**Значение музыкального воспитания в оздоровлении дошкольников»**

**Подготовила муз. руководитель Морозова Л.А.**

**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.

**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](http://www.edudic.ru/bes/69789/) общего воспитания; направлено на укрепление здоровья, гармонического развития организма человека; один из показателей состояния [физической](http://www.edudic.ru/bes/66106/) [культуры](http://www.edudic.ru/bes/31728/)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. 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 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.

**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  **здоровьесберегающих технологий**.

**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.

**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, вниманию, 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 участие 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. Рекомендуется 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 непроизвольному 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 . 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 двигательно-игровой деятельности.