

## **Музыка – одно из средств физического и психического развития детей.**

20.03.2018 г.

На нас, педагогах, лежит огромная ответственность за физическое и психическое здоровье детей, которые приходят в детский сад, имея определенные унаследованные биологические свойства, в том числе и типологические особенности основных нервных процессов. Но эти особенности составляют лишь основу для физического, психического и социального развития, а определяющими факторами являются окружающая среда и воспитание ребенка.

Музыка – одно из средств физического и психического развития детей.

Привычные виды музыкальной деятельности, развивающие творческие способности и музыкальность ребенка, можно разнообразить с пользой для здоровья.

И с этой позиции мы рассмотрим занятия с хоровым коллективом.

**Цель:** 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.

*Образовательные задачи:*

- Развивать музыкальные и творческие способности дошкольников, используя здоровьесберегающие технологии.
- Формировать начала музыкальной культуры.
- Создавать развивающую предметно – пространственную среду и условия для формирования гармоничной, духовно богатой, физически здоровой личности.

*Воспитательные задачи:*

- формировать положительное отношение ребенка к окружающему миру, к своей семье, сверстникам, самому себе.
- развивать у детей позитивную оценку действительности, взглядов, вкусов, идеалов с учетом ярко выраженных индивидуальных психофизических особенностей, проявлений одаренности в музыкальной деятельности в ДОУ и учреждениях культуры города.
- воспитывать уважительное отношение к культуре страны, народа, родного города; создавать положительную основу для воспитания патриотических чувств.

*Оздоровительные задачи:*

- сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье.
- создавать условия, обеспечивающие эмоциональное благополучие каждого ребенка.
- с помощью здоровьесберегающих технологий повышать адаптивные возможности детского организма (активизировать защитные свойства, устойчивость к заболеваниям)

*Результатами* этой музыкально – оздоровительной работы являются:

- повышение уровня развития музыкальных и творческих способностей детей.
- стабильность эмоционального благополучия каждого ребенка.
- повышение уровня речевого развития.

- снижение уровня заболеваемости (в большей степени простудными заболеваниями).
- стабильность физической и умственной работоспособности.

### **Дыхательная гимнастика**

Ослабленное дыхание не дает ребенку полностью проговаривать фразы, правильно строить предложения, даже петь песни – приходится воздух вдыхать чаще. Поэтому основными задачами дыхательных упражнений являются:

- укреплять физиологическое дыхание детей (без речи)
- формировать правильное речевое дыхание (короткий вдох – длинный выдох)
- тренировать силу вдоха и выдоха.
- развивать продолжительный выдох.

Пение с предшествующей ему дыхательной гимнастикой оказывает на детей психотерапевтическое и даже лечебное воздействие (с. 55)

#### **Правила** при выполнении дыхательной гимнастики:

- Вдох – громкий, короткий, активный (шумно на всю комнату шмыгать носом, как бы нюхая)
- Выдох – абсолютно пассивный. О выдохе не думаем.

#### **Артикуляционная гимнастика** (*выполнять лучше сидя*)

Способствует тренировке движений, необходимых для правильного произношения звуков, слогов, целых слов.

#### **Задачи** артикуляционной гимнастики:

- развивать певческие способности детей.
- формировать артикуляцию различных звуков.
- закреплять артикуляционные уклады этих звуков в слогах, словах, фразах.
- совершенствовать дикцию детей посредством тренировки подвижности и точности движений языка и губ.
- развивать музыкальную память, запоминание текста песен, внимание.
- развивать чувство ритма.
- учить детей правильно расставлять акценты при пропевании слов, фраз.
- совершенствовать пространственное ориентирование в координатах: вправо – влево, вверх – вниз, в сторону, вперед – назад.

### **Оздоровительные упражнения**

Разработки В. Емельянова, М. Картушиной развивают носовое, диафрагмальное, брюшное дыхание, стимулируют гортанно – глоточный аппарат и деятельность головного мозга.

Главная цель – развитие личности ребенка, эмоциональной сферы, эстетических чувств.

Часто дети поют слишком громко, с криком, нагружая тем самым свои хрупкие голосовые связки. Заботясь о здоровье своих воспитанников, мы используем в работе для укрепления голосового аппарата такие здоровьесберегающие технологии, как игровые фонопедические и оздоровительные упражнения для горла.

## **Игровой массаж**

Выполнение массажных манипуляций расширяет капилляры кожи, улучшает циркуляцию крови и лимфы, активно влияет на обменные процессы организма, тонизирует центральную нервную систему. Кроме того, поднимает настроение и улучшает самочувствие человека.

Цель – научить детей посредством правильного выполнения игрового массажа благотворно влиять на внутренние органы: сердце, легкие, печень, кишечник, воздействуя на биологически активные точки тела.

*Нужно научить:* не давить с силой на указанные точки, а массировать их мягкими движениями пальцев, слегка надавливая или легко поглаживая. Направление: от периферии – к центру (от кистей рук – к плечу)

Вам, наверное, всем знакома такая ситуация, когда у человека все плохо: и здоровья у него нет, и друзья его не поддерживают, в семье нелады и т.д. Поначалу этого человека хочется поддержать, подбодрить, но он на такую «провокацию» не поддается, а лишь продолжает сетовать на то, что жизнь не удалась и, в конце концов хочется под любым предлогом уйти от этого человека и больше с ним не поддерживать отношения, потому что ...теперь уже поздно.

И я считаю себя счастливым человеком потому что у нас есть такая возможность во - время научить и показать детям как нужно относиться к жизни.

Итак, возвращаюсь к нашим занятиям ...

Любое занятие, будь то музыкальное или хоровое начинается с приветствия. Как нельзя лучше для этого подходят валеологические песенки – распевки, дающие позитивный настрой. С одной из таких распевок мы и начнем сегодня наше занятие. А вас попросим петь и выполнять все упражнения вместе с нами.