

Выступление на заседании региональной инновационной стажировочной площадке «Самолетоландия»

Тема: Здоровьесберегающие технологии в музыкальной деятельности ДОУ

В соответствии с Законом «Об образовании в РФ», ФГОС ДО, особую актуальность в дошкольном воспитании приобретает оптимизация сохранения и укрепления психофизического здоровья ребенка.

Одной из главных задач дошкольного учреждения является – создание условий, гарантирующих формирование и укрепление здоровья воспитанников.

Образовательная среда должна быть здоровьесберегающей и здоровьеукрепляющей. Все это требует внедрения здоровьесберегающих технологий во все образовательные области, в том числе и образовательную область «Художественно-эстетическое развитие», в частности «Музыкальное воспитание», и интеграцию оздоровительной работы с музыкально-образовательной.

«Здоровьесберегающая технология» – это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение «здоровья» ребенка на всех этапах его обучения и развития. Н. Ветлугина, в своих исследованиях, обозначает: «пение развивает голосовой аппарат, речь, укрепляет голосовые связки, регулирует дыхание. Ритмика улучшает осанку ребенка, координацию, уверенность движений. Развитие эмоциональной отзывчивости и музыкального слуха помогают активизировать умственную деятельность».

Таким образом, становится ясно, что использование здоровьесберегающих технологий в работе музыкального руководителя выступает как необходимое условие полноценного развития детей.

Цель работы вижу в оптимизации системы музыкально-оздоровительной работы МАДОУ посредством внедрения здоровьесберегающих технологий в образовательную область «Художественно-эстетическое развитие», в частности «Музыкальное воспитание», что обеспечит каждому ребенку укрепление психического и физического здоровья, создаст условия для гармоничного развития, эмоционального благополучия и своевременного всестороннего развития каждого ребенка.

Опираясь на современные программы и методики по музыкальному образованию и оздоровлению детей, сформулировала задачи своей педагогической деятельности:

- Оптимизировать развитие основных структурных компонентов музыкальности детей, посредством внедрения здоровьесберегающих технологий:

- обеспечение комфорта детей в различных формах организации НОД и совместной деятельности.

- Сохранять и укреплять психофизическое здоровье детей:
 - развитие сенсорных и моторных функций;
 - профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата, органов дыхания, простудных заболеваний.

В своей системе музыкально-оздоровительной работы я использую следующих здоровьесберегающих технологии:

- Ритмопластика.
- Дыхательная гимнастика.
- Пальчиковая гимнастика.
- Психогимнастика.
- Танцотерапия.
- Сказкотерапия.
- Игротерапия.
- Праздникотерапия.

Ритмопластика.

Основная направленность элементов ритмопластики на музыкальных занятиях, - психологическое раскрепощение ребенка через освоение своего собственного тела как выразительного («музыкального») инструмента.

Танцы, ритмичные движения – физиологическая потребность детского развивающегося организма. Они мобилизуют физические силы, вырабатывают грацию, координацию движений, музыкальность, укрепляют и развивают мышцы, улучшают дыхание, активно влияют на кровообращение, способствуют выработке многих веществ, необходимых детскому организму.

Ритмичные и плавные движения усиливают приток крови к легким – они полнее насыщаются кислородом. Сердце работает при этом ритмичнее, активно подавая кровь ко всем органам, доставляя кислород. Нагрузка на мышцы живота нормализует работу кишечника и желудка. Движения укрепляют сон лучше, чем любое снотворное.

Быстрота реакции, координация движений, осознанное овладение танцевальными, ритмическими движениями имеют значение и для умственного развития детей. На музыкальных занятиях ребенок занимается ритмопластикой в коллективе, а это способствует развитию у детей организованности, дисциплины, ответственности, взаимовыручки, внимательного отношения к окружающим, самостоятельности.

Дыхательная гимнастика

Выполнение дыхательной гимнастики помогает сохранить, укрепить здоровье ребенка. Она дает возможность зарядиться бодростью и жизнерадостностью, сохранять высокую работоспособность. Гимнастика хорошо запоминается и после тренировки выполняется легко и свободно.

Кроме того, дыхательная гимнастика оказывает на организм человека комплексное лечебное воздействие:

1. Положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении, в том числе и легочной ткани;
2. Способствует восстановлению нарушенных в ходе болезни нервных регуляций со стороны центральной нервной системы;
3. Улучшает дренажную функцию бронхов;
4. Восстанавливает нарушенное носовое дыхание;
5. Исправляет развившиеся в процессе заболеваний различные деформации грудной клетки и позвоночника.

Пальчиковая гимнастика

Систематические упражнения по тренировке движений пальцев наряду со стимулирующим влиянием на развитие речи являются мощным средством повышения работоспособности головного мозга.

На музыкальных занятиях пальчиковые игры проводятся чаще всего под музыку - как попевки, песенки, сопровождаются показом иллюстраций, пальчикового или теневого театра.

1. Стимулирует действие речевых зон коры головного мозга детей;
2. Совершенствует внимание и память;
3. Формирует ассоциативно-образное мышление;
4. Облегчает будущим школьникам усвоение навыков письма

Пальчиковые игры позволяют разминать, массировать пальчики и ладошки, благоприятно воздействуя на все внутренние органы. Соединяют пальцевую пластинку с выразительным мелодическим и речевым интонированием, формируют образно-ассоциативное мышление на основе устного русского народного творчества.

Психогимнастика

Психогимнастика, прежде всего, направлена на обучение элементам техники выразительных движений, на использование выразительных движений в воспитании эмоций и высших чувств и на приобретение навыков в саморасслаблении.

Дети изучают различные эмоции и учатся управлять ими, овладевают азбукой выражения эмоций. Психогимнастика помогает детям преодолевать барьеры в общении, лучше понять себя и других, снимать психическое напряжение, дает возможность самовыражения.

Танцетерапия

Танец, помимо того, что снимает нервно- психическое напряжение, помогают детям быстро устанавливать дружеские связи друг с другом, а это дает определенный психотерапевтический эффект. танцевальная терапия позволяет лучше понять себя, способствует развитию и укреплению самооценки, способности более глубоко чувствовать и переживать.

Сказкотерапия

Сказка – любимый жанр детей. Велико значение сказки для поддержания душевного мира детей. Сказка открывает ребенку перспективы собственного

роста, дарит надежду и мечты. Я стараюсь включать сказки в содержание сценариев праздников и занятий – это либо кукольная постановка, показ взрослыми сказки или детьми.

Актуальность и новизна сказкотерапии заключается в объединении многих методических, педагогических, психологических приемов в единый сказочный контекст и адаптация их к психике ребенка.

Преимущества технологии:

1. Через анализ придуманной ребенком сказки, педагог получает информацию о его жизни, актуальном состоянии, способах преодоления трудностей и мировоззренческих позициях.

2. Сказкой можно передать ребенку, родителям и педагогам новые способы и алгоритмы выхода из проблемной ситуации.

3. Дополняя, изменяя, обогащая сказку, ребенок преодолевает самоограничения и дополняет, изменяет и обогащает свою жизнь.

Игротерапия

Творчество требует от детей координации всех нравственных сил, и этот всплеск активности благотворно действует на их психику, а значит на их психическое здоровье, то есть творческий процесс исцеляет. Творческие задания направлены на расширение репертуара доступных ребенку эмоциональных переживаний. Для этого я предлагаю детям сочинить собственную мелодию, спеть свое имя, пофантазировать под музыку, исполнить пластическую импровизацию или исполнить партию на детском музыкальном инструменте.

В игре ребенок может без ограничений и, не задумываясь, выразить свои фантазии, переживания, эмоции. Постепенно ребенок становится уверенней в себе, перестает сомневаться, бояться критики и наказаний. Игротерапия способствует у детей изменению чувств и установок в сторону позитивного принятия себя и окружающего мира.

Праздникотерапия

Праздник – это всплеск положительных эмоций. А эмоциональный фактор единственное средство развить ум ребенка, обучить его и сохранить детство. На праздниках важно настроить детей эмоционально, увлечь за собой в мир музыки и сказки.

Использование здоровьесберегающих технологий в моей работе дали **следующие результаты:**

- повышение уровня развития музыкальных и творческих способностей детей;
- стабильность эмоционального благополучия каждого воспитанника;
- повышение уровня речевого развития;
- снижение уровня заболеваемости;
- стабильность физической и умственной работоспособности дошкольников.