**«Здоровьесберегающие технологии на музыкальных занятиях»**

Музыкально-оздоровительная работа в ДОУ – это организованный педагогический процесс, направленный на развитие музыкальных и творческих способностей детей, сохранение и укрепление их психофизического здоровья с целью формирования полноценной личности ребенка.

Система музыкально-оздоровительной работы предполагает использование на музыкальных занятиях следующих здоровьесберегающих технологий :

- дыхательная гимнастика, повышает показатели диагностики дыхательной системы, развивает певческие способности

Дыхательная гимнастика.

важную роль в кровоснабжении, в том числе и легочной ткани;

- артикуляционная гимнастика, вырабатывает качественные, полноценные движения органов артикуляции, подготавливает к правильному произнесению фонем.

Основная цель артикуляционной гимнастики - выработка качественных, полноценных движений органов артикуляции, подготовка к правильному произнесению фонем. Упражнения способствуют тренировке мышц речевого аппарата, ориентированию в пространстве, учат имитации движений животных. В результате этой работы повышаются показатели уровня развития речи детей, певческих навыков, улучшаются **музыкальная память**, внимание.

- игровой массаж, повышает защитные свойства верхних дыхательных путей и всего организма, нормализует вегетососудистый тонус. деятельность вестибулярного аппарата и эндокринных желез

- пальчиковые игры, развивают речь ребенка, повышают координационные способности пальцев рук (подготовка к письму, соединяют пальцевую пластику с выразительным мелодическим и речевым интонированием, формируют образно-ассоциативное мышление

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.

- речевые игры, развивают музыкальный и речевой слух, выразительность речи, двигательную активность

Речевые игры позволяют детям укрепить голосовой аппарат и овладеть всеми выразительными средствами музыки. Речевое музицирование необходимо, так как музыкальных слух развивается в тесной связи со слухом речевым. В речевых играх Т. Боровик и Т. Тютюнниковой текст дети поют или ритмично декламируют хором, соло или дуэтом. Основой служит детский фольклор. К звучанию мы добавляем музыкальные инструменты, звучащие жесты, движение. Пластика вносит в речевое музицирование пантомимические и театральные возможности. Использование речевых игр на музыкальных занятиях, занятиях театрального кружка эффективно влияет на развитие эмоциональной выразительности речи детей, двигательной активности.

- музыкотерапия, способствует коррекции психофизического статуса детей в процессе их двигательно-игровой деятельности. Слушание правильно подобранной музыки повышает иммунитет детей, снимает напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание.

Все технологии здоровьесбережения используются с учетом индивидуальных и возрастных особенностей каждого ребенка. его интересов. Таким образом, результатами музыкально-оздоровительной работы являются :

- повышение уровня развития музыкальных и творческих способностей детей

- стабильность эмоционального благополучия каждого ребенка

- повышение уровня речевого развития

- снижение уровня заболеваемости

- стабильность физической и умственной работоспособности

Играйте вместе с нами

Упражнение *«Погреемся»* *(развитие дыхания)*

Мерзнут на ветру ладошки,

Мы погреемся немножко.

Сначала дети дышат на ладошки бесшумно, затем с голосом – *«А-а-а»*.

Далее чередуют: на правую бесшумно, на левую – с голосом.

**Оздоровительный самомассаж лица***«Превращение»*

Лепим, лепим ушки – щипать пальцами раковины ушей

Слышим хорошо!

Нарисуем глазки – поглаживать брови, глаза закрыты

Видим далеко!

Носик мы погладим, большими пальцами гладить крылья носа

Усики асправим. нарисовать указательными пальцами усы

Теперь мы не ребята, покружиться

А веселые зверята! похлопать в ладоши

Пальчиковая гимнастика *«Посуда»*

Раз, два, три, четыре, удар кулачками друг о друга, хлопок в ладоши

Мы посуду перемыли: одна ладонь скользит по другой по кругу

Чайник, чашку, загибать пальцы по одному

Ковшик, ложку

И большую поварешку.

Мы посуду перемыли, одна ладонь скользит по другой

Только чашку мы разбили, загибать пальцы по одному

Ковшик тоже развалился,

Нос у чайника отбился.

Ложку мы чуть-чуть сломали,

Так мы маме помогали. удар кулачками друг о друга, хлопки в ладоши

Речевая игра со *«звучащими жестами»* *«Зимушка-зима»*

Ах ты, Зимушка-зима,

Пружинка с поворотами, руки на поясе

Белоснежная была,

Притопы ногами в ритме фразы

Белоснежная была,

Шлепки по бедрам в ритме фразы

Все дорожки замела.

Качают внизу руками вправо-влево, показывая дорожку

Морозы трескучие,

Прыжки с поворотами вправо-влево, руками бьют себя по плечам в ритме фразы

А снега сыпучие,

Сверху-вниз махи кистями рук

Ветры завьюжные,

Качание рук над головой

И метели дружные.

Моталочка через верх вправо-влево

Активное слушание *«Море»*

- Море бывает разное – то приветливое, спокойное, то вдруг налетает страшный ураган и вздымает огромные волны.

Под тихую **музыку***«Море»* Н. Римского-Корсакова дети плавно качают руками и произносит *«ш-ш-ш»*, а под **музыку***«Шторм»* в исполнении Ванессы Мей раскачиваются и гудят.

**Музыка для релаксации**

Классические произведения:

Т. Альбиони *«Адажио»*;

И. Бах *«Ария из сюиты №3»*;

Л. Бетвохен *«Лунная соната»*;

Э. Григ *«Песня Сольвейг»*;

К. Глюк *«Мелодия»*;

К. Дебюсси *«Лунный свет»*;

Колыбельные;

Н. Римский-Корсаков *«Море»*;

Г. Свиридов *«Романс»*;

К. Сен-Сакс *«Лебедь»*;

П. Чайковский *«Осенняя песнь»*;

П. Чайковский *«Сентиментальный вальс»*;

Ф. Шопен *«Ноктюрн соль минор»*;

Ф. Шуберт *«Аве Мария»*;

Ф. Шуберт *«Серенада»*;

Р. Шуман *«Грезы»*.