**Статья: «Здоровьесберегающие технологии**

**в музыкальной деятельности дошкольников»**

Подготовила: музыкальный руководитель

Болданкова Ирина Геннадьевна

МАДОУ детский сад №9 «Золотой ключик»

Сохранить здоровье ребенка - это главная задача, стоящая перед дошкольным образовательным учреждением. Совместная и слаженная работа педагогов по оздоровлению детей может дать необходимый результат.

В начале учебного года составляю перспективное планирование, план работы по взаимодействию с педагогами и родителями в этом направлении. Продумываю методические приемы: специальные музыкальные упражнения, игры, задания, подбираю картотеки по пальчиковым играм, дыхательным и артикуляционным упражнениям, речевым играм и др.

В своей работе использую современные здоровьесберегающие технологии, чтобы поддержать интерес к организованной образовательной деятельности, снять усталость, поднять эмоциональный настрой и повысить работоспособность. Применяю здоровьесберегающие технологии в игровой форме песенки-приветствия, валеологические песенки-распевки, которые подготавливают голос к пению, развивают звуковысотный, тембровый и ритмический слух. Песенки-распевки, задают позитивный тон к восприятию окружающего мира, улучшают эмоциональный климат на занятии, подготавливают голос к пению.

Использую на музыкальных занятиях дыхательную гимнастику. Дыхательная гимнастика приучает детей дышать носом (что важно для профилактики респираторных заболеваний), тренирует дыхательные мышцы, улучшает вентиляцию легких, повышает насыщение крови кислородом. Кроме того, дыхательная гимнастика через движения диафрагмы и мышцы живота осуществляет массаж внутренних органов, тренирует сердечно-сосудистую систему, повышая устойчивость к гипоксии (недостатку кислорода).

При разучивании песен на музыкальных занятиях, часто наблюдаю, что некоторые дети неправильно произносят отдельные звуки. Это говорит о неполном развитии речевого аппарата. В наших силах помочь каждому ребенку справиться с этими трудностями при помощи специальных упражнений артикуляционной гимнастики**.** Она способствует тренировке движений, необходимых для правильного произношения звуков, слогов, целых слов. Упражнения проводятся совместно с логопедом ДОУ, который помогает отобрать нужные упражнения для артикуляционной гимнастики и разучить их с детьми. При этом соблюдаю определенную последовательность, от простых упражнений к более сложным. Артикуляционная гимнастика способствуют тренировке мышц речевого аппарата, развивают музыкальную память, запоминание текста песен, вниманию, развивают чувство ритма. В результате этой работы у наших детей повысились показатели уровня развития речи, певческих навыков, улучшилась музыкальная память, внимание. Регулярное использование артикуляционных упражнений улучшает качество речи детей и, соответственно, качество пения.

Включаю в музыкальные занятия игровой массаж для сохранения эмоционального спокойствия ребенка и улучшения здоровья. Малыши закрепляют в игре навыки правильного выполнения элементарного самомассажа, развивают мелкую мускулатуру пальцев рук. Дети постарше, становятся героями известных сказок, песен, представляют себя скульпторами, художниками, которые «лепят» или «рисуют» свое тело и лицо. Использование игрового массажа А.Уманской, М.Картушиной повышает защитные свойства всего организма. Частота заболеваний верхних дыхательных путей снижается. Проводя массаж определенных частей тела, используем поглаживание, разминание, растирание, легкие постукивания. Особенно эффективными являются упражнения, когда ребенок «разговаривает» со своим телом, делает ему комплименты: «Мои любимые ручки», «Какой чудесный носик» и т. д.

Важное место на музыкальных занятиях занимают пальчиковые игры и сказки. В ходе "пальчиковых игр" ребенок, повторяя движения взрослых, достигает хорошего развития мелкой моторики рук, которая не только оказывает благоприятное влияние на развитие речи, но и подготавливает ребенка к рисованию и письму. Тренировку пальцев рук начинаем с раннего младшего возраста. Пальчики у детей становятся более ловкими, гибкими, дети быстрее овладевают сложными упражнениями, речь детей значительно улучшается.

Музыкальные занятие не обходятся и без речевых игр,которыепомогают воспитывать интерес к окружающему, стимулируют познавательную активность дошкольников, способствуют развитию мыслительной и речевой деятельности, а также речевая игра снимает напряжение, обычно возникающее у детей во время занятий. У детей, увлечённых игрой, повышается способность к непроизвольному вниманию, обостряется наблюдательность. Основа речевых игр – это детский фольклор дети поют или ритмично декламируют хором, соло или дуэтом. К звучанию мы добавляем музыкальные инструменты, звучащие жесты, движение.

 Еще один интересный элемент музыкально-оздоровительной работы в нашем детском саду – игроритмические упражнения. Это специальные упражнения для согласования движений с музыкой, я использую их на музыкальных занятиях. Игра и движение - важнейшие компоненты жизнедеятельности детей. Подобные упражнения способствуют развитию воображения, музыкально-творческих способностей ребенка, формированию процесса восприятия и включению в работу обоих полушарий мозга, снимает мышечную закрепощенность, улучшает физическое самочувствие, повышает общительность детей. Через игроритмические упражнения ребенок выражает свои чувства и высвобождает накопленную энергию, превращая её в акт творчества.

В конце музыкального занятия использую музыкотерапию, музыка снижает напряжение и раздражительность, восстанавливает силы и дыхание.

Современные методы здоровьясбережения на музыкальных занятиях помогают обеспечить более бережное отношение к физическому и духовному здоровью детей, выявить и развить музыкальные способности и творческий потенциал каждого малыша. Применение в работе ДОУ здоровьесберегающих педагогических технологий повысило результативность воспитательно-образовательного процесса, обеспечен индивидуальный подход к каждому ребенку, сформированы у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников.

Наряду с непосредственно-образовательной деятельностью, музыкальный педагогический процесс осуществлялся в повседневной жизнедеятельности детей, в совместной деятельности с воспитателем, родителями, а также в самостоятельной деятельности детей.

Таким образом, используя здоровьесберегающие технологии на музыкальных занятиях у детей сформированы: вокальные навыки и умения; повышены показатели физического развития и развития дыхательной системы детей; улучшены двигательные навыки и их качество (пластичность, координация, ориентирование в пространстве); сформированы: стойкая мотивация на здоровый образ жизни, полноценное и неосложненное развитие.

**Литература:**

1. «Адаптация ребенка в детском саду», автор И.С.Ильина;
2. Булатова Е.А. Музыкально-эстетическое образование в социокультурном развитии личности. – Екатеринбург, 2001. - С. 145;
3. Захарова И. Г. «Информационные технологии в образовании». Учебное пособие для высших учебных заведений, М. «Академия», 2008;
4. Зацепина М.Б. Музыкальное воспитание в детском саду. Программа и методические рекомендации. – М.: Мозаика-Синтез, 2006. - С. 89;
5. Иванченко Г.В. Психология восприятия музыки. – М.: Смысл, 2001. - С. 264;
6. Картушина М.Ю. Проблемы современного музыкального воспитания дошкольников / М.Ю. Картушина // Управление ДОУ. - 2005. - №5. С. 42-46;
7. Костина Э.П. Музыкальная среда как средство развития креативности ребенка / Э.П. Костина // Дошкольное воспитание. - 2006. - №11. - С. 37;
8. «Коррекционная ритмика», авторы: М.А.Касицина, И.Г. Бородина;
9. «Конспекты логоритмических занятий с детьми 5-6 лет», автор М.Ю.Картушина;
10. «Конспекты логоритмический занятий с детьми 6-7 лет», автор М.Ю.Картушина;Половинкина Л.А. Роль музыки в воспитании и развитии ребенка // Молодой ученый. — 2015. — №22;
11. Программа эмоционально-личностного развития «В мире друзей», автор Е.В.Котова;
12. «Сценарии оздоровительных досугов», автор М.Ю.Картушина;
13. «Система музыкально-оздоровительной работы в детском саду», автор О.Н.Арсеневская.