Консультация для родителей

Тема: «Новые здоровьесберегающие технологии на занятиях по музыке»

Музыкальный руководитель МБДОУ д/с № 9 Озорнина Н.Н.

От состояния здоровья детей во многом зависит благополучие общества. Экологические проблемы, некачественное питание, эмоциональный дискомфорт - лишь некоторые факторы, агрессивно воздействующие на хрупкие детские организмы. Поэтому педагоги нашего дошкольного учреждения, комплексно решают задачи физического, интеллектуального, эмоционального и личностного развития ребенка, подготовки его к школе, активно внедряя в этот процесс наиболее эффективные технологии здоровьесбережения.

Музыкальное развитие ребенка в аспекте физического имеет свою давнюю историю. Музыка, воспринимаемая слуховым рецептором, воздействует не только на эмоциональное, но и на общее физическое состояние человека, вызывает реакции, связанные с изменением кровообращения, дыхания. В. М. Бехтерев доказал, что музыка может вызывать и ослаблять возбуждение организма.

В «Теории и методике музыкального воспитания в детском саду» Н. Ветлугина пишет, что пение развивает голосовой аппарат, речь, укрепляет голосовые связки, регулирует дыхание. Ритмика улучшает осанку ребенка, координацию, уверенность движений. Развитие эмоциональной отзывчивости и музыкального слуха помогают активизировать умственную деятельность. Таким образом, музыка - это одно из средств физического развития детей.

Содержание музыкально - оздоровительной работы в нашем детском саду, соединило традиционные музыкальные занятия с оздоровительными мероприятиями, с технологией музыкально-валеологического воспитания.

Новизна системы состоит в следующем:

1. На музыкальных занятиях, в свободной и самостоятельной творческой деятельности дошкольников используются современные здоровьесберегающие технологии в игровой форме. Привычные виды музыкальной деятельности, развивающие творческие способности и музыкальность ребенка, можно разнообразить с пользой для здоровья. Например, начинается каждое музыкальное занятие с жизнеутверждающей песни-распевки, дающей позитивный настрой детям на весь день. Слушание музыки и разучивание текстов песен перемежается с игровым массажем, самомассажем или пальчиковой игрой, пассивной музыкотерапией. Перед пением песен – занимаемся дыхательной, артикуляционной гимнастикой, оздоровительными упражнениями для горла и голосовых связок с целью профилактики простудных заболеваний. Речевые игры сопровождаются музыкально-ритмическими движениями, игрой на детских музыкальных (шумовых и мелодичных) инструментах, а танцевальную импровизацию совмещаем с музыкотерапией.

2. Проводим интегрированные музыкально - валеологические занятия. Совместное решение задач музыкального и валеологического воспитания позволяет как можно шире и интереснее рассказать ребенку о пользе здорового образа жизни, о необходимости знать и выполнять правила личной гигиены. Такие занятия проходят с участием родителей, медицинского работника, инструктора по физкультуре.

3. Применяем новые формы взаимодействия с семьей по музыкальному воспитанию, включая вопросы сохранения здоровья детей в детском саду и дома. Оздоровление детей, создание эмоционального комфорта – важнейшая задача нашего детского сада. Организация музыкальных занятий с использованием технологий здоровьесбережения помогает 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, способствуют формированию привычки жить в гармонии с самим собой, со своей семьей и окружающим миром.

Результатами этой музыкально - оздоровительной работы являются:

- Повышение уровня развития музыкальных и творческих способностей детей.
- Стабильность эмоционального благополучия каждого ребенка.
- Повышение уровня речевого развития.
- Снижение уровня заболеваемости (в большей степени простудными

болезнями). Стабильность физической и умственной работоспособности во всех сезонах года независимо от погоды.

Система музыкально - оздоровительной работы предполагает использование на каждом музыкальном занятии следующих здоровьесберегающих технологий:

Валеологические песенки-распевки.

С них я начинаю все музыкальные занятия. Несложные, добрые тексты «Здравствуйте ребята» 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.

Периферические органы слуха, дыхания, голоса, артикуляции неразрывно связаны и взаимодействуют между собой под контролем центральной нервной системы. Нарушением функции речевого дыхания считается: подъем грудной клетки вверх и втягивание живота на вдохе; слишком большой вдох; учащенность дыхания; укороченность выдоха; неумение делать незаметный добор воздуха; неправильная осанка. Суть разработанных методик по восстановлению и развитию этой функции - в осознанном управлении всеми фазами акта дыхания через тренировку дыхательных мышц и регулировку работы дыхательного центра.

В результате проведения на каждом занятии дыхательной гимнастики повышаются показатели диагностики дыхательной системы, развития певческих способностей детей. Упражнения на развитие дыхания играют важную роль в системе оздоровления дошкольников.

Основными задачами дыхательных упражнений на музыкальных занятиях

являются:

- Укрепление физиологического дыхания детей (без речи).
- Тренировка силы вдоха и выдоха.
- Развитие продолжительности выдоха.

Особую роль в оздоровлении детей выполняет музыка. Использование ритмических упражнений, разучивание музыкальных утренних гимнастик, спортивных танцев, танцевальных упражнений, обеспечивают достижение наибольшего эмоционального комфорта детей, включение гиподинамичных детей в интересные виды деятельности игры-гимнастики.

Большое внимание во взаимодействии всех участников педагогического процесса уделяется современным методам укреплении психологического здоровья и созданию условий для комфортного самочувствия ребенка. В настоящее время наблюдается интенсивное использование педагогами в воспитательно-образовательной работе с дошкольниками различных психодвигательных гимнастик, коммуникативных игр, творческих сюжетных игр, театрализованной деятельности, народных подвижных и хороводных игр. При таком подходе не только обеспечивается возможность для полноценного развития ребенка, но и в значительной мере создаются условия для сбережения и укрепления психологического здоровья, активизируется общение детей и взрослых.

Артикуляционная гимнастика.

Основная цель артикуляционной гимнастики - выработка качественных, полноценных движений органов артикуляции, подготовка к правильному произнесению фонем. Артикуляционные гимнастики Е. Косиновой, Т. Куликовской, В. Цвынтарного способствуют тренировке мышц речевого аппарата, ориентированию в пространстве, учат имитации движений животных. В результате этой работы у наших детей повышаются показатели

уровня развития речи детей, певческих навыков, улучшаются музыкальная память, внимание.

Игровой массаж тоже проводится на музыкальных занятиях. Тысячи лет назад тибетские врачеватели установили: нам приятно хлопать в ладоши, ходить босиком, так как это бессознательно посылает положительные сигналы внутренним органам. Приемы массажа полезны не только больному, но и здоровому человеку. 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. Использование игрового массажа А. Уманской, М. Картушиной, А. Галанова повышает защитные свойства верхних дыхательных путей и всего организма, нормализует вегетососудистый тонус, деятельность вестибулярного аппарата и эндокринных желез. Частота заболеваний верхних дыхательных путей снижается.

Пальчиковые игры.

Важное место на музыкальных занятиях занимают пальчиковые игры и сказки, которые исполняются как песенки или произносятся под музыку. Игры развивают речь ребенка, двигательные качества, повышают координационные способности пальцев рук (подготовка к рисованию, письму, соединяют пальцевую пластику с выразительным мелодическим и речевым интонированием, формируют образно-ассоциативное мышление на основе устного русского народного творчества.

Речевые игры.

Позволяют детям овладеть всеми выразительными средствами музыки. Речевое музицирование необходимо, так как музыкальный слух развивается в тесной связи со слухом речевым. В речевых играх Т. Боровик и Т. Тютюнниковой текст дети поют или ритмично декламируют хором, соло или дуэтом. Основой служит детский фольклор. К звучанию мы добавляем музыкальные инструменты, звучащие жесты, движение. Пластика вносит в речевое музицирование пантомимические и театральные возможности. Использование речевых игр на музыкальных занятиях, занятиях театрального кружка эффективно влияет на развитие эмоциональной выразительности речи детей, двигательной активности.

Музыкотерапия – важная составляющая музыкально- оздоровительной работы в нашем ДОУ. Это создание такого музыкального сопровождения, которое способствует коррекции психофизического статуса детей в процессе их двигательно-игровой деятельности. Слушание правильно подобранной музыки повышает иммунитет детей, снимает напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание. Музыкотерапия по Н. Ефименко проводится педагогами ДОУ в течение всего дня - детей встречают, укладывают спать, поднимают после дневного сна под соответствующую музыку, используют ее в качестве фона для занятий, свободной деятельности.

Музыкальные занятия с использованием технологий здоровьесбережения эффективны при учете индивидуальных и возрастных особенностей каждого ребенка, его интересов. В соответствии с этим занятия строятся на планировании, направленном на усвоение детьми определенного содержания, и педагогической импровизации, варьирующей ход занятия, его содержание и методы. Успех занятий невозможен без совместной деятельности музыкального руководителя и воспитателя, который активно помогает, организует самостоятельное музицирование детей в группе. «Музыка много дает для здоровья, если пользоваться ею надлежащим образом». Пифагор.

• Позови своего друга при помощи какой-нибудь мелодии.

«Саша, где ты?» А он тебе ответит: «Я здесь».

• Пропой свое имя. «Та-ня», «Са-ша», «Ка - зик».

• Спроси при помощи какой-нибудь мелодии, как зовут твоего друга. «Как тебя зовут?» А он тебе ответит.

• Попробуй сымпровизировать маленькие песенки, где есть звукоподражание животным, птицам или каким-либо явлениям окружающего мира.

Чу-чу! Чу—чу! Чу—чу!
Бежит паровоз.
Далеко, далеко
Нас поезд повез.

• Спой маленькую песенку, а мелодию к ней сочини сам. «Зайчик, зайчик, где ты был? На лужок гулять ходил», или «Гуси, гуси, где ваш дом? Возле речки под кустом».

• Перед тобой лежат несколько карточек с изображением животных: мишка, кошка, лягушка, петух и др. Выбери те, о которых можешь сочинить песенку. Например: «Утром на опушке квакали лягушки».

• Сочини и пропой песенку на слова: «Солнце ярко светит, весело на свете».

• Сочини грустную песенку на слова: «Дождик льет как из ведра, загрустила детвора».

• Сочини и пропой песенку, где сочетаются две мелодии (веселая и грустная):
«Машенька идет, весело поет,
Машенька упала, всем нам грустно стало».

• Послушай музыку и выбери для движения под музыку атрибуты, с которыми ты можешь танцевать.

• Послушай музыку и нарисуй то, что ты чувствуешь.

• Изобрази кошку, собаку, петуха, корову, лягушку, комара. Передай их настроение (кошка — ласкается, собачка — сердится и т. п.).

• Сочини танцевальные движения к народным танцам, к польке и вальсу.