Муниципальное бюджетное учреждение

 дополнительного образования

 «Уренгойская ДШИ»

**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ**

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ**

 **НА ТЕРРИТОРИИ ДШИ**

МЕТОДИЧЕСКИЙ ДОКЛАД

Преподаватель высшей квалификации по классу фортепиано

 Прасолова Жанна Фёдоровна

п.Уренгой 2017

**Оглавление**

1.Титульный лист -1 стр.

2. Оглавление -2 стр.

3.Вступление -3стр.

4.Что такое здоровьесберегающие образовательные технологии -3 стр.

5.Детская школа искусств педагогическая система, относящаяся к ЗОТ- 4 стр

6.Немного о плюсах обучения в ДШИ – 4 стр.

7.Немного о минусах – 4 стр.

8.Помочь родителям и детям сделать правильный выбор инструмента – 5 стр

9.Для детей с проблемами органов дыхания – лучший выбор духовой инструмент- 6 стр.

10.Музыкотерапия или оздоровление музыкой – 6 стр.

11.Урок и его основные моменты – 6 стр.

12.Важные составляющие урока – 7 стр.

13.Методы и приёмы для самовыражения учащихся – 8 стр.

14.Применение игровых технологий на групповых уроках – 8 стр.

15.Важное условие на уроке – создать психологический комфорт ученику – 9 стр.

16.Вопросы мотивации обучения – связаны с методами

 здоровьесбережения – 10 стр.

17.О педагоге, его здоровье и условиях работы - 10 стр.

18. Поговорим об оценке за работу во время урока и за домашнюю работу - 11 стр.

19. Здоровьесбережение в каждую семью – 11 стр.

20. Заключение -12 стр.

21. Литература – 13 стр.

**Вступление**

В Приказе Министерства культуры Российской Федерации от 04.09.95 №617 сказано : «…основные цели школы искусств-формирование общей культуры личности обучающихся, создание основы для сознательного выбора и последующего освоения профессиональных образовательных программ в сфере искусства и культуры…»

И помимо этого, музыкальная школа, школа искусств и другие учебные учреждения дополнительного образования в нашей стране являются единым механизмом в котором педагоги, во главе с руководителем могут и способствуют обеспечению всех условий необходимых для плодотворного труда как самих педагогов в успешном применении здоровьесберегающих технологий на уроках так и учащимся в их учёбе, в развитии своих талантов.

Мы живем в век новых технологий и безумно быстро развивающейся цивилизации. Современная жизнь предъявляет к человеку большие требования. Быстротечность времени, большие нагрузки психологического плана и физические отражаются на здоровье человека. Но только здоровый человек может преодолеть все трудности и добиться успехов, быть творцом своей жизни и быть здоровым.

**Что такое здоровьесберегающие образовательные технологии?!**

Различные методы и технические приёмы, которые используют педагоги ДШИ в своей работе с учениками и не приносящие вреда их здоровью во время пребывания последних в стенах учебного заведения и есть ЗОТ.

Главными составляющими здоровье сберегающих технологий являются

Рациональность их использования и совместная организация деятельности преподавателя и учащихся.

 Рассмотрим две составляющие здоровье сберегающего обучения :

 «**Обучающая»** связана

* с развитием интеллектуальных способностей
* творческих способностей ребенка, базирующаяся на педагогике,
* в основе которой лежат активные формы и методы обучения.

**«Сохраняющая здоровье»**

* опирается на создание психологического комфорта,
* эмоциональную отзывчивость.

 **К «сохраняющей среде» относятся :**

* санитарно-гигиенические требования. Например, в музыкальной школе искусств это должно быть проветренное помещение, так как свежий воздух является той средой, в которой хорошо работает мозг, легкие;
* сияющие черно-белые клавиши инструмента - это эстетично во-первых и установка на плодотворную деятельность;
* достаточное освещение – это в первую очередь комфорт для глаз и не утомляет зрение.

**Детская школа искусств педагогическая система, относящаяся к ЗОТ**

Современные требования в сфере культуры и образования предполагают обязательное внедрение здоровьесберегающих технологий в учебный процесс учреждений дополнительного образования.

Нашим детям дается уникальная возможность получить знания в области различных искусств, раскрыть свои таланты и всё это формирует культуру поведения, уверенность в своих силах, а это положительно сказывается на его общем состоянии физическом и интелектуальном.

**Немного о плюсах обучения в ДШИ**

* У ученика развивается чувство ритма и музыкальный слух
* Тренируется мелкая моторика и координация движений
* Вырабатывается твердость характера, концентрация внимания
* Воспитывается усидчивость, сценическая выдержка
* Развивается образное мышление, зрительная память
* Самостоятельность, ответственность и самодисциплина
* Ребёнок приобщается к прекрасному – к искусству, к наследию прошлого, знакомится с шедеврами Мировой классики с сокровищами мировой культуры, что благотворно скажется в целом на его физическом и духовном здоровье.

**Немного о минусах**

Чаще всего родители понимают, что всё, что даёт школа это хорошо и прекрасно. Но приходиться сталкиваться с тем, что родители отдавая ребенка в школу, как в кружок, снимают с себя ответственность в необходимости проверить домашнее задание, напомнить о ежедневных занятиях на инструменте или по сольфеджио.

Всем педагогам хорошо известна фраза, которую говорят родители, приводя ребенка в музыкальную школу: «Главное, чтобы на улице не бегал!». Да, дополнительные заботы получают сами родители ведь ребенка надо отвезти на занятия, затем привезти и т.д., но стоит это того или нет решают они сами, какой вклад они сделают в начале жизненного пути своего чада, таким он и пойдёт в будущем.

Ещё одним главным аргументом «против» занятий музыкой может стать дополнительная нагрузка на ребенка, которому придется пожертвовать прогулкой, сидя за инструментом. А так как родители заняты зарабатыванием денег, что делает дефицит общения детей с родителями, что очень неблагоприятно по своей сути , то мы , преподаватели, становимся «вторыми папами и мамами».

 И потому родителю нужно самому быть твердо убежденным в том, что для его сына или дочери необходимо дополнительное образование, тот или иной инструмент. В этом ему помогут общение с преподавателем и дополнительные самостоятельные знания, а так же заинтересованность в этой области.

**Помочь родителям и детям сделать правильный выбор инструмента**

 Родители решили привести ребенка в музыкальную школу. Очень

важным шагом является избрание инструмента. Какому инструменту отдать предпочтение? Родителям нужно помочь сделать правильный выбор, предоставив им возможность познакомиться с разнообразием инструментов, пригласить на концерты, дабы избежать влияния на них чужого мнения или моды. Хотя есть факты, которые подтверждают именно последнее.

 В последнее время наблюдается некоторая тенденция желающих обучаться игре на гитаре, что объясняется материальной доступностью этого инструмента, его мобильностью. Часто бывает и такое, родители приводят детей на хореографическое и вокальное отделения, руководствуясь тем, что не нужно лишних хлопот с приобретением инструмента и не учитывают физиологические особенности ребенка или какие-то скрытые психические недостатки, которые возможно вскрыть только на индивидуальных занятиях.

 При первой встрече с ребенком нужно поговорить и предложить ему послушать звучание разных музыкальных инструментов, показать как на них играют музыканты.

Концерты и лекции на сцене ДШИ проводятся для популяризации и пропаганды различных инструментов и всех в целом отделений школ. Так же посещение детских садов и общеобразовательных школ с концертами открывают для школьников интерес к неизвестным или популярным инструментам.

**Для детей с проблемами органов дыхания – лучший выбор духовой инструмент**

 При приеме детей в ДШИ или ДМШ, следует обратить внимание родителей на такой фактор, дабы избежать в будущем проблем. Тот или иной музыкальный

инструмент может сказаться на здоровье ребенка и об этом провести беседу и предложить духовые инструменты.

Для развития дыхания полезны занятия на духовых инструментах. А если у ребенка астма или какие-то проблемы с дыхательной системой, то выбор духового инструмента – флейты, кларнета и других – способствует улучшению состояния здоровья. Оздоровительный эффект от занятий будет ощутим уже через несколько месяцев.

**Музыкотерапия или оздоровление музыкой**

Ещё во времена Пифагора люди увлекались слушанием музыки в качестве терапии.

 Музыкотерапия интересное и перспективное направление, и изучив работы многих ученых из России и зарубежных стран, можно с уверенностью сказать, что такое направление можно использовать в условиях ДШИ. Терапевтическую паузу можно использовать на уроках в той или иной ситуации, что несомненно поможет и педагогу и ребенку восстановить силы или снять напряжение и принесёт пользу здоровью.

Мелодия медленная, гармонично звучащая, может успокоить.

Но есть мелодии, что музыкой назвать сложно - диссонансы и откровенно "некрасивые, уродливые" мелодии, но которые способны оказывать особое воздействие на память и сознание, а значит и благотворно влиять на общее состояние.

Занятия музыкой укрепят иммунную и нервную систему – что будет способствовать снижению заболеваемости, улучшать обмен веществ;

 Музыка структурирует процессы мышления , а это важный элемент в физическом и творческом развитии ребенка

Правильно подобранная  мелодия или произведение, небольшая часть импровизации являются удобным средством для работы с памятью и бессознательным –сказывается на успеваемости ученика, а это не маловажный фактор.

Известно, что пение полезно для здоровья: укрепляются голосовые связки, повышается иммунитет, снижается стрессовое состояние. Пение - вместо дыхательной гимнастики- вот что рекомендуют врачи и ученые.

 Для укрепления мышечной системы и опорно-двигательного аппарата идеально подходят ударные инструменты – там-там, барабан и др.

**Урок и его основные моменты**

Традиционная методика тесно связана с педагогическими аспектами в проведении урока.

Но каждый из этих методов непосредственно связан с поддержанием и укреплением здоровья учащегося.

Как правило урок строится с учетом работоспособности ученика, его индивидуальных особенностей. Чередование различных видов деятельности во время урока – это основа для плодотворной работы, т.к. концентрация внимания на одной задачи более 15 минут, не дает нужного результата. К этому хочется добавить доброжелательный и благоприятный эмоциональный настрой, который принесет положительный результат несомненно, отражаясь на самочувствие ученика, мотивируя к творчеству.

Ко всему выше сказанному всё же нужно добавить ориентиры, на которые целесообразно обратить внимание преподавателям при проведении урока:

* Гигиенические условия в классе должны соответствовать

санитарным нормам: поддержание чистоты в классе, а так же определенную влажность

 и свежесть воздуха, уровень освещенности, проветренное помещение перед и после урока, всё это влияет на состояние учеников, и снижает риск аллергических

расстройств при соблюдении этих условий.

* Рациональная организация урока, использование активных форм и методов обучения: динамические паузы, расслабление под музыку, пение любимой мелодии, которую сыграет педагог, танец импровизация, подбор на слух с закрытыми глазами и т.д.

**Важные составляющие урока**

Продолжая тему «Урок и его основные моменты» следует отметить, что число видов учебной деятельности, используемых преподавателем, является важной частью урока. К ним относятся следующие виды учебной работы:

* Словесный,
* Аудиовизуальный,
* Наглядный,
* Самостоятельная работа.

Следует учитывать продолжительность и чередование различных видов учебной деятельности.

Норма для проведения одного вида деятельности 7-12 минут и нормой считается использование 3 – 5 видов работы за урок ( пусть не на каждом уроке), но не менее трех. Если на групповых или индивидуальных занятиях использовать один и тот же элемент работы в течение 30-35 минут, то результат усвоения материала будет низкий и приведет к утомлению ученика, а значит потребуется от педагога повторения пройденной темы и «топтания» на месте из урока в урок, а это не желательно по отношению к плану работы и пропадет интерес ученика к предмету, а этого нельзя допускать.

 Чередование различных видов слуховой, двигательной и творческой деятельности, использование аудио – видео клипов, наглядных пособий, бесед и т.д. всё это скажется только благоприятно на здоровье нашего подрастающего поколения.

 Вместе с тем необходимо помнить, что частые смены одного вида деятельности на другой требуют от учащихся новых сил и внимания. Для педагога сложная и ответственная задача – найти «Золотую середину» и с терпением и упорством достигать своих целей.

Работоспособность у детей связана с биоритмами и имеет два основных пика.

 Первый подъем приходится на 9-11 часов, второй – на 16-18 часов.

В связи с этим педагогам ДШИ нужно учитывать нагрузку по количеству уроков в день, их чередовании ( перед уроком хореографии лучше провести урок специальности, т.к. после активной физической нагрузки у ребенка будет рассеянное внимание и усталость).

Экзамены, зачеты, контрольные уроки и концерты, где нужна большая сосредоточенность, лучше проводить в середине недели, после того как ученик пообедал и немного отдохнул после уроков, проведенных в общеобразовательной школе.

**Методы и приёмы для самовыражения учащихся**

Несколько вариантов методов:

* ***Свободный*** - беседа (вопрос-ответ), выбор приемов исполнения, свобода творчества (сочинить, нарисовать и т.д.);
* ***Активный*** - (ученик в роли учителя, обучение действием, ролевая игра, ученик как исследователь и др.);
* ***Творческий***  - направленный на развитие интеллекта, эмоций, общения, воображения, самооценки и др.

 Эти приемы помогут снять признаки утомления, а хроническое утомление - это одна из главных причин подрывающая здоровье школьников.

Давно известно, что игры активизируют процесс обучения. Применение игровых технологий на уроках фортепиано ( других инструментов) в комплексе с другими методами и приемами организации учебных занятий, дает возможность укрепить мотивацию на обучение, поддерживать интерес и увлеченность игрой на инструменте, вызвать положительные эмоции, то есть создать благоприятный эмоциональный настрой урока, раскрыть индивидуальность ребенка.

**Применение игровых технологий на групповых уроках**

 Для детей игры – это эффективный способ самореализации и самовыражения.

Игровые формы, применяемые на групповых уроках, разнообразны::

* Подвижные игры: игры на внимание, на воспитание слуховых представлений
* Игры-соревнования : дети делятся на команды и выполняют задания, и т д.;
* Ролевые игры: можно «превратиться» в сказочных героев, ученик - учитель и т.д.

Дети младшего возраста любят фантазировать, сочинять сказки. Поэтому можно направить их фантазии в нужном направлении. Например, в качестве отдыха и разрядки на уроке можно «сочинить» музыкальную сказку, используя звуки разных тембров с образами различных животных. Если на улице дождь, то соответственно с каплями дождя, то быстро, то медленно падающими «на клавиши». Педагог в это время ведет свой рассказ-фантазию таинственно-сказочным голосом доброй феи или рассказчика – волшебника и т.д.

Так же такие отступления от жестких методических рамок можно сделать, разучивая различные «трудные» места в этюдах или пьесах, где каждому пассажу дать имя и придумать интересный художественный сюжет, связав в единую органичную цепочку увлекательных «событий» воображаемой сказки-рассказа.

Развитие образного мышления, творческой фантазии и приобретения навыков игры в совокупности, являются методами здоровьесбережения для ребенка.

**Важное условие на уроке – создать психологический комфорт ученику**

После образовательной школы, большой психологической и порой физической нагрузок, ребенок приходит в школу, где приходиться сидеть в одной позе за инструментом, так как этого требует определенная методика, где авторитарный стиль обучения приводит порой к напряженному состоянию.

Педагог должен быть чутким и замечать изменения в настроении, или появлении зевоты и не внимательности ученика, и сменить тактику ведения урока, дать возможность сменить позу, откинуться на спинку стула.

Для детей, страдающих близорукостью, и в качестве профилактики всем детям, можно предложить упражнения для глаз: круговые движения в виде восьмёрок, вверх-вниз, вправо – влево по 4-5 раза в каждую сторону.

Для ознакомления с музыкальной грамотой можно применить небольшой мяч, а лучше два, и во время опроса домашней работы или после пройденной новой темы, перекидываясь мячом, поиграть в игру «Вопрос - Ответ».

Во время небольшого отдыха использовать, заранее сделанные карточки с музыкальными знаками, для повторения пройденного материала, прохлопать знакомые мелодии, спеть песню или под музыкальный аккомпанемент педагога или аудиозапись поиграть в игру «Оркестр, дать шумовые инструменты ребенку и ритмично, пошагать под музыку. Это очень позитивный момент и он даст большой эмоциональный подъём, раскрепостит и добавит энергии для продолжения урока.

Проветрить помещение, освежить водой руки перед уроком или после, сделать упражнения для рук, плечевых суставов (круговые от локтя, запястьями, каждым пальчиком по 4 раза в одну и в другую сторону), всё это снимет усталость.

 Итак, для укрепления здоровья учеников, их устойчивого психологического состояния при большой нагрузке в течении всего дня, главным и приоритетным методом в Детской школе искусств является разумное и осмысленное использование форм и средств, соответствующих возрастным особенностям ребенка и гигиеническим нормам.

**Вопросы мотивации обучения – связаны с методами**

 **здоровьесбережения**

Принуждение к занятиям на инструменте, окрики и понукания со стороны родителей и педагогов не приведут ни к чему хорошему, а только будут медленно разрушать здоровье ребенка! Заставлять ребенка не следует: лучше спокойно и доброжелательно поговорить, привести примеры различных музыкантов - исполнителей, послушать красивую музыку, поиграть на инструменте, пригласить на концерты в ДШИ, просто побеседовать.

Очень печально, когда ребенок уже учиться в школе и вдруг у него пропадает интерес: избегает контактов с преподавателем, пропускает уроки без причин и т.д. Здесь играют многие факторы: влияние друзей, новые информационные технологии, не внимание родителей, авторитарные методы педагога, подавляющие инициативу ребенка или чрезвычайно большие нагрузки двух школ, а порой и трех – всё это сказывается на ребенке.

Здесь, педагогу, необходимо свести к минимуму отрицательные моменты, индивидуально подойти к сложившейся ситуации, изменить репертуарный план. Всё использовать для того, чтобы сохранить добрый, благоприятный климат в классе при общении с учеником, удалить напряжение, сомнения и создать атмосферу творчества и взаимопонимания. Стрессы и натянутые отношения губительно сказываются на здоровье не только ученика, но и преподавателя.

**О педагоге, его здоровье и условиях работы**

Педагог и его здоровье, его комфортное рабочее место, о котором должен позаботиться руководитель школы – всё скажется на ребенке, его ученике. Своим позитивным настроем, доброжелательным и здоровым видом педагог привлекает ученика. Улыбка, доброе слово и совет, остроумная шутка или афоризм, всё это делает педагога Педагогом с большой буквы, поразительным и запоминающимся.

Любовь к своему делу, целеустремленность и интеллектуальная энергия делает его авторитетом для ученика и примером для подражания. Его разнообразные технологии преподавания всегда интересны и плодотворны. Ученики у таких педагогов вырастают настоящими людьми, добивающиеся своих целей, могущие заряжать своей особенностью и талантом уже своих учеников, даря радость и свою заботу им.

Несомненно, ученики у таких преподавателей будут всегда в хорошем расположении духа и замечательными, крепкими физически. Успех в делах – заряжает, ободряет, наполняет новыми силами для новых побед.

**Поговорим об оценке за работу во время урока и за домашнюю работу.**

21 век вносит свои коррективы даже в такое малое дело, как оценка за работу ученика.

За многие года работы, педагоги отмечают, контингент обучающихся детей изменился: дети перегружены и не только школой образовательной. Но так же дети и их родители, которые поощряют, желают быть загруженными (параллельно с посещением ДШИ или ДМШ, они занимаются спортом, изобразительным искусством и другими интересами), что сказывается на всё более редких и не систематических занятиях за инструментом. И вот исходя из этого, мы педагоги должны объективно и справедливо оценивать работы наших учеников уже на уроках.

Да, оценки очень важны и выставляются они, исходя из индивидуальных способностей ученика, его физических данных, учитывать нужно и его здоровье.

Очень хорошим, сохраняющий здоровье, методом оценивания является:

- метод самооценки, когда ребенок пытается оценить свою работу на уроке или домашнюю

- метод совместной оценки, задать наводящие вопросы, напомнить о неточностях или очень удачных моментах и т.д.,

- окончательная, где по общему согласию, обсудив все «за» и «против» ребенок и учитель приходят к совместному выводу.

Пожелать ученику успехов по другим предметам, проявить интерес, узнать о возможных проблемах или предложить помощь – так же является здоровьесберегающим подходом.

Это поможет ему более раскрыться, почувствовать заинтересованность учителя и придаст уверенность.

**Здоровьесбережение - в каждую семью**

Главную роль, в сохранении здоровья своих детей, играют родители.

Мы, педагоги, только своевременно корректируем и помогаем им в этом.

Работа с родителями в музыкальной школе включает в себя: беседы, лекции, концерты, различные внеклассные мероприятия или классные часы, проведенные совместно с родителями или для них.

Такое взаимодействие окажет неоценимую пользу для детей в отношении их здоровья, ведь участвуя в концертах, видя глаза родителей и чувствуя их поддержку, ребенок ещё больше стремиться к хорошим результатам, аплодисменты окрыляют и подталкивают к новым творческим достижениям. Хороший эмоциональный настрой приносит только удовлетворение и спокойную, уравновешенную психику.

Много творчества, терпения и сил нужно приложить педагогу школы искусств, чтобы в его классе каждому было комфортно, чтобы дети с радостью бежали на урок, чтобы эти уроки для ученика были не забываемыми и полезными.

**Заключение**

Хочется подчеркнуть, что реализация здоровье сберегающей образовательной модели подтверждает эффективность применения современных технологий на уроках в ДШИ, благодаря активной жизненной позиции, творческого подхода, инициативности каждого педагога ДШИ и её руководителей.

Основная ценность и важная составляющая Дополнительного образования детей это её гуманистическая направленность. Вместе мы сохраним здоровье детей!

Литература:

\*Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (СанПиН 2.4.2 2821-10), зарегистрированные в Минюсте России 03.03.2011г., регистрационный номер 19993;

\* Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

\*Федеральный закон от 24.07.98 г. N 124-ФЗ "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" (с изменениями от 20 июля 2000 г.).

\*Федеральный закон № 3266-1 от 10.06.92 “Об образовании” (в ред. ФЗ от 13.01.96 №12- ФЗ, от 16.11.1997 № 144-ФЗ, от 20.07.2000 № 102-ФЗ, от 07.08.2000 № 122-ФЗ)

\* Конвенция о правах ребенка. Принята Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.89 и ратифицирована Верховным Советом СССР 13.06.90

\*Выписка из приказа «Об утверждении типового положения о государственной, муниципальной школе искусств» Мин.культуры РФ от 04.09.95 №617

\* Горяев В.. Здоровье детей – категория педагогическая. /Статья/

Воспитание школьников. - 1999, №1.

 \* Дополнительное образование как система технологий сохранения и

укрепления здоровья детей: Учебное пособие. - /Н.В.Сократов и

другие. – Оренбург.: 2001.

\*Т.Б. Юдовина-Гальперина «За роялем без слёз»/ СПБ – Фабрика «Детская книга» -1996, с.192

 \* Курбатова Л. Мозг, творчество.//Начальная школа плюс: до и

после. - 2003, №5, 45-50с.

 \*Сухомлинский В.А. Сердце отдаю детям. – М.: Просвещение, 1979. -170с.

 \*Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие технологии. – М.: АРКТИ, 2003.

 \*Ступницкая М.А., Белов А.В., Родионов В.А. Критериальное

оценивание как здоровьесберегающий фактор школьной

среды.//Школа здоровья. - 2003, №3, 37-40с.

\*Сократов Н.В., Феофанов В.Н. Мотивационные основы

здоровьесберегающего образования детей: Методические

рекомендации. – Оренбург - 2001.