**Здоровьесберегающие технологи в музыкальном образовании дошкольников.**

Цель — оптимизация системы музыкально-оздоровительной работы ДОУ посредством внедрения здоровьесберегающих технологий в образовательную область «Музыка»

 Опираясь на современные программы и методики по музыкальному образованию и оздоровлению детей, формулируем следующие задачи:

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

 - развитие специальных музыкальных способностей: координации слуха и голоса, координация движений (посредством применения метода кинезиологии)

 - развитие познавательных процессов и личностных новообразований

 - 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

 • Создать музыкальную предметно-развивающую среду с учетом здоровьесберегающей модели организации музыкально-оздоровительной работы

 • Содействовать просвещению родителей и педагогов

 Основные принципы использования здоровьесберегающих технологий

 в музыкальном образовании дошкольников.

 Вся работа педагогического коллектива нашего детского сада строится по принципам:

 • принцип научности — подкрепление всех мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками;

 • принцип интегративности — решение оздоровительных задач в системе всего воспитательно-образовательного процесса;

 • принцип активности, сознательности — участие всего коллектива в поиске новых эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению детей;

 • принцип безопасности – не навреди

 Реализация этих принципов потребовала от нас разработки системы музыкально-оздоровительной работы.

 Содержание системы музыкально-оздоровительной работы в ДОУ

 Музыкально-оздоровительная работа в ДОУ – это организованный процесс, направленный на развитие музыкальности детей, сохранение и укрепление их психофизического здоровья с целью формирования полноценной личности ребёнка.

 Для решения задач по созданию этой системы нами разработана здоровьесберегащая модель организации музыкально-оздоровительной работы в детском саду, в которой выделены следующие компоненты:

 1. Мониторинг анализа физического здоровья воспитанников, развития музыкальности, креативности и отслеживании социально-эмоционального комфорта детей в музыкальной среде группы

 2. Организация музыкальной здоровьесберегающей среды

 3. Использование здоровьесберегающих технологий в НОД и совместной деятельности

 4. Просвещение педагогов и родителей.

 1. Основой работы по реализации здоровьесберегающей модели являются результаты мониторинга анализа физического здоровья воспитанников, диагностики развития музыкальности, креативности и детей в музыкально-образовательной среде.

 В своей музыкальной практике я использую мониторинг, разработанный Э. П. Костиной:

 Диагностика развития музыкальности детей

 Диагностика проводится 3 раза в год, что даёт возможность отслеживать динамику развития каждого ребёнка, и в соответствии с этими данными, планировать всю дальнейшую работу.

 Также использую диагностику проявления креативности детей. Провожу её с учётом возрастных психологических особенностей детей.

 Методом педагогического наблюдения ежегодно я получаю данные о функциональной организации мозга у ребёнка.

 Психолого-педагогическая диагностика И. П. Павлова для детей подготовительной группы, даёт мне возможность выбора оптимальных приёмов обучения наиболее подходящих данному типу организации мозга ребёнка.

 Ну и, конечно, совместно с воспитателями проводится анализ результативности социаль-но – эмоционального комфорта детей в музыкально – образовательной среде группы

 В перспективном и календарном планировании использование здоровьесберегающих технологий отображено специальными символами. По результатам диагностики планируется вся индивидуальная работа с детьми, выясняется уровень их развития, и самое главное - резерв возможностей.

 Положительная динамика результатов диагностики детей позволяет сделать выводы о благоприятном влиянии здоровьесберегающих технологий на процесс музыкального воспитания.

 2. Одним из важнейших средств развития музыкальности и оздоровления детей является образовательная среда в ДОУ. И эта среда должна отвечать всем критериям комфорта.

 Структурными составляющими комфорта психологи считают: психологический комфорт, интеллектуальный комфорт, физический комфорт. Их единство в образовательной деятельности свидетельствует об эффективной организации среды и взаимодействия её субъектов.

 Психологический комфорт - это положительные эмоции, способы взаимодействия детей со средой и её субъектами. Для меня – это прежде всего гуманно-личностный подход, субъект-субъектные отношения.

 Интеллектуальный комфорт достигается через соответствие между способностями, возможностями, интересами ребёнка и содержательно-педагогическими условиями среды. В моей музыкальной практике интеллектуальный комфорт ребёнка достигается сменой видов деятельности, темпом, желаемым результатом, поддержкой со стороны взрослого, верой в собственные силы, наличием возможностей для самореализации.

 Физический комфорт характеризуется соответствием между телесными потребностями ребёнка и предметно-пространственными условиями среды.

 Комфортная среда – это внутреннее пространство ДОУ, система её условий, позволяющих сохранить психофизиологическое здоровье детей.

 В нашем ДОУ создана обстановка, обеспечивающая психологический, интеллектуальный и физический комфорт детей, способствующая соблюдению баланса активности и отдыха, коллективной и индивидуальной деятельности. Все помещения ДОУ выдержаны в спокойных, светлых тонах, в дизайне используются элементы различных техник (коллажи из плёнки, «витражная техника», игровые макеты, модули и др., что создаёт комфортное настроение, способствуя эмоциональному благополучию детей.

 Музыкально-развивающая микросреда ДОУ представляет собой мини-центры музыкального развития в каждой возрастной группе, где представлен разнообразный материал для приобщения детей к музыкальной и оздоровительной деятельности

 Музыка должна сопровождать детей повсюду, поэтому во всех группах нашего ДОУ присутствуют средства ТСО. Всё активнее используются и ИКТ.

 Следуя структуре построения среды, мы придерживаемся принципов мобильности среды, её соразмерности, стильности оформления, доброкачественности, соответствия возрастным особенностям детей.

 Во всех возрастных группах нами используется полифункциональное игровое оборудование (открытые ширмы, объёмные модули) ; «запасник ценных вещей», уголок ряжения, театр кукол и т. д. Это даёт возможность детям самим изменять пространственную среду (например, с помощью модулей, заниматься деятельностью с позиций своих детских интересов (включить музыку, уединятся, организовывать театральную деятельность и т. д., а взрослым - возможность создания для детей сюрпризной игровой обстановки. По моим рекомендациям, воспитатели чётко следят за дозированностью звучания музыки в группе. Весь музыкальный материал, электронные презентации тщательно подбирается мною в соответствии с возрастом детей, их музыкальными предпочтениями. Воспитатель отслеживает активность детей в среде. По итогам года делаются выводы, происходит пополнение среды.

 Таким образом, вся организация музыкальной здоровьесберегающей среды сориентирована на достижение детьми психологического, интеллектуального, физического комфорта.

 Система музыкально-оздоровительной работы предполагает использование следующих здоровьесберегающих технологий:

 Технологии сохранения и стимулирования здоровья:

 Дыхательная гимнастика.

 Голос звучит беспрепятственно, объёмно и ровно только при физиологически правильном дыхании. Задачи, поставленные нами для профилактики заболеваний органов дыхания:

 • повышать общий жизненный тонус ребёнка, сопротивляемость и устойчивость орга-низма к простудным заболеваниям

 • развивать дыхательную мускулатуру, улучшать вентиляцию и кровообращение в лёг-ких

 • отработать механизм физиологически правильного речевого и певческого дыхания.

 Для успешной реализации поставленных задач, я включила систему разработанных упражнений в различные виды деятельности и формы работы. Это – музыкальная и физкультурная НОД, утренняя гимнастика, гимнастика после сна, физкультминутки.

 В своей практике я использую кинезиологические дыхательные упражнения и дыхательную гимнастику А. Стрельниковой. Стрельниковская гимнастика оказывает на организм человека комплексное лечебное воздействие.

 Кинезиологические упражнения также укрепляют дыхательную мускулатуру, увеличивают подвижность грудной клетки и диафрагмы, способствуют выведению мокроты, уменьшению застойных явлений в легких, совершенствуют механизм дыхания и координации дыхания и движений.

 Противопоказания к выполнению дыхательной гимнастики: тяжелое состояние ребенка и заложенность носа. Если у ребенка насморк, то сначала его нужно вылечить, а затем приступать к выполнению упражнений.

 Детям нравится выполнять дыхательные упражнения, они считают их игрой, и вместе с этим приносят неоценимую пользу для укрепления дыхательной мускулатуры и здоровья в целом

 Пальчиковые кинезиологические игры.

 В моей практике осуществляется система кинезиологических пальчиковых упражнений, сопровождаемая пением.

 - упражнения с младшими дошкольникам выполняю в медленном темпе, от 3 до 5 раз сначала одной рукой или симметрично расположенными пальцами (ручные знаки)

 Например, упражнение

 Ушки длинные у зайки, из кустов они торчат. Он и прыгает и скачет, веселит своих зайчат.

 Сопровождается поступенным пением мелодии вверх и вниз.

 Постепенно разгибая пальцы, начиная с большого, из кулачка, ребёнок должен голосом изобразить поступенное движение мелодии вверх, что позволяет включить в работу оба полушария, заставить их взаимодействовать друг с другом. Такое упражнение развивает не только мелкую моторику рук, но и звуковысотный слух.

 - упражнения, проводимые со старшими дошкольниками, усложняются, объём заданий увеличивается, наращивается темп выполнения задания, варьируется использование мелодий (постепенный переход от поступенного движения к движениям по трезвучию, скачкообразным движениям). В отличие от малышей, для которых используются упражнения только с симметричными движениями и сопровождаемые пением звуков только октавы, старшим дошкольникам предлагаю одновременные разнотипные движения рук, сопровождаемые пением интервалов, соответствующих азбуке 6 и 7-ой ступени развития программы «Камертон».

 В отличие от содружественных движений, регуляция которых происходит на уровне спинного мозга, разнотипные движения требуют более высокого уровня регуляции, за счёт чего расширяются резервные возможности функционирования головного мозга ребёнка, развивается координация движений, основные признаки музыкальности: эмоциональная отзывчивость, звуковысотный слух, музыкальное мышление.

 Пока кинезиологические пальчиковые упражнения находят отклик не у всех моих коллег, но по моим рекомендациям используются в НОД воспитателями, и, конечно, в музыкальной НОД

 Музыкально-ритмические движения, ритмопластика

 Музыкально-ритмические движения являются синтетическим видом деятельности, следовательно развивают и музыкальность, и двигательные способности, а также те психические процессы, которые лежат в их основе.

 Моя система работы над музыкально-ритмическими движениями основана на программе А. И. Бурениной «Ритмическая мозаика»

 Вообще, музыкально-ритмические движения как средство профилактики заболева-ний опорно-двигательного аппарата предпочтительнее детьми всех остальных форм работы. Почему?

 Главная причина такого предпочтения – в эмоциональности этих упражнений, в том, что они благотворно влияют на психическую сферу человека. Дети с большим удовольствием занимаются веселыми упражнениями, чем упражнениями заведомо известными как лечебные.

 Например, движения современных танцев, поочерёдное разведение коленей и т. д., отлично укрепляют мышцы стопы, формируют своды стоп.

 Махи руками в стороны, вперёд, пружинки, приставные шаги, различные виды наклонов, поворотов в танцах способствует укреплению мышечного каркаса вокруг позвоночника.

 Движения русских танцев, хороводные шаги, присядка, различные дроби, перетопы, тройные шаги, улучшают осанку, укрепляют мышцы конечностей, способствуют увеличению подвижности суставов.

 Таким образом, хотя профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата и должна быть комплексной в ДОУ, музыкально ритмические движения в этом комплексе по нашему мнению занимают далеко не последнее место, благодаря музыке.

 Кинезиологические, валеологические распевки.

 Цель распевок – подготовить голосовые связки к пению, развивать звуковысотный и ритмический слух. Несложные тексты, мелодия, состоящая из звуков мажорной гаммы, трезвучия поднимают настроение, улучшают эмоциональный климат в начале музыкальной НОД

 Коррекционные технологии:

 Артикуляционная гимнастика.

 включает в себя несложные статические и динамические упражнения для языка и губ: «Улыбка», «Хоботок», «Заборчик», «Кролик», «Птенчики», «Лопаточка», «Иголочка» и др., ритмичное исполнение стихотворного текста с музыкальным сопровождением

 Артикуляционная гимнастика способствует тренировке мышц речевого аппарата, развивает музыкальную память, способствует запоминанию текста песен, вниманию, развивает чувство ритма. При отборе упражнений мы следуем рекомендациям учителя-логопеда.

 Психогимнастика

 Для развития у детей навыка концентрации, пластики, координации движений используется психогимнастика. Упражнения сопровождаются текстом, музыкой, помогая детям лучше представить тот или иной образ и войти в него. Создают положительный эмоциональный настрой, устраняют замкнутость, снимают усталость. Проводятся 1-2 раза в неделю, начиная со старшего возраста по 25-30 мин. педагогом-психологом, в музыкальной НОД по мере необходимости. В своей музыкальной практике использую психогимнастику Чистяковой М. А.

 Арттерапия

 Арт-терапия – это буквально лечение искусством.

 В нашем ДОУ как в НОД, так и в самостоятельной деятельности детей активно используют-ся следующие виды арттерапии: музыкотерапия, сказкотерапия, куклотерапия, игротерапия, песочная терапия. Обсудив данную технологию с педагогическим коллективом, мы оформи-ли в каждой группе уголки для проведения арттерапии, оснащенные различными пособиями и дидактическими играми: музыкально-творческие игры, различные виды кукольных теат-ров, запасник ценных вещей, уголок ряженья, ёмкости с песком и т. д.

 Пока ещё небольшой опыт педагогического коллектива по использованию арт-терапевтических технологий показывает, что эта работа эффективно влияет на улучшение эмоционального состояния детей и в целом на создание положительного климата в группе, что в свою очередь является одним из компонентов оздоровительной работы с дошкольниками.

 Вокалотерапия

 Система вокалотерапии, включающая в себя работу мышц и голоса - хороший путь к хорошему здоровью без применения лекарств

 Звук «А-А-А» - стимулирует работу легких, трахеи, гортани, оздоравливает руки и ноги.

 Звук «И-И-И»- активизирует деятельность щитовидной железы, полезен при заболеваниях ангиной, улучшает зрение и слух.

 Звук «У-У-У»- усиливает функцию дыхательных центров мозга и центра речи, устраняет мышечную слабость, вялость, заболевания органов слуха,

 Звук «М-М-М» - с закрытым ртом снимает психическую утомляемость, улучшает память и сообразительность.

 Использую такие пропевания в музыкальной НОД как сигнал перед изменением вида деятельности, это способствует сосредоточенности внимания

 Взаимодействие и просветительская работа с родителями.

 Мы уверены, что ни одна, даже самая совершенная музыкально-оздоровительная программа не сможет дать полноценных результатов, если она не решается совместно с семьей.

 После обработки анкет с добавленными вопросами об оздоровлении детей мы выявили определённые тенденции в предпочтениях родителей, их желание и стремление к сотрудничеству, их знания о музыкальном развитии детей, и почти стопроцентное отсутствие знаний о ведении музыкально-оздоровительной работы в ДОУ. На основании этих данных внесли некоторые изменения в формы взаимодействия с семьёй.

 - Самая любимая всеми форма взаимодействия с семьёй – это совместные праздники. Проведение таких мероприятий приносит много радости и удовлетворения и детям, и взрослым. «Общее сопереживание сближает, создаёт радостную атмосферу, возникают взаимоотношения, основанные на общих интересах» (Костина Э. П.) . В нашем ДОУ стало традицией проведения совместно с родителями таких праздников, как «23 февраля», разнообразные конкурсы к «8 Марта», «Широкая Масленица» и «Выпуск в школу», спортивные развлечения.

 - Анкетирование;

 - Беседы на тему «Музыкально-оздоровительная работа в ДОУ» на родительских собраниях

 - Индивидуальные консультации

 - Организация обратной связи «Почтовый ящик»;

 - Наглядная информация в уголках родителей на данную тему

 - Консультации о целебной силе музыки в организационных папках

 - Выставки книг (подборки педагогической и психологической литературы) об укреплении и сохранении психофизического здоровья ребёнка

 - Показы открытых мероприятий с использованием здоровьесберегающих технологий.

 Там, где действия педагогического коллектива совпадают с действиями семьи, эффект, как правило, наибольший. Ждём результата

 Совместная работа педагогов ДОУ

 Практическое применение здоровьесберегающих технологий, по моему мнению, возможно только при условии согласованности действий всего педагогического коллектива.

 Педагоги оценили значимость этого нововведения и с успехом применяют технологии в своей деятельности. Совместно со специалистами нашего ДОУ разработан план взаимодействия специалистов по реализации совместных задач оздоровления детей. Разрабатывается единая линия в планировании образовательного процесса.

 Разработан материал для папки воспитателя, отражающий содержание по созданию единой развивающей музыкальной-оздоровительной среды. На данный момент обновлено содержание моделирования с учётом здоровьесберегающих технологий, систематизирована подборка музыки для режимных моментов, в организационные папки добавлены консультации для воспитателей по данной теме, которые помогают им лучше ориентироваться в музыкально-оздоровительном процессе.

 Вообще, в нашем ДОУ педагогический коллектив работает в творческом поисковом режиме по проблеме оздоровления детей, создает необходимые для этого условия, в комплексе проводит оздоровительные мероприятия, развивает свои профессиональные качества, широко использует здоровьесберегающие технологии в работе с детьми.

 Результаты внедрения здоровьесберегающих технологий в образовательную область «Музыка»

 Используя в своей работе здоровьесберегающие технологии, я достигла хороших результатов. В этом мне очень помогло пособие «Система музыкально-оздоровительной работы в детском саду», автор О. Н. Арсеневская.

 • Сделана подборка кинезиологических пальчиковых игр для каждой воз-растной группы

 • Систематизированы упражнения по дыхательной и ритмической гимна-стике для каждой возрастной группы

 • Создана музыкальная предметно-развивающая среда с учетом здоровьесберегающей модели

 • Подобран наглядный материал для воспитателей, родителей.

 • Разработаны консультации для педагогов и родителей

 Основные выводы по результатам работы:

 Анализ литературы по проблеме и проведённая работа позволили сделать следующие выводы:

 Применение в работе ДОУ здоровьесберегающих образовательных технологий повышает результативность музыкального воспитательно-образовательного процесса:

 • способствует обеспечению устойчивого интереса ребёнка к занятиям музыкой,

 • способствует формированию потребности в двигательной активности,

 • способствует укреплению и сохранению психофизического здоровья,

 • позволяет качественно решать задачи обеспечения комфорта детей,

 • формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья детей