**Мастер- класс**

**«Модели здоровьесберегающих технологий в музыкальной деятельности ДОУ»**

Подготовила**:**

музыкальный руководитель

МБДОУ детский сад №9

«Земляничная поляна»

Стешина Татьяна Геннадьевна

**Цель мастер-класса:** обучение участников мастер-класса применению использования моделей здоровьесберегающих технологий.

Здоровье ребенка – это не только отсутствие болезней, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие. Поэтому оздоровление детей в последние годы становится приоритетным направлением в работе многих ДОУ. Педагоги и медики ищут новые приемы сохранения и укрепления здоровья детей, создают благоприятные условия для их внедрения, основываясь на результатах диагностики состояния здоровья и индивидуальных особенностях каждого ребенка.

Музыкально-оздоровительная работа в ДОУ – достаточно новое направление в музыкальном воспитании дошкольников. Помимо образовательных и воспитательных, такая работа ставит перед собой и оздоровительные задачи:

1. Сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей.

2. Создавать условия, обеспечивающие эмоциональное благополучие каждого ребенка.

3. С помощью здоровьесберегающих технологий повышать адаптивные возможности детского организма (активизировать защитные свойства, устойчивость к заболеваниям).

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.

Результатом такой работы являются:

1. Стабильность эмоционального благополучия каждого ребенка

2. Снижение уровня заболеваемости (в большей степени простудными болезнями)

3. Повышение уровня развития музыкальных и творческих способностей детей

4. Повышение уровня речевого развития

5. Стабильность физической и умственной работоспособности

**Музыкотерапия**

Музыкотерапия - одно из перспективных направлений оздоровительной работы в ДОУ. Она повышает иммунитет детей, снимает напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание.

Современные сведения, наложенные на древнейшие знания, показывают, что звуки различных музыкальных инструментов по-разному влияют на организм человека: звучание ударных инструментов способно дать ощущение устойчивости, уверенности, физически взбодрить. Духовые инструменты влияют на формирование эмоциональной сферы. Интеллектуальной сфере соответствует музыка, исполняемая клавишными инструментами, особенно фортепианная. Струнные инструменты прямо воздействуют на сердце, а вокальная музыка влияет на весь организм, но больше всего на горло.

Специальный подбор музыкальных игр и музыкального материала, а также методика его использования, – вот что отличает музыкальную терапию от музыкального образования, развлечения и отдыха.

Методы музыкальной терапии можно разделить на активную (экспрессивную) и пассивную (рецептивной). Музыкотерапия как активная - это когда дети активно проявляют себя в музыке,так и пассивная - когда детям предлагают музыку только слушать. Музыкотерапия - это специализированная форма психотерапии, основанная на музыке. Музыкотерапия как целостное использование музыки в качестве основного и ведущего фактора воздействия на развитие ребенка включает такие направления, как вокалотерапия (пение), музыкотерапия в движениях (танцы, музыкально-ритмические игры), *музицирования на музыкальных инструментах и другие.*

**При активной музыкотерапии** дети сами участвуют в исполнении музыкальных произведений (пение), при этом применяются как обычные музыкальные инструменты, так и необычные, например, собственное тело (звучащие жесты - хлопки, постукивания, притопы). Все это очень созвучно с системой элементарного музицирования К.Орфа. Ведь вся работа здесь построена на триединстве слова, музыки и движений. А сочетание музыки и движений (элементарного танца) является основой творческой деятельности.

На некоторых технологиях мы остановимся подробнее.

**Валеологические песенки со звучащими жестами и массажем**

Валеологические песенки поднимают настроение, задают позитивный тон к восприятию окружающего мира, улучшают эмоциональный климат на занятии. Валеологические песенки – отличное начало любого занятия.

***Доброе утро! (фонограмма 01)***

Доброе утро! /*Поворачиваются друг к другу*

Улыбнись скорее! /*Разводят руки в стороны*

И сегодня весь день /*Хлопают в ладоши*

Будет веселее.

Мы подгладим лобик /*Движения по тексту*

Носик и щечки

Будем мы красивыми */Постепенно поднимают руки вверх*,

Как в саду цветочки / *выполняя «фонарики»*

Проигрыш / *руки на поясе, положить голову на одно плечо, на другое/*

Разотрем ладошки /*Движения по тексту*

Сильнее, сильнее

А теперь похлопаем

Смелее, смелее.

Ушки мы теперь потрем

И здоровье сбережем

Улыбнемся снова /*Поворачиваются друг к другу*

Будьте все здоровы! /*Разводят руки в стороны*

**Пальчиковые игры +музыка = ритмодекламация**

Существует прямая связь между движениями рук и произнесением слов. Исследователи, изучающие механизмы речи, утверждают, что речевые области мозга у детей частично формируются под влиянием импульсов, поступающих от пальцев рук. Кроме того, на ладонях людей находятся важные для всего организма биологически активные точки. В связи с этим особый интерес представляют пальчиковые игры, которые позволяют в игровой форме разминать, массировать пальчики и ладошки, благоприятно воздействуя на все внутренние органы. Пальчиковые игры развивают речь ребенка, двигательные качества, повышают координационные способности пальцев рук (подготовка к письму, рисованию). Если пальчиковую гимнастику соединить с музыкой получится ритмодекламация – «музыкальная речь». Ритмодекламация подчёркивает именно ритмизацию текста при выразительном речевом интонировании. В современной музыкальной методике обучения дошкольников ритмодекламация рассматривается как одна из перспективных форм развития музыкального слуха, голоса, чувства ритма у детей.

***Пальчиковая гимнастика +музыка= ритмодекламация «Солнышко встало» (фонограмма 02)***

Солнышко встало, утро настало.  
*Правая ладошка «солнышко», поднимая, делаем круговые движения*Солнышко встало, утро настало.  
*Левая ладошка «солнышко» , поднимая, делаем круговые движения*  
Эй, братец Федя, буди соседей!  
*Стучим кулачком правой руки в поднятую перед собой левую ладошку  
и повтор движения другой ручкой.*- Вставай, Большак! *Показываем большой палец*-Вставай, Указка! *Показываем указательный , «грозим» пальчиком*-Вставай, Серёдка! *Соединяем ритмично средний пальчик с большим*-Вставай, Сиротка! *Поглаживаем безымянным пальчиком по большому*- И крошка-Митрошка! *Пальчики в кулачок, показываем только мизинец*Привет, ладошка! *Скользящий хлопок правой ладошки о левую вверх***Игровой массаж + музыка = ритмодекламация**

Почему нам приятно хлопать в ладоши, ходить босиком? Почему всем – и взрослым, и детям – нравится массаж? Все дело в том, что массируя определенные точки тела, мы бессознательно посылаем положительные сигналы сердцу, легким, печени, желудку и другим органам. Выполнение массажных манипуляций расширяет капилляры кожи, улучшая циркуляцию крови, активно влияет на обменные процессы организма, тонизирует центральную нервную систему. Кроме того, *массаж снимает напряжение, даёт новые силы, тонизирует, снимает усталость, бодрит,*  *поднимает настроение и улучшает самочувствие человека.* Обучение детей простейшим массажным приемам лучше всего происходит в игре. В сочетании с речью, музыкой, жестами, движениями игровой массаж становится универсальным упражнением, которое решает оздоровительные задачи, задачи по развитию чувства ритма, коммуникативные и речевые задачи.

***Игровой массаж + музыка = ритмодекламация «Капустка» (фонограмма 03)*** Мы капусту рубим, рубим,  
Мы капусту (морковку) - трём, трём.  
Мы капусту солим, солим,  
Мы капусту (морковку) - жмём, жмём  
  
*Дети стоят по кругу, делают массаж на спине впередистоящего с ускорением*

**Активное слушание**

* ***«Две гусеницы разговаривают»*** *музыка Д. Жученко* ***(фонограмма 04)***  Проиграть пьесу на фортепиано. Вопросы: какой характер у музыки? Обратить внимание на две темы - две гусеницы. (Большая-маленькая; Толстая-тонкая; Мама-дочка; и т.д.) Просить рассказать, о чём разговаривают

- придумать гусеницам имена

- о чем разговаривали гусеницы?

- попробовать изобразить руками движения гусениц в соответствии с музыкальными партиями.

3. Активное слушание

- двое детей надевают куклы-перчатки гусениц и водят их по столу, проговаривая при этом под музыку придуманные фразы диалога:

"Привет, привет!" - "Привет, привет!"

"Ну как дела?" - "Все хорошо!"

"Куда пойдем?" - "Пойдем туда!" и т.д.

* ***Хор рук как активное слушание***

***П.Чайковский «Сладкая греза» (видео)***

Самой полезной для здоровья и красоты специалисты считают музыку Моцарта. Произведения Моцарта рекомендуются для снятия стресса, эффективного усвоения учебного материала, от головной боли, а также во время восстановительного периода, например после студенческой сессии, ночной смены, экстремальных ситуаций и т.д.

От раздражительности и неврозов поможет музыка Чайковского.

Кровяное давление и сердечную деятельность нормализует «Свадебный марш» Мендельсона.

**Коммуникативные игры и танцы**

Вовлечение ребенка в процесс музицирования лежит через создание атмосферы принятия друг друга и эмоционально-психическое раскрепощение. Здесь незаменимыми помощниками выступают коммуникативные танцы, игры, использование которых решает задачи:   
• развития коммуникативных навыков, развития позитивного самоощущения, что связано с состоянием раскрепощенности, уверенности в себе, ощущением собственного эмоционального благополучия, своей значимости в детском коллективе.  
• работы над ощущением формы,   
• развития двигательной координации,   
• развития чувства ритма.

Поскольку многие коммуникативные танцы, игры построены в основном на жестах, движениях, которые в житейском обиходе выражают дружелюбие, открытое отношение людей друг к другу, то в целом они производят положительные радостные эмоции. Тактильный контакт, осуществляемый в танце, еще больше способствует развитию доброжелательных отношений между детьми и, тем самым, нормализации социального климата в детской группе. Движения и фигуры в таких плясках очень просты, доступны для исполнения даже маленьким детям.

***Коммуникативная игра «Кутерьма» (фонограмма 05) с Дедом Морозом***

1 часть *- в кругу* *дети делают пружинку и поют:* Снег, лед, кутерьма! Здравствуй, зимушка-зима! *(повторить 2 раза)*

2 часть *Дети двигаются по залу врассыпную поскоками,*  *музыка заканчивается*

Дед Мороз (*стучит посохом)* В пары вставайте, коленками примерзайте!

3 часть *Дети находят пару и «примерзают» различными частями тела по выбору Деда Мороза, игра повторяется*

Дед Мороз Щечками… Носиками... Животиками... Хвостиками... Плечиками...

*В конце игры*Дед Мороз Снег, лед, кутерьма, разбегайтесь на места*Дети разбегаются на места.*

***Коммуникативная игра-танец*  *«Разноцветные веревочки» (фонограмма 06)***

Это коммуникативная игра, главная цель кото­рой - общение. Музыка - «Звездная полька». Все дети берут по одной разноцветной веревочке длиной 20 см, которая должна быть не очень легкой, чтобы ее можно было крутить.

*1 вариант* На первую часть музыки все прогуливаются свободно, раскручивая веревочку перед собой. Это легкий, непринужденный променад. В конце части дети образуют произвольные пары, каж­дый берется левой рукой за веревочку партнера, смотрит ему в глаза, улыбается. Затем дети как бы перетягивают друг друга по очереди на каж­дую фразу музыки, выполняя руками движение «пила», таким образом, они движутся в парах то вперед, то назад (4 раза). В конце второй части меняются разноцветными веревочками. Игра повторяется 4-5 раз.

*2 вариант*На первую часть музыки - дети " весело гуляют" с веревочками, и уже глазками ищут себе пару - с веревочкой такого же цвета. На вторую часть музыки - встают парой, держась за веревочки делают движение "пилим пилой" руки вперед-назад, на третью часть держась так же за веревочку партнера, "лодочкой" и кружатся весело покачиваю руками. Далее движения повторяются. Усложнение: в 1 части дети гуляют с остановками.

***Коммуникативная игра-танец*  *Марш с предметами*.*****(фонограмма 07)*** *С кубиками, палочками, шумовыми инструментами.*1 часть- все маршируют врассыпную.   
2 часть - все играют на музыкальных инструментах.  
Разные группы инструментов могут играть по очереди, на кого покажет педагог.

***Игра с инструментами* *«Звуковой бутерброд»***

Материал: музыкальные инструменты "трех семей" по звучанию: деревянные, шумовые и металлические. Запоминаем, что - деревянные инструменты - это хлеб, металлические - масло, шумовые - колбаса.

Цель игры: Развивать внимание, сообразительность. Научить поочередно "включать и выключать звук", то есть:

Я отрезаю хлеб - *звучат деревянные инструменты*

Затем, мажу маслом *- звучат одновременно деревянные* *и металлические* *инструменты*

А теперь положу колбасу - *шумовые инструменты*

Я съела хлеб и масло *- замолкают деревянные и металлические*

Осталась колбаса- *только шумовые* Съела и колбасу *- шумовые замолкают.*

«*Бутерброд» можно делать в любой последовательности и «съедать» его тоже как угодно*.

Уважаемые коллеги, в ходе нашей работы произошла взаимоучеба. Надеюсь, что после сегодняшнего занятия в вашей педагогической копилке появятся новые приемы с использованием моделей здоровьесберегающих технологий. Пусть вас и ваших воспитанников всегда сопровождает добро и радость общения.