**Применение здоровьесберегающих технологий на музыкальных занятиях в группе раннего возраста.**

**Цель:** спобствовать эффективному оздоровлению воспитанников в процессе использования на музыкальных занятиях  здоровьесберегающих технологий.

**Задачи:**

создать полноценные условия для поддержания и сохранения здоровья дошкольников ;

закрепить навыки и умения детей их голосовых и музыкальных данных, развить интерес к занятиям, включающим здоровьесберегающие технологии;

Музыкально-оздоровительная работа в детском саду – это организованный педагогический процесс, направленный на развитие музыкальных и творческих способностей детей, сохранение и укрепление их психофизического здоровья с целью формирования полноценной личности ребенка.
Результатами музыкально-оздоровительной работы являются:
• Повышение уровня развития музыкальных и творческих способностей детей;
• Стабильность эмоционального благополучия ребенка;
• Повышение уровня речевого развития детей;
• Снижение уровня заболеваемости (в большей степени простудными заболеваниями);
• Стабильность физической и умственной работоспособности детей во всех сезонах. Эта система предполагает использование на каждом музыкальном занятии следующих здоровьесберегающих технологий:
 **Песенки-распевки.**С них начинаются все музыкальные занятия. Несложные, добрые тексты и мелодия из звуков поднимают настроение, задают позитивный тон к восприятию окружающего мира, улучшают эмоциональный климат на занятии, подготавливают голос к пению.
 **Дыхательная гимнастика.**Нарушением функции речевого дыхания считается: подъем грудной клетки вверх и втягивание живота на выдохе; слишком большой вдох; учащенность дыхания; укороченность выдоха; неумение делать незаметный добор воздуха; неправильная осанка. В ДОУ музыкальные занятия могут включать упражнения дыхательной гимнастики Б.Толкачева и А. Стрельниковой.
Упражнение основного комплекса дыхательной гимнастики по Стрельниковой
«Ладошки»
Ладушки-ладошки, звонкие хлопошки.
Мы ладошки все сжимаем – носом правильно вдыхаем.
Как ладошки разжимаем, то свободно выдыхаем.
 **Игровой массаж.**
Обучение простейшим массажным приемам происходит в игре. На музыкальных занятиях массаж происходит под музыку – слова пропеваются, или ритмодекларируются, или музыка звучит просто фоном. Малыши закрепляют в игре навыки правильного выполнения элементарного самомассажа, развивают мелкую пальцев пальцев рук. Чтобы детям было ещё интереснее, можно предложить им стать героями известных сказок, песен. Они могут вообразить себя скульпторами, художниками, которые «лепят» или «рисуют» своё тело и лицо.
Проводя массаж определенных частей тела, используют поглаживание, разминание, растирание, легкие постукивания. Упражнения проходят эффективнее, если ребенок разговаривает со своим телом, делает ему комплименты: «Мои любимые ручки», «Какой чудесный носик!», «Сейчас я разомну свои ноженьки» и т.д.
Мы часто используем самомассаж по системе Аллы Алексеевны Уманской - одна из самых эффективных методик по укреплению здоровья организма, которая подходит от новорожденных до взрослых! Эта методика основана на воздействии девяти биоточек организма. Этот самомассаж нужно делать как минимум, два раза в день, утром и вечером. Он, к тому же, занимает мало времени.
Упражнения для массажа головы. **«Сено».**
Пальцами, словно граблями, дети ведут от затылка, висков, лба, к середине головы.
Сено мы душистое
Граблями сгребем.
Стог огромный,
Стог пушистый
Соберем, соберем.
 **Пальчиковые игры.**
Игры развивают речь ребенка, двигательные качества, повышают координацию пальцев рук, способствуют развитию мозга ребенка.

Хочу добавить, что музыкальные занятия с использованием здоровьесберегающих технологий эффективны при учете индивидуальных и возрастных особенностей каждого ребенка, его интересов. И, конечно же, успех занятий невозможен без совместной деятельности музыкального руководителя и воспитателей, которые активно помогают, организуют самостоятельное музицирование детей в группе.