

Консультация для воспитателей:

«Музыка, как средство здоровьесбережения дошкольников»

Для современного этапа развития нашего общества характерен процесс пересмотра ценностных оснований социального существования человека. Оптимизация общественной жизни России невозможна без граждан, которые могли бы активно строить свою собственную жизнь, возлагая за неё ответственность, прежде всего, на самих себя. Появление таких людей связано с деятельностью всех социальных институтов воспитания, с одной стороны, и созданием, развитием социокультурной среды, с другой.

Возраст от трех до семи лет - важный период, в котором формируется человеческая личность и закладываются прочные основы здоровья. Моя задача укреплять здоровье детей дошкольного возраста является необходимым условием их всестороннего развития и обеспечения нормальной жизнедеятельности растущего организма на музыкальных занятиях.

Это объясняется тем, что к ребенку для обеспечения высокого уровня интеллектуально-познавательного развития предъявляются высокие требования, реализовать которые может только здоровый дошкольник.

Здоровье ребенка – это не только отсутствие болезней, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие. Поэтому оздоровление детей в последние годы становится приоритетным направлением в работе многих ДОО. Педагоги и медики ищут новые приемы сохранения и укрепления здоровья детей, создают благоприятные условия для их внедрения, основываясь на результатах диагностики состояния здоровья и индивидуальных особенностях каждого ребенка.

Музыкально-оздоровительная работа в ДОО – достаточно новое направление в музыкальном воспитании дошкольников.

Цель проводимой работы: организовать музыкально-оздоровительную работу в ДОО, обеспечивающую каждому ребенку укрепление психического и физического здоровья, выявление и развитие музыкальных и творческих способностей, формирование привычки к здоровому образу жизни.

Помимо образовательных и воспитательных задач, такая работа ставит перед собой и оздоровительные задачи:

1. Сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей.
2. Создавать условия, обеспечивающие эмоциональное благополучие каждого ребенка.
3. С помощью здоровьесберегающих технологий повышать адаптивные возможности детского организма (активизировать защитные свойства, устойчивость к заболеваниям).

Музыкально-оздоровительная работа в детском саду – это организованный педагогический процесс, направленный на развитие музыкальных и творческих способностей детей, сохранение и укрепление их психофизического здоровья с целью формирования полноценной личности ребенка.

Результатами этой работы являются:

1. Стабильность эмоционального благополучия каждого ребенка
2. Снижение уровня заболеваемости (в большей степени простудными болезнями)

3. Повышение уровня развития музыкальных и творческих способностей детей
4. Повышение уровня речевого развития
5. Стабильность физической и умственной работоспособности.

Для полноценного развития музыкальных и физических способностей детей у нас в ДООУ созданы все необходимые условия. Музыкальный и физкультурный зал, спортивная площадка, музыкальные уголки в группах оснащены соответствующим оборудованием для проведения музыкально-оздоровительной работы и отвечают гигиеническим требованиям.

Система музыкально-оздоровительной работы предполагает использование разнообразных здоровьесберегающих технологий. Среди которых валеологические песенки-распевки, дыхательная гимнастика, артикуляционная гимнастика, оздоровительные и фонетические упражнения, игровой массаж, пальчиковые игры, речевые игры, музыкотерапия. На некоторых технологиях я хотела бы остановиться подробнее.

Валеологические песенки – отличное начало любого музыкального занятия. Они поднимают настроение, задают позитивный тон к восприятию окружающего мира, подготавливают голос к пению.

Доброе утро!

Доброе утро! /Поворачиваются друг к другу

Улыбнись скорее! /Разводят руки в стороны

И сегодня весь день /Хлопают в ладоши

Будет веселее.

Мы подгладим лобик /Движения по тексту

Носик и щечки

Будем мы красивыми /Постепенно поднимают руки вверх,

Как в саду цветочки / выполняя «фонарики»

Разотрем ладошки /Движения по тексту

Сильнее, сильнее

А теперь похлопаем

Смелее, смелее.

Ушки мы теперь потрем

И здоровье сбережем

Улыбнемся снова

Будьте все здоровы!

Использовать валеологические песенки можно как в начале занятия, так и в конце. Несложные добрые тексты и мелодия, состоящая из звуков мажорной гаммы, позитивно влияют на настрой детей, улучшают эмоциональный климат на занятии.

Проводя в начале учебного года мониторинг, отмечаем для себя детей, имеющих речевые нарушения и часто болеющих детей. Ведь ослабленное дыхание не дает ребенку полностью проговаривать фразы, правильно строить предложения, даже петь песни – приходится вдыхать воздух чаще. Поэтому в своей работе уделяю особое внимание дыхательной гимнастике. Упражнения на развитие дыхания играют важную роль в системе оздоровления дошкольников. Медиками доказано, что дыхательная гимнастика оказывает на детей психотерапевтическое,

оздоравливающее и даже лечебное воздействие. Положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении (в том числе и легочной ткани), способствует восстановлению центральной нервной системы, улучшает дренажную функцию бронхов, восстанавливает нарушенное носовое дыхание.

Основными задачами дыхательных упражнений являются:

1. Укреплять физиологическое дыхание детей
2. Тренировать силу вдоха и выдоха
3. Формировать правильное речевое дыхание (короткий вдох – длинный выдох)
4. Развивать продолжительный вдох.

При разучивании песен на музыкальных занятиях, часто приходится наблюдать, что некоторые дети неправильно произносят отдельные звуки. Это говорит о неполном развитии речевого аппарата. В наших силах помочь каждому ребенку справиться с этими трудностями при помощи специальных упражнений артикуляционной гимнастики. Она способствует тренировке движений, необходимых для правильного произношения звуков, слогов, целых слов. Упражнения проводятся совместно с логопедом ДОУ, который помогает отобрать нужные упражнения для артикуляционной гимнастики и разучить их с детьми. При этом важно соблюдать определенную последовательность, идти от простых упражнений к более сложным. Регулярное использование артикуляционных упражнений улучшает качество речи детей и, соответственно, качество пения. Мониторинг, проводимый в конце учебного года, позволяет наблюдать положительную динамику речевого развития детей. Дети стали лучше говорить, с удовольствием читают стихи, исполняют роли в детских праздниках.

Еще один интересный элемент музыкально-оздоровительной работы в детском саду – игровые ритмические упражнения. Это специальные упражнения для согласования движений с музыкой. Игра и движение – важнейшие компоненты жизнедеятельности детей. Подобные упражнения способствуют развитию воображения, музыкально-творческих способностей ребенка, формированию процесса восприятия и включению в работу обоих полушарий мозга, снимает мышечную зажатость, улучшает физическое самочувствие, повышает общительность детей. Через игровые ритмические упражнения ребенок выражает свои чувства и высвобождает накопленную энергию, превращая её в акт творчества.

Дождь

Дождик слабенький бывает, вот такой... /тихо и редко хлопает в ладоши (половинные)

Ну-ка, хлопайте, ребятки, все со мной! /дети повторяют движение
А бывает дождик сильный, вот такой... /хлопает в ладоши сильней / (четвертные)

Снова хлопайте, ребятки, все со мной! /дети повторяют движение
А ещё бывают в небе чудеса –
гром гремит и начинается ГРОЗА! /топает и хлопает /одновременно (восьмые).

/Дети подхватывают движения

Важное место на занятиях занимают пальчиковые игры. Существует прямая связь между движениями рук и произнесением слов. Исследователи, изучающие механизмы речи, утверждают, что речевые области мозга у детей частично формируются под влиянием импульсов, поступающих от пальцев рук. Кроме того, на ладонях людей находятся важные для всего организма биологически активные точки. В связи с этим особый интерес представляют пальчиковые игры, которые позволяют в игровой форме разминать, массировать пальчики и ладошки, благоприятно воздействуя на все внутренние органы. Тексты для этих игр должны быть довольно-таки простыми - русские народные песенки, потешки, считалки, короткие стихотворения.

Пальчиковые игры развивают речь ребенка, двигательные качества, повышают координационные способности пальцев рук (подготовка к письму, рисованию), соединяют пальцевую пластику с выразительным мелодическим и речевым интонированием, формируют образно-ассоциативное мышление.

Кошка

Посмотрели мы в окошко /делают пальцами обеих рук «окошко»
По дорожке ходит кошка / «бегают» указательным и средним пальцами
/правой руки по левой руке.

С такими усами /показывают «длинные усы»

С такими глазами /показывают «большие глаза»

Кошка песенку поет

Нас гулять скорей зовет /»звонит» правой рукой

Речевые игры – одна из форм творческой работы с детьми не только в работе логопеда и воспитателя, но и в музыкальном воспитании. Доказано, что музыкальный слух развивается совместно с речевым. Средства музыкальной выразительности – ритм, темп, тембр, динамика – являются характерными и для речи. Таким образом, использование речевых игр на занятиях позволяет детям с младшего возраста овладеть всем комплексом выразительных средств музыки. Речевые игры, сопровождающиеся движениями, звучащими жестами (хлопками, щелчками, шлепками и др.), звуками детских музыкальных инструментов, прекрасно развивает чувство ритма. Ритм музыки в сочетании с декламацией легче усваивается детьми, а поддержка текста движениями или музицированием способствует лучшему запоминанию, более эмоциональному воспроизведению.

Листопад

Осень, осень! Листопад! (ритмичные хлопки)

Лес осенний конопат (щелчки пальцами)

Листья рыжие шуршат (трут ладошкой о ладошку)

И летят, летят, летят! (качают руками)

Музыкотерапия - одно из перспективных направлений оздоровительной работы в ДОУ. Она способствует коррекции психофизического здоровья детей в процессе их жизнедеятельности. Слушание правильно подобранной музыки с выполнением психогимнастических этюдов М.Чистяковой повышает иммунитет

детей, снимает напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание.

В детском саду музыка необходима детям в течение всего дня. Это не значит, что она должна звучать непрерывно. Музыка должна прослушиваться детьми дозированно, в зависимости от времени суток, вида деятельности, даже настроения детей.

Использование в работе по музыкальному воспитанию здоровьесберегающих технологий дало свои результаты. Проведенный в конце учебного года мониторинг показал хорошую динамику музыкального развития дошкольников. Дети стали реже болеть, меньше пропускать занятия и, соответственно, лучше усвоили материал программы. Процент детей, показавший высокий уровень музыкального и творческого развития (по результатам итогового мониторинга) значительно вырос.

Надо отметить, что успех проводимой музыкально-оздоровительной работы зависит не только от работы педагогического коллектива ДООУ, но и от отношения к данной проблеме в семье. С целью просвещения родителей по этому вопросу проводятся консультации, открытые занятия, совместные музыкально-спортивные праздники и развлечения. Родители охотно принимают участие в подобных мероприятиях. Использование здоровьесберегающих технологий не только на занятиях в ДООУ, но и в семейном воспитании помогает более эффективно развивать музыкальные способности дошкольников, сохранять и укреплять их здоровье..

Оздоровление детей, создание эмоционального комфорта – важнейшая задача ДООУ. Организация в детском саду музыкально-оздоровительной работы с использованием современных методов здоровьесбережения обеспечивает более бережное отношение к физическому и духовному здоровью детей, помогает в комплексе решать задачи физического, интеллектуального, эмоционального и личностного развития ребенка, активно внедряя в этот процесс наиболее эффективные технологии здоровьесбережения. Ведь от состояния здоровья детей во многом зависит благополучие общества.