

## Здоровьесберегающие технологии на музыкальных занятиях в детском саду

Подготовил:  
Музыкальный руководитель  
Дружинина Е.Ю.

Одной из задач дошкольного образования определяет создание благоприятных условий для развития детей с использованием здоровьесберегающих технологий в соответствии с их возрастом и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребенка.

Особенно эффективно проводить оздоровительную работу с использованием такого могучего средства в решении воспитательных, образовательных и коррекционных задач, как музыка. Ведь именно музыка из всех видов искусства является самым сильным средством воздействия на человека, способствующим укреплению психического и физического здоровья, эмоционального благополучия, через восприятие и понимание смысла музыкальных произведений, пение, музыкально-ритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах и двигательную активность ребенка.

В работе с детьми мною используются следующие виды оздоровления.

**Логоритмические игры** — это игры, направленные на развитие моторики и произношения. Они включают в себя музыкальные, двигательные и игровые занятия.

**«Шла лисица вдоль тропинки» (с ритмическими палочками и шарами)**

Шла лисица вдоль тропинки (топ, топ, топ)

И нашла грибы в корзинке (топ, топ, топ)

Пять опят и пять лисичек (да, да, да)

Для лисят и для лисичек (да, да, да, как всегда)



**Пальчиковая гимнастика** - для развития мелкой моторики. Гимнастика, направленная на массаж и развитие мышц пальчиков рук малыша. Хорошая гимнастика для пальчиков, улучшает кровообращение, тонизирует мелкие мышцы на руках.

**«Этот пальчик»**

«Этот пальчик хочет спать, Этот пальчик — прыг в кровать! Этот пальчик прикорнул. Этот пальчик уж заснул. Тише, пальчик, не шуми, Братиков не разбуди... Встали пальчики. Ура! В детский сад идти пора!»

(Пальцы разомкнуты. Поочередно загибаются все пальцы, начиная с большого. Пальцы крепко сжаты в кулак, затем кулак энергично разжимается, пальцы разомкнуты.)



**Дыхательная гимнастика**

Упражнения на развитие дыхания играют важную роль в системе оздоровления дошкольников. Стоит обращать внимание на часто болеющих детей, имеющих различные речевые нарушения детей. Ведь ослабленное дыхание не даёт ребёнку полностью проговаривать фразы, правильно строить предложения, даже петь песни – приходится вдыхать воздух чаще.



### Фонопедические упражнения

Метод называется фонопедическим благодаря его восстановительно-профилактической и развивающей направленности. (Для справки: **Фониатрия** - это раздел оториноларингологии, посвящённый проблемам диагностики, лечения и профилактики заболеваний голосового аппарата, **фонопедия** –это раздел логопедии, занимающийся восстановлением и профилактикой голоса специальными педагогическими техниками).



### Игры с массажными мячиками

Массажный мячик предназначен для микромассажа. Шипы на его поверхности при перекатывании воздействуют на нервные окончания, улучшают приток крови и стимулируют кровообращение. Игры с массажными мячиками можно проводить как по телу ребёнка, так и используя только ручки. Эти мячики легко умещаются в детской ладошке, что позволяет с ними весело играть и развивать мелкую моторику рук.

#### «Ёжик»

Катится колючий ёжик, *(катать мячик)*

Нет ни головы ни ножек,

Нам по спинке он бежит

И пыхтит, пыхтит, пыхтит.

Бегаёт туда-сюда,

Мне щекотно, да, да, да!

Уходи, колючий ёж,

В тёмный лес, где ты живёшь!



**Валеологическое распевание** является частью здоровьесформирующих технологий, так как направлена на формирование привычки (навыка) подготовки голосового аппарата к пению, укрепления психического и физического здоровья путем мышечной и эмоциональной координации, потребности развития своих способностей, ведения здорового образа жизни. Валеологические песенки-распевки - это доступные для восприятия и воспроизведения тексты (М.Картушина, А.Евдотьева), наложенные на музыку в мажорном ладу. Валеологические песенки-распевки - это особые ритуалы, которые можно наблюдать на музыкальных занятиях.

*«Здравствуйте!» (разработка М.Картушиной)*

«Здравствуйте, ладошки, хлоп, хлоп, хлоп, (хлопают в ладоши)

Здравствуйте ножки, топ, топ, топ, (топают)

Здравствуйте щечки, плюх, плюх, плюх, (хлопают по щечкам)

Пухленькие щечки плюх, плюх, плюх, (хлопают по щечкам)

Здравствуйте губки, (3 раза «чмокают»)

Здравствуйте, зубки, (3 раза стучат зубками)

Здравствуй мой носик, бип, бип, бип,

(нажимают указательным пальцем на нос)

Здравствуй (собачка), привет! (посылают «привет»)



В результате использования на своих музыкальных занятиях здоровьесберегающих технологий, я отметила снижение частоты заболеваний и повышение интереса детей к музыке.

