



**Здоровьесберегающие  
технологии на  
музыкальных  
занятиях**



**Интенсивное развитие современного общества в последнее время предъявляет все более высокие требования к человеку и его здоровью. Забота о здоровье – одна из важнейших задач каждого человека.**



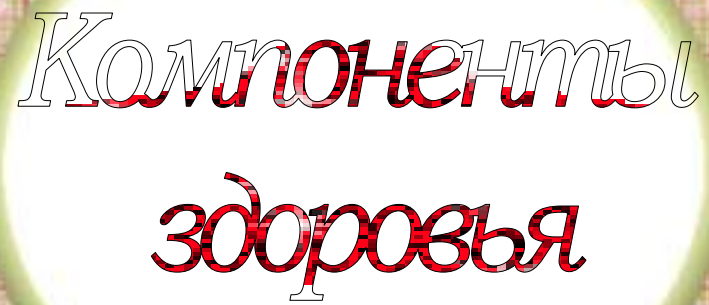
**МЫ ЗА  
ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!**



# Здоровье-

**это состояние  
полного физического,  
психического и  
социального  
благополучия, а не  
просто отсутствие  
болезней или  
физических  
дефектов.**





# С о м а т и ч е с к и й

# Психический

Л  
И  
Ч  
Н  
О  
С  
Т  
Н  
Ы  
Й

# ПРАВДА



На сегодняшний момент в  
дошкольных учреждениях  
большое внимание  
уделяется  
здоровьесберегающим  
технологиям, главным  
фактором которых  
является рациональная  
организация учебного  
процесса, соответствие  
методик обучения,  
способствующих  
развитию  
индивидуальных  
возможностей ребенка.





**Педагоги дошкольных учреждений,  
в том числе и музыкальные  
руководители, должны комплексно  
решать задачи физического,  
интеллектуального, эмоционального  
и личностного развития ребенка,  
активно внедряя в этот процесс  
наиболее эффективные технологии  
здоровьесбережения.**





**Основная форма музыкальной  
деятельности в ДОУ -  
музыкальные занятия, в ходе  
которых осуществляется  
систематическое,  
целенаправленное и всестороннее  
воспитание и формирование  
музыкальных и творческих  
способностей каждого ребенка.**

**На музыкальных занятиях  
актуально, возможно и  
необходимо использовать  
современные  
здоровьесберегающие  
технологии в игровой форме.  
Привычные виды  
музыкальной деятельности,  
развивающие творческие  
способности и  
музыкальность ребенка,  
можно разнообразить с  
пользой для здоровья.**





**Начинать  
занятие можно  
с жизне-  
утверждающей  
валеологической  
песни-распевки**



**Слушание  
музыки и  
разучивание  
текстов песен  
можно  
перемежать с  
игровым  
массажем или  
пальчиковой  
игрой**



**Перед пением  
песен -  
заниматься  
дыхательной,  
гимнастикой и  
оздоровительными  
упражнениями для  
горла и голосовых  
связок**

**Речевые игры лучше  
сопровождать музыкально-  
ритмическими  
движениями, а  
танцевальную  
импровизацию  
совместить с  
музыкотерапией**





**Проведение  
здоровьесберегаю  
щих упражнений  
и игр занимает  
совсем немного  
времени - 1-2  
минуты**



**Но это  
приносит детям  
огромное  
удовольствие, а  
самое главное -  
пользу для  
здоровья и их  
эмоционального  
благополучия.**







***На музыкальных занятиях  
могут использоваться  
такие технологии, как:***

-  **Логоритмика;**
-  **Пальчиковая гимнастика;**
-  **Дыхательная гимнастика;**
-  **Самомассаж;**
-  **Зрительная гимнастика;**
-  **«Фонопедический метод  
развития голоса» В.В.  
Емельянова и др.**





Например, логоритмическая гимнастика является одной из форм активного отдыха, наиболее благоприятного для снятия напряжения после долгого сидения.

Кратковременные физические упражнения детей под музыку, вызывая возбуждение других отделов мозга, усиливают кровообращение и создают благоприятные условия отдыха для ранее возбужденных отделов.





*Логоритмические упражнения  
объединены в комплексы  
общеразвивающих упражнений,  
которые выполняются в  
положении стоя и сидя. В них  
задействованы все группы мышц  
– как шейного отдела, плечевого  
пояса, так и мышцы спины и ног;  
некоторые упражнения  
направлены на укрепление мышц  
брюшного пресса.*





# **Артикуляционная гимнастика.**

**Основная цель артикуляционной гимнастики - выработка 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.**

# 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.*



**Музыкотерапия -  
важная составляющая  
музыкально-  
оздоровительной работы  
в ДОУ. Это создание  
такого музыкального  
сопровождения, которое  
способствует коррекции  
психофизического  
статуса детей в  
процессе их двигательной-  
игровой деятельности.**



**Слушание правильно подобранной музыки повышает иммунитет детей, снимает напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание. Утром встречают детей, 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. Успех занятий невозможен без совместной деятельности музыкального руководителя и воспитателя, который активно помогает, организует самостоятельное музицирование детей в группе.**

