

«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 музыкальный 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 двигательной-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. Бетховен «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».