Мастер-класс «Здоровьесберегающие технологии в музыкальной деятельности»

Задачи:

1. Образовательная:

- обогащать музыкальные впечатления, вызывать яркий эмоциональный отклик при восприятии музыки разного характера, формировать музыкальный вкус, развивать музыкальную память;
- способствовать развитию мышления, фантазии, памяти, слуха;
- закреплять умение петь коллективно, с музыкальным сопровождением.

2. Развивающая:

- развивать танцевально-игровое творчество; формировать навыки художественного исполнения различных образов при инсценировании песен.

3. Воспитательная:

- развивать позитивную оценку действительности взглядов, вкусов с учетом ярко выраженных индивидуальных психофизических особенностей;
- воспитывать эстетический вкус в передаче образа;
- совершенствовать и развивать коммуникативные навыки, воспитывать умение общаться через песню и танец.

4. Оздоровительная:

- с помощью дыхательной гимнастики, психогимнастики, валеологической распевки, музыкотерапии, динамических и музыкально;
- ритмических упражнений укреплять физическое и психическое здоровье;
- с помощью здоровьесберегающих технологий повышать адаптивные возможности организма (активизировать защитные свойства, устойчивость к заболеваниям;
- слушание классической музыки стабилизирует эмоциональное состояние;
- способствовать развитию мелкой моторики, синхронизации работы полушарий головного мозга, формировать произвольное внимание памяти;
- учить прислушиваться к своим ощущениям и проговаривать их.

Методы и приёмы:

- объяснительно – иллюстративный,
- игровой,
- творческий,
- метод практической деятельности,
- погружение в музыку.

Ход занятия:

«Движения руки всегда связаны с музыкой, с речью и способствуют их развитию»

Владимир Михайлович Бехтерев

От состояния здоровья детей во многом зависит благополучие общества. Экологические проблемы, некачественное питание, эмоциональный дискомфорт – это лишь некоторые факторы, которые агрессивно воздействуют на детский организм. По данным медицинской статистики количество дошкольников с хроническими заболеваниями увеличивается с каждым годом.

Педагоги, музыкальный руководитель, инструктор по физкультуре должны в комплексе решать задачи физического, интеллектуального, эмоционального и личностного развития ребенка, подготовить его к школе и активно внедрять в свой педагогический процесс наиболее эффективные технологии здоровьесбережения.

Музыка воздействует не только на эмоциональное состояние, но и на общее физическое состояние человека, положительно влияет на работоспособность или отдых человека.

Пение развивает голосовой аппарат, речь, укрепляет голосовые связки, регулирует дыхание. Ритмика улучшает осанку, координацию, уверенность движений. Так появилась музыкально – оздоровительная система, соединяющая традиционные музыкальные занятия с оздоровительными мероприятиями.

На музыкальных занятиях привычные виды деятельности, развивающие творческие способности и музыкальность можно разнообразить с пользой для здоровья. Пример: слушание музыки и разучивание текстов песен можно перемежать с игровым массажем, самомассажем или пальчиковой игрой. Перед пением – заниматься дыхательной, артикуляционной гимнастикой, оздоровительными упражнениями для горла и голосовых связок с целью профилактики простудных заболеваний.

Речевые игры сопровождаются музыкально-ритмическими движениями, игрой на музыкальных инструментах, а танцевальную импровизацию совместить с музыкотерапией.

Итак, система музыкально – оздоровительной работы предполагает использование на музыкальных занятиях такие здоровьесберегающие технологии:

ПЕСЕНКИ-РАСПЕВКИ, состоящие из звуков мажорной гаммы, которые должны поднять настроение, задают позитивный тон к восприятию окружающего мира.

ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА – повышаются и развиваются певческие способности, объясняется детям о правильной осанке, о том, что на вдохе не надо втягивать живот, поднимать плечи вверх.

АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА – повышается уровень развития речи детей, певческих навыков, улучшается музыкальная память, внимание.

ИГРОВОЙ МАССАЖ – 1000 лет назад тибетские врачеватели установили, что нам приятно хлопать в ладоши, ходить босиком. Приемы массажа полезны не только больному, но и здоровому человеку.

ПАЛЬЧИКОВЫЕ ИГРЫ – занимают важное место на музыкальных занятиях. Эти игры развивают речь, повышают координационные способности рук (а это положительно влияет на подготовку к письму, рисованию)

РЕЧЕВЫЕ ИГРЫ – в этих играх текст поется или активно декламируется хором. Это положительно влияет на развитие эмоциональной выразительности речи, двигательной активности детей.

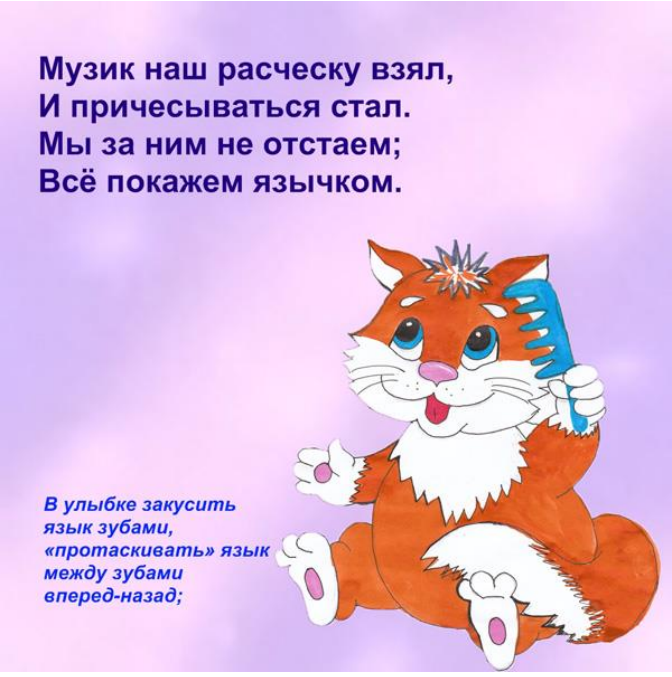
МУЗЫКОТЕРАПИЯ – важная составляющая музыкально – оздоровительной работы. Слушание подобранной музыки повышает иммунитет, снимает напряжение, раздражительность, восстанавливает спокойное дыхание.

Сегодня я хочу показать вам примеры здоровьесберегающих технологий.

ПРИМЕРЫ:

ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА «носочки» - на счет «раз» поднять носочки ног, упираясь пятками в пол, сделать вдох, возвращаем ноги в и. п. – выдох.

АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА – проводится сидя, т. к. в таком положении спина прямая, тело не напряжено, ребенок должен хорошо видеть себя и взрослого, поэтому можно использовать зеркало. Она очень хороша, когда запоминаются тексты песен, развивает внимание, чувство ритма.



ТОЧЕЧНЫЙ МАССАЖ - это мягкое надавливание и поглаживание подушечками пальцев биологически активных зон – это повышает защитные свойства носа, глотки, гортани, бронхов. Это очень эффективно для профилактики простудных заболеваний в холодные сезоны.

Можно также использовать деревянные ложки.

Потешка «Кошкин дом»(использование деревянной ложки)

Тили-бом! тили-бом! стучат ложкой по спине

Загорелся кошкин дом хлопают в ложки, или в ладоши

Идет дым столбом! рисовать спирали по спине (дым)

Кошка выскочила! шлепают ладошками (ложками) по спине

Бежит курица с ведром бегают пальцы по спине (ложки стучат)

Заливает кошкин дом гладят по спине сверху вниз

А лошадка с фонарем стучать по спине

А лошадка с помелом гладят в стороны

Раз! Раз! Раз! Раз! Хлопать в ладоши или стучать ложками

по спине

И огонь погас! Гладят по спине сверху вниз.

ПАЛЬЧИКОВЫЕ ИГРЫ проводятся под музыку, можно сопровождать иллюстрацией, картинкой, показом игрушки. Тексты должны быть простые или использовать народные потешки, песенки, считалки.

2+

ДВА МЕДВЕДЯ (О. Крупенчук)

Сидели два медведя На тоненьком суку:	*Руки согнуты в локтях (сжаты в кулаки), прижаты к туловищу. Ребенок поворачивается из стороны в сторону.*
Один читал газету,	*Разводим руки в стороны, как при чтении газеты.*
Другой молол муку.	*Стучим одним кулаком по другому.*
Раз ку-ку, два ку-ку, Оба плюхнулись в муку.	*Кулаки «падают» на колени.*
Нос в муке,	*Показываем пальцем на нос.*
Хвост в муке,	*Показываем рукой за спину.*
Ухо в кислом молоке.	*Беремся пальцами за ухо.*

kristinati.baby.ru

«ВЕСЕЛЫЙ ОРКЕСТР» (имитировать игру на разных музыкальных инструментах)

Дали мы Елене веселую гармошку

Взяли Оли барабан,

Люде нравится баян

На трубе дудит Валюша–

 веселится весь дет сад.

РЕЧЕВЫЕ ИГРЫ сопровождаются движениями, звучащими жестами

(хлопки, притопы, используются детские музыкальные инструменты (свистульки, дудочки, шумовые инструменты, металлофоны). Тексты простые, соответствующие возрасту.

Проводится речевая игра «Эхо»,

сопровождающаяся звучащими жестами

Пой-ка, подпевай-ка, (*хлопки*).

Десять птичек – стайка.

Эта птичка – соловей (*хлопки по коленям*).

Эта птичка – воробей.

Эта птичка – совушка (*стучат кулачками*),

Сонная головушка.

Эта птичка – свиристель (*скользящие хлопки*),

Эта птичка – коростель.

Эта птичка – скворушка (*притопы ногами*),

Серенькое перышко.

Эта – зяблик (*щелчки пальцами*),

Эта – стриж.

Эта – разноцветный чиж (*хлопки по бедрам*),

Эта – разноцветный чиж.

Ну, а эта – злой орлан (*хлопки*).

Птички, птички – по домам!

МУЗЫКОТЕРАПИЯ – одно из перспективных направлений в жизни ДОУ. Слушание правильно подобранной музыки повышает иммунитет детей. Снимает напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание. Музыка в детском саду должна прослушиваться дозированно. В зависимости от времени суток, вида деятельности, настроения детей. Хорошо, если утром детей в группе будет встречать приветливый воспитатель и классическая музыка, добрые песни с хорошим текстом. Для расслабления, приятного погружения в сон звучит релаксирующая музыка со звуками природы (шелест листвы, голоса птиц, шум волн, дождя)

Звучит спокойная музыка.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ПРОБУЖДЕНИЯ

«ЗАЙЧАТА» (движения выполняются соответственно тексту)

Вот пушистые зайчата мирно спят в своих кроватках

Но зайчатам хватит спать, пора сереньким вставать.

Ручку правую потянем, ручку левую потянем

Глазки открываем, с ножками играем.

Поднимаем ножки, выпрямляем ножки,

А теперь бежим скорей по лесной дорожке,

С боку на бок повернемся и уже совсем проснемся.