

Консультация для родителей

«Применение здоровьесберегающих технологий на музыкальных занятиях в ДОУ»

Уважаемые родители!

В этой консультации, я бы хотела Вас познакомить с темой: «Применение здоровьесберегающих технологий на музыкальных занятиях».

Здесь вы узнаете, что это такое, для чего нужны эти технологии и какая от них польза детям?

Одной из важных задач нашего общества и государства является воспитание **здорового гражданина России**. Но возникают некоторые проблемы: это экология, некачественное питание. Это лишь некоторые моменты, отрицательно действующие на организм ребенка. Но сейчас в современном обществе появилась тенденция **«здорового образа жизни»**. Многие семьи поддерживают это направление.

Укрепление **здоровья** детей является приоритетной задачей психолого-педагогической работы по формированию физических, интеллектуальных и личностных качеств детей. Первые навыки и умения заботиться о себе и об окружающих дошкольник получает в ДОУ.

Что же такое **«здоровьесберегающие технологии?»**

«Здоровьесберегающая технология» – это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение **здоровья** ребенка на всех этапах его обучения и развития. Из этого следует, что использование **здоровьесберегающих технологий в работе музыкального руководителя** выступает как необходимое условие полноценного развития детей.

Музыкальное развитие ребенка с точки зрения физического развития имеет давнюю историю. Древнейшие ученые Пифагор, Аристотель, Платон считали, что **музыка** восстанавливает нарушенную болезнью гармонию в человеческом теле. Великий Авиценна лечил **музыкой** больных нервными и психическими заболеваниями.

Музыка воздействует не только на эмоциональное, но и на общее физическое

состояние человека. Она вызывает реакции, связанные с изменением кровообращения, дыхания. Такие ученые, как В. М. Бехтерев, П. Н. Анохин, изучая вопросы влияния **музыки на человека**, сделали выводы, что **музыка** может вызывать и ослаблять возбуждение организма, мелодический компонент

музыки положительно влияет на работоспособность или отдых человека. Основная форма **музыкальной** деятельности в ДОУ - **музыкальные занятия**.

Они проводятся два раза в неделю в указанное время согласно учебно – тематическому плану.

В своей системе **музыкально- оздоровительной** работы я использую следующих **здоровьесберегающих технологии** :

пальчиковая гимнастика

ритмопластика

музыкально-ритмические упражнения

музицирование

валеологические песенки - распевки

Пальчиковая гимнастика

Эта гимнастика позволяет совершенствовать моторную и зрительно-двигательную координацию. Задачи пальчиковой гимнастики и игр – стимулировать развитие речевых зон коры головного мозга. Игры развивают речь ребенка, двигательные качества, повышают координационные способности пальцев рук, соединяют пальцевую пластику с выразительным мелодическим и речевым интонированием, формирует образно-ассоциативное мышление на основе устного русского народного творчества.

Проводится гимнастика сидя на стульчиках после **музыкально ритмических** упражнений. Пальчиковая гимнастика разработана для каждого возраста.

Начиная с раннего возраста, гимнастика усложняется и добавляется.

Например, *«Мы делили апельсин»*, *«Бабушка очки*

надела», *«Паучок»*, *«Дружат в нашей группе»*, игра для

малышей *«Надувайся, пузырь»*, пальчиковая игра *«Воздушный шар»*, а также изобразительные упражнения по Б. С. Толкачеву и М. Л. Лазареву (*«Петух»*, *«Ежик»*, *«Комар»*, *«Жук»*).

Ритмопластика

Физиологическая потребность детского организма -это движение. Поэтому танцы, ритмичные движения мобилизуют физические силы, вырабатывают грацию, координацию движений, **музыкальность**, укрепляют и развивают мышцы, улучшают дыхание, активно влияют на кровообращение, способствуют выработке многих веществ, необходимых детскому организму.

Ритмичные и плавные движения усиливают приток крови к легким – они полнее насыщаются кислородом. Сердце работает при этом ритмичнее, активно подавая кровь ко всем органам, доставляя кислород. Нагрузка на мышцы живота нормализует работу кишечника и желудка. Движения укрепляют сон лучше, чем любое снотворное.

Быстрота реакции, координация движений, осознанное овладение танцевальными, ритмическими движениями, имеют значение и для умственного развития детей. На **музыкальных занятиях** ребенок занимается ритмопластикой в коллективе, а это способствует развитию у детей организованности, дисциплины, ответственности, взаимовыручки, внимательного отношения к окружающим, самостоятельности.

Валеологические песенки-распевки.

С них начинаются все **музыкальные занятия**. Тексты в них несложные, добрые, быстро запоминаются детьми. **Например**, Е. Железновой *«Здравствуйте, ладошки!»*, песенки-приветствия М. Картушиной.

Одним из важных вопросов **здоровьесбережения** является развитие детского голоса. Пение, наиболее доступный исполнительский вид **музыкальной** деятельности детей дошкольного возраста.

Совместное пение объединяет детей и доставляет им радость. При исполнении песен и попевок формируется весь комплекс **музыкальных способностей**: эмоциональная отзывчивость на **музыку**, ладовое чувство, **музыкально-слуховые представления**, активизируются умственные способности, выразительное исполнение.

Пение укрепляет голосовые связки, организует деятельность голосового аппарата. Правильная поза оказывает положительное влияние на глубокое дыхание.

Игра на музыкальных инструментах.

В **здоровьесберегающие** мероприятия входит игра на **музыкальных** инструментах. У детей развивается координация движений, мелкая моторика, понижается уровень умственного и физического утомления. В процессе музицирования отрабатываются различные коммуникативные навыки, устраняется повышенная застенчивость.

Навыки игры на некоторых инструментах, ударных, струнных, и др., также активизируют детскую фантазию. Игра на духовых инструментах, снижает уровень простудных заболеваний.

Музыкальные занятия с использованием технологий **здоровьесбережения** эффективны при учете индивидуальных и возрастных особенностей каждого ребенка, его интересов.

Опираясь на современные программы и методики по **музыкальному образованию и оздоровлению детей**, мы решаем следующие задачи:

- развиваем основные компоненты **музыкальности детей**, посредством внедрения **здоровьесберегающих технологий**,
- обеспечиваем комфорт детей в различных формах организации НОД и совместной деятельности,
- сохраняем и укрепляем психофизическое **здоровье детей**,
- развиваем сенсорные и моторные функции;
- обеспечиваем профилактику заболеваний опорно – двигательного аппарата, органов дыхания, простудных заболеваний.

Для решения этих задач необходима взаимосвязь с **родителями**. В нашем саду проходят семинары – практикумы для **родителей**, спортивные мероприятия и **музыкальные** развлечения с участием **родителей**. Благодаря взаимодействию педагогов дошкольного учреждения и **родителей** можно добиться очень больших результатов.

С уважением: музыкальный руководитель
И.А. Трифонова