сказки.

15 слайд

Ни одна, даже самая совершенная музыкально-оздоровительная программа не сможет дать полноценных результатов, если она не решается совместно *с семьей, и при согласованности действий всего педагогического коллектива.*

- Самая любимая всеми форма взаимодействия с семьёй – это совместные праздники.
- Анкетирование;
- Беседы на родительских собраниях
- Индивидуальные консультации
- Наглядная информация в уголках родителей на данную тему
- Показы открытых мероприятий с использованием здоровьесберегающих технологий.

16 слайд

Применение в работе ДОУ здоровьесберегающих образовательных технологий повышает результативность музыкального воспитательно-образовательного процесса и способствует:

- обеспечению устойчивого интереса ребёнка к занятиям музыкой,
- формированию потребности в двигательной активности,
- способствует укреплению и сохранению психофизического здоровья,
- позволяет качественно решать задачи обеспечения комфорта детей,
- формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья детей .

17 слайд

Спасибо за внимание!