

РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ПУТЕМ МУЗЫКАЛЬНОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ КАК СРЕДСТВО ПОЛНОЦЕННОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ.

Двигательная активность - биологическая потребность организма, от удовлетворения которой зависит здоровье детей, их физическое и общее развитие.

На формирование двигательных навыков у детей положительное влияние оказывает музыкальное сопровождение. Музыка и движение органически связаны между собой содержанием и формой. У любого человека музыкальное сопровождение всегда вызывает непроизвольную моторную реакцию.

ЗАДАЧИ НАШЕЙ РАБОТЫ

- Помочь дошкольникам укрепить здоровье, стать более сильными, ловкими, выносливыми.
- Научить их владеть своим телом, чтобы противостоять различным недугам.
- Формировать привычку к здоровому образу жизни.

Музыкальное сопровождение подчиняется выполнению этих задач.

- Содействие всестороннему гармоничному развитию личности.
- Оптимизация организации двигательной деятельности.
- Повышение эмоционального фона на занятии.

Каждый день ребенка в детском саду начинается с **УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ**, которая позволяет получить заряд бодрости, дает стимул к рабочей активности на занятии.



Соблюдение принципов доступности и постепенности при подборе музыкального сопровождения не менее актуально, чем при составлении собственно физических упражнений. Необходимо, чтобы выбранная музыка была адекватна психовозрастным особенностям детей, их музыкальному и жизненному опыту. В то же время, следует постепенно усложнять музыкальный материал, обеспечивая тем самым эстетическое и музыкально-ритмическое воспитание и развитие детей.

Для предупреждения утомляемости и снижения работоспособности проводим **ДИНАМИЧЕСКИЕ ПАУЗЫ**. Они помогают снять напряжение у детей во время длительного статического напряжения.



Музыкальное сопровождение – это дополнительный фактор, положительно влияющий на состояние здоровья детей, на физическое развитие в целом и на совершенствование двигательных функций. Музыка, предназначенная для направленного стимулирования физиологических и психологических процессов при умственной и физической деятельности человека, называется функциональной музыкой. С ее помощью на занятиях физическими упражнениями можно ускорить процессы закрепления двигательных навыков, улучшить технику движения, стимулировать мышечную активность и проявление волевых качеств. Музыкальное сопровождение занятий активизирует детей, значительно повышает качество выполняемых ими упражнений, организует коллектив.



МУЗЫКАЛЬНЫЕ ЗАНЯТИЯ

На этих занятиях особое внимание уделяется развитию движений под музыку.

Для этого используются ритмические, хороводные, музыкальные, коммуникативные и пальчиковые игры, игры с пением.



Целесообразность двигательной активности детей при одинаковой длительности и содержании значительно выше при музыкальном сопровождении, чем без него. Интенсивность движений, их темп и амплитуда больше, в случае выполнения детьми упражнений под музыку.

Подтверждено, что:

- при восприятии музыки происходят изменения в центральной нервной системе;

- прослушивание негромкой мелодичной музыки оказывает успокаивающее воздействие;
- энергичная музыка с четким ритмом умеренной громкости даёт тонизирующий эффект;
- мажорная музыка быстрого темпа учащает пульс и увеличивает тонус мышц;
- при прослушивании музыки происходит нормализация мозгового прослушивания;
- музыка влияет на уровень различных гормонов в крови – например, может повысить содержание эндорфина;
- музыка способна влиять на общую подвижность и координацию;
- музыка изменяет восприятие времени;
- музыка может влиять на память и обучаемость.

2-ой этап педагогического процесса - "ПРОГУЛКА".

В течение дня прогулка организуется дважды: днем и вечером. Прогулка благоприятное время для проведения индивидуальных работ с детьми и организации их самостоятельной двигательной активности, возможность расходовать избыточную энергию. Дозированные бег и ходьба на прогулке - один из способов тренировки и совершенствования выносливости, наиболее ценного оздоровительного качества. В начале или конце прогулки рекомендуется выполнить пробежку, например, вокруг здания детского сада.



3-ий этап педагогического процесса "ВТОРАЯ ПОЛОВИНА ДНЯ".

Зарядка после сна - «ГИМНАСТИКА ПРОБУЖДЕНИЯ».



Во вторую половину дня стараемся больше времени отводить **САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ** деятельности детей. Здесь нам помогают физкультурные уголки, которые есть во всех группах. Особое место в моей работе занимают подборка музыкальных пальчиковых игр, большая фонотека и картотека музыкально - подвижных игр, музыкально - игровые упражнения по профилактики зрения, восстановления дыхания, для снятия мышечного напряжения.





Музыкальное сопровождение помогает детям настроиться на определенный лад и выражать свои чувства, эмоции через движения.

БЕЗ ДВИЖЕНИЙ РЕБЕНОК НЕ МОЖЕТ ВЫРАСТИ ЗДОРОВЫМ!

ДВИЖЕНИЕ - это предупреждение разного рода болезней.

ДВИЖЕНИЕ - это эффективнейшее лечебное средство.

Роль **музыки** в формировании двигательных навыков и умений разнообразна и многопланова.

Таким образом, воспитание двигательной культуры дошкольника является одним из приоритетных направлений образовательного процесса в нашем детском саду.