

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад №4 «Солнечный лучик»

Консультация для воспитателей

Тема: «Применение здоровьесберегающих технологий в музыкально-образовательной деятельности ДОУ»

Музыкальный руководитель: Никифорова Татьяна Сергеевна

Уважаемые коллеги!

Современные требования к дошкольному образованию и ФГОС ДО ставят перед нами комплексную задачу: не только обучать и воспитывать, но и создавать условия для сохранения и укрепления здоровья наших воспитанников. В связи с этим одним из ключевых направлений моей работы является музыкально-оздоровительная деятельность, которая органично вплетается в структуру каждого музыкального занятия.

Цель музыкально-оздоровительной работы — это не просто развитие музыкальных способностей, а формирование гармоничной, здоровой личности ребенка через синтез музыки и здоровьесберегающих технологий.

Основные задачи, которые мы решаем совместно:

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.
- Создание атмосферы эмоционального благополучия и психологического комфорта.
- Повышение адаптивных возможностей организма, активизация его защитных сил для противостояния заболеваниям.
- Формирование полезных навыков, таких как правильная осанка и основы гигиены.

Систематическое применение здоровьесберегающих технологий на музыкальных занятиях демонстрирует положительные результаты: у детей повышается уровень не только музыкального, но и речевого развития, стабилизируется эмоциональный фон, снижается частота простудных заболеваний, а физическая и умственная работоспособность остается высокой в течение всего года.

Арсенал здоровьесберегающих технологий на музыкальных занятиях:

1. Валеологические песенки-распевки. Каждое занятие мы начинаем с этих коротких, позитивных песенок. Их простая мажорная мелодия и добрый текст создают положительный эмоциональный настрой, готовят голос к пению и задают дружелюбную атмосферу для всего занятия.
2. Дыхательная гимнастика. Правильное дыхание — основа здоровья и красивой речи. Мы используем адаптированные упражнения из методик А. Стрельниковой и Б. Толкачева для формирования правильного речевого

дыхания, предотвращения его нарушений (таких как поверхностное дыхание, короткий выдох) и укрепления дыхательной системы.

3. Артикуляционная гимнастика. Эта работа ведется в тесном сотрудничестве с логопедом ДООУ. Цель — выработать четкие и правильные движения органов артикуляции (языка, губ), что является фундаментом для чистого звукопроизношения, развития певческих навыков и улучшения музыкальной памяти.
4. Оздоровительные и фонопедические упражнения. Используя разработки В. Емельянова, мы стимулируем гортанно-глоточный аппарат и развиваем различные типы дыхания (носовое, диафрагмальное). Игры со звуком и использование сигналов доречевой коммуникации развивают голосовой аппарат ребенка бережно и эффективно.
5. Игровой массаж и пальчиковые игры. Это одни из самых любимых детьми видов деятельности. В игровой форме, часто под музыку или ритмодекламацию, дети учатся простейшим приемам самомассажа. Воздействуя на биологически активные точки, мы благотворно влияем на внутренние органы, а развитие мелкой моторики напрямую стимулирует речевые центры и повышает координационные способности.
6. Речевые игры. Музыка и движение тесно связаны. Используя пластику, жесты и пантомиму в речевых играх, мы развиваем эмоциональную выразительность речи, помогаем детям овладеть интонацией, темпом и ритмом.
7. Музыкотерапия. Музыка сопровождает детей в течение всего дня, а не только на занятиях. Правильно подобранное музыкальное сопровождение для режимных моментов (утренний прием, пробуждение после сна) или в качестве фона для свободной деятельности помогает корректировать психофизическое состояние детей, снимать напряжение и создавать гармоничную среду.

Примеры упражнений, используемых на занятиях:

- Дыхательная гимнастика (по А. Стрельниковой) «Ладшки»
Дети стоят прямо, руки согнуты в локтях ладонями вперед. На счет «раз» выполняется резкий, шумный вдох носом с одновременным сжатием ладоней в кулачки. Сразу после этого выдох происходит пассивно, самопроизвольно, а ладшки разжимаются. Выполняется 4 вдоха-движения подряд, затем пауза 3-5 секунд.
- Оздоровительное упражнение для горла «Погремся»
Предлагаем детям представить, что у них замерзли ладшки. Сначала они тихо дышат на них, согревая теплым воздухом беззвучно. Затем — с голосом, протяжно произнося звук «А-а-а». Можно чередовать: на одну ладшку — бесшумно, на другую — с голосом.
- Фонопедическое упражнение «Вопрос-ответ (Ау!)»
Это упражнение тренирует голосовые регистры. Дети «кричат» в воображаемый

лес, делая скользящий переход от низкого звука к высокому: «А-а-а-у-у-у!». Затем «слушают» эхо и повторяют так же. Упражнение развивает гибкость голоса.

- Игровой массаж «Капуста»

Дети стоят друг за другом и выполняют массаж на спине впереди стоящего в соответствии с текстом:

- *Мы капусту рубим, рубим!* (легкие постукивания ребрами ладоней по спине)
- *Мы морковку трем, трем!* (потирающие движения кулачками вверх-вниз)
- *Мы капусту солим, солим!* («посыпание солью» — пощипывающие движения пальчиками)
- *Мы капусту жмем, жмем!* (мягкие надавливающие движения ладонями)

Заключение

Эффективность музыкально-оздоровительной работы достигается только при комплексном и систематическом подходе. Успех невозможен без нашего тесного сотрудничества: вашей помощи в организации детей на занятиях, а также в закреплении некоторых упражнений и использовании музыки в группе в течение дня. Объединив усилия, мы создаем для детей здоровую и развивающую среду, в которой каждый ребенок чувствует себя счастливым и успешным.

Спасибо за внимание и нашу плодотворную совместную работу!