

Муниципальное Бюджетное Дошкольное Образовательное
Учреждение «Детский сад №28» общеразвивающего вида

Проект
«Сохранение и укрепление здоровья дошкольников на музыкальных
занятиях».

Разработала
музыкальный руководитель
Гололобова Г.И.

г. Барнаул, 2019

«Музыка не только фактор
облагораживающий,
воспитательный.
Музыка – целитель здоровья».
В. Бехтерев

Актуальность.

В ФГОС огромное внимание уделяется вопросам здоровьесбережения. В Концепции дошкольного воспитания решению проблем, связанных с охраной и укреплением здоровья детей, отводится ведущее место. Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей - одна из главных стратегических задач развития страны.

Здоровье сбережение становится приоритетным направлением в работе Детского сада, так как по данным медицинской статистики, количество дошкольников с хроническими заболеваниями увеличивается с каждым годом. Научно доказано, что музыкальное развитие неразрывно связано с физическим самочувствием ребенка. Пение развивает голосовой аппарат, речь, укрепляет голосовые связки, регулирует дыхание детей. Ритмика улучшает осанку ребенка, координацию, уверенность и пластику движений. Музыкальные произведения, которые дети слушают на занятиях влияют на настроение, эмоциональный тонус, помогают развить память и воображение, активизируют все виды восприятий – слуховое, зрительное и чувственное.

Цель.

Организовать музыкально – оздоровительную работу в ДОУ, обеспечивающую каждому ребенку укрепление психического и физического здоровья, выявлению и развитию музыкальных и творческих способностей, формирование привычки к здоровому образу жизни.

Задачи.

Образовательные:

Развивать музыкальные и творческие способности дошкольников в различных видах деятельности, используя здоровьесберегающие технологии, исходя из возрастных и индивидуальных возможностей каждого ребенка. Создавать предметно – развивающую среду и условия для формирования гармоничной, духовно богатой, физически здоровой личности.

Воспитательные:

Формировать положительное отношение ребенка к окружающему миру, к сверстникам, к своей семье, самому себе. Развивать у детей

позитивную оценку действительности, взглядов, вкусов, идеалов с учетом ярко выраженных индивидуальных психофизических способностей, проявление одаренности в музыкальной деятельности.

Оздоровительные:

Сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей. Создавать условия, обеспечивающие эмоциональное благополучие каждого ребенка. С помощью здоровьесберегающих технологий повышать адаптивные возможности детского организма. Формировать правильную осанку, гигиенические навыки.

Гипотеза.

Развитие музыкальных способностей дошкольников и укрепление их здоровья будет успешным при систематическом использовании на музыкальных занятиях здоровьесберегающих технологий в игровой форме.

Здоровьесберегающие технологии.

Валеологические песенки – распевки.

Артикуляционная гимнастика.

Дыхательная гимнастика.

Фонопедические упражнения.

Пальчиковые игры.

Музыкотерапия.

Речевые игры.

Игровой массаж.

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.

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

Вид проекта.

Долгосрочный.

Срок реализации: сентябрь – май.

Участники проекта: воспитатели, музыкальный руководитель, дети, родители.

Необходимый материал.

Картотеки пальчиковых, речевых, фонопедических игр, фонотека, фонотека классической музыки музыкальный материал песенок – распевок, использование ИКТ, музыкальные инструменты.

Предполагаемый результат.

Стабильность уровня эмоционального благополучия каждого ребенка.

Снижение уровня заболеваемости.

Повышение уровня музыкальных и творческих способностей детей.

Повышение речевого развития.

Стабильность физической и умственной работоспособности.

Подготовительный этап.

Изучение литературы, накопление методического материала.

Основной этап.

Использование на музыкальных занятиях здоровьесберегающих технологий.

Использование этих технологий на развлечениях и досугах для детей и их родителей. Консультации для педагогов и родителей.

Заключительный этап.

Анализ, обобщение полученных результатов.

Валеологические песенки – хорошее начало любого музыкального занятия.

Они поднимают настроение, задают позитивный тон к восприятию окружающего мира, подготавливают голос ребенка к пению.

Встанем рядышком по кругу

Скажем, здравствуйте друг другу.

Если каждый улыбнется.

Утро доброе начнется!

Дыхательная гимнастика играет важную роль в системе оздоровления дошкольников. Медиками доказано, что дыхательная гимнастика оказывает на детей психотерапевтическое, оздоравливающее и даже лечебное воздействие. Положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении, способствуют восстановлению центральной нервной системы, улучшает дренажную функцию бронхов, восстанавливает нарушенное носовое дыхание. В результате проведения на занятиях дыхательной гимнастики развивается дыхательная система, развиваются певческие способности детей. («Сдуй снежинку», «Ветер, ветерок, ветрище», «Оса», «Пчела», «Согрей мишку»)

По шоссе летят машины –

Все торопятся, гудят.

Мы накачиваем шины,

Дышим много раз подряд.

Артикуляционная гимнастика способствует тренировке упражнений, необходимых для правильного произношения звуков, слогов, целых слов. Основная цель артикуляционной гимнастики – выработка качественных, полноценных движений органов артикуляции, подготовка к правильному произнесению фонем. Регулярное использование артикуляционных упражнений улучшает качество речи детей, и соответственно, качество пения.

Упражнение «Барабанщик». Улыбнуться, приоткрыть челюсть и, касаясь кончиком верхних альвеол, произнести «д», постукивая как молоточком. «Жаба Квака» (комплекс упражнений для мышц мягкого неба) «Дятел»

Пальчиковые игры. Существует 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 находятся важные для организма биологически активные точки. А пальчиковые игры позволяют в игровой форме разминать, массажировать пальчики и ладони, благоприятно воздействуя на все внутренние органы организма. «Рукавички», «Грибочки», «Веселый художник», «Зайка», «Белочка» и др.

Я шагаю по дорожке

Поднимаю выше ножки.

Раз, два, три, четыре, пять,

Хорошо мне так шагать,

Хорошо мне так шагать

Можно ушко (носик, шейку, щечку) почесать!

Речевые игры. Доказано, что музыкальный слух развивается совместно с речевым. Речевые игры, сопровождающиеся движениями, жестами, звуками детских музыкальных инструментов прекрасно развивают чувство ритма. Ритм музыки в сочетании с декламацией легче усваивается детьми, а поддержка текста движениями или музицированием способствует лучшему запоминанию. Более эмоциональному восприятию. Жестикуляция, мимика в речевых играх побуждает детей импровизировать, раскрывать свой творческий потенциал. («Солнышко», «Листопад», «Дождь», «Фома», «Снег», «Пчелы водят хоровод» и др.)

Осень, осень! Листопад! (хлопки)

Лес осенний конопат (щелчки)

Листья рыжие шуршат (трут ладонь о ладонь)

И летят, летят. Летят (качают руками).

Музыкотерапия. В детском саду музыка необходима детям в течение всего дня. Это не значит, что она должна звучать непрерывно. Музыка прослушивается детьми дозировано, в зависимости от времени суток, вида деятельности, даже настроения детей. Для расслабления, снятия

эмоционального и физического напряжения. Для приятного погружения в дневной сон необходимо воспользоваться благотворным влиянием классической музыки и релаксирующей музыки, наполненной звуками природы.

Глюк «Мелодия для флейты».

Моцарт «Волшебная флейта», «Симфония №4», «Симфония №40».

Чайковский «Щелкунчик», «Детский альбом».

Вивальди «Времена года».

Шопен «Мазурка», «Прелюдия ля-минор», «Колыбельная ре бемоль мажор».

Штраус полька «Трик – трак».

Список используемой литературы.

Пальчиковые игры с пением, журнал «Музыкальный руководитель», №3, 2017, стр. 12.

Пальчиковые речевые игры, журнал «Музыкальный руководитель», №5, 2006, стр. 27.

Пальчиковые игры, журнал «Музыкальная палитра», №3, 2014, стр. 33.

Е. Н. Вареник, «Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5 – 7 лет, СФЕРА, Москва 2009. Стр. 104.

О. Е. Горбатенко, «Физкультурно-оздоровительные занятия», Волгоград 2008. Стр. 90.

«Оздоровительная работа в ДОУ по программе «Остров здоровья», Волгоград 2007, стр. 100.

Т. Э. Тютюнникова, журнал «Дошкольное образование», №5, 2002.