

Консультация для родителей

«Оздоровительная работа на музыкальных занятиях»

Здоровье ребенка – это не только отсутствие болезней и физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие. Поэтому оздоровление детей в последнее время становится приоритетным направлением в работе детского сада. Педагоги ищут новые приемы сохранения и укрепления здоровья детей, создают благоприятные условия для их внедрения, основываясь на результатах диагностики состояния здоровья и индивидуальных особенностей каждого ребенка.

О лечебной силе музыки свидетельствуют самые древние источники. Так, Платон, Пифагор, Аристотель считали, что музыка восстанавливает нарушенную болезнью гармонию в человеческом теле.

Основная форма музыкальной деятельности в детском саду – музыкальные занятия, в ходе которых осуществляются систематическое, целенаправленное и всестороннее развитие и формирование музыкальных и творческих способностей каждого ребенка. Музыкально-оздоровительная работа предполагает использование в организованной учебной деятельности следующих здоровье-сберегающих технологий.

1. Валеологические песенки-распевки – с них начинаются музыкальные занятия. Несложные добрые тексты 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.

2. Дыхательная гимнастика – упражнения на развитие дыхания играют важную роль в системе оздоровления дошкольников. Система дыхательных упражнений, направленных на развитие дыхательного аппарата путем тренировки речевого и голосового аппарата, сочетающаяся с соответствующими движениями. Занятия по дыхательной гимнастике рекомендуется проводить 2–3 раза в неделю. Дыхательные упражнения проводятся 2 раза в день: в утренние часы на зарядке, на спортивных, музыкальных занятиях для восстановления дыхания. Дыхательные упражнения сочетаются с ароматерапией. Стоит обратить особое внимание на часто болеющих детей, имеющих различные речевые нарушения. Ведь ослабленное дыхание не дает ребенку полностью проговаривать фразы, петь песни – приходится вдыхать воздух чаще.

Основные задачи дыхательных упражнений в организованной учебной деятельности по музыке:

- формировать правильное речевое дыхание (короткий вдох – длинный выдох);
- укреплять физиологическое дыхание детей (без речи);

- тренировать силу вдоха и выдоха;
- развивать продолжительный выдох.



3. Звуковая гимнастика. Дыхательные упражнения с произнесением гласных и согласных звуков. Используется на всех видах занятий и в свободное время.

В качестве речевого материала в организованной учебной деятельности используются сначала отдельные гласные звуки, затем слоги, слова и фразы. По мере выполнения упражнений по развитию речевого дыхания продолжительность речевого выдоха возрастает. Пение с предшествующей ему дыхательной гимнастикой оказывает на детей психотерапевтическое, оздоравливающее и даже лечебное воздействие.

4. Пальчиковые игры. Существует прямая зависимость между движениями рук и произношением слов. Исследователи, изучающие механизм 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 размять, массировать пальчики и ладошки, благоприятно воздействуя на все внутренние органы. В организованной учебной деятельности пальчиковые игры проводятся чаще всего под музыку, сопровождаются показом ярких иллюстраций, игрушек, героев пальчикового театра. Мелодия подбирается с учетом возраста детей, но всегда несложная, легко запоминающаяся. Аккомпанировать таким играм можно как на фортепиано, так и на металлофоне, включать в музыкальное сопровождение звучание шумовых

инструментов. Пальчиковые игры развивают речь детей, двигательные качества, повышают координационные способности пальцев рук (подготовка к рисованию, письму), соединяют пальцевую пластику с выразительным мелодическим и речевым интонированием, формируют образно-ассоциативное мышление. Тексты для этих игр должны быть простыми: короткие стихотворения, народные песенки, потешки, считалки, небольшие сказки.



5. Речевые игры – одна из форм творческой работы с детьми не только в развитии речи, но и в музыкальном развитии. Доказано, что музыкальный слух развивается совместно с речевым. Средства

музыкальной выразительности: ритм, темп, динамика, артикуляция, форма – являются характерными и для речи. Таким образом, использование речевых игр в организованной учебной деятельности позволяет детям с самого раннего возраста овладеть всем комплексом выразительных средств. Речевые игры и упражнения на музыкальных занятиях могут сопровождаться движениями, звучащими жестами: хлопками, притопами, щелчками.



Большую роль играет использование детских музыкальных инструментов.



Тексты, подбираемые для речевых игр, должны быть простыми, соответствующими возрасту дошкольников, легко запоминаемыми. Это образцы устного народного творчества: песенки, прибаутки, считалки, дразнилки, колыбельные, потешки. Речевые упражнения имеют огромное значение в развитии чувства ритма. Ритм музыки в сочетании с декламацией легче усваивается детьми. А поддержка текста музицированием или движением способствует лучшему запоминанию, более эмоциональному воспроизведению. Жестикуляция, пластика, мимика в речевой игре превращают ее в театральную сценку, позволяют детям

импровизировать, раскрывать свой творческий, актерский потенциал.



Одним из видов речевых игр, используемых в организованной учебной деятельности, является **ритмодекламация** – ритмическое произнесение текста на фоне звучащей музыки. Музыка для фона подбирается в соответствии с темпом речи, особенностями ритмического рисунка, содержанием текста. Например, потешка про зайчика не должна произноситься в сопровождении медленной мелодии в низком регистре. И наоборот, образу медведя не подойдет скачкообразное движение высоких звуков. Речевые игры и упражнения проводятся на музыкальных и театрализованных занятиях, в свободной деятельности детей, на прогулке.

6. Музыкотерапия – одно из перспективных направлений жизни детского сада. Она способствует коррекции психофизического здоровья детей в процессе их жизнедеятельности. Слушание правильно подобранной музыки с выполнением психогимнастических этюдов повышает иммунитет детей, снимает напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание. Современные сведения, наложенные на древнейшие знания, показывают, что звуки различных музыкальных инструментов по-разному влияют на организм человека:

- звучание ударных инструментов способно дать ощущение устойчивости, уверенности в будущем, физически взбодрить, придать человеку силы;
- духовые инструменты влияют на формирование эмоциональной сферы;
- медные духовые мгновенно пробуждают человека ото сна, делают его бодрым, активным;
- интеллектуальной сфере соответствует музыка, исполняемая клавишными инструментами, особенно фортепианная (неслучайно звучание рояля называют самой математической музыкой);
- струнные инструменты прямо воздействуют на сердце (они, в особенности скрипки, виолончели и гитары, развивают в человеке чувство сострадания);
- вокальная музыка влияет на весь организм, но больше всего на горло (Выражение «чарующий голос» очень актуально в настоящее время, так как умение выразительно произносить слова стало настоящим искусством подчинения людей своей воле, создания определенного имиджа, что чрезвычайно важно для политика, руководителя и любого человека, кому необходима коммуникабельность.)

На музыку реагирует и температура тела. Громкая музыка с сильными ритмами может повысить температуру тела на несколько градусов и согреть в холод, в то время как мягкая музыка способна «охладить нас».

7. Артикуляционная гимнастика – это выработка качественных, полноценных движений органов артикуляции, подготовка к правильному произнесению фонем. Артикуляционная гимнастика способствует тренировке мышц речевого аппарата, ориентированию в пространстве, учат имитации движений животных. В результате этой работы повышаются показатели уровня развития речи детей, певческих навыков, улучшаются музыкальная память, внимание.

В детском саду музыка необходима в течение всего дня. Это не значит, что она должна звучать непрерывно и громко. Музыка должна прослушиваться детьми дозированно, в зависимости от времени суток, вида деятельности, даже настроения детей. Хорошо, если утром в группе будет встречать приветливый воспитатель, который предусмотрительно включит солнечную мажорную классическую музыку, добрые песни с хорошим текстом. Ведь каждый день ребенку наносится пусть незаметная травма – ситуация отрыва от дома и родителей. Поэтому одной из оздоровительно-

профилактических задач детского сада должно стать создание оптимальных условий ежедневного приема детей в их второй дом – детский сад. И музыка в этом плане оказывает неоценимую услугу для расслабления, снятия эмоционального и физического напряжения. Для приятного погружения в дневной сон необходимо воспользоваться благотворным влиянием мелодичной классической и современной релаксирующей музыки, наполненной звуками природы. Дети на подсознательном уровне успокаиваются, расслабляются.

Музыкальные занятия с использованием здоровьесбережения эффективны при учете индивидуальных и возрастных особенностей каждого ребенка, его интересов. В соответствии с этим занятия строятся на планировании, направленном на освоение детьми определенного содержания и педагогической импровизации, варьирующей ход занятия, его содержание и методы. Успех занятия невозможен без совместной деятельности музыкального руководителя и воспитателя, который активно помогает, организует музицирование детей в группе.

8. Биоэнергопластика – новая методика проведения артикуляционной гимнастики, которая помогает детям справиться с речевыми трудностями. Проводится одновременно с движениями кисти руки (правой или левой), затем обеих, имитирующих движения челюсти языка, губ логопедами и воспитателями речевых групп в утренние и вечерние часы, на занятиях.

9. Логоритмика – система музыкально-двигательных, речедвигательных и музыкально-речевых игр и упражнений, осуществляемых в целях логопедической коррекции. Используется на всех видах занятий и в свободное время.

10. Игротимнастика служит основой для освоения ребенком различных видов движений (строевые, акробатические упражнения, упражнения на расслабление мышц, на укрепление осанки). Используется на занятиях физической культуры, ритмике.

Применение в работе детского сада здоровьесберегающих педагогических технологий повышает результативность воспитательно-образовательного процесса, формирует у педагогов и родителей



ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников.

**Музыкальный руководитель
Степанова Л.В.**

Список литературы:

1. Алябьева Е.А. Логоритмические упражнения без музыкального сопровождения: Методическое пособие. — М.: ТЦ Сфера, 2006. — 64 с.
2. Картушина М.Ю. Логоритмика для малышей: Сценарии занятий с детьми 3-4 лет. (Программа развития.) - М.: ТЦ Сфера, 2005. - 144 с.
3. Алябьева Е.А. Психогимнастика в детском саду: Методические материалы в помощь психологам и педагогам. — М.: ТЦ Сфера, 2003. - 88 с.
4. Буренина А. И. Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста). — 2-е изд., испр. и доп. — СПб.: ЛОИРО, 2000. - 220 с.
5. О.Н.Арсеневская. Система музыкально-оздоровительной работы в детском саду: занятия, игры, упражнения-Волгоград: Учитель, 2011-204с.