

ВИДЫ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В ПРОЦЕССЕ МУЗЫКАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ.

"Я не боюсь еще и еще раз повторить:
забота о здоровье ребенка –
это важнейший труд воспитателя».
В.А.Сухомлинский

В современном обществе растет число детей с различными проблемами в состоянии здоровья с рождения, раннего или дошкольного возраста. А дошкольный возраст - это период интенсивного роста и развития организма и повышенной его чувствительности к влияниям природной и социальной среды.

Первоочередной задачей государства, в процессе решения которой зависит здоровье подрастающего поколения - воспитание здорового гражданина России и начинать эту работу нужно с дошкольного возраста. Дошкольный возраст должен являться основой становления полноценного психического, физического и социального развития ребенка.

Главная задача, поставленная перед педагогами детского сада - сохранить здоровье ребенка профилактическими и оздоровительными мероприятиями, проводимыми в детском саду. Практический опыт показывает, что только совместная работа педагогов и медицинских работников по оздоровлению детей может дать необходимый эффект.

Но и мы, музыкальные руководители не остались в стороне, так как музыка-это одно из средств физического развития детей. И это не означает, что малыша с пеленок необходимо растить гениального музыканта, а в наших силах научить его слушать, понимать музыку, наслаждаться ею. Музыка, воспринимаемая слуховым рецептором, воздействует не только на эмоциональное, но и на общее физическое состояние человека, вызывает реакции, связанные с изменением кровообращения, дыхания, и это послужило толчком для создания опыта работы, соединяющей традиционные музыкальные занятия с оздоровительными мероприятиями.

В результате была создана система музыкально-оздоровительной работы, объединяющая традиционные музыкальные занятия с оздоровительными мероприятиями. В рамках системы разработаны формы организации музыкально-оздоровительных мероприятий.

Целью, которой является организация музыкально-оздоровительной работы в ДОУ, обеспечивающая каждому ребёнку укрепление психического и физического здоровья, выявление и развитие музыкальных и творческих способностей, формирование привычки к здоровому образу жизни. Опираясь на современные программы и методики по воспитанию и оздоровлению детей были поставлены следующие задачи:

-развивать музыкальные и творческие способности детей в различных видах музыкальной деятельности, используя здоровьесберегающие технологии, исходя из возрастных и индивидуальных возможностей каждого ребёнка.

- сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье.

- создать условия, обеспечивающие эмоциональное благополучие каждого ребенка.

- формировать положительное отношение ребёнка к окружающему миру, к своей семье, сверстникам, самому себе.

- формировать осанку, гигиенические навыки.

Условия ДООУ для развития музыкальных и творческих способностей детей, укрепления их психофизического здоровья.

На музыкальных занятиях систематически используются **песенки-распевки**.

Цель песенок - распевок – подготовить голосовые связки к пению. С них я начинаю все музыкальные занятия. Несложные, добрые тексты «Добрый день», «Здравствуй говори», и младшие группы «Здравствуй ладошки» и мелодия, состоящая из звуков мажорной гаммы, поднимают настроение, задают позитивный тон к восприятию окружающего мира, улучшают эмоциональный климат на занятии, подготавливают голос к пению.

Дыхательная гимнастика играет важную роль в системе оздоровления дошкольников. Упражнения на развитие дыхания приучает детей дышать носом (что важно для задач дыхательных упражнений на музыкальных занятиях являются:

Укрепление физиологического дыхания детей (без речи). Тренировка силы вдоха и выдоха. Развитие продолжительности выдоха. Пение с предшествующей ему дыхательной гимнастикой оказывает на детей психотерапевтическое, оздоравливающее воздействие:

-положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении, в том числе и лёгочной ткани;

-способствует восстановлению центральной нервной системы;

-восстанавливает нарушенное носовое дыхание.

Не меньшую пользу здоровьесбережения оказывают и **артикуляционные гимнастики**, которые способствуют тренировке мышц речевого аппарата, ориентированию в пространстве, развивают музыкальную память, запоминание текста песен, внимание, развивают чувство ритма, учат имитации движений животных. Артикуляционная гимнастика бывает двух видов: пассивная (взрослый выполняет движения за ребёнком) и активная (ребёнок самостоятельно выполняет упражнения). Выполнять гимнастику сидя, так как в таком положении у ребёнка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении. В результате этой работы у наших детей повышаются показатели уровня развития речи детей, певческих навыков, улучшаются музыкальная память, внимание.

Не маловажное место на музыкальных занятиях занимают **пальчиковые игры**, которые на своих занятиях исполняю как песенки или

произносятся под музыку. В ходе "пальчиковых игр" ребенок, повторяя движения взрослых, достигает хорошего развития мелкой моторики рук, которая не только оказывает благоприятное влияние на развитие речи, но и подготавливает ребенка к рисованию, письму. Тренировку пальцев рук начинаем с младшего возраста. Пальчики у детей становятся более ловкими, гибкими, дети быстрее овладевают сложными упражнениями, речь детей значительно улучшается. Я рекомендую всем детям, особенно с речевыми проблемами.

Для развития мыслительной и речевой деятельности, в своей практике применяю (логоритмические) речевые музыкальные игры, которые способствуют снятию напряжения, возникающее у детей во время занятий. У детей, увлечённых игрой, повышается способность к непроизвольному вниманию, обостряется наблюдательность, а это необходимые качества для подготовки к школе. Речевое музицирование необходимо, так как музыкальный слух развивается в тесной связи со слухом речевым. В речевых играх Т. Боровик «Поросята», «Обезьянки» и Т. Тютюнниковой текст дети поют или ритмично декламируют хором, соло или дуэтом.

И **ритмодикламацию**, которую применяла для поздравления с юбилеем ДОУ. Подготовка детей для оказания помощи спортивной школе «Прометей» в открытии весеннего фестиваля ФВСК ГТО среди образовательных организаций г. Гуково на призыв многократного рекордсмена мира по пауэрлифтингу Бориса Трофимова., в стиле РЭП.

Для изменения вида деятельности детей, ослабить утомление и затем снова переключить их на продолжение занятия, я применяю **Физкультминутки**. Мною подобраны стихи и смешные потешки, разнообразные упражнения, имитирующие движения, позволяют проводить содержательную и яркую физкультминутку в любой момент, когда внимание детей становится рассеянным и им надо взбодриться.

Музыкотерапия - метод психотерапии, основанный на эмоциональном восприятии музыки. В зависимости от мелодии, ее ритмической основы и исполнения музыка может оказывать самые разнообразные эффекты - от индивидуального ощущения внутренней гармонии и духовного очищения до неуправляемого агрессивного поведения больших человеческих масс. Ее можно использовать для влияния на самочувствие человека. Музыкотерапия является важной составляющей музыкально- оздоровительной работы. Слушание правильно подобранной музыки повышает иммунитет детей, снижает напряжение и раздражительность, восстанавливает дыхание.

Цель игрового массажа посредством правильного выполнения массажа научить детей благотворно влиять на внутренние органы: сердце, лёгкие, печень, кишечник, воздействуя на биологически активные точки тела. Делая самомассаж определенной части тела, ребенок воздействует на весь организм в целом. Полная уверенность в том, что он делает что-то прекрасное, развивает у человека позитивное отношение к собственному телу. Ребенок может легко этому научиться в игре.

Таким образом, очень важно, что каждая из рассмотренных технологий имеет оздоровительную направленность и используется в комплексе здоровьесберегающая деятельность. В итоге сформирует у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное и неосложненное развитие. Применение в работе ДОО здоровьесберегающих педагогических технологий повышает результативность воспитательно-образовательного процесса, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников.

Для такого подхода созданы условия: возможность корректировки технологий, в зависимости от конкретных условий; опираясь на статистический мониторинг здоровья детей, вносятся необходимые поправки в интенсивность технологических воздействий, обеспечен индивидуальный подход к каждому ребенку; сформируются положительные мотивации у педагогов ДОО и родителей детей.

А результатом проводимой работы - повышение показателей физического развития и развития дыхательной системы детей. Улучшение двигательных навыков и качеств (пластичность, координация, ориентирование в пространстве); совершенствование вокальных навыков и умений.

Основа данного опыта базируется на программах и методических пособиях: по музыкальному воспитанию: «Методика музыкального воспитания в детском саду» Н. Ветлугиной, «Праздник каждый день» И. Каплуновой, «Музыкальное воспитание в детском саду» М. Зацепиной, «Музыкальное воспитание дошкольников» О. Радыновой, Программа «Элементарное музицирование с дошкольниками» Т. Тютюнниковой, Программа «Ритмическая мозаика», «Топ-хлоп, малыши» А. Бурениной, О.П.Радынова «Музыкальные шедевры».