**Здоровьесберегающие технологии в работе музыкального руководителя ДОУ**

Опыт работы музыкального руководителя МБДОУ № 4 г. Азова Серебрянской Т.В.

Воспитание здорового подрастающего поколения граждан России - первоочередная задача государства, от решения которой во многом зависит его будущее процветание.

Здоровьесберегающие технологии -это система мер, направленных на улучшение здоровья участников образовательного процесса

Сохранить здоровье ребенка – главная задача, стоящая перед всем персоналом детского сада. Опыт показывает, что только совместная работа педагогов и медицинских работников по оздоровлению детей может дать необходимый эффект.

Сущность (значение) опыта: музыка-это одно из средств физического развития детей. Музыкальное развитие очень важно для любого ребенка. И это совсем не означает, что из малыша с пеленок необходимо растить гениального музыканта, но научить его слушать, понимать музыку, наслаждаться ей - в наших силах. Музыка, воспринимаемая слуховым рецептором, воздействует не только на эмоциональное, но и на общее физическое состояние человека, вызывает реакции, связанные с изменением кровообращения, дыхания.

Это заключение и послужило толчком для создания опыта работы, соединяющей традиционные музыкальные занятия с оздоровительными мероприятиями.

Цель-организация единой оздоровительной работы ДОУ, направленный на целостное физическое, эстетическое, познавательное и социальное развитие личности ребенка с применением здоровьесберегающих технологии в процессе музыкальных занятий.

Задачи:

-Воспитательные (мотивировать детей к здоровому образу жизни, сохранять и укреплять здоровье детей посредством внедрения здоровьесберегающих технологий, воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.)

-Развивающие (развивать связную речь, пространственное мышление, развивать внимание воображение, воспитывать быстроту реакции и эмоциональную выразительность, формирование ассоциативно-образного мышления, развивать чувство ритма, музыкальный слух)

-Обучающие (повысить уровень развития музыкальных и творческих способностей детей посредством здоровьесберегающих технологии.)

Актуальность применения здоровьесберегающей технологии:

- Повышение уровня заболеваемости детей ОРВИ, ОРЗ

-Эффективность музыкального воздействия на физиологию ребенка

-Повышение уровня профессиональной компетенции музыкального руководителя в условиях педагогики и оздоровления.

Система музыкально-оздоровительной работы предполагает использование на каждом музыкальном занятии следующих здоровьесберегающих технологий:

• валеологические песенки-распевки (1)

• дыхательная гимнастика

• артикуляционная гимнастика

• игровой массаж(1)

• пальчиковые игры(1)

•речевые игры

• музыкотерапия

1. 1. Валеологические песенки-распевки

Песенки-распевки проводятся в начале занятия, поднимают настроение, задают позитивный тон к восприятию окружающего мира, улучшают эмоциональный климат на занятии, подготавливают голос к пению («здравствуйте», «я пою» и тд)

2. Дыхательная гимнастика

Медиками доказано, что дыхательная гимнастика оказывает на детей психотерапевтическое, оздоравливающее и даже лечебное воздействие. Суть дыхательной гимнастики – в осознанном управлении всеми фазами акта дыхания через тренировку дыхательных мышц и регулировку работы дыхательного центра. В работе я использую несложные упражнения Александры Николаевны Стрельниковой, разработавшей известную методику дыхательной гимнастики для оздоровления. Принципы этой методики – короткий и резкий вдох носом в сочетании с движением и пассивный выдох. Упражнения («Ладошки», «Чудак» «Ракета»)

3. Артикуляционая гимнастика

При разучивании песен на музыкальных занятиях, мне часто приходится наблюдать, что некоторые дети неправильно произносят отдельные звуки. Основная цель артикуляционной гимнастики – выработка качественных, полноценных движений органов артикуляции, подготовка к правильному произнесению фонем. Сюда же относится и мимическая гимнастика. На занятиях используются упражнения из книги Абелян Л. «Как Рыжик научился петь», а также из сборника Арсеневской О. «Система музыкально-оздоровительной работы в детском саду».

4. Игровой массаж

Тысячи лет назад тибетские врачеватели установили: нам приятно хлопать в ладоши, ходить босиком, т. к. это бессознательно посылает положительные сигналы внутренним органам. Выполнение массажных манипуляций расширяет капилляры кожи, улучшая циркуляцию крови, активно влияет на обменные процессы организма, тонизирует центральную нервную систему. Кроме того, поднимает настроение и улучшает самочувствие ребенка

Обучение простейшим массажным приемам происходит в игре. На музыкальных занятиях массаж проводится под музыку, либо песенку, либо под стихотворение, либо просто под текст. Очень нравятся детям коммуникативные массажи, такие, как «Дружок», «Твои ручки хороши, а у соседа лучше». Детям младшего возраста предлагаются массажи «Дождик», «Вот они, ручки».

5. Пальчиковая гимнастика

Важное место на музыкальных занятиях занимают пальчиковые игры. Существует прямая связь между движениями рук и произнесением слов. 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. Я использую в своей работе пальчиковые игры Е. Железновой, О. Узоровой, которые проводятся под музыку. Несложная, легко запоминающаяся мелодия и доступные движения позволяют включать пальчиковые игры в занятия с трехлетнего возраста (вторая младшая группа). (например «кошка», «песочный домик» «стирка» тд)

6. Речевые игры

использование речевых игр на музыкальных занятиях позволяет детям с младшего возраста овладевать всем комплексом выразительных средств музыки. Речевое музицирование необходимо, так как музыкальный слух в тесной связи развивается с речевым слухом. В речевых играх Т. Боровик и Т. Тютюнниковой текст дети поют или ритмично декламируют хором, соло или дуэтом. Основой служит детский фольклор. К звучанию мы добавляем музыкальные инструменты, звучащие жесты, движение. Пластика вносит в речевое музицирование пантомимические и театральные возможности. Использование речевых игр на музыкальных занятиях эффективно влияет на развитие эмоциональной выразительности речи детей, двигательной активности.

7. Музыкотерапия

Одно из перспективных направлений оздоровительной работы в ДОУ. Музыкотерапия очень эффективна в коррекции нарушений общения, она помогает установлению эмоционального диалога часто даже в тех случаях, когда другие способы исчерпаны. Пользуясь своим опытом работы, я позволила себе отобрать к применению на практике из огромного предложенного программами музыкального материала только те музыкальные произведения, которые отвечают вышепоставленным задачам. Произведения предпочтительно исполнять «вживую», кроме, конечно, оркестровой музыки.

Наиболее удачными в музыкотерапии считается прослушивание следующих произведений – Бетховен «Лунная соната», «К Элизе», Огинский «Полонез», Грибоедов «Вальс». Именно эта музыка используется во время релаксации на занятиях.

8. Флэш-моб. Я стараюсь идти в ногу со временем и в своей деятельности стараюсь применять новые, интересные формы работы, например, «Танцевальный флэш-моб» – это комплекс (композиция) музыкально-ритмических упражнений. Он является новой и привлекательной для детей формой активного времяпрепровождения, позволяет участвовать детям любой танцевальной подготовки. Он устраняет стеснение, помогает побороть свои комплексы, создает приподнятое настроение побуждает к двигательной активности. Кто же откажется потанцевать под веселую музыку?

Приучая детей к движению такими ненавязчивыми способами, можно избежать развития у них гиподинамии – столь распространенного сегодня заболевания среди детей и подростков.

В результате использования флэш-моба происходит непосредственное вовлечение семей воспитанников в культурно-досуговую деятельность ДОУ, что обеспечивает заинтересованное участие в воспитательно-образовательном процессе, достигается привлечение внимания к определенной проблеме, обеспечивается высокая активность участия родителей. А самое главное - поддерживается атмосфера общности интересов, эмоционального комфорта, сплоченности между всеми участниками образовательных отношений.

Надо отметить, что успех проводимой музыкально-оздоровительная работы зависит не только от работы педагогического коллектива ДОУ, 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. Использование здоровьесберегающих технологий не только на занятиях в ДОУ, но и в семейном воспитании помогает более эффективно развивать музыкальные способности дошкольников, сохранять и укреплять их здоровье.

Вывод: Оздоровление детей, создание эмоционального комфорта – важнейшая задача ДОУ. 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.