

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида № 1 Шебекинского городского округа

Использование здоровье сберегающих технологий на музыкальных занятиях



Музыкальный руководитель:
Мануйлова Ольга Анатольевна

2020г.

Цель: Создание устойчивой мотивации и потребности в сохранении своего собственного здоровья и здоровья окружающих.

Задачи:

1. Показать педагогам возможности использования здоровьесберегающих технологий через:
 - обучение детей элементам самомассажа и взаимомассажа;
 - способы формирования представлений о здоровом образе жизни;
 - развитие разнообразных двигательных и физических навыков;
2. Формировать представлений о компонентах здорового образа жизни;
3. Способствовать созданию эмоционально-психологической комфортности;
4. Формировать положительную самооценку

От состояния здоровья детей во многом зависит благополучие общества. Влияние музыки на здоровье детей – это общепризнанный факт.

- С помощью музыки проводится развивающий дозированный эмоциональный тренинг, приводящий к улучшению психологического и физиологического состояния ребёнка.
- На музыкальных занятиях я стараюсь использовать как можно больше игр, которые способствуют формированию правил здорового образа жизни.
- В игре процесс воспитания осуществляется не через назидание, а через яркий, весёлый образ, а это очень нравится детям, легко ими усваивается.
- Эти игры вовлекают детей во взаимодействие и создают комфортный, доброжелательный, эмоциональный фон особенно необходимый воспитанникам младшего дошкольного возраста.



МЕТОДЫ использования здоровье сберегающих технологий



Приветствие (самомассаж): игра «Здравствуйте, ладошки»

- Здравствуйте, ладошки,
- Хлоп,хлоп, хлопок!
- Здравствуйте, ножки!
- Топ, топ, топ!
- Здравствуйте, щёчки!
- Плюх, плюх, плюх!
- Пухленькие щёчки
- Плюх, плюх, плюх!
- Здравствуйте, губки!
- Чмок, чмок, чмок!
- Здравствуйте, зубки!
- Щёлк, щёлк, щёлк!
- Здравствуй, мой носик!
- Пи, пи, пи!
- Здравствуйте!



Руки умеют лечить.

Давайте попробуем полечить себя при помощи распевки, где на проигрыш нужно делать точечный самомассаж

биологически активных зон лица.



- Где же ваши ручки?
- Вот наши ручки
- Где же ваши ножки?
- Вот наши ножки
- Где же ваши ушки?
- Вот наши ушки
- Где же ваши глазки?
- Вот наши глазки
- Где же ваши щёчки?
- Вот наши щёчки
- Где же ваши губки?
- Вот наши губки
- Где же ваш носик?
- Вот ваш носик
- Где же ваш лобик?
- Вот наш лобик

Самомассаж

- «Дождик – капелька».
- Дождик, дождик, капелька,
- **водяная сабелька**
- Лужу резал, резал, резал,
- **лужу резал, не разрезал**
- И устал
- **Пе-рес-тал .**



«Смешные человечки»



- Бежали мимо речки смешные человечки
- Прыгали, скакали
- Солнышко встречали
- Забрались на мостик
- Там забили гвоздик
- Потом бултых в речку
- Где же человечки?

Пальчиковая гимнастика используется для развития мелкой моторики



- Вот маленькая мышка по городу бежит
- Глядит во все окошки и пальчиком грозит
- А кто не лег в кроватку, а кто не хочет спать
- Такого непослушного я буду щекотать

Логоритмика

- это система двигательных упражнений, в которых различные движения (корпуса, головы, рук, ног) сочетаются с произнесением специального речевого материала под музыкальное сопровождение.



- **«СНЕГОВИК»**
- Тра-та-та, тра-та-та,
- Любит зиму детвора,
- Тра-та-та, тра-та-та,
- Лепим мы снеговика.
- Ком на ком поставим,
- Глазки подведем.
- Нос-морковку вставим,
- Шапочку найдем.
- Вот какой снеговичок,
- Снежный, белый толстячок!



Музыкальная терапия

это контролируемое использование музыки в лечении, реабилитации, образовании и воспитании детей и взрослых, страдающих от соматических и психических заболеваний.

Музыкальная терапия относится к интегрированным методам восстановления, укрепления и сохранения физического и психического здоровья человека



«Волшебные бубенцы»

(Используется в работе с детьми для развития контроля над телом.)

- У детей на голове шапочки с бубенчиками, которые звенят при малейшем движении.
- Задания: - Пройти так, чтобы не зазвенеть: обычным шагом, на цыпочках, боком, задним ходом, в присяде.
- - Станцуй так, чтобы не зазвенеть.
- - Двигаться, как любое понравившееся животное, но так, чтобы не зазвенеть.

Игры с использованием музыкальной терапии

● «Паровоз»

- (Используется в работе с детьми для развития динамического и ритмического слуха.)
- Паровоз движется в соответствии с изменением ритма и динамики ударных инструментов, которые сопровождают движение детей. Используются: барабан, маракасы, бубен, пластмассовая канистра. Дети двигаются громко-тихо, быстро-медленно. Если дети начинают двигаться неправильно, то «семафор показывает им красный свет, если правильно – то зелёный свет.

● «Зонтик Оле Лукойе»

- (Используется как для релаксации, так и для того, чтобы дети учились вслушиваться в музыку, учились её понимать)
- Педагог показывает детям волшебный зонтик Оле Лукойе. Рассказывает детям, что с помощью этого зонта можно увидеть сны. На зонтике – подвешены колокольчики. Детям предлагается закрыть глаза и внимательно слушать, какой же сон подарит им зонтик? Педагог вращает зонт и когда зонтик останавливается, колокольчики затихают, звучит музыка. После окончания музыки ребёнок должен рассказать, какой сон он увидел.

● «Пещера»

- (Используется для развития умения фантазировать)
- Дети сидят на ковре в удобных позах. Педагог говорит им, что сейчас мы отправимся в путешествие на ковре-самолёте: полетим через горы, леса. Летим под соответствующее музыкальное сопровождение с закрытыми глазами. Когда музыка останавливается, педагог говорит о том, что мы приземлились около пещеры. Сейчас мы откроем дверь, и увидим очень много интересного. Дети должны поделиться своими впечатлениями о том, что они там увидели. Это всё происходит под музыкальное сопровождение, а заканчивается путешествие с окончанием музыки, либо по определённому сигналу.

Заключение.

- Дошкольное учреждение, как первое звено непрерывного валеологического образования, предполагает выбор альтернативных форм и методов организации учебно-воспитательного процесса.
- Строить его необходимо на общепедагогических принципах: научности и доступности, непрерывности и практической целеустремлённости, гуманизации, динамичности и открытости.
- Необходимо помнить, о том, что положительные результаты в оздоровлении дошкольников возможны только при **совместной работе всего коллектива сотрудников ДОУ**, в понимании важности, значимости всех форм оздоровительной работы с детьми.