Тема: «Здоровьесберегающие технологии в музыкальном развитии детей дошкольного возраста.»

Работу выполнила музыкальный руководитель: Толокова А.Н,

Здоровьесберегающие технологии –

целостная система воспитательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий направленных на укрепление здоровья участников образовательного процесса.

MyShared

Цель: развитие музыкально - творческих способностей дошкольников в различных видах музыкальной деятельности, используя здоровье-сберегающие технологии.

Задачи: создавать предметно - развивающую среду и условия для формирования гармоничной, духовно богатой, физически здоровой личности;
формировать правильную осанку;
сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье.

MyShared

Система музыкально – оздоровительной работы

Дыхательная гимнастика

Пальчиковые игры

Игровой массаж

Артикуляционная гимнастика

Оздоровительные песенки-распевки

Оздоровительные и фонопедические упражнения

Музыкотерапия

Речевые игры

MyShared

Валеологические песенки-распевки.

Несложные добрые тексты и мелодия, состоящая из звуков мажорной гаммы, поднимают настроение, задают позитивный тон к восприятию окружающего мира, улучшают эмоциональные климат на занятии, подготавливают голос к пению.

Например: «Доброе утро!»

MyShared

Доброе утро! (поворачиваются друг к другу)
Улыбнись скорее! (разводят руки в стороны)
Будет веселее. (хлопают в ладоши)
Мы погладим лобик, носик и щечки. (выполняют движения по тексту)
Будем мы красивыми, (постепенно поднимают руки вверх, "фонарики")
Как в саду цветочки!
Разотрем ладошки (движения по тексту)
Сильнее, сильнее! А теперь похлопаем смелее, смелее!
Ушки мы теперь потрем (потирают ушки)
И здоровье сбережем. (разводят руки в стороны)
Улыбнемся снова,
Будьте все здоровы!

MyShared

Дыхательная гимнастика.

Дыхательная гимнастика положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении, в том числе и легочной ткани; способствуют восстановлению центральной нервной системы; улучшает дренажную функцию бронхов; восстанавливает нарушенное носовое дыхание; исправляет развившиеся в процессе заболеваний различные деформации грудной клетки и позвоночника. Например:

Помогает развитию дыхательных мышц, регулирует работу дыхательных центров.

MyShared

«Свечка»

-палец перед ртом;

-легко дуть, не затушить "пламя"

«Собачка»

(закаливание зева)

И.П . - стоя. Язык высунуть изо рта. Делать быстрые дыхательные движения, добиваясь охлаждения зева. (как это делает собачка)

MyShared

Артикуляционная гимнастика.

Основная часть артикуляционной гимнастики - выработка качественных, полноценных движений органов артикуляции, подготовка к правильному произнесению фонем. Упражнения способствуют 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. Язык - главная мышца органов речи, и для него, как и для любой мышцы, гимнастика необходима.

MyShared

Упражнения

"Поймаем мышку"

- губы в улыбке;
- приоткрыть рот;
- произнести "а-а-а" и прикусить широкий кончик языка (поймали мышку за хвостик)

"Лошадка"

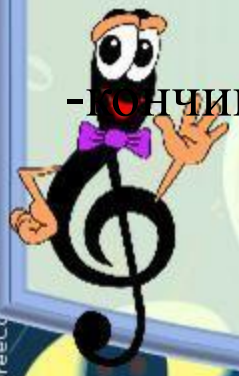
- вытянуть губы;
- приоткрыть рот;
- поцокать "узким" языком (как цокают лошадки)

"Часики"

-улыбнуться;

-приоткрыть рот;

-кончик языка (как часовую стрелку) переводить из одного уголка рта в другой.



MyShared

Оздоровительные и фонопедические упражнения.

Проводятся для укрепления хрупких голосовых связок детей, подготовки их к пению, профилактики заболеваний верхних дыхательных путей. Разработки В.Емельянова, М.Картушиной способствуют развитию носового, диафрагмального, брюшного дыхания, стимулированию гортанно-глоточного аппарата и деятельности головного мозга. В работе используются оздоровительные упражнения для горла, интонационно-фонетические (корректируют произношение звуков и активизируют фонационный выдох) и голосовые сигналы доречевой коммуникации, игры со звуком. Например:

MyShared

"Динозаврик"

Четыре динозаврика, ура, ура, ура!
Мы любим петь и танцевать, тарам-па-ра-ра-ра!
Смешные мы, хорошие, мы любим пошалить!
И мы все время заняты, нам некогда грустить!
Дети голосом "рисуют" динозаврика, используя последовательность: "У-о-а-ы-и-скрип!"

MyShared

Игровой массаж.

Выполнение массажных манипуляций расширяет капилляры кожи, улучшая циркуляцию крови и лимфы, активно влияет на обменные процессы организма, тонизирует центральную нервную систему. Использование игрового массажа повышает защитные свойства верхних дыхательных путей и всего организма, нормализует вегетососудистый тонус, деятельность вестибулярного аппарата и эндокринных желез. Частота заболеваний верхних дыхательных путей снижается.

MyShared

Например:

1-я точка: "В гости к бровкам мы пришли, пальчиками их нашли"

2-я точка: "Пальчиком нашли мосток, по нему мы скок-поскок"

3-я точка: "Опустились чуть-чуть ниже и на пальчики подышим"

4-я точка: "Вот мы к шейке прикоснулись и пошире улыбнулись"

5-я точка: "Надо ушки растереть, чтобы больше не болеть"

6-я точка: "Руки надо растереть, чтобы больше не болеть"

7-я точка: "И про спинку не забыть, чтобы стройными нам быть"

MyShared

Пальчиковые игры.

Игры позволяют разминать, массировать пальчики и ладошки, благоприятно воздействуя на все внутренние органы. Они развивают речь ребенка, двигательные качества, повышают координационные способности пальцев рук (подготовка к рисованию, письму), соединяют пальцевую пластинку с выразительным мелодическим и речевым интонированием, формируют образно-ассоциативное мышление на основе устного русского народного творчества. Например:

MyShared

"Кошка"

Посмотрели мы в окошко (пальцами обеих рук делают "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, (хлопки в ладоши)

Нас гулять скорей зовёт! ("зовут" правой рукой)

MyShared

Речевые игры.

Позволяют детям укрепить голосовой аппарат и овладеть всеми выразительными средствами музыки. Речевое музицирование необходимо, так как музыкальных слух развивается в тесной связи со слухом речевым. К звучанию добавляются музыкальные инструменты, звучащие жесты, движение, сонорные и колористические средства. Кроме того, формирование речи у человека идет при участии жестов, которые могут сопровождать, украшать и даже заменять слова. Пластика вносит в речевое музицирование пантомимические и театральные возможности. Использование речевых игр на музыкальных занятиях, театрального кружка эффективно влияет на развитие эмоциональной выразительности речи детей, двигательной активности. Например:

MyShared

"Дождь"

Дождь, дождь, дождь с утра. (хлопки
чередуются со шлепками по коленям)
Веселится детвора! (легкие прыжки на месте)
Шлёп по лужам, шлеп-шлеп. (притопы)
Хлоп в ладоши, хлоп-хлоп. (хлопки)
Дождик, нас не поливай, (грозят пальцем)
А скорее догоняй! (убегают от "дождика")

MyShared

Музыкотерапия.

Слушание правильно подобранной музыки повышает иммунитет детей, снимает напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание. Музыкотерапия проводится и педагогами ДОУ в течение всего дня - детей встречают, укладывают спать, поднимают после дневного сна под соответствующую музыку, используют ее в качестве фона для занятий, свободной деятельности.

MyShared

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 в группе.

MyShared

Используемая литература:

1. «Система музыкально – оздоровительной работы в детском саду», автор О.Н.Арсеневская;
2. «Конспекты логоритмических занятий с детьми», автор М.Ю.Картушина;
3. «Коррекционная ритмика», авторы: М.А.Касицина, И.Г. Бородина;
4. «Адаптация ребенка в детском саду», автор И.С.Ильина;
5. Программа эмоционально – личностного развития « В мире друзей», автор Е.В.Котова;
6. «Сценарии оздоровительных досугов», автор М.Ю.Картушина;
7. «Танцевальная мозаика», автор С.Л.Слуцкая;
8. Картушина М.Ю. Зеленый огонек здоровья: Программа оздоровления дошкольников / М.Ю.Картушина.

MyShared

Спасибо за внимание!

MyShared