**Выступление на педагогическом совете с темой:**

**«Здоровьесберегающие технологии»**

подготовила и провела:

музыкальный руководитель

Борисова Ю.А.

**08.04.2021г**

**Ярославль**

Здоровье сберегающие технологии

 Сегодня в дошкольном образовании уделяется большое внимание здоровье сберегающим технологиям, которые направлены на решение самой главной задачи дошкольного образования – сохранить, поддержать и обогатить здоровье детей. Дошкольный возраст считается наиболее важным периодом в процессе формирования личности человека. Поэтому применение здоровье сберегающих технологий может повысить результативность воспитательно –образовательного процесса.

Может ли музыкальный руководитель на своих занятиях сохранять и укреплять здоровье своих воспитанников? Я вам скажу - безусловно да! Занятие по вокалу являются важной составляющей гармоничного развития ребёнка. В пении формируется комплекс музыкальных способностей, а также активизируются умственные способности, развиваются эстетическое и нравственное представления детей, мышление, внимание, память, всё это укрепляет работу лёгких и весь дыхательный аппарат. В своей работе я применяю такие элементы здоровье сберегающих технологий, как музыкотерапия, вокалотерапия, ритмотерапия, терапия творчеством, логоритмика.

Музыкотерапия – это лекарство, которое слушают. Музыкотерапия это метод ,основанный на целительном воздействии музыки на психологическое состояние детей. Слушание правильно подобранной музыки с выполнением психо- гимнастических этюдов повышает иммунитет детей, снимает напряжение и раздражительность, восстанавливает спокойное дыхание. На своих занятиях я часто включаю детям такие звуки релаксации как шум ветра, звуки моря или дождя, шум леса или пение птиц, дети очень любят расслабиться под эти звуки и отдохнуть, а также после прослушивания они любят воображать и рассказывать , что они представили. Одним из любимых произведений моих воспитанников является произведение П.И.Чайковского «Вальс цветов», «Сладкая грёза», «Болезнь куклы», «Новая кукла» и произведение «Зима »А.Вивальди , «Весна» А. Вивальди, «Лебедь» Сен-Санса..

Вокалотерапия- это правильный подбор дыхательных и голосовых упражнений обеспечивающих качественное функционирование сердечно-сосудистой системы, поскольку большая нагрузка приходится на диафрагму, межрёберные мышцы, за счёт которых происходит массаж внутренних органов. Правильно подобранные звукосочетания являются лечебными звуками с позиции музыкотерапии в современной науки (звук а –лечит сердце, и –лечит глаза, уши, у- улучшает дыхание, ш- лечит –печень, с- лечит сердце и лёгкие).Поэтому часто на своих занятиях как распевку я использую пение этих звуков, в разном ритме, порядке и разной силой звука. На своих занятиях я постоянное слежу за соблюдением правил по охране голоса, за тем, чтобы ребята пели естественным голосом, не говорили слишком громко. Крик и шум портят голос, притупляют слух и отрицательно влияют на нервную систему. Своё занятие я начинаю с песенок – распевок, которые позволяют активизировать внимание детей, задают позитивный эмоциональный настрой и дают возможность подвигаться. Например такие приветствия как «Доброе утро!», «Разотрём ладошки и здоровье сбережём».(карточки) Не проходят занятия и без дыхательных и артикуляционных упражнений, которые позволяют подготовить голосовой аппарат и весь организм ребёнка к работе над песней. В процессе выполнения таких упражнений укрепляется здоровье ребёнка. Например, такие упражнения как «Нюхаем цветок», «Задуваем свечку», «Дуем налисточек». Артикуляционные упражнений мы выполняем под названием «Утро с котиком Музиком», «орешки для белочки» здесь дети работают язычком и я показываю им карточки, чтобы они самостоятельно вспомнили, как выполняется упражнение. Когда мы исполняем попевки дети у меня никогда просто не сидят я даю им возможность моделировать рукой и двигаться и петь-они могут показывать движения мелодии в распевке «Лесенка», в распевке «Андрей –воробей», они изображают клювик пальчиками и делают массаж ладошки, а в распевке «Качели» мы поём и показываем как мы качаемся, это даёт возможность детям подвигаться и более точно и правильно спеть высокие звуки.

Ритмотерапия- это музыкально-ритмические упражнения, чтобы на занятиях снять перегрузку, утомление, например – я применяю их после разучивания новой песни, я даю детям возможность подвигаться. Когда я разучиваю песенный репертуар, мы с детьми обязательно используем ритмопластику движения по тексту песни: (Например, (солнышко встаёт, дует ветер, мы повесили игрушки).Такой подход помогает быстрее выучить текст и эффективно влияет на развитие эмоциональной речи детей. Также я использую такой метод как Логоритмика – эта форма активного отдыха, короткое физическое упражнение или игра под музыку в конце занятия.(карточки, диск) Например, дети любят игру «Мышки», где мы произносим в едином ритме стихотворение про мышек, а затем дети под музыку бегут в свои норки. Ещё один метод в моей работе это терапия творчеством - свободное движение под музыку песни развивают музыкально-творческие способности детей. Создавая условия для свободных движений под музыку, я вижу в детях эмоции и эмоциональный отклик на песню. Это чаще проявляется в музыкальных играх в конце занятия.

 Мной, было подготовлено открытое музыкальное занятие в ноябре: «Кеша в гостях у ребят» в Подготовительной 2 группе с элементами здоровье сберегающих технологий . При применении здоровье сберегающих технологий улучшается качество работы детей на музыкальных занятиях. Также мои воспитанники выступают на утренниках и конкурсах. Ребята из кружка «Весёлая ритмика» выступали со спортивно-музыкальной композицией «Неразлучные друзья» на спортивно-музыкальных досугах, посвящённых Дню Матери, в досугах по ПДД «Школа безопасности» дети знакомились с правилами дорожного движения и правильного поведения на дороге, инсценируя песню «Весёлый светофор»

Также для формирования с навыков здорового образа жизни в своей работе я уделяю время и работе с родителями. Я подготовила несколько информационных стендов для родителей на темы : Рекомендации родителям – «Музыкальный уголок дома», «Формирование правильной осанки и профилактика её нарушений средствами музыки», «Музыка лечит, музыка калечит».

Для родителей выпускников детского сада я планирую разработать консультацию: «Как музыка может помочь ребенку в учебе».

Своё выступление я бы хотела закончить такими словами:

*Музыка успокаивает, музыка лечит, музыка поднимает настроение...Обучая детей музыке, мы укрепляем  их здоровье.*