Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение -
детский сад комбинированного вида №3
Барабинского района Новосибирской области

**Доклад**

(из опыта работы)

***Использование здоровьесберегающих игр в музыкальном развитии детей***

Захарова Т.А.

музыкальный руководитель ВКК

2019

Музыкально-оздоровительная работа в ДОУ – это организованный педагогический процесс, направленный на развитие музыкальных и творческих способностей детей, сохранение и укрепление их психофизического здоровья с целью формирования полноценной личности ребенка.

Основные задачи музыкально-оздоровительной работы в ДОУ:

- Создавать предметно-развивающую среду и условия для формирования гармоничной, духовно богатой, физически здоровой личности.

- Развивать музыкальные и творческие способности с помощью здоровьесберегающих технологий, исходя из возрастных и индивидуальных возможностей каждого ребёнка.

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

- Формировать правильную осанку, гигиенические навыки.

Система **музыкально-оздоровительной** работы предполагает использование разнообразных **здоровьесберегающих технологий**. Среди которых валеологические песенки - распевки, дыхательная гимнастика, артикуляционная гимнастика, **оздоровительные** и фонопедические упражнения, игровой массаж, пальчиковые игры, речевые игры, **музыкотерапия**.

На некоторых **технологиях** я хотела бы остановиться подробнее.

Валеологические песенки – поднимают настроение, задают позитивный тон к восприятию окружающего мира, подготавливают голос к пению.

***Доброе утро***!

Доброе утро! /Поворачиваются друг к другу

Улыбнись скорее! /Разводят руки в стороны

И сегодня весь день /Хлопают в ладоши

Будет веселее.

Мы погладим лобик /Движения по тексту

Носик и щечки

Будем мы красивыми /Постепенно поднимают руки вверх,

Как в саду цветочки. / выполняя *«фонарики»*

Разотрем ладошки /Движения по тексту

Сильнее, сильнее,

А теперь похлопаем

Смелее, смелее.

Ушки мы теперь потрем

И **здоровье сбережем.**

Улыбнемся снова

Будьте все **здоровы**!

Я использую валеологичесие песенки как в начале **занятия**, так и вместо привычной физминутки. Несложные тексты и мелодия позитивно влияют на настрой детей, улучшают эмоциональный климат на **занятии**.

Упражнения на развитие дыхания играют важную роль в системе **оздоровления дошкольников**. Медиками доказано, что дыхательная гимнастика оказывает на детей **оздоравливающее** и даже лечебное воздействие. Положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении.

В работе с дошкольниками я использую несложные упражнения А. Н. Стрельниковой, разработавшей известную методику дыхательной гимнастики для **оздоровления**. Принципы этой методики – короткий и резкий вдох носом в сочетании с движением и пассивный выдох.

***Упражнение «Ладошки»  (по А. Н. Стрельниковой)***

Ладушки-ладошки, звонкие хлопошки

Мы ладошки все сжимаем, носом правильно вдыхаем.

Как ладошки разжимаем, то спокойно выдыхаем.

(На счет *«раз»* - хватательные движения ладошками (сжимаем их в кулачки, одновременно с движением шумно вдыхаем носом. Сразу после короткого вдоха, ладошки разжимаются – выдох)

Еще один интересный элемент **музыкально-оздоровительной** работы, который я применяю в работе с детьми, игроритмические упражнения. Это специальные упражнения для согласования движений с **музыкой**. Игра и движение - важнейшие компоненты жизнедеятельности детей. Подобные упражнения способствуют развитию воображения, **музыкально-творческих** способностей ребенка, формированию процесса восприятия, снимают мышечную закрепощенность, улучшают физическое самочувствие.

***Дождь***

Дождик слабенький бывает, вот такой… /тихо и редко хлопает в

/ладоши *(половинные)*

Ну-ка, хлопайте, ребятки, все со мной! /дети повторяют движение

А бывает дождик сильный, вот такой… /хлопает в ладоши сильней

/*(четвертные)*

Снова хлопайте, ребятки, все со мной! /дети повторяют движение

А ещё бывают в небе чудеса –

гром гремит и начинается ГРОЗА! /топает и хлопает

/одновременно *(восьмые)*.

/Дети подхватывают движения

Я использую в своей работе элементы игрового массажа.   Выполнение массажных манипуляций расширяет капилляры кожи, улучшая циркуляцию крови, активно влияет на обменные процессы организма, тонизирует центральную нервную систему. Кроме того, поднимает настроение и улучшает самочувствие человека.  Ребенок может легко научиться этому в игре.  На **музыкальных занятиях** игровой массаж проводится под **музыку** – слова пропеваются (или же используется ритмодекламакция, или же **музыка звучит просто фоном)**.

Использование игрового массажа М. Картушиной повышает защитные свойства всего организма. Частота заболеваний верхних дыхательных путей снижается.

***Дождик*** (дети встают друг за другом *«паровозиком»*)

Дождь, дождь, надо нам

Расходиться по домам /хлопают ладонями по спине

Гром, гром, как из пушек

Нынче праздник у лягушек /поколачивают кулачками

Град, град, сыплет град

Все под крышами сидят /постукивают пальчиками

Только мой братишка в луже

Ловит рыбу нам на ужин /поглаживают спинку ладошками

*(дети поворачиваются на 180 градусов и повторяют массаж еще раз)*

Важное место на **музыкальных занятиях** занимают пальчиковые игры.  Существует прямая связь между движениями рук и произнесением слов. На ладонях людей находятся важные для всего организма биологически активные точки. В связи с этим особый интерес представляют пальчиковые игры, которые позволяют в игровой форме разминать, массировать пальчики и ладошки, благоприятно воздействуя на все внутренние органы. Я использую в своей работе пальчиковые игры Е. Железновой, которые проводятся под **музыку**. Тексты для этих игр должны быть довольно-таки простыми -  русские народные песенки, потешки, считалки, короткие стихотворения.

***Песочный домик***

Вот песочница большая /разводят руки в стороны

С крышею в горошек /руки *«домиком»* над головой

Из песка мы строим дом /стучат кулачком о кулачок

В доме пять окошек /показывают раскрытую ладошку – *«пять»*

Первое – для зайчика /загибают по очереди пальчики

Второе – для совочка

В третьем куколка стоит

В четвертом – два грибочка.

В пятом кругленьком окошке

Уложили спать мы кошку /ладошки *«спят»* под щечкой

Только кошке места мало /грозят пальчиком

Прыг! И домик наш сломала /шлепают ладошками по коленям.

**Музыкотерапия** - одно из перспективных направлений **оздоровительной работы в ДОУ**. Она способствует коррекции психофизического **здоровья** детей в процессе их жизнедеятельности. Слушание правильно подобранной **музыки** с выполнением психогимнастических этюдов М. Чистяковой повышает иммунитет детей, снимает напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание.

Надо отметить, что успех проводимой **музыкально-оздоровительная** работы зависит не только от работы педагогического коллектива ДОУ, но и от отношения к данной проблеме в семье. С целью просвещения родителей по этому вопросу провожу консультации на родительских собраниях, страницах сайта ДОУ, совместные **музыкально - спортивные** мероприятия, развлечения. Родители охотно принимают участие в подобных мероприятиях.   Использование **здоровьесберегающих технологий не только на занятиях в ДОУ**, но и в семейном воспитании помогает более эффективно развивать **музыкальные** способности дошкольников, сохранять и укреплять их **здоровье.**

**Оздоровление детей**, создание эмоционального комфорта – важнейшая задача ДОУ. Организация в детском саду **музыкально-оздоровительной** работы с использованием современных методов **здоровьесбережения** обеспечивает более бережное отношение к физическому и духовному **здоровью детей**, помогает в комплексе решать задачи физического, интеллектуального, эмоционального и личностного развития ребенка, активно внедряя в этот процесс наиболее эффективные **технологии здоровьесбережения**.  Ведь от состояния **здоровья** детей во многом зависит благополучие общества.

г.Барабинск