МБ ДОУ д/с №18

Музыкальный руководитель

Клачкова Татьяна Максимовна

Краснодарский край

Гулькевичский район

пос. Гирей

*Музыкально-оздоровительная работа в ДОУ — новое направление в воспитании дошкольников*

От состояния здоровья детей во многом зависит благополучие общества. Экологические проблемы, некачественное питание, эмоциональный дискомфорт – лишь некоторые факторы, агрессивно воздействующие на хрупкие детские организмы. Здоровье ребенка, как говорится во Всемирной организации здравоохранения,- это не только отсутствие болезни и физических дефектов, но и полное физическое и психическое и социальное благополучие. Здоровье детей, как зеркало, отражает социально-экономическое состояние страны, отечественной медицины, а также отношение государства к проблеме охраны материнства и детства.

По данным медицинской статистики, количество дошкольников с хроническими заболеваниями увеличивается с каждым годом. В школу поступает только несколько процентов абсолютно здоровых первоклассников.

Несмотря на тенденцию возрождения в российских семьях здорового образа жизни, активную его пропаганду в средствах массовой информации, большинство родителей не заботятся в должной мере о здоровье своего ребенка, не прививают ему любви к окружающим людям, самому себе. А ведь именно в дошкольном возрасте интенсивно развиваются все органы и системы человека. Поэтому оздоровление детей в последнее время становится приоритетным направление в работе многих ДОУ. Педагоги, медицинские работники комплексно решают задачи физического, интеллектуального, эмоционального и личностного развития ребенка, подготовки его к школе, активно внедряя в этот процесс наиболее эффективные технологии здоровье сбережения.

О лечебной силе музыки свидетельствуют самые древние источники. Так, Пифагор , Аристотель, Платон считали, что музыка восстанавливает нарушенную болезнью гармонию в человеческом теле. Выдающийся врач все времен и народов Авиценна еще тысячу лет назад лечил музыкой больных нервными и психическими заболеваниями. С XIX века пошло распространение музыкотерапии в Европе. Музыка, воспринимая слуховым рецептором, воздействует не только на эмоциональное, но и на общее физическое состояние человека, вызывает реакции, связанные с изменением кровообращения, дыхания. Ритмика улучшает осанку ребенка, координацию, уверенность движений. Развитие эмоциональной отзывчивость и музыкального слуха помогают активизировать умственную деятельность.

Таким образом, музыка – это одно из средств физического развития детей. Этот вывод послужил стимулом для создании целой системы музыкально-оздоровительной работы в ДОУ, которая является новым направлением как в музыкальном, так и в физическом воспитании дошкольников и **цель** этой системы: организовать музыкально-оздоровительную работу в ДОУ, обеспечивающую каждому ребенку укрепление психического и физического здоровья, выявление и развитие музыкальных и творческих способностей, формирование привычки к здоровому образу жизни.

**Новизна** данной системы состоит в том, что на музыкальных занятиях, в свободной и самостоятельной творческой деятельности дошкольников актуально, необходимо использовать современные здоровьесберегающие технологии в игровой форме. Например, начинать каждое музыкальное занятие с жизнеутверждающей валеологической песни-распевки, дающей позитивный настрой детям на весь день. Слушание музыки и разучивание текстов песен можно перемежать с игровым массажем, самомассажем или пальчиковой игрой, пассивной музыкотерапией. Перед пением песен – заниматься дыхательной, артикуляционной гимнастикой, фонопедическими и оздоровительными упражнениями для горла и голосовых связок с целью профилактики простудных заболеваний. Речевые игры лучше сопровождать музыкально-ритмическими движениями, игрой на детских музыкальных (шумовых и мелодичных) музыкальных инструментах, а танцевальную импровизацию совместить с музыкотерапией. Проведение интегрированных музыкально-валеологических занятий, даже с участием родителей, медицинских работников, инструктора по физической культуре, позволяет педагогам как можно шире и интереснее рассказать ребенку о пользе здорового образа жизни, о необходимости знать и выполнять правила личной гигиены.

Основная форма музыкальной деятельности в ДОУ – музыкальные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и творческих способностей каждого ребенка. Занятия проводятся как индивидуальные, так и по подгруппам и фронтальные; по содержанию они разделяются на типовые, доминантные , тематические, комплексные , интегрированные.

На каждом музыкальном занятии используются следующие здоровосберегающии технологии.

Валеологические песенки-распевки. С них начинаются все музыкальные занятия. Несложные добрые тексты и мелодии, состоящие из звуков мажорной гаммы, поднимают настроение, задают позитивный тон к восприятию окружающего мира, подготавливают голос к пению.(Приложение №1)

Дыхательная гимнастика. Она позволяет через тренировку дыхательных мышц и регулировку работы дыхательного центра усвоить ребенку управление всеми фазами акта дыхания. В результате повышаются показатели диагностики [дыхательной системы](http://sundekor.ru/referat/ucheba/dykhatelnaia-sistema/), развитие певческих способностей детей.

Артикуляционная гимнастика. Основная ее цель – выработка качественных, полноценных движений органов артикуляции, подготовка к правильному произнесению фонем. Упражнения проводятся совместно с логопедом детского сада перед зеркалом. В результате этой работы повышаются показатели уровня развития речи детей, певческих навыков, улучшаются музыкальная память, внимание.

Оздоровительные и фонопедические упражнения проводятся по рекомендации и под наблюдением педиатра детского сада для укрепления хрупких голосовых связок детей, подготовки их к пению, профилактики заболеваний верхних дыхательных путей. В работе используются оздоровительные упражнения для горла, интонационно-фонетические и голосовые сигналы доречевой коммуникации, игры со звуком.(Приложение №2)

Игровой массаж. Тысяча лет назад тибетские врачеватели установили: нам приятно хлопать в ладоши, ходить босиком, так как это бессознательно посылает положительные сигналы внутренним органам. 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.(Приложение №3)

Пальчиковые игры. Игры развивают речь ребенка, двигательные качества, повышают координационные способности пальцев рук; сказки, которые исполняются как песенки или произносятся под музыку, формируют образно-ассоциативное мышление на основе устного русского народного творчества.(Приложение№4)

Речевые игры позволяют овладеть всеми выразительными средствами музыки. Речевое музицирование необходимо , так как музыкальный слух развивается в тесной связи со слухом речевым. В речевых играх текст поется или ритмично декламируется хором, соло или дуэтом. Основой служит детский фольклор. К звучанию добавляются музыкальные инструменты, звучащие жесты, движение. Использование речевых игр эффективно влияет на развитие эмоциональной выразительности речи детей, двигательной активности.

Музыкотерапия – важная составляющая музыкально-оздоровительной работы ДОУ. Музыкальное сопровождение способствует коррекции психофизического статуса детей в процессе их двигательно-игровой деятельности. Слушание правильно подобранной музыки повышает иммунитет детей, снимает напряжение и раздражительность. Музыкотерапия по Н.Ефременко проводится педагогами в течении всего дня – детей встречают, укладывают спать, поднимают после дневного сна, используют ее в качестве фона для занятий, свободной деятельности.

Современные методы здоровье сбережения должны присутствовать во всех видах педагогической деятельности. Организация В ДОУ 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

***Приложение1***

Валеологическая песенка-распевка «Цветочек»

*На полянке между кочек Дети сидят на корточках, опустив голову, сжавшись*

*в комочек.*

От травы зеленых, *Медленно поднимают голову*

Потянулся вверх цветочек,

Хрупкий несмышленый.

Он от ветра задрожал *«Дрожат»*

*И листочки вверх поднял* *Выпрямляются, поднимают ручки вверх,*

*«умываются».*

*А потом … раскрылся! Встают, руки в стороны*

Здравствуй, солнце ясное! *Хлопают в ладоши.*

Здравствуй, день погожий! *Гладят себя по голове.*

Я цветок такой прекрасный,

Добрый и хороший!

***Приложение 2***

Фонопедическое упражнение «Погреемся»

Мерзнут на ветру ладошки,

Мы погреем их немножко.

*Дети сначала дышат на ладошки бесшумно, затем с голосом –«А-а-а»*

*Далее чередуют : на правую –бесшумно, на левую – с голосом, потом наоборот.*

***Приложение 3***

Игровой массаж «Дождь»

*Дождь! Дождь! Надо нам* *Бегают пальчиками по лицу*

Расходиться по домам!

*Гром! Гром! Как из пушек! Барабанят пальчиками по лбу, щекам.*

Нынче праздник у лягушек.

*Град! Град! Сыплет град! Хлопают в ладоши.*

*Все под крышами сидят, Изображают руками «крышу» над головой*

*Только мой братишка в луже* *Гладят себя по лицу.*

*Ловит рыбу нам на ужин. Проводят большими пальцами*

***Приложение 4***

Пальчиковая игра «Кошка»

*Посмотрели мы в окошк*о- *Делают пальцами обеих рук «окошко»*

*По дорожке ходит кошка «Бегают пальцами правой руки по левой руке.*

*С такими усами! Показывают «длинные усы»*

*С такими глазами! Показывают «большие глаза»*

*Кошка песенку поет, «Зовут» правой рукой.*

Нас гулять скорей зовет!

Список литературы:

Борисова Е. К. Н. А. Развитие музыкальных способностей дошкольников в процессе музыкальных игр. М., 2008.

Ветлугина Н. А., Дзержинская И. Л., Комисарова Л. Н. Методика музыкального воспитания в детском саду: Учеб. для учащихся пед. уч-щ по спец. “Дошкольное воспитание”; / Под ред. Ветлугиной Н. А. – 3-е изд., испр. и доп. – М.: Просвещение, 2009. – 270с.: нот.

Дзержинская И. Л. Эстетическое воспитание средствами музыки в детском саду. Сб. «Вопросы эстетического воспитания в детском саду». М., 2010.

Зимина А. Н. Основы музыкального воспитания и развития детей младшего возраста: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2010. – 304с.: ноты.

Кононова Н. Г. Музыкально – дидактические игры для дошкольников: Из опыта работы муз. руководителя. – М., 2012. – 96с., ил.