

Шенцева Надежда Анатольевна

музыкальный руководитель

МБДОУ «Д/С №29 «Рябинушка»

Колесникова Елена Анатольевна

музыкальный руководитель

МБДОУ «Д/С №29 «Рябинушка»

Варламова Анастасия Владимировна

инструктор по физической культуре

МБДОУ «Д/С №46 «Вишенка»

г. Старый Оскол, Белгородская область

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ДОШКОЛЬНИКОВ ПОСРЕДСТВОМ МУЗЫКАЛЬНО-СПОРТИВНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ В ЛЕТНЕ-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ПЕРИОД

Аннотация: в статье говорится о значении летних спортивных и музыкальных праздниках и развлечениях, а также о том, что именно творчество и движение закладывают фундамент и дают перспективы формирования основ здорового образа жизни у ребенка-дошкольника.

Ключевые слова: здоровье, праздник, физическая активность, музыка, творчество.

«Лето, лето, лето, ты какого цвета?» Таким вопросом начинается известная детская песенка про лето. А лето разноцветное, яркое, жаркое, дарующее нам много всевозможных витаминов, не в таблетках, а витаминов вкусных, ароматных и очень полезных. Лето – самое любимое время года детворы. Когда задаешь детям вопрос: «А за что вы любите лето?», ребята наперебой кричат, что в это время года можно купаться в реке и море, загорать, бегать босиком по мягкой траве, играть во многие интересные игры... И вот здесь нам, взрослым, нужно придумать, как сделать для ребятешек летнюю пору не только интересной, но и максимально полезной.

Сколько радости и счастья приносит детям различные праздники и развлечения! Проводим мы их обязательно на свежем воздухе, если, конечно, нас не испугает дождик. Украшаем двор сада и групповые комнаты разноцветными шарами, звучат самые лучшие детские песни о детстве, детях, дружбе. На праздники приходят веселые герои, которые смешат детвору, играют с ними в игры, проводят спортивные аттракционы и соревнования. Сотрудники сада, мамы, папы, бабушки и дедушки сами становятся детьми и с удовольствием принимают участие в мероприятии под названием детское веселье! Традиционно в конце праздника любимая дискотека, где маленький народ раскрепощается, контактирует с ребятами не только своей группы, даже самые стеснительные не могут устоять, нет-нет, да и топнут ножкой!

Праздники – здорово! Но лето – это пора физической активности. В саду проходит множество спортивно-развлекательных и спортивно-музыкальных праздников и соревнований. Особенно весело и задорно проходят они между группами. Эстафеты, аттракционы и соревнования включают в себя упражнения на развитие бега, ходьбы, прыжков, ориентировки в пространстве, для этого нам на помощь приходят скакалки, мячи, дуги, кегли, обручи и многое другое оборудование. Для малышей мы придумали спортивно-развлекательную сказку «Испечем мы Колобок», где главный герой Колобок встречает в лесу всем известных персонажей сказки, которые предлагают Колобку и всем ребятишкам интересные игры и упражнения с инновационными атрибутами: массажер для ладоней, корригирующая дорожка «Диагональ», дидактическая игра «Прыг-скок», корригирующая дорожка «Стопы и врозь», ленточки на колечках (для дыхательной гимнастики).

Музыкальные занятия летом отличаются, конечно, от физкультурных занятий по своей физической насыщенности, но мы педагоги музыкальные руководители стараемся максимально обогатить свою музыкальную деятельность. Прежде всего – это песенки-распевки, дыхательная гимнастика, артикуляционные упражнения, игровой массаж, пальчиковые игры, речевые игры, музыкотерапия, физкультминутки, музыкально-ритмические упражнения, танцевальное

творчество. Отдельно хочется сказать о пении, как о важном виде музыкального развития детей. Пение – это большой физический труд. При пении идет хорошая нагрузка на связки, легкие, брюшную полость. Музыка – это одно из средств физического развития ребенка. Наша цель, как музыкальных руководителей, укрепление психического и физического здоровья, выявление и развитие музыкальных и творческих способностей детей, формирование привычки у них к здоровому образу жизни.

Стоит отметить, что именно творчество и движение закладывают фундамент и дают перспективы формирования основ здорового образа жизни у ребенка-дошкольника. А проявление творчества в музыкально-двигательной деятельности способствует активному, вдохновенному включению детей в процесс восприятия музыки, даёт возможность самооткрыться, ощутить многообразие оттенков интонации музыки и удовлетворить потребность дошкольников в движении.

Список литературы

1. Алябьева Е.А. Логоритмические упражнения без музыкального сопровождения: методическое пособие / Е.А. Алябьева. – М.: ТЦ Сфера, 2006. – 64 с.
2. Алябьева Е.А. Психогимнастика в детском саду: методические материалы в помощь психологам и педагогам / Е.А. Алябьева. – М.: ТЦ Сфера, 2003. – 88 с.
3. Арсеновская О.Н. Система музыкально-оздоровительной работы в детском саду: занятия, игры, упражнения / О.Н. Арсеновская. – Волгоград: Учитель, 2011. – 204 с.
4. Буренина А.И. Ритмическая мозаика: программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста / А.И. Буренина. – 2-е изд., испр. и доп. – СПб.: ЛОИРО, 2000. – 220 с.