

Жирнова Оксана Владимировна

воспитатель

Плотникова Ольга Ивановна

воспитатель

Шатохина Наталья Николаевна

музыкальный руководитель

МБДОУ Д/С ОВ №45 «Росинка»

г. Старый Оскол, Белгородская область

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В МУЗЫКАЛЬНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ

Аннотация: в статье раскрываются здоровьесберегающие технологии, используемые для музыкально-оздоровительной работы. В работе представлены различные виды технологий здоровьесбережения, которые являются эффективными при работе с детьми.

Ключевые слова: музыкотерапия, дыхательная гимнастика, игровой массаж, речевые игры, пальчиковые игры.

Здоровье ребенка, по определению ВОЗ – это не только отсутствие болезни и физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие. Оздоровление детей являлось и является приоритетным направлением в работе ДОО, так как здоровые граждане – отражение социально-экономического состояния страны.

С каждым годом педагоги стараются отыскать новые приемы сохранения и укрепления здоровья детей. И все чаще обращаются к музыке. С помощью музыки возможно решать различный спектр задач образовательной деятельности: развивать музыкальные и творческие способности дошкольников, используя здоровьесберегающие технологии; формировать начала музыкальной культуры; создавать условия для формирования гармоничной, духовно и физически здоровой личности; воспитывать положительное отношение ребенка к окружающему

миру, самому себе; развивать у детей позитивную оценку действительности; создавать условия, обеспечивающие эмоциональное благополучие ребенка.

Основная форма музыкальной деятельности в ДОО – музыкальные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и творческих способностей каждого ребенка.

Для музыкально-оздоровительной работы используются в разных видах деятельности следующие здоровьесберегающие технологии:

Музыкотерапия – это создание такого музыкального сопровождения, которое способствует коррекции психофизического статуса детей в процессе их двигательно-игровой деятельности. Музыкотерапия проводится педагогами ДОО в течение всего дня: детей встречают под определенную музыку, они под музыку выполняют утреннюю гимнастику, укладываются спать, и т. д. Музыку используют во время занятий и в свободной деятельности.

Учеными доказано, что слушание правильно подобранной музыки снимает напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание. Музыкальные занятия с использованием технологий здоровьесбережения эффективны при учете индивидуальных и возрастных особенностей каждого ребенка, его интересов.

Дыхательная гимнастика, используемая в системе, повышает показатели дыхательной системы, развивает певческие способности. Суть разработанных методик по восстановлению и развитию функции речевого дыхания- это осознанное управление всеми фазами акта дыхания через тренировку дыхательных мышц и регулировку работы дыхательного центра. В ДОО можно использовать упражнения дыхательной гимнастики А. Стрельниковой, Б. Толкачевой.

Артикуляционная гимнастика способствует выработке качественных, полноценных движений органов артикуляции, подготовке к правильному произнесению фонем, способствуют тренировке мышц речевого аппарата. Упражнения могут проводиться отдельно, или как часть образовательной деятельности всеми педагогами ДО.

Артикуляционные гимнастики Е. Косиновой, Т. Куликовской направлены на улучшение показателей уровня развития речи детей, певческих навыков.

Игровой массаж тоже можно проводить как на музыкальных занятиях, так и в других видах деятельности. Тысячи лет назад тибетские врачи установили: нам приятно хлопать в ладоши, ходить босиком, так как это бессознательно посыпает положительные сигналы внутренним органам. Ребенок может научиться самомассажу в игре. Использование игрового массажа А. Уманской, М. Картушиной, А. Галанова повышает защитные свойства верхних дыхательных путей и всего организма, нормализует деятельность вестибулярного аппарата. Частота заболеваний верхних дыхательных путей как правило снижается.

Пальчиковые игры и сказки занимают важное место в образовательной деятельности («Гости», «Волк и колята», «1,2,3,4,5, будем пальчики считать», «Репка» и т. д. Они исполняются как песенки, или произносятся под музыку. Игры развиваются речь ребенка, двигательные качества, развивают моторику пальцев рук (подготовка к рисованию, письму).

Речевые игры позволяют детям овладеть всеми выразительными средствами музыки. Можно использовать речевые игры, предлагаемые Т. Боровик и Т. Тютюнниковой. Текст поется, или ритмично декламируется. В основе – детский фольклор. К звучанию добавляются музыкальные инструменты, движения. Использование речевых игр на музыкальных занятиях и в самостоятельной деятельности влияет на развитие эмоциональной выразительности речи детей, двигательной активности.

Список литературы

1. Галоплова А. Оздоровительные игры для дошкольников и младших классов.
2. Кудрявцева В. Развивающая педагогика оздоровления.
3. Радынова О. Музыкальное воспитание дошкольников.
4. Тютюнникова Т. Элементарное музицирование с дошкольниками.