

215101 Смоленская область, Вяземский район, д. Кайдаково, ул. Парковая, д. 15.  
Тел.(848 131) 3-43-48; E-mail: raibinka@yandex.ru

***«Музыкально-оздоровительная работа  
с детьми в ДОУ»***

*Выполнила:  
музыкальный руководитель  
Степаненкова Людмила Анатольевна*

2018г.

Проект рассчитан на весь период пребывания ребенка в детском саду (с младшей группы и до выпуска в школу).

## **Содержание**

### **Введение**

1. Музыкально-оздоровительная работа в ДОУ.
2. Музыкальные занятия и здоровьесберегающие технологии на занятиях.
3. Практическое обобщение опыта. Основные моменты внедрения здоровьесберегающих технологий.
4. Результаты внедрения здоровьесберегающих технологий.

Заключение

Список литературы

Приложение

### **Введение.**

Воспитание здорового подрастающего поколения граждан России - первоочередная задача государства, от решения которой во многом зависит его будущее процветание.

Здоровье – это базовая ценность и необходимое условие полноценного психического, физического и социального развития ребенка. Не создав фундамент здоровья в дошкольном детстве, трудно сформировать здоровье в будущем.

Во всех существующих комплексных программах воспитания и обучения в дошкольных образовательных учреждениях ведущим декларируется тезис о приоритетности мероприятий, связанных с охраной здоровья ребенка, повышением его функциональных возможностей, уровнем физического, психического развития и двигательной подготовленности.

Однако, современные тенденции в обществе свидетельствуют об обратном - растет число детей с различными проблемами в состоянии здоровья с рождения, раннего или дошкольного возраста.

Дошкольное детство – период интенсивного роста и развития организма и повышенной его 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.

Сущность (значение) опыта: 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.

Это заключение и послужило толчком для создания опыта работы соединяющей традиционные музыкальные занятия с оздоровительными мероприятиями.

Целью музыкально-оздоровительного воспитания в дошкольном образовательном учреждении является: укрепление психического и физического здоровья, развитие музыкальных и творческих способностей, формирование потребности в здоровом образе жизни.

В результате работы над данной проблемой была создана система музыкально-оздоровительной работы, объединяющая традиционные музыкальные занятия с оздоровительными мероприятиями. В рамках системы музыкально-оздоровительной работы разработаны формы организации музыкально-оздоровительных мероприятий.

Новизна: на музыкальных занятиях возможно и необходимо использовать современные здоровьесберегающие технологии в игровой форме. Привычные виды музыкальной деятельности можно разнообразить с пользой для здоровья.

Доступность: система музыкально-оздоровительной работы может быть использована в образовательном процессе дошкольных учреждений и учреждений дополнительного образования.

Результативность: повышение показателей физического развития и развития дыхательной системы детей. Улучшение двигательных навыков и качеств (пластичность, координация, ориентирование в пространстве); совершенствование вокальных навыков и умений.

Основа данного опыта базируется на программах и методических пособиях: по музыкальному воспитанию: «Методика музыкального воспитания в детском саду» Н. Ветлугиной, «Праздник каждый день» И.Каплуновой, «Музыкальное воспитание в детском саду» М.Зацепиной, «Музыкальное воспитание дошкольников» О.Радыновой, Программа «Элементарное музицирование с дошкольниками» Т.Тютюнниковой, Программа «Ритмическая мозаика», «Топ-хлоп, малыши» А. Бурениной, «Музыкальные шедевры» О.П.Радынова.

## **1. Музыкально-оздоровительная работа в ДОУ.**

### **Понятие.**

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.

Валеология - (греч.: valeo-я здоров, logos-учение) интегральная наука о сохранении здоровья и здоровом образе жизни. Главная задача валеологии - научить человека формировать и беречь свое здоровье.

Валеология - это наука, или философско-религиозная концепция о здоровье, здоровом образе жизни, об адекватном реагировании организма на быстро меняющиеся реалии жизни.

Воспитание - это целенаправленное развитие каждого растущего человека как неповторимой человеческой индивидуальности и личности.

Здоровьесбережение - это целенаправленная системная деятельность педагогического коллектива по применению в практике здоровьесберегающих технологий с целью минимизации воздействия на детей основных факторов нарушения здоровья.

Культура – (лат.: cultura - возделывание, воспитание, образование, развитие, почитание). Это мир искусственных объектов: идеальных и материальных предметов; объективированных действий и отношений. Он создается человечеством в процессе освоения природы и обладает структурными, функциональными и динамическими закономерностями. Культура сохраняет и воспроизводит традиции, благодаря творческим инновациям обеспечивает динамику общества.

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

Музыкальная культура понимается как жизненная и духовная среда, в рамках которой только и может осмысленно существовать собственно музыка.

Музыкальная культура - это огромное музыкальное пространство, охватывающее профессиональный и непрофессиональный виды музыки, а также все музыкальные сферы общества. Музыка как физический звук, композиторское творчество, музыкальные науки, традиции, образование, учреждения, фестивали, конкурсы, уровень мастерства в любой музыкальной сфере, накопленный музыкальный опыт различных исторических эпох - все это составляет структуру музыкальной культуры.

Физическое воспитание - часть общего воспитания; направлено на укрепление здоровья, гармонического развития организма человека; один из показателей состояния физической культуры в обществе.

Физическое развитие - закономерный биологический процесс становления и изменения морфологических и функциональных свойств организма в продолжении индивидуальной жизни, совершенствующийся под влиянием физического воспитания.

## **Музыка в жизни ребёнка.**

Сегодня мы все хотим научить детей быть творческими личностями, способными к восприятию новизны, умеющими импровизировать, быть отважными, чтобы смело входить в современный мир, уметь решать проблемы творчески, без предварительной подготовки, если это будет нужно. И для достижения этой цели нет лучше средства, чем уроки музыки, уроки музыкальной импровизации, активного творческого музицирования, которые станут для детей уроками жизни. Система моей работы включает не только вопросы физического здоровья, но и вопросы духовного здоровья. Ведь важно не только научить ребенка есть здоровую пищу и ухаживать за своим организмом, необходимо, чтобы уже с раннего детства он учился любви к себе, к людям, к жизни. Только человек, живущий в гармонии с собой и миром, будет действительно здоров. Ведущим фактором развития мотивационной сферы здорового образа жизни, в моей педагогической деятельности, является музыка. Таким образом, занятия носят интегрированный характер, где комплексно решаются задачи музыкального и валеологического воспитания через организацию разных видов детской музыкальной деятельности.

## **Цели и задачи.**

Целью данной работы является организация музыкально-оздоровительной работы в ДОУ, обеспечивающая каждому ребёнку укрепление психического и физического здоровья, выявление и развитие музыкальных и творческих способностей, формирование привычки к здоровому образу жизни. Опираясь на современные программы и методики по воспитанию и оздоровлению детей (А.И.Буренина «Топ-хлоп, малыши», О.Н.Арсеневская «Система оздоровительной работы в детском саду», Г.К.Зайцев «Расти здоровым» и другие), были поставлены следующие задачи:

- Развивать музыкальные и творческие способности детей в различных видах музыкальной деятельности, используя здоровьесберегающие технологии, исходя из возрастных и индивидуальных возможностей каждого ребёнка.
- Сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье.
- Создать условия, обеспечивающие эмоциональное благополучие каждого ребенка.
- Формировать положительное отношение ребёнка к окружающему миру, к своей семье, сверстникам, самому себе.
- Формировать осанку, гигиенические навыки.
- Организовать сотрудничество с родителями в вопросах приобщения детей к здоровому образу жизни, профилактики заболеваемости.

## Принципы работы.

Основными принципами работы по данному направлению являются:

- принцип научности;
- принцип реалистичности и доступности;
- принцип занимательности.

**Условия ДОУ для развития музыкальных и творческих способностей детей, укрепления их психофизического здоровья.**

Помещения	Процессы
Музыкальный зал	Утренняя гимнастика; Музыкальные занятия; Индивидуальные занятия; Танцевальный кружок; Праздники, развлечения.
Групповые комнаты	Самостоятельная музыкальная и театральная деятельность в музыкальных уголках; Индивидуальная работа.
Физкультурный зал	Утренняя гимнастика; Физкультурные занятия с музыкальным сопровождением; ЛФК (лечебная физкультура); Музыкально-спортивные праздники и развлечения.
Территория детского сада	Праздники и развлечения; Музыкальные и спортивные развлечения, праздники.

## 2. Музыкальные занятия и здоровьесберегающие технологии на занятиях.

### Музыкальные занятия.

Основной формой музыкальной деятельности в ДОУ являются - музыкальные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и творческих способностей каждого ребёнка. Музыкальная педагогика определяет в качестве основных три типа музыкальных занятий, обеспечивающих оптимальное развитие каждого дошкольника.

Фронтальные занятия. Наполнены различными видами музыкальной деятельности, проводятся со всеми детьми группы.

Небольшими подгруппами, где продолжается разучивание материала, усвоение которого требует от тех или иных детей больших усилий, затраты дополнительного времени. На этих занятиях разучиваются сюрпризные номера для праздников, развлечений.

Индивидуальные занятия, где совершенствуются навыки более одаренных детей, их исполнительское мастерство; осуществляется подготовка сюрпризных моментов, также разучиваются песни, пляски, игровые роли с застенчивыми, малоактивными детьми или теми, которые по той или иной причине долгое время не посещали детский сад. Здесь же проводится проверка уровня музыкальных способностей, степени усвоения навыков.

В зависимости от содержания и структуры эти занятия подразделяются на типовые, тематические, по слушанию музыки, развитию творчества, по обучению игре на инструментах, комплексные, с доминированием одного вида деятельности.

Система музыкально-оздоровительной работы предполагает использование на каждом занятии следующие здоровьесберегающие технологии (здоровьесберегающие технологии - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития. В концепции дошкольного образования предусмотрено не только сохранение, но и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников (ВОЗ)):

### **Песенки-распевки.**

Цель распевок – 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.**

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). Противопоказания к выполнению дыхательной гимнастики: лихорадка, тяжелое состояние ребенка и заложенность носа. Если у ребенка насморк, то сначала его нужно вылечить, а затем приступать к выполнению упражнений. Основными задачами дыхательных упражнений на музыкальных занятиях являются:

Укрепление физиологического дыхания детей (без речи).

Тренировка силы вдоха и выдоха.

Развитие продолжительности выдоха. 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.**

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.

Основная цель артикуляционной гимнастики - выработка качественных, полноценных движений органов артикуляции, подготовка к правильному произнесению фонем.

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 участием 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 игрового массажа 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. Рекомендуются 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 произвольному 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. Основой служит детский фольклор. К звучанию мы добавляем музыкальные инструменты, звучащие жесты, движение. Пластика вносит в речевое музицирование пантомимические и театральные возможности.

### **Музыкотерапия.**

Музыкотерапия - метод психотерапии, основанный на эмоциональном восприятии музыки. В зависимости от мелодии, ее ритмической основы и исполнения музыка может оказывать самые разнообразные эффекты - от индивидуального ощущения внутренней гармонии и духовного очищения до неуправляемого агрессивного поведения больших человеческих масс. Ее можно использовать для влияния на самочувствие человека.

Влияние музыки на состояние детей первым в нашей стране начал изучать выдающийся психоневролог В. М. Бехтерев еще в начале XX столетия. Уже тогда было видно: детям полезно слушать классику и колыбельные, что музыка не только развивает детей, но и оздоравливает их. Музыкотерапия - важная составляющая музыкально - оздоровительной работы. Слушание правильно подобранной музыки повышает иммунитет детей, снижает напряжение и раздражительность, восстанавливает дыхание. Это создание такого музыкального сопровождения, которое способствует коррекции психофизического статуса детей в процессе их двигательной активности.

### **Физкультминутки.**

Физкультминутка это - кратковременное (в течение 1 – 2 минут) мероприятие, которое способствует укреплению организма ребёнка, повышает его работоспособность. Физкультминутка проводится, с целью

активно изменить деятельность детей и этим ослабить утомление, а затем снова переключить их на продолжение занятия. Забавные стихи и смешные потешки, разнообразные упражнения, имитирующие движения их содержания, позволяют проводить интересную, содержательную и яркую физкультминутку в любой момент, как только педагог заметит, что внимание детей становится рассеянным и им надо взбодриться.

### **Заключение.**

Музыкальные занятия с использованием технологий здоровьесбережения эффективны при учёте индивидуальных и возрастных особенностей каждого ребёнка, его интересов.

Таким образом, очень важно, чтобы каждая из рассмотренных технологий имела оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге сформировала бы у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное и неосложненное развитие.

Применение в работе ДОО здоровьесберегающих педагогических технологий повысит результативность воспитательно-образовательного процесса, сформирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, если будут созданы условия для возможности корректировки технологий, в зависимости от конкретных условий и специализации ДОО; если, опираясь на статистический мониторинг здоровья детей, будут внесены необходимые поправки в интенсивность технологических воздействий, обеспечен индивидуальный подход к каждому ребенку; будут сформированы положительные мотивации у педагогов ДОО и родителей детей.

## **3. Практическое обобщение опыта.**

### **Внедрение здоровьесберегающих технологий в практику.**

#### **Основные моменты внедрения здоровьесберегающих технологий.**

Для решения поставленных задач - развивать музыкальные и творческие способности детей в различных видах музыкальной деятельности, используя здоровьесберегающие технологии, сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей, я использую:

- Пальчиковую, артикуляционную и дыхательную гимнастику помогающую сделать разминку перед пением. Пальчиковые и жестовые игры интересны, занимательны, не требуют много времени (1,5-2 мин), легко запоминаются, выполняются по показу взрослого. Они позволяют отдохнуть детям в течение малоподвижных видов деятельности – пение, слушание музыки, и в то же время не дают детям отвлечь свое внимание от слушания, разучивания и т.д.
- На начало и конец занятия внедряю элементы валеологических песенок-распевок, позволяющих настроить детей на нужный лад (взбодрить, успокоить).

- Подбирая музыку, для слушания, стремлюсь к тому, чтобы она отвечала требованиям высокой художественности, воспитывала вкус ребенка, обогащала его разнообразными музыкальными впечатлениями.
- Обеспечиваю кратковременный, активный отдых для дошкольников во время занятий, проводя физкультминутки.
- Развиваю фантазию, воображение, пластику движений, через речевые игры.

Организация работы проводится по трем направлениям:

1. Групповая и индивидуальная работа с детьми.
2. Взаимодействие и просветительская работа с родителями.
3. Совместная работа педагогов ДОУ.

### **Работа с детьми.**

**Алгоритм проведения музыкального занятия с использованием здоровьесберегающих технологий (виды деятельности варьируются в зависимости от плана занятия и настроения детей).**

1. Вводная ходьба. Музыкально-ритмические движения.
2. Приветствие. Валеологическая песня-распевка для настройки на рабочий лад.
3. Слушание музыки (активное и пассивное). Физкультминутка, пальчиковая или жестовая игра.
4. Пение, песенное творчество: распевки, артикуляционная гимнастика, дыхательная гимнастика.
5. Танцы, танцевальное творчество.
6. Музыкальные игры, хороводы, речевые игры.
7. Игра на ДМИ. Творческое музицирование.
8. Прощание.

### **Применение валеологической песни распевки.**

Занятие начинается с песни-распевки, необходимой для активизации внимания детей, создания у них положительного эмоционального настроения на занятие.

Пример: «Доброе утро» (сл. и муз. О Арсеновской)

- |                     |                                  |
|---------------------|----------------------------------|
| 1. Доброе утро!     | разводят руки в стороны и слегка |
| Улыбнись скорее!    | кланяются друг другу             |
| И сегодня весь день | «пружинка»                       |

Будет веселее.  
2. Мы погладим лобик,  
Носик и щечки.  
Будем мы красивыми,  
Как в саду цветочки!

поднимают ручки вверх  
выполняют движения по тексту  
наклоны головы к правому и левому  
плечу по очереди.

### «Здравствуй»

Здравствуй солнце золотое,  
Здравствуй небо голубое,  
Здравствуй вольный ветерок,  
Здравствуй маленький дубок,  
Здравствуй утро, здравствуй день,  
Нам здороваться не лень!»

поднять скрещенные руки вверх  
поднять ладошки вверх  
помахать ручками вверху

### «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.

Пример: Упражнение на дыхание «Бабочки».

Реквизит: бумажные бабочки на верёвочке.

Короткий вдох носом и продолжительный выдох 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»

Брум, брум.

В барабан ударил кот

Трум, трум.

Стали мыши танцевать-

Тир-ля, ля

Так, что начала дрожать

Вся земля.

Дети топают на месте.

Хлопки «тарелочками».

Имитируют игру на барабане.

Стучат кулачком о кулачок.

Выставляют ногу на пятку.

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)

### **Взаимодействие и просветительская работа с родителями.**

Музыкальное воспитание и развитие ребёнка в семье зависят от условий, которые определяются врождёнными музыкальными задатками, образом жизни семьи, её традициям, отношением к музыке, общей культурой. Изучить эти условия помогает анкетирование родителей в начале учебного года.

#### **Анкетирование родителей «Мой ребёнок и музыка»**

Вопросы	Результаты обследования
1. Какое место занимает музыка в жизни вашего ребёнка?	Не знаю-36% Любит петь-60% Никакое-4%
2. Любит ли он её слушать?	Любит-32% Не любит-0% Не знаю-68%

3. Какое самое любимое произведение вашего ребёнка?	Не знаю-88% Назвали произведение-12%
4. Любит ли ребёнок танцевать под музыку?	Любит-60% Не любит-8% Не знаю-32%
5. Передаёт ли в движении характер музыки, ритм?	Да-60% Нет-0% Не знаю-40%
6. Насколько эмоционально реагирует на музыку?	Очень-12% Не реагирует-8% Не знаю-80%
7. Каково ваше участие в музыкальном развитии ребёнка: есть ли дома фонотека детской музыки? Посещаете ли вы детские спектакли? Смотрите ли по телевизору музыкальные программы?	Разные ответы

Вывод: большинство родителей не интересуется музыкальным воспитанием детей, не знает их любимых произведений, не видит их музыкальные способности.

Решение проблемы: правильно организовать работу с родителями по музыкальному воспитанию детей в семье, проводить беседы, консультации о музыке, совместные праздники и досуги.

#### **Совместная работа педагогов ДОУ.**

Совместная работа с педагогами ДОУ включает в себя проведение консультаций, совместное планирование самостоятельной музыкальной деятельности детей, подготовки наглядного материала с советами и рекомендациями по занятиям с детьми на информационных стендах, проведение мастер-классов для педагогов по применению здоровьесберегающих технологий.

#### **4. Результаты внедрения здоровьесберегающих технологий.**

Используя в своей работе новые методики, инновационные технологии, я достигла хороших результатов. В этом мне очень помогло пособие «Система музыкально-оздоровительной работы в детском саду» автор О.Н.Арсеневская.

Знания, полученные из этого пособия, дали мне возможность лучше направлять детей, учить их активно мыслить, изобретать, в разумных

пределах фантазировать. Дети на музыкальных занятиях получают ощущение радости и с нетерпением ждут новых встреч. Главный критерий в оценке результатов творческих опытов детей для меня – это не только правильность выполненных заданий, а возникший у них интерес к этому занятию, стремление каждого из них к самостоятельной деятельности, к совершенствованию своих поисков. Лучшая награда за мою работу – сияющие глаза детей, всегда ожидающие чуда, их быстрый изобретательный ум, раскрепощённость, неиссякаемый интерес к музыке, умение включаться спонтанно в любое музицирование.

Чтобы воспитание и обучение носило творческий характер, мною был тщательно продуман и подобран наглядный и практический материал. Непременным условием для успешного обучения и воспитания является музыкальная предметно - развивающая среда. Универсальный зал оборудован современными техническими средствами обучения:

Музыкальные инструменты: используется рояль, музыкальный центр, магнитофон, DVD видеоплеер, телевизор; имеются детские музыкальные инструменты – металлофоны, деревянные ложки, барабаны, бубны, колокольчики, треугольники и т.д., кассеты, диски по разделу «Слушание музыки», «Пение», «Музыкально-ритмическая деятельность», «Музыка для релаксации», диски с детскими песнями, танцами, фонограммами.

Методическая литература: журналы: «Музыкальный руководитель», «Музыкальная палитра», «Дошкольное воспитание» и др.

На занятиях используются иллюстрации и репродукции, игровые атрибуты, музыкально-дидактические пособия и игры.

В каждой группе есть магнитофон с аудиокассетами, дисками. Всё это даёт возможность для творческих проявлений дошкольников. Воспитатели одобрили мой опыт работы с детьми, они используют речевые игры, пальчиковые гимнастики, речевые игры.

Наблюдаю положительную динамику.

Положительная динамика результатов диагностики музыкальных способностей детей позволяет сделать выводы о благоприятном влиянии здоровьесберегающих технологий на процесс музыкального воспитания.

### **Анализ проведения занятия с позиции здоровьесбережения.**

Параметры	Результаты анализа
Обстановка и гигиенические условия в музыкальном зале: температура и свежесть воздуха, рациональность освещения, наличие/отсутствие звуковых раздражителей.	Соответствует нормам СанПин
Продолжительность музыкальных занятий.	Соответствует возрасту.



<p>Количество видов деятельности: слушание, пение, игра на ДМИ, дидактические игры, танцевальная деятельность.</p> <p>Норма – 3-5 видов за занятие, в зависимости от возраста ребенка. Однообразность, как и слишком частые смены одной деятельности другой, способствуют утомлению дошкольников, приводят к утрате внимания, интереса.</p> <p>Средняя продолжительность и частота чередования различных видов музыкальной деятельности ориентировочно 3-10 минут (в зависимости от возраста детей)</p>	<p>Количество видов деятельности на муз. занятиях:</p> <p>3-5 видов деятельности (слушание, пение, музыкально-ритмические движения, игра на ДМИ, детское творчество, песенно-танцевальное творчество, игры-драматизации).</p> <p>Средняя продолжительность каждого вида деятельности соответствует нормам. Статические и динамические виды деятельности чередуются.</p>
<p>Место и длительность применения ТСО (в соответствии с гигиеническими нормами).</p>	<p>Технические средства обучения применяется в основном для прослушивания музыки.</p> <p>Общая длительность использования на занятии не превышает 25%</p> <p>Соответствуют нормам.</p>
<p>Физкультминутки и другие оздоровительные моменты на занятии - их место, содержание и продолжительность.</p>	<p>В процессе слушания и пения проводятся физкультминутки с использованием пальчиковой гимнастики. В качестве разминки во время пения проводится дыхательная и артикуляционная гимнастика.</p>
<p>Проведение бесед связанных со здоровьем и здоровым образом жизни.</p>	<p>Регулярно проводятся.</p>
<p>Психологический климат на занятии.</p>	<p>В основном, занятия проходят в спокойной обстановке</p>
<p>Темп и особенности начала и</p>	<p>В начале и конце занятия проводятся</p>

## Заключение.

Работая с детьми, стараюсь пропускать все чувства, переживания детей через свою душу и сердце. Я несу ответственность за каждый свой жест, поступок, за каждый миг, проведенный с детьми. Свою работу планирую с целью обеспечения максимально благоприятных условий для развития здоровой, творческой, активной личности, способной к самопознанию и самореализации в изменяющейся среде. Знания, умения и навыки, которые получают мои дошкольники, я рассматриваю не как самоцель, а как средство полноценного развития личности. Я стремлюсь обогатить не только свой практический опыт, но и развивать себя как личность. Свою деятельность строю на основе сотрудничества, опираясь на современные технологии развивающего обучения и воспитания детей.

## Список литературы.

1. Система музыкально – оздоровительной работы в детском саду: занятия, игры, упражнения/ авт.-сост. О.Н. Арсеновская.-Волгоград: Учитель, 2011.
2. Дыхательная гимнастика сост. Е.Андрушко
3. Музыкально-валеологическое воспитание дошкольников авт. Е.Комелева.
4. Уроки логопеда. Авт. М.Косинцева, 2004г.
5. Здоровьесберегающее пространство дошкольного образовательного учреждения: проектирование, тренинги, занятия/ сост. Н.И. Крылова.- Волгоград: Учитель, 2009.
6. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ авт. Е.В.Михеева.
7. Оздоровление воспитанников учреждений дополнительного образования. авт.Н.В.Махмудова.
8. Двигательное и психическое развитие детей ясельного возраста. авт. И.Н.Меняйлова.
9. Развитие физиологического и речевого дыхания. авт. Е.А.Меркулова.
- 10.Здоровье современных дошкольников. авт. М.А.Руднова
- 11.Учебно-методическое пособие «Тру-ля-ля». изд. «Карпуз».
12. Элементарное музицирование с дошкольниками. Т.Э.Тютюнникова Дошкольное воспитание -2000-.№5
13. Речевые игры Т.Э.Тютюнникова. Дошкольное воспитание -1998-№9.
14. Пальчиковая гимнастика. О.В.Узорова ООО»Издательство АСТ «,2004.
15. Стрельниковская дыхательная гимнастика для детей авт. М.Н.Щетинин – Айрис-пресс, 2007.