



«Использование здоровьесберегающих технологий в музыкальном занятии»

Одной из главных задач дошкольного учреждения является – создание условий, гарантирующих формирование и укрепление здоровья воспитанников. Актуальность темы здорового образа жизни подтверждают и статистические показатели. И педагог может сделать для здоровья воспитанника не меньше, чем врач. Образовательная среда должна быть здоровьесберегающей и здоровьесодействующей. Все это требует внедрения здоровьесберегающих технологий во все образовательные области, в том числе и образовательную область «Музыка», 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 пишет: "Пение развивает голосовой аппарат, речь, укрепляет голосовые связки, регулирует дыхание. Ритмика улучшает осанку ребёнка, координацию, уверенность движений. Развитие эмоциональной отзывчивости и музыкального слуха помогают активизировать умственную деятельность". Вся жизнедеятельность ребёнка в дошкольном учреждении должна быть направлена на сохранение и укрепление здоровья.

Оздоровительные занятия способствуют решению следующих задач:

сохранению и укреплению здоровья детей;

развитию сенсорных и моторных функций;

формированию потребности в двигательной активности;

профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата, зрения, простудных заболеваний;

приобретению навыка правильного дыхания;

Формированию гармоничной личности (умения дружить, чувства уважения, доброты, самокритичности и др.).

Использование здоровьесберегающих технологий в работе музыкального руководителя выступает как необходимое условие полноценного развития детей. Музыкальное воспитание может быть результативным, когда оно опирается на комплекс различных видов и форм музыкальной деятельности, тесно связанных между собой: пение, слушание музыки, музыкально – ритмические движения, игра на детских инструментах.

Музыкально – ритмическая деятельность составляет примерно 40 -50% объёма заданий каждого музыкального занятия, в первой части которой выполняются упражнения, способствующие освоению определённых танцевально – игровых элементов, тренирующих в чёткой ритмичной передаче основных движений (ходьба, бег), помогающих ориентироваться в выполнении различных построений. После пения и слушания музыки проводятся игры, пляски, хороводы. По тому, как ребёнок ходит, бежит, прыгает, можно судить о его физическом развитии,

умении координировать движения, эмоциональном настроении. Если у ребёнка плохо развиты основные движения, то с ним весьма трудно разучивать танцы и игры: все они включают ходьбу, бег или прыжковые движения. Чем больше двигательный опыт ребёнка, тем больше уверенности он приобретает. Кроме того, движения служат стимулом для созревания нервных связей. Ограничение ребёнка в движении может явиться одной из причин задержки его психического развития.

Пение является основным средством музыкального воспитания. Дети любят петь. При соблюдении гигиенических условий, то есть при проведении занятия в проветренном чистом помещении, пение способствует развитию и укреплению лёгких и всего голосового аппарата. По мнению врачей, пение является лучшей формой дыхательной гимнастики. При обучении дошкольников пению надо следить за тем, как дети сидят, стоят, держат корпус, голову, как открывают рот. При пении надо чередовать положения «сидя», «стоя». Постоянное пение стоя утомляет детей, мешает созданию спокойной удобной обстановки. Длительное пение, сидя так же вредно, т.к. вызывает застой крови, главным образом в нижней части тела. При пении сидя недостаточно расширяется грудная клетка, слабо работают дыхательные мышцы, что ведёт за собой ослабленное поверхностное дыхание. Смена положений при пении является своего рода разрядкой и снижает утомление, если таковое появляется. Поэтому очень полезно обыгрывать песни, инсценировать, добавлять движения.

Музыкальный руководитель, воспитатели должны не только знать репертуар детских песен, владеть методикой пения, но и уметь беречь детский голос. Они следят за тем, чтобы дети пели естественным голосом, не форсируя звук, не говорили слишком громко, и сами не должны громко говорить с детьми. Заботясь о создании спокойной обстановки, об уменьшении шума в группе, воспитатель тем самым оберегает детский голос. Крик, шум портит голос, притупляет слух детей и отрицательно влияет на их нервную систему.

Итак, музыка благоприятна для организма в целом, она является одним из средств физического воздействия на организм человека. Здоровьесберегающие технологии (дыхательная гимнастика, пальчиковые и речевые игры, ритмопластика) используемые на музыкальных занятиях развивают не только музыкальные способности, но и помогают развивать и укреплять здоровье ребенка.

