

**Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение:  
детский сад №16 комбинированного вида**

**Перечень здоровьесберегающих технологий  
в образовательном процессе педагога**

Благополучие общества во многом зависит от состояния здоровья детей. Факторами, агрессивно воздействующими на хрупкие детские организмы, являются экологические проблемы, некачественное питание, эмоциональный дискомфорт. Музыка, воспринимаемая слуховым рецептором, воздействует не только на эмоциональное, но и на общее физическое состояние человека, вызывает реакции, связанные с изменением кровообращения, дыхания. В.М.Бехтерев доказал, что музыка может вызывать и ослаблять возбуждение организма. П.Н. Анохин, изучая вопросы влияния мажорного или минорного лада на самочувствие, сделал вывод о положительном влиянии мелодического и ритмического компонентов музыки на работоспособность или отдых человека. Н.Ветлугина пишет, что пение развивает голосовой аппарат, речь, укрепляет голосовые связки, регулирует дыхание. Ритмика улучшает осанку ребёнка, координацию, уверенность движений. Развитие эмоциональной отзывчивости и музыкального слуха помогают активизировать умственную деятельность.

***Музыка – это одно из средств физического развития детей.***

Этот вывод и то, что одной из задач детского сада является оздоровление детей, послужил стимулом для создания структуры и содержания музыкально-оздоровительной работы, соединяющей традиционные музыкальные занятия с оздоровительными мероприятиями.

***Новизна состоит в следующем:***

1. На музыкальных занятиях, в свободной и самостоятельной творческой деятельности дошкольников актуально, возможно и необходимо использовать современные здоровьесберегающие технологии в игровой форме. Применение валеологических песен-распевок, игрового самомассажа, пальчиковых игр, пассивной музыкотерапии, дыхательной и артикуляционной гимнастики, оздоровительных упражнений для горла и голосовых связок с целью профилактики простудных заболеваний, сопровождение речевых игр музыкально-ритмическими движениями.

2. Проведение интегрированных музыкально-валеологических занятий.

3. Применение новых форм взаимодействия с семьёй по музыкальному воспитанию, включающих вопросы сохранения здоровья детей в детском саду и дома.

***Цель:***

Укрепление психического и физического здоровья детей, выявление и развитие музыкальных и творческих способностей, формирование привычки к здоровому образу жизни.

***Задачи:***

1. Развивать музыкальные и творческие способности дошкольников в различных видах музыкальной деятельности, используя здоровьесберегающие технологии, исходя из возрастных и индивидуальных возможностей каждого ребёнка, звуковую культуру речи воспитанников.

2. Формировать начало музыкальной культуры.

3. Создавать условия, обеспечивающие эмоциональное благополучие каждого ребёнка.

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

5. Формировать правильную осанку.

Болезненный, отстающий в физическом развитии ребенок быстрее утомляется, у него неустойчивое внимание, слабая память, низкая работоспособность. От здоровья, жизнерадостности детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы.

Несмотря на тенденцию возрождения в российских семьях здорового образа жизни, активную его пропаганду в средствах массовой информации, большинство родителей не заботятся в должной мере о здоровье своего ребенка, не прививают ему любви к окружающим людям, самому себе. А ведь именно в дошкольном возрасте, или периоде первого детства интенсивно развиваются все органы и системы человека.

Ребенок с первых дней жизни имеет определенные унаследованные биологические свойства, в том и типологические особенности основных нервных процессов (сила, уравновешенность, подвижность). Но эти особенности составляют лишь основу для дальнейшего физического и психического развития, а определяющим фактором являются окружающая среда и воспитание ребенка.

Система музыкально-оздоровительной работы в нашем дошкольном учреждении предполагает использование на музыкальном занятии следующих здоровьесберегающих технологий:

- Валеологические песенки-распевки;
- Дыхательная гимнастика;
- Артикуляционная гимнастика;
- Оздоровительные и фонетические упражнения;
- Игровой массаж, самомассаж;
- Пальчиковая гимнастика;
- Речевые игры;
- Музыкалотерапия.

***Результатами музыкально-оздоровительной работы являются:***

1. Повышение уровня развития музыкальных и творческих способностей детей.
2. Стабильность эмоционального благополучия каждого ребёнка.
3. Повышение уровня речевого развития.
4. Снижение уровня заболеваемости (в большей степени простудными болезнями).
5. Стабильность физической и умственной работоспособности во всех сезонах года независимо от погоды.

Заведующий

Т.А. Горохова