

«Музыкально- оздоровительная работа в ДОУ»

Доклад- практикум.
(из опыта работы)

Дошкольное детство – период интенсивного роста и развития организма, его повышенной чувствительности к влияниям природной и социальной среды, в том числе, к профилактическим и оздоровительным мероприятиям, проводимым в детском саду.

Сохранить здоровье ребенка – главная задача, стоящая перед всем персоналом детского сада. Опыт показывает, что только совместная работа педагогов и медицинских работников по оздоровлению детей может дать необходимый эффект. Современные тенденции в обществе свидетельствуют о росте числа детей с различными проблемами в состоянии здоровья с рождения, раннего или дошкольного возраста.

Музыка-это одно из средств физического развития детей. Музыкальное развитие очень важно для любого ребенка. И это совсем не означает, что из малыша с пеленок необходимо растить гениального музыканта, но научить его слушать, понимать музыку, наслаждаться ей - в наших силах. Музыка, воспринимаемая слуховым рецептором, воздействует не только на эмоциональное, но и на общее физическое состояние человека, вызывает реакции, связанные с изменением кровообращения, дыхания.

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 ребёнка.

Основной формой музыкальной деятельности в ДОУ является –непосредственная образовательная деятельность с детьми, в ходе которой осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и творческих способностей каждого ребёнка. Система музыкально-оздоровительной работы - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития, активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников.

Песенки-распевки.

Цель: подготовить голосовые связки к пению и упражнять в чистом интонировании определенных интервалов.

С них я начинаю все музыкальные занятия. Несложные, добрые тексты «Здравствуй» 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.

Дыхательная гимнастика.

Основными задачами дыхательных упражнений на музыкальных занятиях являются:

- укрепление физиологического дыхания детей (без речи).
- тренировка силы вдоха и выдоха.
- развитие продолжительности выдоха.

Упражнения на развитие дыхания играют важную роль в системе оздоровления дошкольников. Дыхательная гимнастика для детей приучает дышать носом (что важно для профилактики респираторных заболеваний), тренирует дыхательные мышцы, улучшает вентиляцию легких, повышает насыщение крови кислородом. Кроме того, дыхательная гимнастика через движения диафрагмы и мышцы живота осуществляет массаж внутренних органов, тренирует сердечно-сосудистую систему, повышая устойчивость к гипоксии (недостатку кислорода).

Пение с предшествующей ему дыхательной гимнастикой оказывает на детей психотерапевтическое, оздоравливающее воздействие:

-положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении, в том числе и лёгочной ткани;

- способствует восстановлению центральной нервной системы;
- восстанавливает нарушенное носовое дыхание.

Артикуляционная гимнастика.

Основная цель: выработка качественных, полноценных движений органов артикуляции, подготовка к правильному произнесению фонем.

На музыкальных занятиях педагогам часто приходится наблюдать, что некоторые дети неправильно произносят отдельные звуки. Это говорит о неполном развитии мышц речевого аппарата. Взрослые могут помочь каждому ребёнку справиться с этими трудностями с помощью артикуляционной гимнастики.

Артикуляционные гимнастики способствуют тренировке мышц речевого аппарата, ориентированию в пространстве, развивают музыкальную память, запоминание текста песен, внимание, развивают чувство ритма, учат имитации движений животных. Артикуляционная гимнастика бывает двух видов: пассивная(взрослый выполняет движения за ребёнком) и активная(ребёнок самостоятельно выполняет упражнения). Артикуляционные упражнения бывают беззвучными и с участие голоса. При отборе упражнений надо соблюдать определённую последовательность, идти от простых упражнений к более сложным. Выполнять гимнастику сидя, так как в таком положении у ребёнка прямая спина, тело не напряжено, руки и ноги находятся в спокойном положении. В результате этой работы у наших детей повышаются показатели уровня развития речи детей, певческих навыков, улучшаются музыкальная память, внимание.

Игровой массаж.

Цель: научить детей посредством правильного выполнения массажа благотворно влиять на внутренние органы: сердце, лёгкие, печень, кишечник, воздействуя на биологически активные точки тела. Тысячи лет назад тибетские врачеватели установили: нам приятно хлопать в ладоши, ходить босиком, так как это бессознательно посылает положительные сигналы внутренним органам. Делая самомассаж определенной части тела, ребенок воздействует на весь организм в целом. Полная уверенность в том, что он делает что-то прекрасное, развивает у человека позитивное отношение к собственному телу. Ребенок может легко этому научиться в игре.

Пальчиковые игры.

Важное место на музыкальных занятиях занимают пальчиковые игры и сказки, которые исполняются как песенки или произносятся под музыку. "Пальчиковые игры" - это инсценировка каких-либо рифмованных историй, сказок при помощи пальцев. В ходе "пальчиковых игр" ребенок, повторяя движения взрослых, достигает хорошего развития мелкой моторики рук, которая не только оказывает благоприятное влияние на развитие речи, но и подготавливает ребенка к рисованию, письму. Тренировку пальцев рук начинаем с младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно.

Пальчики у детей становятся более ловкими, гибкими, дети быстрее овладевают сложными упражнениями, речь детей значительно улучшается. Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами.

Речевые игры.

Что же такое «речевая игра»? Это стихи, с которыми и в которые можно играть. Известно, что речевые игры и развлечения помогают воспитывать интерес к окружающему, стимулируют познавательную активность дошкольников. Способствуя развитию мыслительной и речевой деятельности, игра снимает напряжение, обычно возникающее у детей во время занятий. У детей, увлечённых игрой, повышается способность к непроизвольному вниманию, обостряется наблюдательность, а это необходимые качества для подготовки к школе. Речевое музицирование необходимо, так как музыкальный слух развивается в тесной связи со слухом речевым. В речевых играх Т. Боровик и Т. Тютюнниковой текст дети поют или ритмично декламируют хором, соло или дуэтом.

| | |
|-----------------------|-----------------------------------|
| И сегодня весь день | "пружинка" |
| Будет веселее. | поднимают ручки вверх |
| 2. Мы погладим лобик, | выполняют движения по тексту |
| Носик и щечки. | |
| Будем мы красивыми, | наклоны головы к правому и левому |
| Как в саду цветочки! | плечу по очереди. |

«Здравствуй»

Здравствуй солнце золотое, (поднять скрещенные руки вверх)

Здравствуй небо голубое, (поднять ладошки вверх)

Здравствуй вольный ветерок, (помахать ручками вверху)

Здравствуй маленький дубок,

Здравствуй утро, здравствуй день,

Нам здороваться не лень!»

«Добрый день»

«Добрый день, добрый день,

Нам здороваться не лень.

Этими словами

Здороваемся с вами!»

Применение музыкотерапии.

Ребенка необходимо подготовить к восприятию музыки (предложить сесть поудобней, расслабиться, сосредоточиться на музыке и предварительном рассказе). Музыка, звучащая на занятиях, специально подобрана, аранжирована для детей, подобраны и инструменты, мягко звучащие, благотворно влияющие, с негромкой динамикой. В процессе слушания музыки дети могут активно двигаться, играть на детских музыкальных инструментах.

Пример «Весенняя песня» муз. Чайковского

Дети слушают музыкальное произведение, представляют пробуждение природы от зимнего сна.

Применение пальчиковых игр.

Применяю во время слушания или пения (стараюсь, чтобы тематика произведения была созвучна с упражнением, например упражнение «Кошка», при разучивании песни про котика).

Пример: «Замок»

Ручки складываете в замок, переплетая пальцы. Читая стишок, ритмично раскачиваете «замок»:

На двери висит замок.

Кто его открыть бы мог?

Постучали,

(на этом слове ритмично постукиваете друг об друга основаниями ладоней, не расцепляя пальцы)

Покрутили,

(не расцепляя пальцы, одну руку тянете к себе, другую от себя, попеременно меняя их)

Потянули

(тянете ручки в разные стороны, выпрямляя пальцы, но не отпуская замок полностью)

И открыли!

Резко отпуская руки, разводите их широко в стороны.

Стишок нужно читать не очень быстро, но четко и ритмично, чтобы движения малыша совпадали с ритмом.

«Котенок»

У нашего котенка мягкие лапки,

(делаем поглаживающие движения ладонями)

Но на каждой лапке коготки-царапки!

(сгибаем пальчики и показываем, как котенок выпускает коготки, то немного сжимая, то разжимая кулачек).

Применение дыхательной и артикуляционной гимнастики.

Применяю в качестве 1-2-х минутной разминки перед и во время пения. Выполняя дыхательные упражнения в игровой форме, у ребенка происходит положительный эмоциональный настрой, снимается напряжение.

Упражнение на дыхание «Бабочки».

Пример:

Реквизит: бумажные бабочки на верёвочке.

Короткий вдох носом и продолжительный выдох ртом на бабочку.

Применение речевых игр.

Использую с самого раннего возраста. Играя и примеряя на себя самые разные роли, ребёнок тем самым самовыражается, у него появляется стойкое желание придумывать и фантазировать.

Пример: «Пчёлы водят хоровод» (О.Арсеневская)

| | |
|-------------------------|------------------------------|
| «Пчёлы водят хоровод» | Дети топают на месте. |
| Брум, брум. | Хлопки «тарелочками». |
| В барабан ударил кот | Имитируют игру на барабанах. |
| Трум, трум. | Стучат кулачком о кулачок. |
| Стали мыши танцевать- | Выставляют ногу на пятку. |
| Тир-ля, ля | |
| Так, что начала дрожать | |
| Вся земля. | Хлопают в ладоши. |

Применение физкультминутки.

Физкультминутку провожу, с целью активно изменить деятельность детей и этим ослабить утомление, а затем снова переключить их на продолжение занятия.

Пример: «Мы топаем ногами»

Мы топаем ногами.

Топ, топ, топ (ходьба на месте).

Мы хлопаем руками.

Хлоп, хлоп, хлоп (хлопки в ладоши).

Качаем головой (наклоны головы вправо, влево).

Мы руки поднимаем (руки вверх).

Мы руки опускаем (руки вниз).

Мы руки разведем (руки в стороны).

И побежим кругом (бег).

«В лесу»

Руки подняли и помахали –

Это деревья в лесу.

Локти согнули, кисти встряхнули –

Ветер сбивает росу.

Плавно руками помашем –

Это к нам птицы летят.

Как они сядут, покажем –

Крылья мы сложим назад.

(Дети выполняют движения по тексту)

Виды музыкальной деятельности варьируются в зависимости от плана занятия и настроения детей.