



Подготовила-
Музыкальный руководитель
Григорьева Е.А.

«Музыкально-оздоровительная работа в ДОУ – новое направление в воспитании дошкольников»

Каждый человек талантлив по-своему, но обнаружить этот талант не просто. Кем быть? Этот вопрос встает рано или поздно перед каждым человеком. Один становится поэтом или музыкантом, другой — физиком, третий — геологом, четвертый — хирургом.

О лечебной силе музыки свидетельствуют самые древние источники. Так, Пифагор, Аристотель, Платон считали, что музыка восстанавливает нарушенную болезнью гармонию в человеческом теле. Выдающийся врач все времен и народов Авиценна еще тысячу лет назад лечил музыкой больных нервными и психическими заболеваниями. С XIX века пошло распространение музыкотерапии в Европе. Музыка воздействует не только на эмоциональное, но и на общее физическое состояние человека. Ритмика

улучшает осанку ребенка, координацию, уверенность движений. Развитие эмоциональной отзывчивости и музыкального слуха помогают активизировать умственную деятельность.

Таким образом, музыка – это одно из средств физического развития детей. Этот вывод послужил стимулом для создания целой системы музыкально-оздоровительной работы в ДОУ, которая является новым направлением, как в музыкальном, так и в физическом воспитании дошкольников, и цель этой системы: организовать музыкально-оздоровительную работу в ДОУ, обеспечивающую каждому ребенку укрепление психического и физического здоровья, выявление и развитие музыкальных и творческих способностей, формирование привычки к здоровому образу жизни.

Новизна данной системы состоит в том, что на музыкальных занятиях, в свободной и самостоятельной творческой деятельности дошкольников актуально, необходимо использовать современные здоровьесберегающие технологии в игровой форме. Привычные виды музыкальной деятельности, развивающие творческие способности и музыкальность ребенка, можно разнообразить с пользой для здоровья. Например, начинать каждое музыкальное занятие с жизнеутверждающей валеологической песни-распевки, дающей позитивный настрой детям на весь день. Слушание музыки и разучивание текстов песен можно использовать с игровым массажем, самомассажем или пальчиковой игрой, пассивной музыкотерапией. Перед пением песен – заниматься дыхательной, артикуляционной гимнастикой, фонопедическими и оздоровительными упражнениями для горла и голосовых связок с целью профилактики простудных заболеваний. Речевые игры лучше сопровождать музыкально-ритмическими движениями, игрой на детских музыкальных (шумовых и мелодичных) инструментах, а танцевальную импровизацию совместить с музыкотерапией. Проведение интегрированных музыкально-валеологических занятий, даже с участием родителей, медицинского работника позволит воспитателям как можно шире и интереснее рассказать ребенку о пользе здорового образа жизни, о необходимости знать и выполнять правила личной гигиены.

Предлагаю практический материал использования здоровьесберегающих технологий в игровой форме для разучивания в семье и в свободной игровой деятельности.

1. Игроритмические упражнения.

Один из элементов музыкально-оздоровительной работы в ДОУ и семье – игроритмические упражнения. Это специальные упражнения для согласования движений с музыкой, которые используются на музыкальных занятиях и в свободной игровой деятельности. Игра и движение – важнейшие компоненты жизнедеятельности детей. Подобные упражнения способствуют

развитию воображения, музыкально-творческих способностей ребенка, формированию процесса восприятия и включению в работу обоих полушарий мозга, снимает мышечную закрепощенность, улучшает физическое самочувствие, повышает общительность детей. Через игровые ритмические упражнения ребенок выражает свои чувства и высвобождает накопленную энергию, превращая её в акт творчества.

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

Лужи

Шлеп-шлеп-шлеп - Иду по лужам.	Дети ритмично постукивают ладонями по ногам.
Хлюп-хлюп-хлюп -Вода в ботинках.	Ритмично притопывают ногами.
Кап-кап-кап	Поднимают руки вверх и ритмично щелкают пальцами — с одновременным движением рук сверху вниз.
Мне зонтик нужен. Оп-оп-оп	Скрещивают руки на груди и
Вода по спинке	ритмично похлопывают по предплечьям
Буль-буль-буль	Выполняют ритмичную пружинку
Упала шапка.	
Ой-ой-ой,	Качают головой, руки к голове
Кругом вода	
Да-да-да,	Ритмично кивают головой
Себя так жалко.	
Одевайтесь в дождь всегда!	

2.Игровой массаж.

Используются в работе элементы игрового массажа. Почему нам приятно хлопать в ладоши, ходить босиком? Почему всем – и взрослым, и детям – нравится массаж? Все дело в том, что массируя определенные точки тела, мы бессознательно посылаем положительные сигналы сердцу, легким, печени, желудку и другим органам. 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 ритмодекламация), или же музыка звучит просто фоном. Использование игрового массажа А.Уманской, 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)

Вот на улице мороз

Вот на улице мороз!	Поглаживают руки
Ну-ка, все потрите нос!	Трут кончик носа
Ни к чему нам бить баклуши	Грозят правым указательным пальцем
Ну-ка, взялись все за уши: Покрутили, повертели,	
Вот и уши отогрели!	Указательным и большим пальцами держатся за мочки ушей и вращают их вперед, затем назад.
По коленкам постучали,	Стучат ладонями по коленям
По плечам похлопали,	Руки-скрестно на уровне груди, хлопают ладонями по плечам.
Ножками затопали!	Топают ногами

3.Пальчиковые игры.

Важное место на музыкальных занятиях занимают пальчиковые игры. Существует прямая связь между движениями рук и произнесением слов. Исследователи, изучающие механизмы речи, утверждают, что речевые области мозга у детей частично формируются под влиянием импульсов, поступающих от пальцев рук. Кроме того, 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, О. Узоровой, которые проводятся под музыку. Несложная, легко запоминающаяся мелодия и доступные движения позволяют включать пальчиковые игры в занятия с трехлетнего возраста (вторая младшая группа). Тексты для этих игр должны быть довольно-таки простыми - русские народные песенки, потешки, считалки, короткие стихотворения. Пальчиковые игры развивают речь ребенка, двигательные качества, повышают координационные способности пальцев рук (подготовка к письму, рисованию), соединяют пальцевую пластику с выразительным мелодическим и речевым интонированием, формируют образно-ассоциативное мышление.

Кошка

Посмотрели мы в окошко	делают пальцами обеих рук «окошко»
По дорожке ходит кошка	«бегают» указательным и средним пальцами правой руки по левой руке.
С такими усами	показывают «длинные усы»
С такими глазами	показывают «большие глаза»
Кошка песенку поет Нас гулять скорей зовет	«зовут» правой рукой

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.

4.Речевые игры.

Речевые игры – одна из форм творческой работы с детьми не только в работе логопеда и воспитателя, но и в музыкальном воспитании. Доказано, что музыкальный слух развивается совместно с речевым. Средства музыкальной выразительности – ритм, темп, тембр, динамика – являются характерными и для речи. Таким образом, использование речевых игр позволяет детям с младшего возраста овладевать всем комплексом выразительных средств музыки. Работая в этом направлении ведётся по

методике К.Орфа. Речевые игры, сопровождающиеся движениями, звучащими жестами (хлопками, щелчками, шлепками и др.), звуками детских музыкальных инструментов, прекрасно развивает чувство ритма. Ритм музыки в сочетании с декламацией легче усваивается детьми, а поддержка текста движениями или музицированием способствует лучшему запоминанию, более эмоциональному воспроизведению. Жестикуляция, пластика, мимика в речевых играх побуждают детей импровизировать, раскрывать свой творческий потенциал.

Листопад

Осень, осень! Листопад!	(ритмичные хлопки)
Лес осенний конопат	(щелчки пальцами)
Листья рыжие шуршат	(трут ладошкой о ладошку)
И летят, летят, летят!	(качают руками)

Под музыку можно провести комплексы несложных упражнений, не поднимая малышей с кровати.

Зайчата

(комплекс упражнений для пробуждения)

Вот пушистые зайчата мирно спят в своих кроватках

Но зайчатам хватит спать, пора сереньким вставать.

Ручку правую потянем, ручку левую потянем

Глазки открывает, с ножками играем.

Поджимаем ножки, выпрямляем ножки

А теперь бежим скорей по лесной дорожке.

С боку на бок повернемся

И уже совсем проснемся!