

Алексеева Инна Георгиевна  
Музыкальный руководитель  
МАДОУ 113 "КАПИТОШКА "

### Здоровьесберегающие технологии в развитии музыкальных возможностей детей.

На музыкальных занятиях актуально, возможно и необходимо использовать современные здоровьесберегающие технологии в игровой форме.

Привычные виды музыкальной деятельности, развивающие творческие способности и музыкальность ребёнка, можно разнообразить с пользой для здоровья.

Важную роль в оздоровлении ребёнка играет развитие дыхательного аппарата. Чем раньше дыхательные упражнения включаются в методику занятий, тем больше их эффект. Постоянно проводится и корректируется работа над певческим дыханием, которое является главным звеном единого певческого процесса. Детям легко объяснить: « Вдыхаем мы носиком, как будто нюхаем розочку». Во время пения происходит формирование всех физиологических процессов: работает диафрагма и дыхательный аппарат (легкие, трахея, связки), артикулярный аппарат (язык, губы зубы). При этом задействован и пищеварительный тракт, усиливается кровообращение. Вот Почему мне, как музыкальному руководителю, нужно уделять большое внимание правильному дыханию детей во время пения песен, попевок, распевов, речевых игр. Правильное дыхание предохраняет голос от переутомления. Поднимает тонус внутренних мышц гортани. Улучшает кровообращение, помогает приобрести в голосе яркость, легкость, округлость.

Детям можно объяснить и необходимость непрерывного « пролива» звука, постоянно льющегося дыхания. Этому помогает упражнение с пёрышком или пушинкой, которая подвешивается на ниточке, прикреплённой к палочке. Дети делают певческий вдох, а затем медленно непрерывно выдыхают, стараясь, чтобы пушинка, которая находится на небольшом расстоянии от лица на уровне рта, отклонившись от выдоха, не опала.

В процессе этого упражнения хорошо тренируется система дыхания, укрепляются дыхательные мышцы.

Важно следить за осанкой, позой детей не только во время пения и исполнения песен, но и во время слушания песен. Постоянно слежу, чтобы дети брали дыхание перед началом пения и между музыкальными фразами. Поэтому после вступления к песне предлагаю игровой прием - «понюхать цветочек» и сразу начинать петь. Чтобы дети не «разрывали» слов, учу их петь связно в правильном исполнении.

Стараюсь сделать занятия с детьми более интересными, поэтому использую в своей работе такие виды, как дыхательные пятиминутки, звукодыхательные, звукодвигательные и звукоречевые игры, голосовые

упражнения. В своей работе использую игры для дошкольников, созданные педагогом Т Э Тютюнниковой, Майей Родиной. Эти игры, где вместе с детьми проговариваем текст и одновременно простукиваем ритмический рисунок, очень нравятся детям. Например, Игра «Палочки».

Тук,тук,тук,тук  
Деревянный это звук,  
Это палочки у нас,  
Нет не палочки.  
А что?  
Лыжи,вилка-например  
Это вилка у нас.  
Раз.раз.раз.раз-4 шага вокруг  
Это вилка у нас-4 шага изи круга.

Пение – форма дыхательной гимнастики, развивает голосовой аппарат, укрепляет голосовые связки, улучшает речь. Систематическое применение пения оказывает выраженную положительную динамику показателей функции внешнего дыхания.

Ребенок, занимаясь дыхательной гимнастикой, попадает в особый микромир песен, игр, стихов.

Взаимосвязь музыки, слова и движения прекрасно представлена в хороводах. Ребенок, освоивший правильное дыхание, нуждается в постоянном контроле и наблюдении за правильностью его дыхания.

Отсюда необходимость постоянного повторения дыхательных упражнений для закрепления навыков правильного речевого и певческого дыхания.

Известно, что занятия пением, если они включают постановку певческого голоса и строятся грамотно и природосообразно, способствуют физическому развитию детей, укреплению их здоровья. В противном случае они могут нанести вред детскому организму, привести к заболеваниям певческого аппарата.

И так, с одной стороны, музыка благоприятна для организма в целом, она является одним из средств физического развития ребенка. С другой стороны, здоровьесберегающие технологии (дыхательная гимнастика, пальчиковые и игровые игры, игровой массаж, элементы танцетерапии), используемые на занятиях музыкой, помогают развитию музыкальных способностей дошкольников.

Ровным кругом.

Дети взявшись за руки, ритмично идут по кругу говоря; «Ровным кругом друг за другом, мы идем за шагом шаг, Стой на месте! Дружно вместе сделаем вот так!»

С окончанием слов останавливаются и повторяют движение, которое показывает муз.рук., например: повернуться, наклониться, присесть.

Шарик.

Надуваем быстро шарик(дети расходятся, образуя круг)

Он становится большой

Вот такой(показываем руками)

Вдруг шар лопнул-СССС(Сужаем круг к центру)

Воздух вышел(руки вверх)

Стал он тонкий и худой(Показываем ручками какой он стал)

Мы не станем горевать(Качаем головой)

Будем надувать опять

Надуваем быстро шарик(расходятся образуя круг)

Он становится большой,

Вот такой.

Игра-импровизация на внутреннее раскрепощение.

«Танго с паузой».

1 часть- Дети делают несколько шагов и замирают в разных позах

2 часть- Дети танцуют свободно, стараясь в характере музыки.

Небо, воздух, земля.

Научить переключать слуховое внимание, развивая речевой слух и быстроту двигательной реакции.

Ход игры: Дети двигаются под марш, по кругу. На слово Земля -дети приседают, воздух- руки в стороны, Небо- поднимают руки вверх.

Для средних групп проводятся физкультминутки.

Самолёты, листики,

Для младших групп Игра» Шар».

В настоящее время для нас, педагогов остро встала проблема роста количества детей дошкольного возраста с нарушениями в поведении, а также в психическом и физическом развитии.

Музыкотерапия – это метод, использующий музыку в качестве средства коррекции эмоциональных отклонений, страхов, двигательных и речевых расстройств, отклонений в поведении, при коммуникативных затруднениях.

Слово “музыка” мы слышим каждый день. Уважаемые коллеги, а знаете ли вы, как произошло данное слово? Происходит от греческого корня (мюзе). Специалисты по мифологии говорят, что девять муз, небесных сестер, правящих пением, поэзией, искусствами и наукой, были рождены от Зевса и Мнемозины, богини памяти. Таким образом, музыка – это дитя естественной любви, обладающая грацией, красотой и необычными целебными свойствами, которые неразрывно и изначально связаны с божественным порядком и памятью о нашей сути и судьбе.

Именно музыка, с ее удивительными свойствами регулировать эмоциональное и душевное состояние, призвана помочь преодолеть ощущение дискомфорта: неуверенность, растерянность, страх, боязнь чего.

Детский сад должен стать садом, где ребенка научат с ранних лет заботиться о своем здоровье. А это зависит от нас, взрослых, мы подаем пример своим поведением ибо ребенок, как банк, что в него вложишь, то и получишь. А прежде чем научить кого-то что-то делать, надо научиться это делать самому. Ведь каждый из нас знает, что своё здоровье или близких тебе людей нельзя купить ни за какие деньги. Оно сохраняется или приобретается ежедневным трудом. Давайте же человеческую ценность – «здоровье» поставим из всех своих приоритетов на 1-ое место. И давайте это важное дело не оставляйте на понедельник, а начнем прямо сейчас, неважно утро это, день или вечер.

