

Консультация для родителей на тему: «Здоровьесберегающие технологии на музыкальных занятиях»

Воспитание здорового подрастающего поколения граждан России - первоочередная задача государства, от решения которой во многом зависит его будущее процветание. Во всех программах воспитания и обучения в дошкольных образовательных учреждениях, ведущую роль играют мероприятия, связанные с охраной здоровья ребенка, уровнем физического, психического развития. Укрепление здоровья воспитанников идет через интеграцию образовательных областей, создание условий безопасной образовательной среды, осуществление комплекса психолого-педагогической, профилактической и оздоровительной работы. Основной формой приобщения детей к музыке в дошкольном образовательном учреждении являются музыкальные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и творческих способностей каждого ребенка.

Здоровьесберегающие технологии — это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития. В концепции дошкольного образования предусмотрено не только сохранение, но и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников.

Выделяют три группы здоровьесберегающих технологий:

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья: ритмопластика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, технологии эстетической направленности, гимнастика пальчиковая, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная.
2. Технологии обучения здоровому образу жизни: коммуникативные игры, беседы из серии «Здоровье», самомассаж, точечный самомассаж.
3. Коррекционные технологии: арттерапия, технологии музыкального воздействия, сказкотерапия, технологии воздействия цветом, технологии коррекции поведения, психогимнастика,

Применение здоровьесберегающих технологий может варьироваться, в зависимости от сюжета, задач, использования тех или иных видов музыкальной деятельности.

На музыкальных занятиях используются следующие здоровьесберегающие технологии

1. Валеологические песенки-распевки.

Несложные тексты, состоящая из звуков мажорной гаммы в пределах квинты, поднимают настроение, задают позитивный тон восприятию окружающего мира, улучшают эмоциональный климат на занятии, подготавливают голос к пению, например: М. Красева «Барабанщик», Е. Тиличевой «Кукушечка», «Доброе утро!», «Трямди-песенка», «Просыпайтесь!», «Здравствуйте!» и др.

2. Дыхательная гимнастика

Включает в себя упражнения дыхательной гимнастики. Она помогает сохранить и укрепить здоровье ребенка. Дает возможность не терять бодрости и жизнерадостности, сохранять высокую работоспособность, нормализуют развитие голоса, певческих способностей детей, но и служит охране голоса от заболеваний. Кроме того, дыхательная гимнастика оказывает на организм человека комплексное лечебное воздействие:

- положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении, в том числе и легочной ткани;
- способствует восстановлению нарушенных в ходе болезни нервных регуляций со стороны центральной нервной системы;
- улучшает дренажную функцию бронхов;
- восстанавливает нарушенное носовое дыхание;
- исправляет развившиеся в процессе заболеваний различные деформации грудной клетки и позвоночника.

3. Артикуляционная гимнастика

Основная её цель – выработка качественных, полноценных движений органов артикуляции, подготовка к правильному звукообразованию. При разучивании песен наблюдается неправильное произношение отдельных звуков, что приводит к выводу о недостаточном развитии мышц речевого аппарата. Разработанные артикуляционные упражнения Е. Косиновой, Т. Куликовской, В. Цвынтарного способствуют тренировке мышц речевого аппарата, ориентирования в пространстве, учат имитации движений животных. В результате этой работы повышаются показатели уровня развития речи детей, певческих навыков, улучшается музыкальная память, внимание.

4. Оздоровительные и фонетические упражнения.

Проводятся для укрепления хрупких голосовых связок детей, подготовки их к пению, профилактики заболеваний верхних дыхательных путей.

В организованной музыкальной деятельности используются:

- оздоровительные упражнения для горла (по М. Картушиной);
- фонетические упражнения (по В. Емельянову);
- интонационно-фонетические упражнения (корректируют произношение звуков и активизируют фонационный выдох);
- игры со звуком;

Систематическое выполнение этих упражнений стимулирует гортанно-глоточный аппарат, развивает носовое и брюшное дыхание.

5. Игровой массаж.

Приемы самомассажа полезны не только больному, но и здоровому человеку. Делая самомассаж определенной части тела, ребенок воздействует на весь организм в целом. Ребенок может легко этому научиться в игре.

Использование игрового массажа повышает защитные свойства верхних дыхательных путей и всего организма, нормализуется вегето-сосудистый

тонус, деятельность вестибулярного аппарата и эндокринных желез. Частота заболеваний верхних дыхательных путей снижается. Комплексы массажа и самомассажа выполняются под музыку. Она звучит ненавязчивым, приятным фоном во время проговаривания текста (чаще всего, несложные стихи или русские народные потешки).

6. Пальчиковые игры.

Несложный стихотворный текст одновременно с движениями пальцев очень полезно. Пальчиковые игры Е. Железновой, В. Коноваленко, проводятся чаще всего под музыку - как попевки, песенки, которые сопровождаются показом пальчикового и теневого театра.

Регулярное включение в организованную музыкальную деятельность пальчиковых игр и сказок:

- стимулирует действие речевых зон коры головного мозга детей;
- совершенствует внимание и память;
- формирует ассоциативно-образное мышление;
- облегчает будущим школьникам усвоение навыков письма.

7. Речевые игры.

Речевое музицирование необходимо, т.к. музыкальный слух развивается в тесной связи со слухом речевым. Общими для речи и музыки являются: темп, регистр, тембр, артикуляция, динамика, форма и ритм. Поэтому данные игры развивают у детей как музыкальные, так и творческие способности (эмоциональную отзывчивость на музыку, музыкальную память, ладовое чувство, чувство ритма). У дошкольников формируется представление о структуре музыкального произведения, его форме; развивается звуковая культура речи, связная речь и ее грамматический строй. Ритмодекламации улучшают дикцию, увеличивают силу голоса, укрепляют голосовой и дыхательный аппараты.

Основой таких игр служит детский фольклор: русские народные потешки, песенки, шутки, считалки, дразнилки. Сопровождать декламацию могут музыкальные и шумовые инструменты, звучащие жесты (хлопки, шлепки, притопы, щелчки), танцевальные и пантомимические движения, имитация движений и повадок животных, сонорные и колористические средства. Использование речевых игр Т. Тютюнниковой эффективно влияет на развитие эмоциональной выразительности речи детей, двигательной активности, умение импровизировать в различных видах музыкальной деятельности.

8. Музыкалотерапия.

Этот метод психотерапии, основанный на эмоциональном восприятии музыки.

Слушание правильно подобранной музыки повышает иммунитет детей, снижает напряжение и раздражительность, восстанавливает дыхание. способствует коррекции психофизического здоровья детей в процессе их жизнедеятельности. Различают активную (двигательные

импровизации под соответствующий характеру музыки словесный комментарий) и пассивную (прослушивание стимулирующей, успокаивающей или стабилизирующей музыки специально или как фон) формы музыкотерапии.

Музыка способна устанавливать общее настроение, причем эмоциональная окраска образов, возникающих при ее восприятии, различна в зависимости от индивидуальных особенностей музыкального восприятия, степени музыкальной подготовки, интеллектуальных особенностей слушающего. Под влиянием музыки развивается художественное восприятие ребенка, богаче становятся переживания. Нет детей абсолютно равнодушных к музыке. Следовательно, вырабатываются положительные черты характера (уверенность, честность, смелость, доброта и т.д.), проходят невротические проявления (страхи, тревожность, неуверенность и др.). Таким образом, активно участвуя в музыкотерапевтическом сеансе, ребенок получает возможность выразить себя, свое эмоциональное состояние пением, движением, игрой на инструменте.

Современная организация музыкальных занятий с использованием этих технологий поможет обеспечить более бережное отношение к физическому и духовному здоровью воспитанников, выявить и развить музыкальные способности и творческий потенциал каждого малыша. Валеологические знания, полученные детьми на занятиях, будут способствовать формированию привычки жить в гармонии с самим собой, со своей семьей и окружающим миром.

В процессе работы на музыкальных занятиях стараюсь использовать все здоровьесберегающие технологии.

Таким образом: важная составляющая музыкально-оздоровительной работы в нашем детском саду - это создание такого музыкального сопровождения, которое способствует коррекции психофизического статуса детей в процессе их двигательной-игровой деятельности.

Музыкальная деятельность с использованием технологий здоровьесбережения эффективна при учете индивидуальных и возрастных особенностей каждого ребенка, его интересов. В соответствии с этим строится планирование, направленное на усвоение детьми определенного содержания, и педагогической импровизации, варьирующей ход деятельности, ее содержание и методы.