

**Составила:** Колева А.Ю.,  
музыкальный руководитель

Консультация для педагогов  
**Здоровьесберегающие технологии в музыкальном развитии  
дошкольников.**

Здоровье ребенка, как говорится во Всемирной организации здравоохранения, - это не только отсутствие болезни и физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие.

Оздоровление детей в последнее время становится приоритетным направлением в работе многих ДОО.

Музыкально-оздоровительная работа в ДОО-достаточно новое направление как в музыкальном, так и в физическом воспитании дошкольников.

**Цель:** организовать музыкально-оздоровительную работу в ДОО, обеспечивающую каждому ребенку укрепление психического и физического здоровья, выявление и развитие музыкальных и творческих способностей, формирование привычки к здоровому образу жизни.

Чтобы повысить энергетический запас детского организма и направить его на развитие необходима специальная организация воспитательно-образовательного процесса. В этом большую помощь может оказать искусство.

Терапия искусством доступна для воспитателей, учителей, музыкальных педагогов и родителей. Здесь не требуются специальных медицинских знаний, ведь терапия искусством в педагогике используется не в буквальном смысле «лечения», а в смысле «социального врачевания».

Система музыкально-оздоровительной работы предполагает использование следующих здоровьесберегающих технологий:

- **Валеологические песенки-распевки** (М.Л. Лазарев, М.Ю. Картушина)- с них начинаются все музыкальные занятия. Несложные добрые тексты (в том числе программы «Здравствуй!» М. Лазарева) и мелодия, состоящая из звуков мажорной гаммы, поднимают настроение, задают позитивный тон к восприятию окружающего мира, улучшают эмоциональный климат на занятии, подготавливают голос к пению.

-**Артикуляционную** (Е. Косиновой, Т. Куликовской) **и дыхательную гимнастику** (Б. Токачевой, А. Стрельниковой, К. Бутейко) -

Задачи артикуляционной гимнастики на музыкальных занятиях:

- формировать артикуляцию различных звуков;
- закреплять артикуляционные уклады различных звуков в слогах, словах, фразах;
- совершенствовать подвижность и точность движений языка и губ (активизация движений кончика языка, выполнение дифференцированных движений кончиком языка, отграничение движений языка и нижней челюсти);

- увеличить объем слуховой памяти и внимания;
- учить выделять сильные доли в цепочке слогов;
- развивать музыкальную память, запоминания текста песен;
- совершенствовать дикцию;
- развивать чувство ритма;
- совершенствовать пространственную ориентировку в координатах: вправо-влево, вверх-вниз, в сторону, вперед-назад.

Овладеть навыком певческого дыхания детям помогают упражнения, которые делятся на дыхательные упражнения без звука, звуковые дыхательные упражнения, упражнения под музыку. Эти упражнения способствуют оздоровлению всей дыхательной системы, насыщают ткани кислородом, укрепляют нервную систему.

**-Игровой массаж (система О.Н. Арсеновской)** - стихи и песенки для игрового массажа очень нравятся детям, они обеспечивают весёлое общение, снимают напряжение, учат детей доверять другим и сопереживать.

При проведении массажа дети выполняют разнообразные движения пальцами и руками, что хорошо развивает крупную и мелкую моторику.

Игровой массаж снимает у детей напряжение. Улучшается кровоснабжение кожи, уменьшается напряжение мышц, дыхание и сердцебиение замедляются. Ребёнок успокаивается и расслабляется. Игровой массаж положительно влияет на центральную нервную систему.

Игровой массаж способствует социализации детей, формирует у детей доверие и внимание друг к другу, развивает терпение и чувство юмора.

**-Логоритмические и пальчиковые игры (Н.В. Нищева, Е.А. Поддубная).**

Включение логоритмических игр и упражнений в музыкальную деятельность дошкольников, помогает легче усваивать программное содержание их творческой деятельности, детям, имеющим речевые нарушения. У всех детей наблюдаются укрепление костно-мышечного аппарата, развитие дыхания, улучшаются моторные функции, что способствует сохранению и укреплению физического и эмоционального здоровья детей.

Пальчиковые игры и упражнения — уникальное средство для развития мелкой моторики и речи ребенка в их единстве и взаимосвязи. Разучивание текстов с использованием «пальчиковой» гимнастики стимулирует развитие речи, пространственного мышления, внимания, воображения, воспитывает быстроту реакции и эмоциональную выразительность. Ребёнок лучше запоминает стихотворные тексты; его речь делается более выразительной.

**-Элементы психогимнастики (методика М. Чистяковой)**-(этюды, игры и упражнения, направленные на развитие и коррекцию различных сторон психики ребенка, как ее познавательной, так и эмоционально-личностной). К психогимнастике можно отнести мимические упражнения; релаксацию; коммуникативные игра и танцы; этюды на развитие выразительности движений, инсценировки; музыкотерапию;

- **Элементы музыкотерапии** (рекомендации С.Шушарджана и Рушеля Блаво) - это метод, использующий музыку в качестве средства психологической коррекции состояния ребенка в желательном направлении развития. Сегодня этот метод активно используется в коррекции эмоциональных отклонений у детей младшего возраста. Они касаются их страхов, двигательных и речевых расстройств, психосоматических заболеваний, отклонений в поведении и др. Правильный выбор музыкальной программы – ключевой фактор музыкотерапии. Для того чтобы музыка оказывала благотворное влияние на ребенка, она должна соответствовать его эмоциональному состоянию.

- **Игровые фонopedические упражнения** - активизация фонационного выдоха, тое есть связь голоса с дыханием, отличающимся по энергетическим затратам от речевого.