

## ДОШКОЛЬНАЯ ПЕДАГОГИКА

**Назарова Людмила Васильевна**

музыкальный руководитель

МАДОУ «Центр развития ребенка» – «Д/С №35 «Родничок»

г. Губкин, Белгородская область

### **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ НА МУЗЫКАЛЬНЫХ ЗАНЯТИЯХ**

*Аннотация: в статье рассматривается, что в настоящее время одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения. Формирование здорового образа жизни должно начинаться уже в детском саду. Важнейшая роль отводится музыке. Научными исследованиями доказано: любой звук вызывает у человека сокращение мускулатуры. Восприятие и понимание музыки заключается в ощущении её связками, мышцами, дыханием, движением.*

*Ключевые слова:* танцевально-игровые элементы, наглядность, живой ритм занятия.

Музыкальный руководитель обязательно должен учитывать возрастные особенности психического развития детей каждой возрастной группы. Так как я готовила занятие с детьми средней группы, то упор был сделан на то, что ребёнок становится более крепким и подвижным, его внимание устойчивей. Однако для создания интереса к заданиям, для лучшего их усвоения преобладают игровые моменты.

Музыкальные занятия с детьми проводятся в утренние часы. Занятия следует проводить в просторном, хорошо проветренном, убранном помещении. Одежда детей должна быть удобной, не стесняющей их движений и не вызывающей перегрева, обувь – мягкой и хорошо укреплённой на ногах.

Музыкальное воспитание может быть результативным, когда оно опирается на комплекс различных видов и форм музыкальной деятельности, тесно связанных между собой: пение, слушание музыки, музыкально-ритмические движения, игра на детских инструментах.

Музыкально-ритмическая деятельность составляет примерно 40–50% объёма заданий каждого музыкального занятия, в первой части которой выполняются упражнения, способствующие освоению определённых танцевально-игровых элементов, тренирующих в чёткой ритмичной передаче основных движений (ходьба, бег), помогающих ориентироваться в выполнении различных построений. После пения и слушания музыки проводятся игры, пляски, хороводы. Музыкально-ритмические упражнения способствуют формированию: опорно-двигательного аппарата; хорошей осанки; пластики, гибкости и растяжки; умению двигаться согласованно с музыкой.

Дошкольник пластичен, поэтому можно исправить все виды патологий. Работая с детьми над ритмическими упражнениями, педагог должен добиваться точного выполнения движений, следить за правильностью осанки. Нарушения осанки сказываются не только на внешнем виде ребёнка, но и на его здоровье: неправильное положение тела ведёт к сужению грудной клетки и искривлению позвоночника, что затрудняет работу сердца и лёгких. Основные требования к осанке заключаются в следующем: плечи опущены и отведены несколько назад, голова приподнята, спина прямая, грудная клетка выступает вперёд, живот подтянут. Профессор Крестовников в своей книге «Очерки о физиологии физических упражнений» писал, что движения, совершаемые под музыку, выполняются легче, дыхательный аппарат работает более энергично, увеличивается глубина дыхания, повышается поглощение кислорода.

Пение является основным средством музыкального воспитания. Дети любят петь и охотно поют. При соблюдении гигиенических условий, то есть при проведении занятия в проветренном чистом помещении, пение способствует развитию и укреплению лёгких и всего голосового аппарата. По мнению врачей, пение

является лучшей формой дыхательной гимнастики. Голосовой аппарат отличается от голосового аппарата взрослого. Гортань с голосовыми связками в 2–3 с половиной раза меньше, чем у взрослого. Голосовые связки тонкие, короткие. Звук, образовавшийся в гортани, – очень слабый. Он усиливается резонаторами. Различают верхний головной резонатор (полости глотки, рта и носа) и нижний, грудной (полости трохей и бронхов). У детей грудной резонатор развит слабо, преобладает головной. Поэтому детский голос очень лёгкий, не сильный, но часто звонкий. Диапазон (объём голоса) от нижнего до верхнего звука очень небольшой. Наиболее лёгкие, естественные, ненапряжённые звуки, так называемые «примарные», обнаруживаются у всех детей при тихом пении в среднем регистре в пределах ми1 – си1. Нижний звук до1 звучит напряжённо и надо избегать давать его детям.

При обучении дошкольников пению надо следить за тем, как дети сидят, стоят, держат корпус, голову, как открывают рот. Для закрепления певческих навыков нужно, чтобы песня звучала не только в стенах детского сада, но и в домашней обстановке. Поэтому воспитатели, музыкальные руководители должны проводить соответствующую работу с родителями, показывая им рекомендованные детские песни, объясняя вред крикливого детского пения, громкого разговора, особенно на улице в сырую холодную погоду.

### ***Список литературы***

1. Чибикова-Луговская А.Е. Ритмика. – М., 1998.
2. Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. – М., 1989.
3. Метлов Н. Песни для детского сада. – М., 1965.
4. Абелян Л. Как Рыжик научился петь. – М., 1989.
5. Картушина М.Ю. Оздоровительные занятия с детьми 6–7 лет. – М., 2008.
6. Прошина Н.П. Использование здоровьесберегающих технологий на музыкальных занятиях [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://nsportal.ru/detskiy-sad/muzykalno-ritmicheskoe-zanyatie/2012/02/03/ispolzovanie-zdorovesberegayushchikh>