



Целью музыкально-оздоровительного воспитания в дошкольном образовательном учреждении является: укрепление психического и физического здоровья, развитие музыкальных и творческих способностей, формирование потребности в здоровом образе жизни.

Педагоги дошкольных учреждений, в том числе и музыкальные руководители, должны комплексно решать задачи физического, интеллектуального, эмоционального и личностного развития ребёнка; активно внедряя в процессе работы наиболее эффективные технологии здоровьесбережения.

Валеология – это интегральная наука о сохранении здоровья и здоровом образе жизни.

Главная задача – научить ребёнка формировать и беречь свое здоровье.

Музыкально – валеологическое воспитание – это организованный педагогический процесс, целью которого являются:

- укрепление психического и физического здоровья,
- развитие музыкальных и творческих способностей,
- формирование потребности в здоровом образе жизни.

В процессе образовательной деятельности по музыке осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и творческих способностей каждого ребёнка. Оздоровительная работа с использованием музыкальных игр предполагает использование следующих здоровьесберегающих технологий:

Валеологические игры-распевки, которые поднимают настроение, задают позитивный тон к восприятию окружающего мира, улучшают эмоциональный климат, подготавливают голос к пению. Пример:

Валеологическая песенка-распевка «Здравствуйте»

Здравствуйте, ладошки! Хлоп-хлоп-хлоп! (Хлопки в ладоши)

Здравствуйте, ножки! Топ, топ, топ! (Топают)

Здравствуйте, щечки! Плюх-плюх-плюх! (Шлёпают ладошками по щёчкам)

Пухленькие щечки! Плюх-плюх-плюх! (Шлёпают кулачками по надутым щёчкам)

Здравствуй, губки! Чмок, чмок, чмок! (Чмокают)

Здравствуй, зубки! Щелк, щелк, щелк! (Щёлкают зубками)

Здравствуй, мой носик! Бип, бип, бип! (Нажимают пальчиком на носик)

Здравствуй, гости! Привет! (Руки вверх-в стороны)

Дыхательная гимнастика, которая развивает не только певческие способности, но и правильную осанку.

Особенность работы над дыханием с детьми – желательно выполнять под музыку, в игровой форме. В основу легли несложные упражнения по методике А. Стрельниковой: короткий и резкий вдох носом и абсолютно свободный выдох.

Упражнение “Китайский болванчик”

Исходное положение: встаньте прямо. Слегка наклоните голову вправо, правое ухо идёт к правому плечу – короткий шумный вдох носом. Затем слегка наклоните голову влево, левое ухо идёт к левому плечу – тоже вдох.

Словно мысленно кому-то говорите: “Ай! Как не стыдно!” Плечи при этом не дёргаются, голова посередине не останавливается.

Пение с предшествующей ему дыхательной гимнастикой оказывает на детей психотерапевтическое, оздоравливающее и даже лечебное воздействие.

Артикуляционная гимнастика. Способствует тренировке мышц речевого аппарата, помогает ориентированию в пространстве, имитирует движения животных. Улучшает музыкальную память, внимание, уровень певческих навыков и развития речи детей, чувство ритма, внимание. Игровая гимнастика помогает сформировать правильное произношение звуков, слогов, целых слов. Проводить упражнения нужно эмоционально, в игровой форме, под музыку, с хлопками, а также в сочетании с дыхательно-голосовыми упражнениями.

Оздоровительные и фонетические игры и упражнения (игры со звуком) Используются для укрепления хрупких голосовых связок детей, профилактики заболевания верхних дыхательных путей. **Пример:**

Петушок пшеницу серпом сжал,	Дети произносят «ших, ших...», резко скрещивая перед собой руки, пальцы сжаты в кулаки.
Снопов навязал,	Произносят «ш-ш-ш...» на продолжительном выдохе, вращая кулачками перед грудью.
Обмолотил,	Произносят «т-т-т, ты-ды, ты-ды!», ударяя кулачками по коленям.
На мельницу свозил.	Цокают язычком, подражая стуку копыт лошади, руки «держат вожжи»
Ветер летит, крылья мельницы вертит.	Делают glissando вверх и вниз на звук [y], показывая высоту рукой.
Получилась мука	Произносят «п... п...», делая короткие

хороша, легка.	активные выдохи, резко сжимая и разжимая пальцы рук.
Петушок из муки напёк пирог.	Руками «пекут пирожки», произнося слог [ля] в высоком регистре.
Вот они - на столе стоят, с пылу, с жару пыхтят.	Произносят «пых... пых...», активно работая диафрагмой, стараясь не поднимать плечи, руки на поясе.

Игровой массаж. Повышает защитные свойства верхних дыхательных путей и всего организма, нормализует вегетососудистый тонус, деятельность вестибулярного аппарата и эндокринных желез, поднимает настроение. **Пример:**

«Две тетери»

На лугу, на лугу (Дети гладят животик по часовой стрелке.)

Стоит миска творогу.

Прилетели две тетери, («Бегают» пальчиками по телу.)

Поклевали, (Щиплют двумя пальцами.)

Улетели. (Машут руками.)

Обучение простейшим массажным приёмам происходит в игре. На музыкальных занятиях массаж проводится под музыку – слова пропеваются, или музыка звучит просто фоном. Малыши закрепляют в игре навыки правильного выполнения элементарного самомассажа, развивают мелкую мускулатуру пальцев рук.

Пальчиковые игры и сказки. Развивают речь ребёнка, двигательную активность, готовят к рисованию, письму, формируют образно-ассоциативное мышление на основе устного русского народного творчества. На занятиях пальчиковые игры лучше проводить под музыку. Нужно чтобы попевки, песенки, сопровождались показом ярких иллюстраций, игрушек, героев пальчикового театра, звучанием детских музыкальных инструментов. Тексты для этих игр – короткие стихотворения, русские народные песенки, потешки, считалки, небольшие сказки.



Речевые игры. Позволяют детям овладеть всеми выразительными средствами музыки. Эффективно влияют на развитие эмоциональной выразительности речи детей, двигательной активности. Доказано, что музыкальный слух развивается совместно с речевым. Средства музыкальной выразительности – ритм, темп, тембр. Динамика, артикуляция, форма – являются характерными и для речи. Таким образом, использование речевых игр на музыкальных занятиях позволяет детям с самого раннего возраста овладевать всем комплексом выразительных средств музыки.

Музыкотерапия. Способствует коррекции психофизического статуса детей в процессе их двигательного-игровой деятельности. Повышает иммунитет, снимает напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание.

Занятия с использованием технологий здоровьесбережения эффективно при учёте индивидуальных и возрастных особенностей каждого ребёнка, его интересов.

Работа с родителями. Человек овладевает музыкальной культурой в течение всей своей жизни. Важнейшим этапом этого процесса является дошкольное детство. Однако, успех в формировании музыкально-эстетического сознания ребёнка зависит не только от плодотворной работы педагогического коллектива ДОУ по музыкальному воспитанию, но и от отношения к музыке в семье. Ведь именно у родителей есть широкие возможности духовно обогатить своих детей.

