

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад комбинированного вида № 7  
города Кропоткин МО Кавказский район

Методическая разработка

**«Здоровье сберегающие  
ТЕХНОЛОГИИ  
на МУЗЫКАЛЬНЫХ ЗАНЯТИЯХ  
в ДОУ»**

Подготовила:  
Музыкальный руководитель  
Фёдорова Н.Н.

г. Кропоткин  
2022 год

## **Содержание:**

1. Введение.....	стр.1
2. Актуальность применения здоровьесберегающих технологий в музыкально образовательной деятельности:.....	стр.2
3. Цель и задачи.....	стр.2
4. Здоровьесберегающие технологии.....	стр. 3
4.1. Логоритмическая гимнастика .....	стр. 3
4.2. Валеологические песенки .....	стр.4
4.3. Пальчиковые игры.....	стр.4
4.4. Дыхательная и артикуляционная гимнастика.....	стр.5
4.5. Артикуляционная гимнастика .....	стр.5
4.6. Фонопедические упражнения.....	стр.5
4.7. Игровой массаж.....	стр.5
4.8. Ритмопластика .....	стр.6
4.9. Речевые игры.....	стр. 6
4.10. Музыкалотерапия .....	стр. 6
5. Список литературы.....	стр.7
6. Приложения.....	стр.8

### **Приложение 1.**

Доклад «Здоровьесберегающие технологии на музыкальных занятиях»

### **Приложение 2.**

Сценарии развлечений с использованием здоровьесберегающих технологий: «По дороге в сказку», «Увлекательное путешествие», «Мой папа лучше всех», «Веселые нотки здоровья», «День Здоровья»

### **Приложение 3.**

Картотека упражнений по теме: «Применение здоровьесберегающих технологий на музыкальных занятиях в ДОУ. Методы и приемы».

### **Приложение 4.**

Конспекты музыкальных занятий с использованием здоровьесберегающих технологий: «Музыка укрепляет наше здоровье», « Приключения кота Рыжика», «Прогулка в зимний лес», «Волшебные снежинки», «Музыка укрепляет элоровье»

### **Приложение 5.**

Методические рекомендации и консультации для воспитателей: «Значение и применение здоровьесберегающих технологий в ДОУ», «Совместная работа музыкального руководителя и воспитателя в использовании здоровьесберегающих технологий на музыкальных занятиях в ДОУ», «Использование здоровьесберегающих технологий в музыкальном воспитании дошкольников».

### **Приложение 6.**

Презентация «Применение здоровьесберегающих технологий на музыкальных занятиях в ДОУ. Методы и приемы»

## 1. Введение.

«Забота о здоровье-это  
важнейший труд воспитателя.  
От жизнедеятельности, бодрости детей  
зависит их духовная жизнь,  
мировоззрение, умственное развитие,  
прочность знаний, вера в свои силы».  
В.А.Сухомлинский

Одной из приоритетных задач общества и государства является воспитание ответственного, инициативного и компетентного гражданина России. В системе общечеловеческих ценностей, которыми должно овладеть подрастающее поколение, основополагающее место уделяется здоровью и здоровому образу жизни. Об усилении внимания государства и общества к проблеме здоровья детей можно судить по тем документам, которые приняты правительством. В современный период в России возникла реальная потребность изменить формы и методы работы с детьми в структуре дошкольной организации. Это предполагает «рассматривать не отдельные, изолированные явления жизни, а обширные единства»; уметь переносить знания с одного вида деятельности на другой, одну информацию – на другую, находить общее и индивидуальное.

Здоровье – это базовая ценность и необходимое условие полноценного психического, физического и социального развития ребенка. Не создав фундамент здоровья в дошкольном детстве, трудно сформировать здоровье в будущем.

Здоровье ребенка – это не только отсутствие болезней, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие.

Болезненный, отстающий в физическом развитии ребенок быстрее утомляется, у него неустойчивое внимание, слабая память, низкая работоспособность. От здоровья, жизнерадостности детей зависят их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы.

Воспитание здорового подрастающего поколения граждан России - первоочередная задача государства, от решения которой во многом зависит его будущее процветание.

Все это возможно в результате интеграции в образовательном процессе, направленной:

- на обучение детей рассматриванию любых явлений с разных позиций;
- на развитие умения применять знания из различных областей в решении конкретной творческой задачи;
- на развитие желания активно выражать себя в каком – либо творчестве.

В соответствии с новыми нормативными документами, введением ФГОС ДО, особую актуальность приобретает оптимизация сохранения и укрепления психофизического здоровья ребенка. И приоритетная задача психолога – педагогической работы по формированию физических, интеллектуальных и личностных качеств детей должна решаться интегрировано, в ходе освоения всех образовательных областей. Одним из источников здоровьесберегающих

мероприятий являются музыкальные занятия в ДОО.

Одной из главных задач дошкольной образовательной организации является – создание условий, гарантирующих формирование и укрепление здоровья воспитанников. Актуальность темы здорового образа жизни подтверждают и статистические показатели. Воспитание уважительного отношения к здоровью необходимо начинать с раннего детства. По мнению специалистов, 75% всех болезней человека заложено в детские годы. И педагог может сделать для здоровья воспитанника не меньше, чем врач. Необходимо обучаться психолого-педагогическим технологиям, позволяющим педагогу самому работать так, чтобы не наносить ущерба здоровью своим воспитанникам на занятиях. Образовательная среда должна быть здоровьесберегающей и здоровьесберегающей. Все это требует внедрения здоровьесберегающих технологий во все образовательные области, в том числе и образовательную область «Музыка», и интеграцию оздоровительной работы с музыкально-образовательной.

«Здоровьесберегающая технология» – это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития. Н. Ветлугина пишет «пение развивает голосовой аппарат, речь, укрепляет голосовые связки, регулирует дыхание. Ритмика улучшает осанку ребёнка, координацию, уверенность движений. Развитие эмоциональной отзывчивости и музыкального слуха помогают активизировать умственную деятельность».

Научная основа базируется на программах и методических пособиях: по музыкальному воспитанию - Н. Ветлугиной, О. Радыновой, Т. Тютюнниковой, по воспитанию здорового ребенка и диагностике Э.П. Костиной. Методики В. Кудрявцева, Н Ефимова, А. Стрельниковой.

Таким образом, становится ясно, что использование здоровьесберегающих технологий в работе музыкального руководителя выступает как необходимое условие полноценного развития детей.

## **2.Актуальность применения здоровьесберегающих технологий в музыкально образовательной деятельности:**

- Высокий уровень заболеваемости детей.
- Эффективность музыкального воздействия на физиологию ребенка.
- Отсутствие единого целостного подхода в оздоровительной работе среди специалистов
- Повышение уровня профессиональной компетенции музыкального руководителя в условиях педагогики оздоровления.

## **3.Цели и задачи.**

Музыкально-оздоровительная работа в ДООУ – это организованный педагогический процесс, направленный на развитие музыкальных и творческих способностей детей, сохранение и укрепление их психофизического здоровья с целью формирования полноценной личности ребенка.

**Целью** музыкально-оздоровительного воспитания в дошкольном образовательном учреждении является: укрепление психического и физического здоровья, развитие музыкальных и творческих способностей, формирование потребности в здоровом образе жизни.

**Основные задачи** музыкально-оздоровительной работы в ДОУ:

-Создавать предметно-развивающую среду и условия для формирования гармоничной, духовно богатой, физически здоровой личности.

-Развивать музыкальные и творческие способности с помощью здоровьесберегающих технологий, исходя из возрастных и индивидуальных возможностей каждого ребёнка.

-С помощью здоровьесберегающих технологий повышать адаптивные возможности детского организма (активизировать защитные свойства, устойчивость к заболеваниям).

-Формировать правильную осанку, гигиенические навыки.

#### **4. Здоровьесберегающие технологии:**

Система музыкально-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста предполагает использование следующих здоровьесберегающих технологий:

-Логоритмика;

-Валеологические песенки

-Пальчиковая гимнастика;

-Самомассаж;

-Дыхательная гимнастика;

-Ритмопластика;

-Речевые игры

-«Фонопедический метод развития голоса» В.В. Емельянова.

-Музыкотерапия.

**4.1. Логоритмическая гимнастика** является одной из форм активного отдыха, наиболее благоприятного для снятия напряжения после долгого сидения. Кратковременные физические упражнения детей под музыку, вызывая возбуждение других отделов мозга, усиливают кровообращение и создают благоприятные условия отдыха для ранее возбужденных отделов.

Особое место в работе над речью детей занимают музыкальные игры, пение и движения под музыку. Это связано с тем, что музыка воздействует в первую очередь на эмоциональную сферу ребенка. На положительных реакциях дети лучше и быстрее усваивают материал, незаметно учатся говорить правильно.

Логоритмика включает речевые, музыкально-двигательные и коммуникативные игры, упражнения для развития крупной и мелкой моторики, танцы под ритмодекламацию или пение взрослого, ритмические игры с музыкальными инструментами, стихотворения с движениями.

Регулярное включение в музыкальную деятельность элементов логоритмики способствует быстрому развитию речи и музыкальности, формирует положительный эмоциональный настрой, учит общению со сверстниками.

## **4.2. Валеологические песенки**

– отличное начало любого музыкального занятия. Они поднимают настроение, задают позитивный тон к восприятию окружающего мира, подготавливают голос к пению.

Упражнения на развитие дыхания. Медиками доказано, что дыхательная гимнастика оказывает на детей психотерапевтическое, оздоравливающее и даже лечебное воздействие. Положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении (в том числе и легочной ткани), способствует восстановлению центральной нервной системы, улучшает дренажную функцию бронхов, восстанавливает нарушенное носовое дыхание.

Основными задачами дыхательных упражнений являются:

1. Укреплять физиологическое дыхание детей
2. Тренировать силу вдоха и выдоха
3. Формировать правильное речевое дыхание (короткий вдох – длинный выдох)
4. Развивать продолжительный вдох.

Пение с предшествующей ему дыхательной гимнастикой оказывает на детей психотерапевтическое, оздоравливающее и лечебное воздействие.

(А.Н.Стрельникова – методика дыхательной гимнастики для оздоровления.

Принципы этой методики – короткий и резкий вдох носом в сочетании с движением и пассивный выдох.)

## **4.3. Пальчиковые игры.**

Исследователи, изучающие механизмы речи, утверждают, что речевые области мозга у детей частично формируются под влиянием импульсов, поступающих от пальцев рук. Кроме того, на ладонях людей находятся важные для всего организма биологически активные точки.

Кончики пальцев - есть второй головной мозг. В жизнедеятельности человека рука играет важную роль на протяжении всей его жизни.

Систематические упражнения по тренировке движений пальцев наряду со стимулирующим влиянием на развитие речи являются мощным средством повышения работоспособности головного мозга. Развитие пальцевой моторики подготавливает почву для последующего формирования речи. Поскольку существует тесная взаимосвязь и взаимозависимость речевой и моторной деятельности, то при наличии речевого дефекта у ребенка особое внимание необходимо обратить на тренировку его пальцев.

Таким образом, роль стимула развития центральной нервной системы, всех психических процессов, и в частности речи, играет формирование и совершенствование тонкой моторики кисти и пальцев рук.

В музыкальной деятельности пальчиковые игры проводятся чаще всего под музыку - как попевки, песенки, сопровождаются показом иллюстраций, пальчикового или теневого театра. Регулярное включение музыкальных пальчиковых игр:

- стимулирует действие речевых зон коры головного мозга детей;
- совершенствует внимание и память;
- формирует ассоциативно-образное мышление;

-облегчает будущим школьникам усвоение навыков письма. Пальчиковые игры развивают речь ребенка, двигательные качества, повышают координационные способности пальцев рук (подготовка к письму, рисованию), соединяют пальцевую пластику с выразительным мелодическим и речевым интонированием, формируют образно-ассоциативное мышление.

( пальчиковые игры Е. Железновой, О. Узоровой).

#### **4.4. Дыхательная и артикуляционная гимнастика.**

Периферические органы слуха, дыхания, голоса, артикуляции неразрывно связаны и взаимодействуют между собой под контролем центральной нервной системы. Нарушением функции речевого дыхания считается: подъем грудной клетки вверх и втягивание живота на вдохе; слишком большой вдох; учащенность дыхания; укороченность выдоха; неумение делать незаметный добор воздуха; неправильная осанка. Суть разработанных методик по восстановлению и развитию этой функции - в осознанном управлении всеми фазами акта дыхания через тренировку дыхательных мышц и регулировку работы дыхательного центра. Выполнение дыхательной гимнастики помогает сохранить, укрепить здоровье ребенка. Она дает возможность зарядиться бодростью и жизнерадостностью, сохранять высокую работоспособность. Кроме того, дыхательная гимнастика оказывает на организм человека комплексное лечебное воздействие:

положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении, в том числе и легочной ткани;  
улучшает дренажную функцию бронхов;  
восстанавливает нарушенное носовое дыхание;  
исправляет развившиеся в процессе заболеваний различные деформации грудной клетки и позвоночника.

#### **4.5. Артикуляционная гимнастика**

осуществляет развитие артикуляционной моторики:

-обучает детей простейшим артикуляционным движениям по подражанию взрослому;

-вырабатывает контроль за положением рта.

В результате этой работы повышаются показатели уровня развития речи детей, певческих навыков, улучшаются музыкальная память, внимание.

#### **4.6. Фонопедические упражнения,**

разработанные В.Емельяновым, М.Картушиной способствуют развитию носового, диафрагмального, брюшного дыхания, стимулированию гортанно-глоточного аппарата и деятельности головного мозга. В работе используются оздоровительные упражнения для горла, интонационно-фонетические (корректируют произношение звуков и активизируют фонационный выдох) и голосовые сигналы доречевой коммуникации, игры со звуком.

#### **4.7. Игровой массаж.**

Выполнение массажных манипуляций расширяет капилляры кожи, улучшая циркуляцию крови и лимфы, активно влияет на обменные процессы организма, тонизирует центральную нервную систему. Использование игрового массажа повышает защитные свойства верхних дыхательных путей и всего организма,

нормализует вегетососудистый тонус, деятельность вестибулярного аппарата и эндокринных желез. Массируя определенные точки тела, мы бессознательно посылаем положительные сигналы сердцу, легким, печени, желудку и другим органам. Кроме того, поднимает настроение и улучшает самочувствие человека.

Ребенок может легко научиться этому в игре. На музыкальных занятиях игровой массаж проводится под музыку – слова пропеваются (или же используется ритмодекламация), или же музыка звучит просто фоном.

#### **4.8. Ритмопластика**

Музыкально-ритмические движения являются синтетическим видом деятельности, следовательно, эти движения будут развивать и музыкальный слух, и двигательные способности, а также те психические процессы, которые лежат в их основе. Основная направленность элементов ритмопластики на занятиях музыкой - психологическое раскрепощение ребенка через освоение своего собственного тела как выразительного ("музыкального") инструмента. Танцы, ритмичные движения – физиологическая потребность детского развивающегося организма. Они мобилизуют физические силы, вырабатывают грацию, координацию движений, музыкальность, укрепляют и развивают мышцы, улучшают дыхание, активно влияют на кровообращение, способствуют выработке многих веществ, необходимых детскому организму. Быстрота реакции, координация движений, осознанное овладение танцевальными, ритмическими движениями имеют значение и для умственного развития детей.

#### **4.9. Речевые игры.**

Доказано, что музыкальный слух развивается совместно с речевым. Средства музыкальной выразительности – ритм, темп, тембр, динамика – являются характерными и для речи. Таким образом, использование речевых игр на музыкальных занятиях позволяет детям с младшего возраста овладевать всем комплексом выразительных средств музыки.

(методика К.Орфа)

Речевые игры, сопровождающиеся движениями, звучащими жестами (хлопками, щелчками, шлепками и др.), звуками детских музыкальных инструментов, прекрасно развивает чувство ритма. Ритм музыки в сочетании с декламацией легче усваивается детьми, а поддержка текста движениями или музицированием способствует лучшему запоминанию, более эмоциональному воспроизведению. Жестикуляция, пластика, мимика в речевых играх побуждают детей импровизировать, раскрывать свой творческий потенциал.

#### **4.10. Музыкотерапия –**

одно из перспективных направлений оздоровительной работы в ДООУ. Она способствует коррекции психофизического здоровья детей в процессе их жизнедеятельности. Слушание правильно подобранной музыки с выполнением психогимнастических этюдов М.Чистяковой повышает иммунитет детей, снимает напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание.

Современные сведения, наложенные на древнейшие знания, показывают, что звуки различных музыкальных инструментов по-разному влияют на организм человека: звучание ударных инструментов способно дать ощущение

устойчивости, уверенности, физически взбодрить. Духовые инструменты влияют на формирование эмоциональной сферы. Интеллектуальной сфере соответствует музыка, исполняемая клавишными инструментами, особенно фортепианная. Струнные инструменты прямо воздействуют на сердце, а вокальная музыка влияет на весь организм, но больше всего на горло.

Музыка должна прослушиваться детьми дозированно, 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 и специальной релаксирующей музыки, наполненной звуками природы.

Оздоровление детей, создание эмоционального комфорта – важнейшая задача ДОУ. Организация в детском саду музыкально-оздоровительной работы с использованием современных методов здоровьесбережения обеспечивает более бережное отношение к физическому и духовному здоровью детей, помогает в комплексе решать задачи физического, интеллектуального, эмоционального и личностного развития ребенка, активно внедряя в этот процесс наиболее эффективные технологии здоровьесбережения. Ведь от состояния здоровья детей во многом зависит благополучие общества.

## 5. Список литературы.

1. Журнал «Домашняя энциклопедия» 2011 год.
2. К. Жилинская «Влияние музыки на человеческий организм». 2010 год.
3. Картушина М.Ю. «Оздоровительные занятия с детьми » г.Москва, ТЦ «Сфера», 2008.
4. Музыкально – оздоровительной работы в детском саду: занятия, игры, упражнения/ авт.-сост. О.Н. Арсеновская.-Волгоград: Учитель, 2011.
5. Здоровьесберегающее пространство дошкольного образовательного учреждения: проектирование, тренинги, занятия/ сост. Н.И. Крылова.- Волгоград: Учитель, 2009.
6. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ авт. Е.В.Михеева.
7. Фонопедический метод развития голоса В.В.Емельянова
8. Здоровье современных дошкольников. авт. М.А.Руднова
9. Стрельниковская дыхательная гимнастика для детей. М.Н.Щетинин – Айрис-пресс, 2007.
10. Ветлугина Н.А. «Методика музыкального воспитания». (М. «Просвещение» 1976г.)
11. Костина Э.П. Программа «Камертон» (Нижний Новгород.2001г.)
12. Д.Кэмпбелл «Эффект Моцарта». (М.1999г.)
13. Петрушин В.И. «Музыкальная психотерапия». (М.1999г.)
14. Сиротюк А.Л. «Коррекция обучения и развития школьников» (творческий центр. М. 2001г.)
15. Сиротюк А.Л. «Развитие интеллекта дошкольников» (творческий центр. М 2001г.)
16. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии. ( Москва, «ВАКО», – 2004г)

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад комбинированного вида № 7  
города Кропоткин МО Кавказский район

## Доклад

# **«Применение здоровьесберегающих технологий на музыкальных занятиях в ДОУ. Методы и приемы»**

Подготовила:  
Музыкальный руководитель  
Фёдорова Н.Н.

## **«Применение здоровьесберегающих технологий на музыкальных занятиях в ДОУ. Методы и приемы».**

**Здоровье** ребенка – это не только отсутствие болезней, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие.

Поэтому **оздоровление** детей в последние годы становится приоритетным направлением в работе многих ДОУ. Педагоги и медики ищут новые приемы сохранения и укрепления **здоровья детей**, создают благоприятные условия для их внедрения, основываясь на результатах диагностики состояния **здоровья** и индивидуальных особенностях каждого ребенка.

Сохранить **здоровье** ребенка – главная задача, стоящая перед всем персоналом детского сада.

**Музыка-это** одно из средств физического развития детей. **Музыкальное** развитие очень важно для любого ребенка. И это совсем не означает, что из малыша с пеленок необходимо растить гениального **музыканта**, но научить его слушать, понимать **музыку**, наслаждаться ей - в наших силах. **Музыка**, воспринимаемая слуховым рецептором, воздействует не только на эмоциональное, но и на общее физическое состояние человека, вызывает реакции, связанные с изменением кровообращения, дыхания.

Целью **музыкально-оздоровительного** воспитания в дошкольном образовательном учреждении является: укрепление психического и физического **здоровья**, развитие **музыкальных** и творческих способностей, формирование потребности в **здоровом образе жизни**.

В процессе работы над данной проблемой, я объединяю традиционные **музыкальные занятия с оздоровительными мероприятиями**. В рамках системы **музыкально-оздоровительной** работы применяются различные формы организации **музыкально-оздоровительных мероприятий**.

На **музыкальных занятиях** возможно и необходимо использовать современные **здоровьесберегающие технологии в игровой форме**. Привычные виды **музыкальной** деятельности можно разнообразить с пользой для **здоровья**. Это помогает повысить показатели физического развития и развития дыхательной системы детей, снижает уровень заболеваемости (*в большей степени простудными болезнями*), повышает уровень речевого развития, стабилизирует эмоциональное благополучие ребенка, а также способствует улучшению двигательных навыков и качеств (*пластичность, координация, ориентирование в пространстве*); совершенствование вокальных навыков и умений.

Система **музыкально-оздоровительной** работы предполагает использование разнообразных **здоровьесберегающих технологий**. Среди которых валеологические песенки-распевки, дыхательная гимнастика, артикуляционная гимнастика, **оздоровительные** и фонетические упражнения, игровой массаж, пальчиковые игры, речевые игры, **музыкотерапия**. На некоторых **технологиях** я хотела бы остановиться подробнее.

**1. Валеологические песенки** – отличное начало любого **музыкального занятия**. Они поднимают настроение, задают позитивный тон к восприятию окружающего мира, подготавливают голос к пению.

## «Доброе утро!»

Доброе утро!	(Поворачиваются друг к другу)
Улыбнись скорее!	(Разводят руки в стороны)
И сегодня весь день	(Хлопают в ладоши)
Будет веселее.	
Мы погладим лобик, Носик и щечки.	(Движения по тексту)
Будем мы красивыми, Как в саду цветочки.	(Постепенно поднимают руки вверх, выполняя «фонарики»)
Разотрем ладошки	(Движения по тексту)
Сильнее, сильнее.	
А теперь похлопаем	
Смелее, смелее.	
Ушки мы теперь потрем	
<b>И здоровье сбережем.</b>	
Улыбнемся снова.	
<b>Будьте все здоровы!</b>	

Можно использовать валеологические песенки как в начале **занятия**, так и во время физминутки. Несложные добрые тексты и мелодия, состоящая из звуков мажорной гаммы, позитивно влияют на настрой детей, улучшают эмоциональный климат на **занятии**.

**2. Упражнения на развитие дыхания.** Они играют 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 (в том числе и легочной ткани, способствует восстановлению центральной нервной системы, улучшает дренажную функцию бронхов, восстанавливает нарушенное носовое дыхание.

Работа над дыханием предваряет пение песен, а также может быть и самостоятельным видом деятельности. В игровой форме, с помощью несложных упражнений, я учу детей дышать правильно. Пение с предшествующей ему дыхательной гимнастикой оказывает на детей психотерапевтическое, **оздоравливающее** и даже лечебное воздействие.

**3. Артикуляционную гимнастика.** Я использую ее при разучивании песен на **музыкальных занятиях**. Она способствует тренировке движений, необходимых для правильного произношения звуков, слогов, целых слов. При этом важно соблюдать определенную последовательность, идти от простых упражнений к более сложным.

Регулярное использование артикуляционных упражнений улучшает качество речи детей и, соответственно, качество пения.

**4. Игровые упражнения** – это еще один интересный элемент **музыкально-оздоровительной** работы на музыкальных занятиях. Это специальные упражнения для согласования движений с **музыкой**. Игра и движение - важнейшие компоненты жизнедеятельности детей. Подобные упражнения способствуют развитию воображения, **творческих** способностей ребенка, формированию процесса восприятия и включению в работу обоих

полушарий мозга, снимает мышечную закрепошенность, улучшает физическое самочувствие, повышает общительность детей. Через игровые ритмические упражнения ребенок выражает свои чувства и высвобождает накопленную энергию, превращая её в акт творчества.

**5. Элементы игрового массажа.** Почему нам приятно хлопать в ладоши, ходить босиком? Почему всем – и взрослым, и детям – нравится массаж? Все дело в том, что, массируя определенные точки тела, мы бессознательно посылаем положительные сигналы сердцу, легким, печени, желудку и другим органам. Выполнение массажных манипуляций расширяет капилляры кожи, улучшая циркуляцию крови, активно влияет на обменные процессы организма, тонизирует центральную нервную систему. Кроме того, поднимает настроение и улучшает самочувствие человека. Ребенок может легко научиться этому в игре.

На **музыкальных занятиях** игровой массаж проводится под **музыку**. Слова пропеваются, или же используется ритмодекламация, или же **музыка звучит просто фоном**.

Использование игрового массажа А. Уманской, М. Картушиной повышает защитные свойства всего организма. Частота заболеваний верхних дыхательных путей снижается.

**6. Пальчиковые игры.** Они занимают важное место на **музыкальных занятиях**. Существует прямая 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 людей находятся важные для всего организма биологически активные точки. В связи с этим особый интерес представляют пальчиковые игры, которые позволяют в игровой форме разминать, массировать пальчики и ладошки, благоприятно воздействуя на все внутренние органы.

Я использую в своей работе пальчиковые игры Е. Железновой, О. Узоровой, которые проводятся под **музыку**. Тексты для этих игр должны быть довольно простыми: русские народные песенки, потешки, считалки, короткие стихотворения.

Пальчиковые игры развивают речь ребенка, двигательные качества, повышают координационные способности пальцев рук (подготовка к письму, рисованию), соединяют пальцевую пластику с выразительным мелодическим и речевым интонированием, формируют образно-ассоциативное мышление.

**7. Речевые игры** – одна из форм творческой работы с детьми не только в работе логопеда и воспитателя, но и в **музыкальном воспитании**. Доказано, что **музыкальный** слух развивается совместно с речевым.

Средства **музыкальной** выразительности – ритм, темп, тембр, динамика – являются характерными и для речи. Таким образом, использование речевых игр на **музыкальных занятиях** позволяет детям с младшего возраста овладевать всем комплексом выразительных средств **музыки**.

Речевые игры, сопровождающиеся движениями, звучащими жестами (хлопками, щелчками, шлепками и др.), звуками детских **музыкальных инструментов**, прекрасно развивает чувство ритма. Ритм **музыки** в сочетании с декламацией легче усваивается детьми, а поддержка текста движениями или

музицированием способствует лучшему запоминанию, более эмоциональному воспроизведению. Жестикуляция, пластика, мимика в речевых играх побуждают детей импровизировать, раскрывать свой творческий потенциал.

**8. Музыкотерапия** - одно из перспективных направлений **оздоровительной работы в ДООУ**. Она способствует коррекции психофизического **здоровья** детей в процессе их жизнедеятельности. Слушание правильно подобранной **музыки** с выполнением психогимнастических этюдов М. Чистяковой повышает иммунитет детей, снимает напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание.

В детском саду **музыка** необходима детям в течение всего дня. **Но она** должна прослушиваться детьми дозированно, 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 и специальной релаксирующей **музыки**, наполненной звуками природы.

**«Зайчата»** (комплекс упражнений для пробуждения)

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.

Поджимаем ножки, выпрямляем ножки.

А теперь бежим скорей по лесной дорожке.

С боку на бок повернемся,

И уже совсем проснемся!

**Музыкотерапию** можно использовать не только на музыкальных, но и на физкультурных занятиях, на утренней гимнастике, бодрящей гимнастике после дневного сна, во время утреннего приема, во время дыхательной гимнастики, во время дневного сна и в вечернее время.

Утренний прием детей в детском саду можно начать с музыки Моцарта. Она располагает к тесному контакту между взрослым и ребенком, создает атмосферу уюта, тепла, любви и обеспечивает психологическое благополучие.

Вариантами музыки для утреннего приема могут быть следующие произведения:

1. *«Утро»* (музыка Грига из сюиты *«Пер Гюнт»*).
2. Инструментальная музыка в исполнении Диего Модена.
3. Музыкальные композиции (*оркестр Поля Мориа*).
4. Обработки для русского народного оркестра (*«Барыня»*, *«Камаринская»*, *«Калинка»*).
5. Сен-Санс *«Карнавал животных»* (симфонический оркестр).

На занятиях с высокой умственной нагрузкой и малой подвижностью следует использовать танцевальные композиции в качестве физкультминуток. Использование композиций на основе быстрой, веселой музыки позволяет поднять настроение детей, активизировать их внимание.

Дневной сон может проходить под тихую, спокойную музыку. Известно, что сон рассматривается как проявление сложноорганизованной деятельности ряда мозговых структур. Отсюда его важнейшая роль в обеспечении нервно-психического здоровья детей. Музыка во время сна оказывает оздоравливающее терапевтическое воздействие. Дневной сон может сопровождаться следующими музыкальными произведениями:

1. Инструментальная музыка: Frederic Delarue.
2. *«Времена года»* П. И. Чайковского.
3. Бетховен, соната № 14 *«Лунная»*.
4. Ф. Шуберт *«Аве Мария»*.
5. Колыбельная мелодия *«На сон грядущий»* (серия *«Хорошая музыка для детей»*).
6. Samudra Ocean *«Голоса океана»*.

Музыка для вечернего времени способствует снятию накопившейся усталости, стрессовых ситуаций за день. Она успокаивает, расслабляет, нормализует кровяное давление и работу нервной системы детского организма. Для этого можно использовать следующие мелодии:

1. Инструментальная музыка: Сергей Сиротин, Д. Ливингстон.
2. Мендельсон *«Концерт для скрипки с оркестром»*.
3. Музыка для здоровья: Edward Simon, Karunesh, Ocarina Blue.
4. Бах *«Органное произведение»*.
5. А. Вивальди *«Времена года»*.
6. *«Голоса природы»*.

**Использование здоровьесберегающих технологий не только на занятиях в ДОУ, но и в семейном воспитании помогает более эффективно развивать музыкальные способности дошкольников, сохранять и укреплять их здоровье. В помощь родителям оформляются папки-передвижки, содержащие**

артикуляционные, пальчиковые, речевые игры и другой материал, который можно использовать дома.

Организация в детском саду **музыкально-оздоровительной** работы с использованием современных методов **здоровьесбережения** обеспечивает более бережное отношение к физическому и духовному **здоровью детей**, помогает в комплексе решать задачи физического, интеллектуального, эмоционального и личностного развития ребенка. Ведь от состояния **здоровья** детей во многом зависит благополучие общества.

А сейчас я предлагаю вам немного расслабиться, эмоционально отдохнуть, забыть на время о своих проблемах. Для этого я приглашаю вас поучаствовать в психологическом тренинге, который будет сопровождаться прослушиванием спокойной, красивой мелодией.

### **Хрустальное путешествие»**

*Цель:*

эмоциональный отдых, осознание своих проблем и их преодоление, получение положительных эмоций.

*Упражнение:*

Сядьте удобно, расслабьтесь, закройте глаза. Представьте себе следующее. Вы входите в весенний яблоневый сад, медленно идете по аллее, вдыхая запах нежных бело-розовых цветов и наслаждаетесь им. По узкой тропинке вы подходите к калитке, открываете ее и попадаете на душистый зеленый луг. Вы снимаете обувь и босиком идете по мягкой влажной траве. Вы чувствуете ее бархатное прикосновение. Вашим ногам приятно. Они становятся легкими, как в детстве. Вы словно плывете над землей. Легкий ветерок качает ветки молодых яблонь. От этого аромат их цветов разливается по всему саду. Вокруг приятно жужжат насекомые, ветерок ласкает ваше лицо, волосы ... Вы проходите дальше.

Перед вами озеро ... Вода прозрачна и серебриста, гоняются друг за другом солнечные зайчики. Вы медленно идете по берегу и подходите к водопаду.

Вы входите в него, и сияющие прохладные струи очищают вас, наполняют силой и энергией... За водопадом – грот, тихий, уютный, в нем вы остаетесь один на один с собой. Солнечные лучи ласкают ваше тело. Вам тепло, легко и приятно. А теперь пора возвращаться. Мысленно проделайте весь свой путь в обратном направлении, выйдите из яблоневого сада и только тогда откройте глаза.

Я надеюсь, что вам удалось расслабиться под красивую музыку, получить эмоциональное удовольствие, снять напряжение.

Спасибо за внимание!

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад комбинированного вида № 7  
города Кропоткин МО Кавказский район

Сценарий развлечения  
для детей средней группы

## «По дороге в сказку»

Подготовила:  
Музыкальный руководитель  
Фёдорова Н.Н.

## Сценарий развлечения для детей средней группы

### «По дороге в сказку»

В группе появляется Сказочница (воспитатель) и задаёт детям вопрос:

**Сказочница:** - Ребята, вы любите сказки? (ответы детей)

**Сказочница:** - Я приглашаю вас в гости к сказке, на встречу со сказочными героями. Но прежде, чем отправиться в сказку, вы должны её угадать.

Стоял домик на опушке  
Поселились в нём зверушки.  
А медведь попасть не смог,  
Что за домик? (теремок)

**Сказочница:** - Молодцы ребята, отгадали загадку! Ну что ж, тогда в путь. Дети проходят в музыкальный зал. В зале стоит Теремок.

**Сказочница:** - Ребята, вы помните, кто первым прибежал к Теремку? (ответы детей)

**Сказочница:** - Правильно, Мышка-Норушка. (надевает ребёнку маску Мышки).

**Сказочница:** - Наша Мышка очень любит выполнять зарядку:

Сначала встанем на носки, а потом на пятки.  
Повернулись влево вправо,  
Наклонились до земли,  
Встали, ручками встряхнули,  
И дальше прошли.

(Дети встают в круг и выполняют зарядку вместе с Мышкой, которая стоит в центре)

**Сказочница:** - Ай, да мышка, молодец. А нам дальше двигаться пора. В Теремке многие хотели поселиться. А кто же следующий житель Теремка? (ответы детей)

**Сказочница:** - Правильно ребята, Лягушка – квакушка. (Надевает ребёнку маску Лягушки)

**Лягушка:** -

Я – Лягушка-квакушка  
Люблю прыгать и скакать,  
Люблю я очень танцевать.

**Сказочница:** - Ребята, а где живут лягушки? (ответы детей). В болоте, правильно. И чтобы нам с вами в болоте не промочить ноги, у нас есть замечательные «кочки», на которых вы будите танцевать вместе с лягушкой.

(Дети выполняют упражнения на степе под музыку)

**Сказочница:** - Очень здорово плясали, и надеюсь не устали! Пора нам в путь, нас другие герои сказки ждут.

(Дети и Сказочница подходят к дереву, стоящему в зале)

**Сказочница:** - Есть у меня загадка, отгадайте-ка ребятки.

Длинные уши, быстрые ноги,  
Прыгает ловко, любит морковку.

Сказочница надевает ребёнку маску зайчика, он выпрыгивает и говорит:

Я зайка-побегайка,  
Морковку растерял,  
Ребята помогите,  
Морковку соберите.

**Сказочница:** - Ребята, давайте поможем зайчику собрать морковку.

### **Аттракцион «Собери морковку»**

**Сказочница:** - Молодцы, помогли зайчику. Теперь у него на зиму есть запасы морковки. А кто следующий в Теремок постучал? (ответы детей)

**Сказочница:** - Правильно, Лисичка. (Надевает ребёнку маску Лисички). Лисичка, какая ты красивая. И шёрстка твоя пушистая, шелковистая. Ты, наверное, за ней хорошо ухаживаешь.

**Лисичка:** - Да, шёрстку я свою люблю и как её я глажу, сейчас вам покажу. Самомассаж.

**Сказочница:** - Ещё в той сказке был герой, серый, зубастый, кто он? (ответы детей).

**Сказочница:** - Ребята, волк у нас не злой, он говорит: - «Поиграй дружок со мной». (Надевает маску волка ребёнку)

### **Логоритмика «На водопой»**

(Дети шагают за ребёнком – волчком и выполняют упражнения в соответствии с текстом)

**Сказочница:** - Ребята, вы наверное устали в пути, предлагаю вам отдохнуть на волшебной полянке, послушать пение птиц.

### **Релаксация.**

**Сказочница:** - Отдохнули, поднимайтесь, со мною в путь все отправляйтесь. Кто же ещё хотел попасть в Теремок, но не смог и раздавил его, да так, что звери еле выбраться успели? (ответы детей).

Появляется медведь (воспитатель)

**Медведь:** - Ребята, я уже не такой неуклюжий. Очень я люблю играть, в лесу шишки собирать. Поиграете со мной?

### **Игра «У медведя во бору».**

**Медведь:**

А ещё мои друзья,  
Ужасный сладкоежка я,  
Я малину собираю,  
О разных целебных травах знаю.  
И вместе со мной  
Напиток для здоровья  
Попить вам предлагаю.

### **Медведь угощает всех витаминным чаем.**

**Сказочница:** - Спасибо тебе Мишка за угощения.

- Что ж, ребята, всех героев сказки Теремок мы с вами встретили, и как время прошло не заметили. Очень славно поиграли, все вокруг друзьями стали.

(Дети с воспитателями отправляются в группу)

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад комбинированного вида № 7  
города Кропоткин МО Кавказский район

Сценарий развлечения  
для детей старшей группы

*«Увлекательное путешествие»*

Подготовила:  
Музыкальный руководитель  
Фёдорова Н.Н.

## Сценарий развлечения для детей старшего дошкольного возраста.

### «Увлекательное путешествие»

*(Дети и воспитатель проходят в зал)*

**Вос-ль:** - Ребята, сегодня мы с вами отправляемся в увлекательное путешествие.

- Подровнялись, посмотрели через левое плечо, а теперь через правое плечо.

- Ну, ребята, дружно шагай, смотри не зевай.

**Вос-ль:** Мы прибыли с вами на станцию «Цирковая»

Внимание, внимание!!!

Выполняем ваши пожелания,

Лишь по вашему велению

Начинаем представленье:

Ровным кругом друг за другом

Мы идём за рядом ряд.

Стать спортивными и смелыми

Приглашаем всех ребят.

#### **Занимательная разминка.**

1. Вот воздушные гимнасты

Гимнастической ходьбой

Продвигаются изящно

По арене цирковой

(ходьба по кругу, гимнастическая ходьба)

2. Вот семейство акробатов

На носках идёт, на пятках.

Быть спортивными хотим

Акробатов победим.

(ходьба на носках, на пятках)

3. Вот идут широким шагом

Наши чудо-силачи.

Им доступно одним махом

Гнуть подковы-калачи.

(ходьба широким шагом друг за другом)

4. По арене скачет конь,

Рыжий гребень, как огонь.

Гордо гривой машет он,

Настоящий чемпион.

(подскоки, бег друг за другом)

Представленье завершаем,

Поиграть всех приглашаем:

Надо быстро замирать,

И немного помолчать;

Мы же вас должны узнать

И героя угадать.

(дети прыгают, бегают, а потом по сигналу «Замри» замирают в позе любого циркового артиста)

**Вос-ль:** Здорово поиграли, а нам пора двигаться дальше. Следующая станция

«Спортивная».

**Эстафеты.**

1. **Кто быстрее добежит.** (дети оббегают стойку и возвращаются к своим командам)
2. **Кенгуру.** (прыжки до стойки, с зажатым между ног мячом, обратно бегом)
3. **Преодолей тоннель.** (пролезть в тоннель, обратно бегом)
4. **Ловкость рук.** (пронести мяч на ракетке для настольного тенниса)

**Вос-ль:** - Молодцы, ребята! Вы очень ловкие, быстрые и дружные. Предлагаю устроить привал.

**Игра «Карусели»**

**Вос-ль:** - Хорошо мы поиграли, но ещё не отдыхали. Предлагаю полежать, будем тело расслаблять.

### **Релаксация + Музыкалотерапия**

**Вос-ль:** Отдохнули? Теперь в путь. Следующая станция «Угадай-ка»  
На загадки отвечайте, а отгадки изображайте.

1. Кто любит по ветвям носиться? Конечно рыжая..... (белка)
2. В малине понимает толк, хозяин леса страшный..... (медведь)
3. В чаще голову задрал, воеет с голоду..... (волк)
4. На заборе поутру кукарекал..... (петух)
5. С пальмы вниз, на пальму снова, ловко прыгает..... (обезьяна)
6. Сено хоботом берёт, толстокожий..... (слон)

**Вос-ль:** Какие вы внимательные, молодцы! Предлагаю восстановить дыхание и двигаться дальше.

### **Дыхательная гимнастика «Ветерок»**

**Вос-ль:** - А у нас ещё одна станция впереди «Игровая»

### **Музыкально-ритмическая игра «Ёлочки-Пенёчки»**

**Вос-ль:** Ребята, наше увлекательное путешествие подошло к концу. И нам пора возвращаться в группу.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад комбинированного вида № 7  
города Кропоткин МО Кавказский район

**Совместное развлечение с родителями,  
посвящённое дню пап для детей старшего  
дошкольного возраста.**

***«Мой папа лучше всех»***

Подготовила:  
Музыкальный руководитель  
Фёдорова Н.Н.

**Совместное развлечение с родителями, посвящённое дню пап для детей старшего дошкольного возраста.**

**«Мой папа лучше всех»**

*Под музыку (Марш Д. Дунаевский) папы с детьми входят в спортивный зал и встают вдоль скамеек...*

**Весельчак:** - Я очень добрый весельчак и пришёл я к вам не просто так! Сегодня день особенный, мы поздравляем пап. Хотим вас поприветствовать. Круг почёта вы пройдите и аплодисменты наши примите!

*Папы проходят за Весельчаком круг почёта, а дети и гости им аплодируют.*

**Весельчак:** - Уважаемые папы принимайте поздравления, послушайте прекрасные стихотворения!

**Чтение стихов.**

**Весельчак:** - А теперь дорогие папы не сидите, не скучайте и во всём нам помогайте. Свою удаль покажите и принять участие в совместном празднике поспешите! Чтобы мышцы нам размять предлагаю на разминку встать!

**Музыкальная разминка «Вперёд четыре шага»(аудиозапись)**

**Весельчак:** - А теперь ребятки отгадайте-ка мою загадку: «Стоит в лесу Антошка, голова на толстой ножке» - что это? (гриб)

**Музыкально-подвижная игра «Грибы и грибники»  
(«Осенняя игра» муз. сл. движения Н. Глебова)**

**Весельчак:** - Поработали отлично и собрали все грибы, а теперь вы посмотрите, как танцуют ваши крепыши.

**Танец со степами (дети старшей группы).**

**Весельчак:** - Отдохнули, поплясали, я надеюсь не устали? Тогда узнаем, какие наши папы ловкие и внимательные.

**Игра «Поймай меня»**

*(Выходят два папы, два ребёнка – дети кидают шарики из сухого бассейна, а папы ловят их корзинами)*

**Весельчак:** - Ну, вы просто молодцы, настоящие бойцы! Мы скучать вам не дадим, поиграть с вами хотим!

**Эстафеты.**

*(Дети и папы делятся на две команды)*

1. **«Переправа»** (ребёнок садится в таз – папа его прокатывает до стойки и обратно)
2. **«Передай послание»** (ребёнок бежит до стойки с мячом между ног, возвращается – передаёт мяч папе и тот бежит до стойки и обратно с ведением мяча)
3. **«Папа, я здесь»** (дети стоят на одной стороне зала, папы на другой: папа пролезает через тоннель, берёт ребёнка за руку и вместе возвращаются на исходную позицию)

**Весельчак:** - Поиграли? А сейчас, предлагаю всем самомассаж!

**Самомассаж «Крылья носа разотри раз, два, три...»**

**Весельчак:** - А чтобы всем нам не скучать, предлагаю я загадки разгадать, а отгадки показать.

1. Сено хоботом берёт толстокожий... (слон)
2. На заборе по утрам кукарекал... (петух)
3. В малине понимает толк, хозяин леса, страшный... (медведь)
4. С пальмы вниз, на пальму снова ловко прыгает... (обезьяна)

**Весельчак:** - Молодцы! С интеллектом всё в порядке, вы отличные отцы! Мы здоровья вам желаем и гордимся вами от души. А сейчас все дети споют для вас замечательную песню.

***Песня «Папа – лучший друг».***

(муз. и сл. О. Рождественская)

**Весельчак:** - Уважаемые папы, праздник подошёл к концу. Ещё раз вас поздравляем, а чтобы жизнь вам подсластить, мы хотим вас наградить и конечно угостить.

**Церемония награждения.**

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад комбинированного вида № 7  
города Кропоткин МО Кавказский район

**Сценарий развлечения с использованием  
здоровье сберегающих технологий  
«Веселые нотки здоровья»**

Подготовила:  
Музыкальный руководитель  
Фёдорова Н.Н.

# Сценарий развлечения с использованием здоровьесберегающих технологий

## «Веселые нотки здоровья»

**Цель:** Дать представление о способах сохранения и укрепления здоровья средствами музыки.

**Задачи:**

- Развивать музыкальные и актёрские способности: мимику, пластику, жесты.
- Способствовать развитию коммуникативных навыков и возникновению чувства общности.
- Побуждать к выразительному выполнению импровизационных и имитационных движений.
- Создать атмосферу эмоционального комфорта.

*Педагог говорит на фоне музыки:*

Льётся музыка рекою,  
Закружила всё вокруг,  
И кораблики мелодий  
Выплывают из-под рук.  
Их волна крутая гонит,  
Но унять не может, нет.  
В царство музыки целебной  
Поплывём за ними вслед?

Тогда устраивайтесь поудобнее на ковре, закрывайте глаза и немного помечтаем, а потом поделимся своими впечатлениями. *Звучит музыка "Сладкая грёза" П.И.Чайковского.*

Необыкновенная музыка... Какими красивыми словами можно сказать о ней? А кто поделится своими мечтами, фантазиями? *Игра «Копилка».*

Сколько замечательных слов, не зря П.И.Чайковский назвал свою музыку "Сладкая грёза" - это и есть сон, фантазии, мечты. Давайте оживим свои фантазии, создадим выразительный, пластичный танец. А помогут нам шарфики и ленточки.

*Двигательная импровизация под музыку "Сладкая грёза"*

*П.И.Чайковский.*

Ваши горящие глаза и улыбки говорят мне как поднялось ваше настроение - это потому, что мы уже в царстве целебной музыки. Давайте поздороваемся с ней. Я буду петь "музыка", а вы "здравствуй". **Вокальное приветствие.**

Целебная музыка вам улыбнулась разноцветными огоньками. У целебной музыки есть помощницы -весёлые нотки здоровья, они расскажут как музыка помогает нам укреплять своё здоровье. Живут они здесь, на нотном стане...Ой, а нотный стан пуст, где же нотки? Разбежались по всему залу. Чтоб секрет здоровья нам узнать - надо нотки все собрать. Путь нелёгкий предстоит - нам массаж не повредит. А чтобы первая нотка вернулась, нам нужно сделать массаж музыкальный. Готовы? Тогда вставайте в пары.

## Массаж "Паучок"

Паучок ходил по ветке А за ним ходили детки. Дождик с неба вдруг полил, Паучка на землю смыл. Солнце стало припекать, Паучок ползёт опять. А за ним ползут и детки, Чтобы погулять на ветке.	<i>Движение "краб" по спине партнёра</i>  <i>Постукивание по спине ладошками</i> <i>Стряхивание со спины ладошками</i> <i>Поглаживание спины</i> <i>Движение "краб"</i>
---	--

Почувствовали, как по телу разливается тепло? Значит, мы массаж сделали правильно, и первая нотка возвращается на нотный стан. Чему научит нас вторая нотка - слушайте подсказку. Мы оздоровимся, рассказывая... сказку. Я начну - вы помогайте, даром время не теряйте.

### *Сказка (артикуляционная и звуковая гимнастика).*

Жили были дед и баба. Дед разговаривал так... ох-ох-ох. А баба сидела на печке и вздыхала... ах-ах-ах. Дед любил играть на балалайке, А баба ела конфеты, Да ловила мух: з-з-з, хлоп; з-з-з, хлоп; з-з-з, хлоп; з-з-з, хлоп; А дед, знай себе, на балалайке играет. Бабка ловила мух, да упала с печи. Сидит, плачет "ох-ох-ох". Пожалел дед бабку, угостил конфеткой, Да и пустились они в пляс.	<i>Скрип горлом на низком звуке.</i> <i>Фальцет.</i>  <i>Быстрые движения языком право-влево со звуком.</i> <i>Быстрые движения языком попеременно.</i>  <i>Круговые движения указательным пальцем со звуком "З", хлопок.</i> <i>Быстрые движения языком вправо-влево.</i>  <i>"Ох"</i> <i>Фальцет плаксиво.</i> <i>Уколы языком в правую и левую щеку попеременно.</i> <i>Щелчки языком</i>
--	--

А вот и вторая нотка! Вы догадались, какой секрет здоровья был у неё? Правильно, с помощью сказки мы с вами укрепили голосовые связки! Вторая нотка вернулась на нотный стан.

Разогрели голосовые связки- значит пора искать третью нотку в песне. **Песня «Капелька»**

1.Капелька чудесная  
На ладошку села,  
Капелька чудесная

Песенку запела  
Припев: Кап-кап, капелька  
На ладошку села  
Ка-кап, капелька  
Песенку запела  
2.Капелька чудесная  
С ладошки убежала  
Капелька чудесная  
В лужицу упала  
Припев: Кап-кап, капелька  
С ладошки убежала.  
Кап-кап, капелька  
В лужицу упала

Голосов чудесных пенье улучшает настроенье.  
Какое у вас стало настроение?  
Чтобы жить и не болеть  
Каждый день старайтесь петь!

А вот и третья нотка. Поместим её на нотный стан.

А теперь вернёмся в деревню к бабушке и дедушке. У них большое хозяйство: петушок, уточки, свинки, козлёнок, щенок. Все они любят погулять во дворе. Вы готовы к перевоплощению? Тогда выбирайте эмблемы животных и наряжайтесь. Внимательно слушайте кто из животных идёт гулять и старайтесь точно передать характер своего персонажа.

### ***Игра-инсценировка "Утро в деревне"***

1. Яркое солнышко рано встаёт.  
Песни петух на заборе поёт: ку-ка-ре-ку, ку-ка-ре-ку,  
Выдался славный сегодня денёк.

2. Свинка на завтрак ведёт поросят,  
Круглые глазки как бусы горят.  
Хрю-хрю-хрю-хрю. Хрю-хрю-хрю-хрю.  
Выдался славный сегодня денёк.

3. Утки спешат искупаться в пруду,  
Жёлтой цепочкой за мамой идут.  
Кря-кря-кря-кря, кря-кря-кря-кря.  
Выдался славный сегодня денёк.

4. Скачет по травке козлёнок прыг-скок,  
Весело лает у будки щенок  
Гав-гав-гав-гав, гав-гав-гав-гав.  
Выдался славный сегодня денёк.

Как вы замечательно двигались,  
А движение - это тоже здоровье! И четвёртая нотка находит своё место на нотном стане.

А где прячется пятая нотка, посмотрите на экран. Правильно, в музыкальных инструментах.

Чтобы нотку отыскать - надо музыкантами стать.

Берите музыкальные инструменты и становитесь музыкантами, а я буду дирижером, внимательно смотрите на мои руки. *Игра «Музыканты»*

Какие талантливые музыканты, ваша слаженная игра вернула пятую нотку на нотный стан. А может нотка прятаться в весёлом танце? Проверим? Чтоб здоровье укреплять - будем весело плясать! *Танец «У меня, у тебя»*

Посмотрите, шестая нотка на нотном стане. Осталось вернуть ещё одну. А для этого нужно просто весело посмеяться.

-Я здоровым быть хочу,

Хохочу и хохочу.

Ни одной минутки не могу без шуточки!

Посмешим друг друга.

*Игра «Покажи эмоцию»*

Ура! Все нотки вернулись на нотный стан, и каждая поделилась своим секретом! Давайте вместе прочитаем, кто нам сегодня помогал укреплять здоровье. Правильно, Музыка нам помогала укреплять здоровье!

Мне очень понравился ваш артистизм, эмоциональность. Давайте себя похвалим.

Ты, ты, ты самый умный.

Ты, ты, ты самый добрый.

Ты, ты, ты просто чудо -

Я люблю вас всех!

До новых встреч!

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад комбинированного вида № 7  
города Кропоткин МО Кавказский район

**Сценарий квест-игры  
для детей 4-5 лет**

**«День Здоровья»**

Подготовила:  
Музыкальный руководитель  
Фёдорова Н.Н.

## **Сценарий квест-игры «День Здоровья» для детей 4-5 лет**

**Цель:** закрепление двигательных навыков и знаний о здоровом образе жизни.

### **Задачи:**

- формировать потребность в осознанной двигательной активности, физическом совершенствовании как основы здоровья;
- содействовать гармоничному развитию детей;
- воспитывать у детей ценностного отношения к здоровью;
- развивать мотивацию к сбережению своего здоровья.

**Место проведения:** территория ДОУ.

**Маршрут движения:** спортивная площадка, огород, уголок познания, площадка группы "Радуга", экологический уголок.

**Оборудование:** карта маршрута, конверты с заданиями и частями ключа здоровья, 2 корзины, обручи 10 шт, полезные и вредные продукты питания (муляжи), 2 ежа, кольца для метания, дорожка здоровья, палатка, коврики.

### **Ход квест-игры**

Спортивная площадка украшена воздушными шарами, играет музыка, дети заходят на площадку и строятся в круг.

#### **Ведущий :**

- Здравствуйте, ребята! Здравствуйте! Я обращаюсь к вам и говорю: "Здравствуйте". Что же такого мы друг другу сказали? Просто - здравствуйте. Почему же на капельку солнца прибавилось в мире? Почему же на капельку счастья прибавилось в мире? Почему же на капельку радостней сделалась жизнь? Кто из вас знает, почему при встрече люди здороваются и говорят : «Здравствуйте!» ? (желают здоровья)

- Что же такое здоровье и что значит быть здоровым? (ответы детей)

- Здоровыми быть хотят все люди. Никому не хочется болеть, лежать в постеле, пить горькие лекарства. Поэтому сегодня я приглашаю вас на поиски ключа здоровья. Когда мы найдем все составляющие части, то сможем узнать секреты здоровья.

На площадку влетает на метле баба Яга! Баба Яга: В путешествие собрались, вижу я, меня не ждали! А я фольклорный элемент, у меня есть документ обучить детей играя я могу в любой момент. Вот говорят что я хитра в смысле подлости нутра, ну уж нет. Уж не так то я и зла ты постой моя метла познакомиться нам с вами знать пришла уже пора. Вы, ребятки не зевайте и за мною повторяйте. Проводится музыкально дидактическая игра "Сороконожка" (топают все ножки у сороконожки, ножка, ножка попляши свое имя мне скажи). Я вот ребятки никогда не задумывалась о своем здоровье, триста лет на свете живу, что мне будет. Но вот появился у меня Кузенька касатик и стала я за его здоровье переживать. Хочется воспитать его крепеньким, здоровеньким.

- Я слышала, что вы собираетесь на поиски ключа здоровья. А ведь нужно знать, где и что искать. Чтобы Кузю воспитать стала я по разным странам летать, передовые методы собирать. Поэтому я принесла вам карту с маршрутом, по которому нужно идти. Выполняя задания, вы сможете найти ключ здоровья. Я пойду с вами и буду помогать.

А для начала предлагаю сделать разминку, прежде чем отправиться на поиски.

1.Разминка проводится ритмическая гимнастика "Котенок" Ведущий: - Молодцы, ребята! Все готовы ? Отправляемся в путь.

2. Ходьба по тропе здоровья:

- по пенькам;
- по камешка;
- по песку;
- по деревянным палочкам;
- по гальке;
- по пенькам;
- А сейчас нужно пойти быстрее и пробежаться.

3. Бег по краю площадки.

4.Ходьба в спокойном темпе.

**Ведущий:**

- Ребята, вот мы и нашли с вами первый конверт, в нем находится часть от ключа здоровья. Посмотрим, что на ней изображено (зарядка). В чем же, состоит секрет здоровья? (в выполнении утренней зарядки)

- Посмотрим в каком направлении нам нужно двигаться дальше.

**Баба Яга:**

-Предлагаю всем полететь на моей волшебной метле ( Хочешь быть моим хвостом) в процессе игры дети долетают до огорода.

**Ведущий :**

- Ребята, как вы думаете, почему нам указан путь на огород?

Что здесь есть такого, что помогает нам быть здоровыми? (ответы детей)

- А вот и конверт с заданием для вас.

5. Эстафета «Разбери полезные и вредные продукты питания».

**Баба Яга :**

-Молодцы, ребята! Ой, спасибо вам, подсказали мне какие полезные продукты нужны моему Кузеньке За правильное выполнение задания, вы получаете еще одну часть ключа здоровья. Давайте назовем ее (правильное питание).

**Ведущий:**

-Да, бабуся, в фруктах и овощах содержатся много витаминов и полезных веществ, которые укрепляют наш организм и помогают сохранить здоровье.

- А мы отправляемся дальше по маршруту!(Летят на метле бабы Яги)

**Ведущий :**

- Дети, как вы думаете, почему мы здесь остановились? Что можно делать на спортивной площадке? Что помогает человеку быть здоровым? (занятия физкультурой)

- А вот и конверт со следующим заданием для вас.

6. Эстафета «Пройди препятствия». Нужно пройти по скамейке, преодолеть тоннель и вернуться по массажным коврикам.

7. Прыжки из обруча в обруч на 2х ногах.

Ведущий: - молодцы и это задание выполнили, за это получаете еще одну часть ключа здоровья. Что же на этой части изображено? (занятия физкультурой). (Дети летят по карте к следующему пункту)

**Ведущий:** - Вот мы и оказались в уголке познания. Сейчас посмотри как вы хорошо знаете что и когда нужно делать. (достаёт из конверта вопросы и читает их детям).

- Что нужно делать, после пробуждения от сна? (умываться, чистить зубы)
- Чем занимаются дети по утрам? (зарядкой)
- Когда нужно мыть руки? (перед едой, после прогулки, по мере загрязнения)
- Обязательно ли детям спать днем?
- Когда нужно гулять на свежем воздухе?
- Можно ли детям поздно ложиться спать?

Баба Яга : - Какие же вы умнички! Вот вам следующая часть ключа здоровья. Что же это? (соблюдение режима дня)

**Ведущий:**

- Вот мы и пришли по нашей карте к последнему нашему пункту назначения Уголку природы. Предлагаю всем сесть на коврики и отдохнуть после дальней дороги.

8. Релаксация.

Баба Яга: А знаете, ребята, мы с Кузенькой любим отдыхать на природе, вот так присядешь, закроешь глаза и слушаешь волшебные звуки матушки природы. Попробуем? Присядьте закройте глаза, посидим тихонько и послушаем щебетание птиц, шелест листвы, травка тянет свои нежные стебельки к теплым солнечным лучикам, шумит ветер, тихо крадется усталый муравьишка. Возможно, вы услышите еще какие-то звуки... Теперь медленно открываем глаза. Отдохнули?

9. Дыхательная гимнастика «Аромат цветов» Дети делают медленный вдох. На выдохе продолжительный : «А-а-ах».

- В чем же состоит последняя часть ключа здоровья? (отдых на природе)  
Ведущий : - Ребята, мы нашли с вами все части ключа здоровья. Давайте соберем ключ и вспомним из каких составляющих частей состоит ключ здоровья ( зарядка, правильное питание, занятия физкультурой, соблюдение режима дня, отдых на природе).

**Баба Яга:**

- Ребята, вам понравилось наше приключение? А какое у вас сейчас настроение? Хорошее настроение – это тоже залог здоровья. Я очень надеюсь, что вы всегда будете помнить о всех составляющих ключа здоровья и соблюдать их. А также будете напоминать своим родителям об этом. И я всегда буду помнить об этом и правильно воспитывать своего Кузеньку. А за то что вы мне помогли, уму разуму научили я хочу угостить вас полезными фруктами из собственного сада.

**Ведущий:** - спасибо тебе, Баба Яга , за помощь. Нам пора возвращаться в детский сад.

**Баба Яга:** - занимайтесь, дети, физкультурой и будьте здоровы! До свидания!

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад комбинированного вида № 7  
города Кропоткин МО Кавказский район

## **Картотека упражнений по теме:**

**«Применение здоровьесберегающих  
технологий на музыкальных занятиях в  
ДОУ. Методы и приемы»**

Подготовила:  
Музыкальный руководитель  
Фёдорова Н.Н.

**1. Валеологические песенки** – отличное начало любого музыкального занятия. Они поднимают настроение, задают позитивный тон к восприятию окружающего мира, подготавливают голос к пению.

### **Доброе утро!**

Доброе утро! /Поворачиваются друг к другу  
Улыбнись скорее! /Разводят руки в стороны  
И сегодня весь день /Хлопают в ладоши  
Будет веселее.

Мы подгладим лобик /Движения по тексту  
Носик и щечки  
Будем мы красивыми /Постепенно поднимают руки вверх,  
Как в саду цветочки / выполняя «фонарики»

Разотрем ладошки /Движения по тексту  
Сильнее, сильнее  
А теперь похлопаем  
Смелее, смелее.

Ушки мы теперь потрем  
И здоровье сбережем  
Улыбнемся снова  
Будьте все здоровы!  
Ладушки-ладошки, звонкие хлопошки  
Мы ладошки все сжимаем, носом правильно вдыхаем.  
Как ладошки разжимаем, то спокойно выдыхаем.  
(На счет «раз» - хватательные движения ладошками (сжимаем их в кулачки),  
одновременно с движением шумно вдыхаем носом. Сразу после короткого вдоха,  
ладошки разжимаются – выдох)

### **Чудак**

Там, на холмах, сидит чудак,  
Сидит и дует так и сяк.  
Он дует вверх,  
Он дует вбок,  
Он дует вдоль и поперек.

### **Упражнение «Ладошки» (по А. Н. Стрельниковой)**

Ладушки-ладошки, звонкие хлопошки  
Мы ладошки все сжимаем, носом правильно вдыхаем.  
Как ладошки разжимаем, то спокойно выдыхаем.  
(На счет «раз» - хватательные движения ладошками (сжимаем их в кулачки,  
одновременно с движением шумно вдыхаем носом. Сразу после короткого вдоха,  
ладошки разжимаются – выдох)

**2. Игроритмические упражнения** -это специальные упражнения для согласования движений с музыкой. Через игроритмические упражнения ребенок выражает свои чувства и высвобождает накопленную энергию, превращая её в акт творчества.

### **Дождь**

Дождик слабенький бывает, вот такой... /тихо и редко хлопает в /ладоши (половинные)

Ну-ка, хлопайте, ребятки, все со мной! /дети повторяют движение

А бывает дождик сильный, вот такой... /хлопает в ладоши сильней / (четвертные)

Снова хлопайте, ребятки, все со мной! /дети повторяют движение

А ещё бывают в небе чудеса –  
гром гремит и начинается ГРОЗА! /топает и хлопает  
/одновременно (восьмые).

/Дети подхватывают движения

### **Лужи**

Шлеп-шлеп-шлеп - /Дети ритмично постукивают

Иду по лужам. / ладонями по ногам.

Хлюп-хлюп-хлюп — / Ритмично притопывают ногами.

Вода в ботинках.

Кап-кап-кап — /Поднимают руки вверх и рит-  
/ мично щелкают пальцами —

Мне зонтик нужен. с /одновременным движением рук сверху вниз.

Оп-оп-оп — /Скрещивают руки на груди и

Вода по спинке. / ритмично похлопывают по предплечьям.

Буль-буль-буль — /Выполняют ритмичную пружинку.

Упала шапка. / жинку.

Ой-ой-ой, / Качают головой, руки к голове.

Кругом вода.

Да-да-да, / Ритмично кивают головой.

Себя так жалко.

Одевайтесь в дождь всегда!

**3. Использование игрового массажа** А.Уманской, М. Картушиной повышает защитные свойства всего организма. Частота заболеваний верхних дыхательных путей снижается.

## **Дождик**

(дети встают друг за другом «паровозиком»)

Дождь, дождь, надо нам

Расходиться по домам /хлопают ладонями по спине

Гром, гром, как из пушек

Нынче праздник у лягушек /поколачивают кулачками

Град, град, сыплет град

Все под крышами сидят /постукивают пальчиками

Только мой братишка в луже

Ловит рыбу нам на ужин /поглаживают спинку ладошками

(дети поворачиваются на 180 градусов и повторяют массаж еще раз)

## **Вот на улице мороз**

Вот на улице мороз! /Поглаживают руки

Ну-ка, все потрите нос! /Трут кончик носа.

Ни к чему нам бить баклуши /Грозят правым указательным пальцем.

Ну-ка, взялись все за уши:

Покрутили, повертели,

Вот и уши отогрели! /Указательным и большим пальцами /держатся за мочки  
ушей /и вращают их вперед, затем назад.

По коленкам постучали, /Стучат ладонями по коленям.

По плечам похлопали, /Руки — скрестно на уровне груди, хлопают ладонями по  
плечам.

Ножками затопали! /Топают ногами.

### **4. Важное место на музыкальных занятиях занимают пальчиковые игры.**

Пальчиковые игры развивают речь ребенка, двигательные качества, повышают координационные способности пальцев рук (подготовка к письму, рисованию), соединяют пальцевую пластику с выразительным мелодическим и речевым интонированием, формируют образно-ассоциативное мышление.

## **Кошка**

Посмотрели мы в окошко /делают пальцами обеих рук «окошко»  
По дорожке ходит кошка / «бегают» указательным и средним пальцами  
/правой руки по левой руке.

С такими усами /показывают «длинные усы»  
С такими глазами /показывают «большие глаза»  
Кошка песенку поет  
Нас гулять скорей зовет /»зовут» правой рукой

## **Песочный домик**

Вот песочница большая /разводят руки в стороны  
С крышею в горошек /руки «домиком» над головой  
Из песка мы строим дом /стучат кулачком о кулачок  
В доме пять окошек /показывают раскрытую ладонь – «пять»  
Первое – для зайчика /загибают по очереди пальчики  
Второе – для совочка  
В третьем куколка стоит  
В четвертом – два грибочка.  
В пятом кругленьком окошке  
Уложили спать мы кошку /ладонь «спят» под щечкой  
Только кошке места мало /грозят пальчиком  
Прыг! И домик наш сломала /шлепают ладонями по коленям.

**5.Речевые игры** – одна из форм творческой работы с детьми не только в работе логопеда и воспитателя, но и в музыкальном воспитании. Речевые игры, сопровождающиеся движениями, звучащими жестами (хлопками, щелчками, шлепками и др.), звуками детских музыкальных инструментов, прекрасно развивает чувство ритма.

## **Листопад**

Осень, осень! Листопад! (ритмичные хлопки)  
Лес осенний конопат (щелчки пальцами)  
Листья рыжие шуршат (трут ладошкой о ладошку)  
И летят, летят, летят! (качают руками)

**6.Музыкотерапия** - одно из перспективных направлений оздоровительной работы в ДОУ. Она способствует коррекции психофизического здоровья детей в процессе их жизнедеятельности.

## **Зайчата**

(комплекс упражнений для пробуждения)

Вот пушистые зайчата мирно спят в своих кроватках  
Но зайчатам хватит спать, пора сереньким вставать.

Ручку правую потянем, ручку левую потянем.  
Глазки открывает, с ножками играем.

Поджимаем ножки, выпрямляем ножки  
А теперь бежим скорей по лесной дорожке.

С боку на бок повернемся,  
И уже совсем проснемся!

---

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад комбинированного вида № 7  
города Кропоткин МО Кавказский район**

**Конспект музыкального занятия с  
использованием здоровьесберегающих  
технологий «Музыка укрепляет наше  
здоровье»**

Подготовила:  
Музыкальный руководитель  
Фёдорова Н.Н.

# Конспект музыкального занятия с использованием здоровьесберегающих технологий

## «Музыка укрепляет здоровье наше»

---

Цель: Развивать музыкальные и творческие способности детей в различных видах музыкальной деятельности, используя здоровьесберегающие технологии.

Задачи:

### 1. Обучающие:

- Учить детей правильному дыханию во время дыхательных упражнений
- Обучать детей элементам самомассажа

### 2. Развивающие

- Способствовать развитию творческой активности
- Развивать музыкальные и творческие способности дошкольников в различных видах музыкальной деятельности, используя здоровьесберегающие технологии и исходя из возрастных и индивидуальных возможностей каждого ребенка
- Развивать мелкую моторику
- Развивать чувство ритма.

### 3. Воспитательные:

- воспитывать у детей интерес к музыке и стремление применять полученные знания в повседневной жизни.
- формировать положительное отношение ребенка к окружающему миру.

**Методы и приёмы:** объяснительно-иллюстративный, игровой, метод практической деятельности.

**Материально-техническое обеспечение:** пальчиковые тарелочки, деревянные палочки, фортепиано.

Ход занятия:

Музыкальный руководитель здоровается с детьми.

Песня – распевка с оздоровительным массажем М.Ю.Картушина

Здравствуй ладочки - хлоп, хлоп, хлоп – хлопки в ладоши

Здравствуй ножки – топ, топ, топ – притопы ногами

Здравствуй щёчки – плюх, плюх, плюх - поглаживаем щёки

Пухленькие щёчки – плюх, плюх, плюх.

Здравствуй губки, -

Смыкаем и размыкаем губы

Здравствуй ушки дёрг, дёрг, дёрг – делают массаж ушкам

Здравствуй мой носик. – поглаживаем носик

Здравствуйте дети! Привет!!!

Комплекс дыхательных упражнений

Игра «воздушный шар»

Надуваем быстро шарик - прижимают ладони друг к другу и дуют в них

Он становится большой. – Оставляя пальцы прижатыми друг к другу

Отводят ладони, образуя шарик

Вдруг шар лопнул, - Резко прижимают ладони друг к другу.

Воздух вышел - После короткого энергичного вдоха делают

Ш-ш-ш... Продолжительный озвученный выдох.

Стал он тонкий и худой. Протягивают прижатые друг к другу ладони

Вперёд.

Выполняют упражнение «Комарик». Дети ставят ладони на плечи (крылышки) машут ими двигаясь по классу и произносят звук «з-з-з»

«Жучки полетели» ладони кладут на грудь, делают вдох, а на выдохе произносят негромко звук «Ж»

Далее следуют артикуляционная гимнастика:

Вот зарядка язычка:

Влево - - проткнуть язычком левую щеку

Вправо, - проткнуть язычком правую щеку

Раз, - ещё раз левую

Два, - ещё раз правую щеку

Вверх – - проткнуть язычком верхнюю губу

Вниз, - затем нижнюю

Вверх – - верхнюю губу

Вниз, - нижнюю губу

Язычок, не ленись!

Губы, просыпайтесь! - «вибратор» губами»

Ротик, открывайся! - широко открыть рот

Язычок, покажись - покусать кончик языка

И зубов не страшись - высовывать язык вперёд и убирать назад

- покусывать всю поверхность языка

Речевая игра со звучащими жестами – «Тюшки – тютюшки» дети повторяют за педагогом движения в заданном ритме с речевой поддержкой

Тюшки – тютюшки, сделаем хлопушки – хлопают в ладоши

Тюшки – тютюшки, сделаем шлепушки – шлёпают по коленям,

Тюшки – тютюшки, сделаем бомбушки и шлепушки хлопают по плечам и шлёпают по каленям

Тюшки – тютюшки – сделаем топтушки и хлопущки и т д

Игра с пением «Тра – та – та»

Тра – та – та, тра – та – та –растворились ворота!

А оттуда из ворот, вышел маленький народ: одна кошка вот такая, (показывают образ кошки, которая умывается), а другая, вот такая... ну , а третья вот такая. Дети идут по кругу (приставным шагом с хлопками) и поют зачин. После этого двое детей образуют ворота, в которые проходят несколько героев ( медведь, рыбка, птичка и т д) .Во время окончания песни герои становятся на место игра повторяется. В конце звучащие жесты. Ой – да, ой –да –это просто враки! (поют и прохлопывают ритм по коленкам ).

Затем дети садятся на свои места и проводятся пальчиковые игры:

Раз, два, три, четыре, пять – вышли пальчики гулять (из кулачка по очереди, начиная с большого пальца, показывают каждый пальчик правой руки. Затем пошевелить всеми пальчиками.

Раз, два, три, четыре, пять в домик спрятались опять (поочерёдно, начиная с большого пальчика прячут в кулачок).Игра повторяется на левой руке, затем две руки вместе.

Побежали вдоль реки, дети на перегонки (бегут указательным и средним пальцем по очереди по коленям).Затем встряхивают кисти рук и игра повторяется.

Ритмопластика игра под музыку «паровоз»

Дети встают друг за другом паровозиком и ритмично двигаются под музыку. Поезд останавливается дети приехали на станцию «Зайчиков». Под музыку Г.Финаровского «Сели зайчики в кружок» дети изображают зайчиков. Паровоз загудел дети опять встают друг за другом в паровозик и едут дальше. Приезжают на следующую станцию например: станция «Птичкина» и под соответствующую музыку изображают «птичек». Игра повторяется несколько

раз. В конце звучит «грустная» музыка и дети прощаются.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад комбинированного вида № 7  
города Кропоткин МО Кавказский район

**Конспект музыкального занятия с  
использованием здоровьесберегающих  
технологий**

**«Приключения кота Рыжика»**

Подготовила:  
Музыкальный руководитель  
Фёдорова Н.Н.

**Музыкальное занятие с использованием здоровьесберегающих технологий  
в средней группе.**

**«Приключения кота Рыжика»**

**Цель:** формировать у детей привычку к здоровому образу жизни, чувство ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья посредством здоровьесберегающих технологий во всех видах музыкальной деятельности.

**Задачи:**

- Обогащать музыкальные впечатления детей, создавать радостное настроение;
- Воспитывать в детях любовь к окружающим. Дружеское отношение к сверстникам;
- Познакомить детей с новыми элементами артикуляционной гимнастики, движениями оздоровительных упражнений;
- Развивать чувство ритма, упражнять в ритмичном выполнении знакомых музыкально-ритмичных движений;
- Развивать речь детей с помощью артикуляционной гимнастики; соотносить движение с текстом в речевых и музыкальных играх, самомассажах;
- Развивать диалогическую речь;
- Подводить детей к умению передавать элементарные игровые образы и их характеры мимикой, движениями, интонацией.

**ХОД ЗАНЯТИЯ.**

**Муз.рук.** Здравствуйте, ребята! Сегодня такая замечательная погода! Светит солнышко! Так и хочется пожелать всем-всем: «Доброе утро!» Поэтому давайте пожелаем доброго утра нашим гостям веселой песенкой.

*Дети исполняют валеологическую песенку-распевку с оздоровительным массажем «Доброе утро» О.Н. Арсеновской*

Доброе утро

Улыбнись скорее

И сегодня весь день

*Хлопают в ладоши*

Будет веселее.

Мы погладим лобик,

*Выполняют движения по тексту*

Носик и щечки

Будем мы красивыми,

*Постепенно поднимают руки вверх, выполняют фонарики*

Как в саду цветочки.

Разотрём ладошки

*Движения по тексту*

Сильнее-сильнее,

А теперь похлопаем

Смелее-смелее.

Ушки мы теперь потрем,

И здоровье сбережем

Улыбнемся снова

Будьте все здоровы!

*Разводят руки в сторону.*

**Муз.рук.** Замечательно, а теперь я сыграю вам добрую музыку, чтобы стало ещё веселей. Присаживайтесь ребятки.

*Открываю ноты и вижу пустые листы с дырками.*

- Что случилось с нотами? И откуда взялись эти дырки? Ребята, вы не знаете?

*Ответы детей.*

**Муз.рук.** Похоже, что ноты съели мыши. Что же делать? (*Задумываюсь.*) Придумала! Нужно позвонить в музыкальное справочное бюро.

*Звоню по телефону:*

- Алло! Справочное? Помогите!  
Нам помощника пришлите!  
Надо нотки нам найти,  
Чтоб занятье провести.

*Голос из телефонной трубки (запись на кассете)*

- Мы сейчас кота пришлём.

**Муз.рук.** Вот спасибо! Очень ждем!

Про кота игру мы знаем  
И сейчас в неё сыграем!

**Речевая игра-диалог «Тра-та-та» (модель Т. Тютюнниковой)**

*Дети встают по всему залу парами, рассказывают потешку, сопровождая движениями: покачивания головой, изображение полосок у кота, длинных усов, кисточек на ушах. На слова последней строчки дети обнимаются и поворачиваются к зрителям, выставив ногу на пятку.*

**Девочки:** Тра-та-та! Тра-та-та!  
Вышла кошка за кота!

**Мальчики:** За кота-котовича?

**Девочки:** За Петра Петровича!

**Вместе:** Он усат, полосат,  
В ушах кисточки висят.  
Ну, не кот, а просто клад!

*Из-за ширмы появляется Ученый кот.*

**Кот Рыжик:**

Мяу-Мяу! Да, я такой!

Я просто клад для всех ребят!

Мяу! Всем привет, друзья!

Как же рад вас видеть я!

**Муз.рук.** Какой красивый котик! Как тебя зовут?

**Кот Рыжик:** Меня зовут кот Рыжик. Я ученый кот из великой кошачьей страны Мурляндия.

Песенку вы про меня слушайте скорее

И, конечно, подпевайте «мяу» веселее!

**Кот Рыжик исполняет песню «Котик» слова Г.Бойко музыка И.Кишко.**

1.Котя-котик белый ротик,

Мяу, мяу, мяу, мяу.

2.Тихий голос, гладкий волос.

Мяу, мяу, мяу, мяу.

3.Хвостик пышный, шаг не слышный.

Мяу, мяу, мяу, мяу.

4.Только лапки цап-царапки.

Мяу, мяу, мяу, мяу.

**Муз.рук.** Рыжик, где же нам нотки найти?

**Кот Рыжик:** Все мыши живут в Мышином королевстве. А правит там королева Мышильда – злая и коварная.

**Муз.рук.** Но мы не знаем дороги. Как же в это королевство попасть?

**Кот Рыжик:** Только настоящие коты могут найти мышь. А я ведь – супер-кот! Вперед, мои друзья!

*Выполняем динамическое упражнение «По дорожке»(модель В.И. Ковалько, «Азбука физкультминуток»).*

По дорожке, по дорожке *Подскоки на правой ноге.*

Скачем мы на правой ножке.

И по этой же дорожке

*Подскоки на левой ноге.*

Скачем мы на левой ножке.

Не сутультесь, грудь вперед.

*Выравнивание осанки.*

Замечательный народ!

По тропинке побежим,

*Легкий бег на носках.*

До лужайки добежим.

На лужайке, на лужайке

*Прыжки на месте.*

Мы попрыгаем, как зайки.

Сладко потянулись,

*Руки вверх, потягиваются.*

Всем улыбнулись.

**Муз.рук.** Ребята, смотрите, впереди домик! Рыжик, это уже Мышиное королевство?

**Кот Рыжик:** *(принюхивается).* Нет! Здесь мышами не пахнет. Прислушайтесь, в домике кто-то песенку поёт.

*Звучит вступление к «Частушкам», из домика выходят гномик До Мажор и гномик Ре Минор.*

**Частушки:**

**Гномик До:** В доме До Мажор живёт,

Звонко песенки поёт –

Добрые, мажорные.

Весёлые, задорные!

**Гномик Ре:** Ре Минор к реке пошёл,

Песню грустную завел:

- Ох! Река проворная.

Ох! Судьба минорная!

**Муз.рук:** Ребята, это же братья-гномики: Мажор и Минор!

**Гномик Ре:** Как вы сюда попали?

**Гномик До:** Вы что-то потеряли?

**Муз.рук.** Мы ищем мышиное королевство. Мыши украли наши нотки. А наши ребята так любят петь, танцевать и под музыку играть.

**Гномик До:** Ребята, а хотите с нами поиграть? Внимательно слушайте музыку и передавайте её настроение движениями, мимикой, жестами.

*Активное слушание музыки «Мажор или минор?».*

*Под весёлую музыку дети прыгают, танцуют, смеются, а по грустную – ходят с опущенными головами, гномы гладят их по голове, как бы утешая.*

**Гномик Ре:** Дети, очень грустно мне!

Что-то хрумкает в спине.

В горле всё болит, горит,  
Нос мой булькает, сопит.

**Кот Рыжик:** Не грусти, Ре Минор! Наши дети сейчас тебя вмиг вылечат!

*Дети и герои выполняют комплекс игрового массажа «Дружок».*

*Дети стоят парами по всему залу.*

У меня такие ручки!

*Стоят спиной друг к другу, глядят свои руки.*

По-смо-три!

Звонко хлопают в ладоши.

*Хлопают.*

Раз, два, три!

Твои ручки тоже

*Поворачиваются друг к другу, глядят по ручкам друг друга.*

На мои похожи.

Хорошо с тобой, дружок,

*Кружатся «лодочкой».*

Покружись со мной разок!

У меня такие щечки!

*Стоят спиной друг к другу, глядят свои щечки.*

По-смо-три!

Я пощиплю их немножко.

*Легко щиплют щечки.*

Раз, два, три!

Твои щечки тоже

*Поворачиваются, растирают щечки друг друга.*

На мои похожи.

Хорошо с тобой, дружок.

*Кружатся «лодочкой».*

Покружись со мной разок!

У меня такие ушки!

*Стоят спиной друг к другу, массируют мочки ушей.*

По-смо-три!

Разотру их потихоньку.

*Растирают уши с усилием.*

Раз, два, три!

Твои ушки тоже

*Поворачиваются друг к другу, теребят ушки друг друга.*

На мои похожи.

Хорошо с тобой, дружок,

*Кружатся «лодочкой».*

Покружись со мной разок!

У меня такая спинка!

*Стоят спиной друг к другу, глядят себя по спинке.*

По-смо-три!

Я похлопаю по спинке.

*Шлепают ладошками по спине.*

Раз, два, три!

Твоя спинка тоже

*Поворачиваются друг к другу, шлепают по спине друг друга.*

На мою похожа.

Хорошо с тобой, дружок,

*Кружатся «лодочкой».*

Покружись со мной разок!

**Гномик Ре:** Ой! Я здоров! Спасибо, ребята! Теперь я всегда буду делать эту замечательную зарядку!

**Гномик До:** Братец мой здоров опять!

Все пойдемте танцевать!

**Кот Рыжик:** А давайте станцуем танец, который очень любят в моей стране Мурляндии. Я буду вам показывать, а вы не зевайте за мной все дружно повторяйте!

*Дети с Котом Рыжиком исполняют «Кошачью пляску»  
(песня «Мурляндия» муз. и сл. Н Тимофеевой)*

**Гномик До:** Как с вами весело! А вы знаете, что веселье и смех продлевают жизнь? Поэтому мы вам дарим разноцветные смешинки. Смейтесь на здоровье!

**Гномик Ре:** Счастливого пути!

*Гномы отдают муз. рук. баночку с маленьким разноцветными конфетками-драже и уходят.*

*Дети останавливаются возле зеркальных цветов – на картонные или пластиковые цветы наклеены зеркальца в пластмассовой оправе.*

**Муз. рук.:** Что за чудо? Я таких цветов никогда не видела! А вы, ребята?

**Кот Рыжик:** Это же поляна зеркальных цветов!

**Муз. рук.:** А для чего они?

**Кот Рыжик:** Чтобы удобнее было гимнастику для наших язычков делать!

Мы цветы сейчас возьмём

И гимнастику начнём!

*Дети садятся на ковер и выполняют движения по тексту, смотрят в зеркальца, следя за правильным исполнением упражнения.*

### **Артикуляционная гимнастика «Утро с котиком Рыжиком»**

Котик Рыжик утром встал, *Дети потягиваются.*

Чистить зубки побежал.

Вправо-влево, вправо-влево *В улыбке открыть рот, кончиком языка сильно почистить*

Чистим зубки мы умело. *за нижними зубами 5-6 раз, затем за верхними зубами 5-6 раз.*

Пополощем ротик, *Имитация полоскания ротика.*

Как чистюля котик.

Рыжик наш расческу взял *В улыбке закусить язык зубами, «протаскивать» язык между*

И причесываться стал. *зубами вперед-назад.*

Мы за ним не отстаем –

Все покажем язычком.

Дальше по порядку

Делаем зарядку!

Рыжик спинку выгибает, *Улыбка, открыть рот, кончик языка упереть за нижние зубы, спинку языка выгнуть, удерживая под счет до восьми.*

Рыжик спинку прогибает. *Открыть хорошо рот, поднять язык за верхние зубы.*

А теперь язык наш – мяч. *Рот закрыть, кончик языка с напряжением упирать то в одну*

Начинаем футбольный матч! *то в другую щеку так, чтобы под щекой надувались мячики*

Гол забили мы! Ура!

Вот и завтракать пора: *Улыбнуться, открыть рот, положить широкий язык на*

Котик нам напек блины. *нижнюю губу и удерживать под счет до пяти.*

Со сметаной они.

Как сметану любит Котик? *Улыбнуться, открыть рот, облизать языком верхнюю, затем*

Оближи скорее ротик. *нижнюю губу.*

А теперь чаек попьем, *Улыбнуться, открыть рот, высунуть язык и тянуть его к*

Чай мы в чашечку нальем. *носу, загибая боковые стороны язычка в виде чашечки.*

Рыжик сыт, Рыжик рад! *Ритмично хлопать в ладоши.*

Рыжик любит всех ребят!

*Звучит музыка «Монтекки и Капулетти» из балета «Ромео и Джульетта»*

**С. Прокофьева. Появляется Мышильда.**

**Мышильда:** Тиш-ш-е! Тиш-ш-е! Расш-ш-шумелись тут!

**Муз.рук:** Кто ты такая?

**Мышьильда:** Я великая королева Мышьильда. Я терпеть не могу музыку и смех, особенно детский. Я даже прогрызла ваши ноты с песенками, чтобы было тихо. А вы опять нарушили тишину. Я сейчас вмиг превращу детей в мышей.

**Кот Рыжик:** Мяу! Ничего ты не сделаешь, ведь наши дети могут так весело смеяться. Ребята, давайте громко-громко засмеёмся!

*Дети смеются.*

**Мышьильда:** Нет! Не надо! Спасите! Помогите! Тише! Тише! *(убегает)*

*Раздается звук лопнувшего шарика, и из-за ширмы летят листочки с нотами.*

**Муз.рук.** Ребята, смотрите, это же наши нотки!

**Кот Рыжик:** Ура! Мы победили злую Мышьильду!

**Муз.рук.** Спасибо тебе, кот Рыжик! Без тебя мы никогда не нашли бы свои ноты. Теперь я смогу сыграть нашим детям добрую музыку. Ребятки, ну что, возвращаемся в наш детский сад?

**Кот Рыжик:** Вы проделали такой длинный путь, и, наверное, очень устали, а я знаю отличное заклинание, чтобы вам быстрее вернуться в детский сад.

- Глазки закрывайте,

Ручки опускайте,

Вправо-влево повернитесь,

В детском садике очутитесь!

*Дети открывают глаза, кот Рыжик уходит в домик.*

**Муз.рук:** Ну, вот мы с вами и вернулись, присаживайтесь скорее на стульчики и я вам сыграю добрую музыку, которую мы с вами нашли у злой Мышьильды.

*Исполняю песню «Улыбка» В. Шаинского.*

**Муз.рук:** Ну, вот, ребятки, наше занятие окончено, большое вам спасибо, за то, что вы были такими смелыми и активными и не испугались злой Мышьильды, и спасли мои ноты! Забирайте в группу свои разноцветные смешинки, которые вам подарили гномики. До свидания!

*Включаю песенку «Улыбка», дети идут в группу.*

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад комбинированного вида № 7  
города Кропоткин МО Кавказский район

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад комбинированного вида № 7  
города Кропоткин МО Кавказский район

**Конспект музыкального занятия с  
использованием здоровьесберегающих  
технологий**

**«Прогулка в зимний лес»**

Подготовила:  
Музыкальный руководитель  
Фёдорова Н.Н.

**Музыкальное занятие**  
**с использованием здоровьесберегающих технологий**  
**для детей среднего возраста**  
**«Прогулка в зимний лес»**

**Цель:** Создание условий для развития познавательного интереса на музыкальных занятиях.

**Задачи:**

1. Продолжать развивать музыкальные и творческие способности детей в различных видах музыкальной деятельности, используя здоровьесберегающие технологии;
2. Развивать координацию речи с движением, развивать общие речевые навыки, внимание, быструю реакцию на смену текста и музыкального репертуара;
3. Побуждать активно слушать музыку, двигаясь соответственно образу и характеру музыкального произведения, импровизируя с атрибутами (султанчики, шарфы).

Здравствуйтесь ребята! Я очень рада видеть вас. За окном лежит белый, пушистый снег. Мороз щиплет щеки, а у нас в детском саду тепло и уютно. У меня сегодня такое хорошее настроение. Очень хочу поделиться им с вами, становитесь в круг.

«Собрались все дети в круг  
Я твой друг и ты мой друг  
Крепко за руки возьмёмся  
И друг другу улыбнемся!»

Какие яркие у вас улыбки, теперь у нас у всех хорошее настроение. Ну а сейчас необходимо поздороваться друг с другом и со всеми вокруг. Споем нашу распевочку.

**Валеологическая распевка «Здравствуйтесь»** (с движениями)

«Солнышко ясное - здравствуй.  
Небо прекрасное - здравствуй  
Все мои подружки.  
Все мои друзья.  
Здравствуйтесь ребята, как люблю вас я!»

Ребята, я приглашаю вас на прогулку в зимний лес. Хотите? А кого мы можем там увидеть?

Ну что-ж отправляемся. Отгадайте на чем мы туда поедем? Мы поедем на топ-топ-тобусе.

Можно ехать, можно плыть, Можно ножками ходить!  
А чтобы в дороге нам не было скучно, споем песню.

**Песня «Веселые путешественники»** (с движениями в парах)

Ну, вот мы и пришли на лесную полянку.  
«Уж ты Зимушка-зима, зима вьюжная была,  
Все кружила и мела все тропинки замела.

Все тропинки, все пути ни проехать, ни пройти».

Но мальчики у нас сильные, смелые, ловкие они пойдут первые дорожки топтать, а девочки за ними утаптывать.

### **Муз. ритм. движение «Топотушки» (р.н.м.)**

Вокруг снег лежит, да мороз трещит. В такой мороз можно отморозить щечки, нос, руки, ноги. А чтобы этого не случилось нужно их греть.

Давайте погреемся.

### **Дыхательное упр. «Погреемся»**

Сильный мороз (вдох через нос, шумный выдох в ладошку, которой прикрыто лицо)  
Заморозил нас нос.

Носик погреем, подышим скорее.

Отогрели нос, а подбородок замерз (глубокий вдох через нос, втянуть нижнюю губу под

верхнюю, длительно бесшумно подуть вниз на подбородок).

Ладошки погреем – дышим веселее! (выдох на ладошки, произнося слог «фа»).

Мерзнуть ножки наши? Весело попляшем! (дети приседают, произнося слог «ух»).

«Налетел вдруг ветерок, шаловливый паренек.

Снежинки в небо он поднял и с ними вальс затанцевал).

### **Танцевальная импровизация «Ветерок и снежинки»**

(«Зима» -А. Вивальди, «Вальс снежинок П. Чайковский.)

Мальчики – ветерки (с султанчиками в руках), девочки – снежинки (с легкими белыми шарфами в руках).

«Все летали, все кружились и на землю опустились».

Ребята, на полянку прибежали разные звери.

Зайка: Зайка белый прибежал и по снегу прыгать стал.

Давайте и мы вместе с ним попрыгаем.

### **Музыкальная игра «Зайка»**

«Погляди честной народ. ВОЛК-то водит хоровод

Лапками хлоп - хлоп, ножками топ - топ.

Да он и нас зовет танцевать. Становитесь.

### **Танец «Озорная полька»**

А вот и хитрая ЛИСИЧКА притаилась и сидит.

Не прячься лисонька, выходи, мы тебя видим и хотим с тобой поиграть.

### **Подвижная игра «Лиса и зайцы»**

«Чудо - чудо, чудеса на пеньке стоит лиса.

Палочкою машет, а ребята пляшут.

Вдруг лисичка прыг с пенька. Разбегайтесь кто- куда!»

Ой, ребята, что это мы расшумелись в лесу. В берлоге под елкой спит медведь. Давайте мы без него поиграем.

### **Речевая игра со звучащими жестами «Снег».**

Как на горке - снег, снег, (поднимают руки вверх, два хлопка)

И под горкой – снег, снег, (приседают на корточки, два шлепка)

И на елке – снег, снег, (поднимают руки вверх, два хлопка)

А под снегом спит медведь.

Тише, тише, не шуметь! (произносят шепотом, указательный палец возле губ).

В холодное время года очень полезно делать веселый самомассаж, чтобы не замерзнуть. Повторяйте за мной (проводится самомассаж).

### **Игровой Самомассаж «Мороз».**

На дворе сейчас мороз. Чтобы носик не замерз  
Мы его сейчас потрем, и погладим, и помнем.  
Растираем наши щечки. Пусть аленют как цветочки!  
Проведем по бровкам, глазкам,  
Будут глазки, словно в сказке!  
А про ушки не забыли? Утром ушки все помыли?  
Проведем мы пальчиками по дорожкам – ямочкам.  
Вот сейчас потрепем ушки – ах! Какие непослушки!  
Прыгнем! Хлопнем! Прыгнем снова!  
Будем мы всегда готовы!  
Наши ребятки мороза не боятся.  
Думаю нам пора возвращаться в детский сад.  
Мальчики пойдут первые, девочки следом.

### **Муз. ритм. Движение «Топотушки»**

Вот мы и вернулись.  
Да, зима чудесное время года, давайте расскажем о ней.  
Ребята, а в какие игры вы любите играть зимой?

### **8. Пальчиковая игра «Зима»**

Зайка выглянул в окошко, ушками пошевелил.  
Кто-то ночью строил норку, кто-то елки побелил.  
Кто-то яблоньку укутал, набросал на ветки снег.  
У дверей следы запутал, заморозил речки все.  
Это Зимушка – Зима за ночь сделала сама.  
Все скорее в круг вставайте, звонко песню запевайте.

### **Песня «Зима» (с музыкальными инструментами)**

Ребята, понравилась вам прогулка в зимний лес? А что вам больше всего понравилось? Сейчас вы пойдете в группу и нарисуйте то, что вам понравилось на нашей прогулке в зимнем лесу. А потом устроим выставку ваших рисунков.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад комбинированного вида № 7  
города Кропоткин МО Кавказский район

*Музыкальное занятие с использованием  
здоровьесберегающих технологий, для детей старшей  
группы*

***«Волшебные снежинки»***

Подготовила:  
Музыкальный руководитель  
Фёдорова Н.Н.

*Музыкальное занятие с использованием здоровьесберегающих технологий, для  
детей старшей группы*

**«Волшебные снежинки»**

**Задачи:**

- обогащать музыкальные впечатления детей, способствовать развитию эмоциональной отзывчивости на музыку
- петь протяжно, без напряжения, естественным голосом песню веселого, радостного характера, рисующую картину зимы
- расширять певческий диапазон, развивать звуковысотный слух, речевое дыхание, артикуляцию у детей;
- развивать координационные способности пальцев рук, закрепляя движения оздоровительных упражнений;
- побуждать к импровизации и поиску выразительных танцевальных движений.

**Оборудование:** мультимедийный проектор, магнитофон;

**Атрибуты:** костюм снеговика, «снежок», «снежинки» на каждого ребёнка, «волшебная коробка», музыкальный диск с Новогодними песнями.

**Ход занятия**

Музыкальный руководитель встречает детей у дверей музыкального зала. *Звучит вальс Г. Свиридова (из музыки к к/ф «Метель»).*

**Муз. рук-ль:** Послушайте, какая волшебная музыка играет.

Она Вас ребята, в зал приглашает!

*(Дети под музыку входят в зал.)*

Видеть всех я в зале рада,

Поздороваться нам надо!

Вот волшебный наш экран,

Он сейчас поможет вам!

**Песенка-распевка «Здравствуйте».**

*(В процессе исполнения песенки-распевки на мультимедийном экране появляются, поочередно, изображения: солнца, неба, детей – мальчиков и девочек (в соответствии с текстом песни)).*

*Солнышко ясное, здравствуй!*

*Небо прекрасное, здравствуй!*

*Все мои подружки, все мои друзья,*

**Муз. рук-ль:** *Здравствуйте, ребята! Как люблю вас я!*

*Подскажите, пожалуйста, какое время года сейчас?*

*(ЗИМА).*

А вы любите зиму? За что?

*(Дети отвечают, передают друг другу снежок, означающий очередность ответа. А на экране появляются зимние картинки.)*

**Варианты ответов:**

- зимой очень красиво, когда лежит снег;
- зимой можно кататься на коньках, лыжах, санках;
- зимой можно заниматься спортом, играть в хоккей;

- зимой природа отдыхает; трава, деревья, другие растения находятся в состоянии покоя — «спят»;
- зимой впадают в спячку медведи, барсуки, ежи, змеи, лягушки, насекомые;
- зимой можно играть со снегом: лепить снежки, строить снежную крепость, горку и т.д.;
- снег укрывает землю одеялом;

**Воспитатель:** Вы правильно сказали, что без зимы нам плохо, зима приносит нам много радости, она нужна нам с вами и окружающей природе. А сейчас послушайте загадку. О чем она? С неба звёзды падают, лягут на поля. Пусть под ними скроется черная земля. Много-много звездочек, тонких, как стекло. Звездочки холодные, а земле тепло. *(Дети отвечают.)*

**Муз. рук-ль:** Правильно, это снежинки. Я расскажу вам историю, которая приключилась с одной маленькой снежинкой.

### **Фонопедическое упражнение «Снежинка»**

*Туча мягко покачивалась (дети делают glissando на, звук [a] в диапазоне терции вверх и вниз),*

*Баюкала снежинок.*

*Налетал ветер и катал тучу по небу. (Делают glissando на звук [y] от самого нижнего до самого верхнего.)*

*Проснувшись, снежинки прыгали (пропевают короткие [a] в разных регистрах)*

*С тучи и летели на землю.*

*Метель поднимала снежинки (делают glissando на звук [a], [o], [y] вверх и вниз)*

*И кружила их быстро-быстро.*

*Ветер, расшалившись (произносят «а-ах!»): 1-й звук в низком регистре, а 2-й - в самом высоком), то опускал их вниз, то поднимал вверх.*

**Воспитатель:** Посмотрите, ребята, сколько снежинок влетело к нам в окно. Возьмите их в руки. Что о них можно сказать? *(Дети говорят, что снежинки белые, лёгкие, воздушные, красивые и совсем не холодные.)* Давайте поиграем со снежинками!

### **Упражнение на развитие речевого дыхания «Снежинка»**

*(Дети выполняют упражнения по тексту под музыку.)*

*Кружатся снежинки в воздухе морозном. (Снежинки разложены на полу.)*

*Падают на землю кружевные звёзды. (Дети кружатся на носках.)*

*Вот одна упала на мою ладошку. (Дети медленно приседают, показывают плавное падение снежинки, бережно берут снежинку за край, делают вдох и осторожно дуют на нее.)*

*Ой, не тай, снежинка! Подожди немножко!*

**Муз. рук-ль:** Невесомые снежинки превратились в снегопад.

*На дорожки, на скамейки, на ребят они летят.*

*И волшебный наш экран, снова помогает нам.*

*(На экране появляются зимние картинки, в соответствии с текстом песни.)*

**Песня «Первый снег», А. Филиппенко.**

*(На проигрыши дети выполняют танцевальные движения со снежинками. По окончании песни дети складывают снежинки в красиво оформленную коробку).*

**Воспитатель:** Ребята, посмотрите, сколько снега намело!  
Попробуем слепить снеговика?  
*(Дети становятся в круг).*

### **Пальчиковая гимнастика «Снеговик»**

Раз — рука, два — рука, *(дети по очереди вытягивают вперед руки)*  
Лепим мы снеговика. *(имитируют лепку снежков)*  
Мы скатаем снежный ком, *ладонями делают круговые движения по бедрам*  
Вот такой! *(разводят руки в стороны, показывая величину кома)*  
А потом поменьше ком, *(растирают ладонями грудь)*  
Вот такой! *(показывают величину кома поменьше)*  
А наверх поставим мы *(поглаживают ладонями щеки, соединяют пальцы)*  
Маленький комочек... *(изображают ком)*  
Вот и вышел Снеговик, *(выполняют повороты корпуса влево и вправо)*  
Наш Снеговичок. *(на экране появляется изображение Снеговика).*

**Воспитатель:** Хорошо потрудились детвора!  
Проходите на стульчики, и вместе  
Скажем волшебные слова:  
«Трек-трак-трик - оживи наш Снеговик!»  
*(Дети закрывают глаза, появляется Снеговик.)*

**Снеговик:** Здравствуйте Ребята!  
Снеговик я не простой, любопытный озорной.  
Знать хочу я, чем ребята занимаются зимой?  
*(Ответы детей).*  
Вы на горку забираетесь?  
И на саночках катаетесь?  
Теперь наш язычок будет стараться,  
И зарядкой заниматься!

### **Артикуляционная гимнастика «Горка», «Саночки».** *(для укрепления мышц языка.)*

**Снеговик:** Доволен вами я, становитесь в круг друзья!  
**Игра «Снеговик», муз. И. Бодраченко.**

*(По окончании игры Снеговик оседает на пол.)*

**Воспитатель:** Дуйте, дуйте посильней, чтобы стало холодней!  
*(Дети дуют.)*

**Воспитатель:** Ой, ой, ой, что случилось Снеговик с тобой?  
*Ты нас очень напугал!*

**Снеговик (озорно):** Я вас просто разыграл!

**Воспитатель:** Разыграл? Вот хитрец! Представлению конец.  
*Ну- ка, раз, два, три, Снеговик нас догони!*

### **Игра «со Снеговиком».**

*(Дети хлопают в ладоши и убегают.)*

**Снеговик:** Поиграл я с вами детвора!  
В зале так у вас тепло, что могу растаять я.

А на улице чудесная погода,        выходите гулять!  
На участке вас я буду ждать.

*(Снеговик уходит.)*

**Муз. рук-ль:**

Снова музыка волшебная звучит.

Посмотрите, что в коробочке красивой лежит?

*(В коробке, куда дети положили снежинки, лежит диск с песнями зимней тематики).*

**Воспитатель:**

Вы старались, и чудо, получилось у нас.

Приглашаю в группу – послушать новые песни.

*(Дети прощаются, и выходят из зала).*

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад комбинированного вида № 7  
города Кропоткин МО Кавказский район

**Конспект музыкального занятия с  
использованием здоровьесберегающих  
технологий для детей старшей группы**

**«Музыка укрепляет наше  
здоровье».**

Подготовила:  
Музыкальный руководитель  
Фёдорова Н.Н.

# **Конспект музыкального занятия с использованием здоровьесберегающих технологий для детей старшей группы «Музыка укрепляет наше здоровье».**

Задачи:

1. Обучающие:

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

2. Развивающие:

- развивать танцевально-игровое творчество; формировать навыки художественного исполнения различных образов;
- способствовать развитию творческой активности детей в музыкальной, исполнительской деятельности (игра в оркестре, пение, танцевальные движения и т. п.)
- развивать речь детей с помощью артикуляционной гимнастики, соотносить движение с текстом в речевых играх, самомассажах;
- развивать у детей позитивную оценку действительности взглядов, вкусов с учетом ярко выраженных индивидуальных психофизических особенностей;

3. Воспитательные:

- воспитывать эстетический вкус в передаче образа;
- совершенствовать и развивать коммуникативные навыки ребенка;
- воспитывать умение общаться через песню и танец;

4. Оздоровительные:

- 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 детского 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, вопросы к детям.

Форма организации деятельности: групповая.

Средства обучения:

1. Оборудование:

- ноутбук,
- мультимедийное оборудование,
- музыкальные инструменты: птичка-свистулька, шишки, шуршалки, орехи, маракасы, деревянные палочки, барабан, султанчики.

2. Наглядный материал:

Презентация с картинками.

3. Музыкальный материал: Песенка-распевка, Э.Григ «Утро», «В пещере горного короля», П.Чайковский «Вальс цветов», «Марш деревянных солдатиков», «Сладкая греза», «Гавот» Госсек, «Волшебство природы. Водопад», песня «Разноцветная игра», валеологическая песенка-распевка «Доброе утро» О.Н.Арсеневской.

### Ход занятия.

**Музыкальный руководитель.** Здравствуйте, ребята! Сегодня такая замечательная погода! Светит солнышко! Давайте пожелаем всем «Доброго утра»

*Валеологическая песенка-распевка с оздоровительным массажем «Доброе утро».*

1. Доброе утро!

Улыбнись скорее!

И сегодня весь день

Будет веселее.

2. Мы погладим лобик,

Носик, и щечки.

Будем мы красивыми,

Как в саду цветочки!

3. Разотрем ладошки

Сильнее, сильнее!

А теперь похлопаем

Смелее, смелее!

4. Ушки мы теперь потрем

И здоровье бережем.

Улыбнемся снова,

Будьте все здоровы!

**Музыкальный руководитель.** Замечательно, *(говорит на фоне музыки)*

Льётся музыка рекою,

Закружила всё вокруг,

И кораблики мелодий

Выплывают из-под рук.

Их волна крутая гонит,

Но унять не может, нет.

В царство музыки целебной

Поплывём за ними вслед?

*Разводят руки в стороны  
и слегка кланяются друг другу.*

*выполняют «Пружинку»*

*Поднимают руки вверх.*

*Выполняют движения по тексту.*

*Наклоны головы к правому*

*и левому плечу поочередно.*

*Движения по тексту.*

*Разводят руки в стороны.*

На экране появляется Царица Музыки.

**Царица музыки:** Здравствуйте, дорогие ребята. Я- царица Музыки. В моем сказочном королевстве случилось несчастье. Куда- то пропали все мои помощницы- ноты здоровья. Помогите мне пожалуйста их найти.

**Музыкальный руководитель:** Ну что, ребята, поможем царице Целебной Музыки отыскать ее помощниц - весёлые нотки здоровья? (ответы детей) Мы их с вашей помощью обязательно найдем, и они расскажут, как музыка помогает нам укреплять своё здоровье. Живут они здесь, на нотном стане. (1 слайд) Ой, а

нотный стан пуст, где же нотки? Посмотрите, вот письмо от Царицы Музыки, да оно музыкальное. Посмотрите, на нем есть нотка, давайте послушаем.

**Голос Царицы Музыки:** «Чтоб секрет здоровья вам узнать - надо нотки все собрать, Путь нелегкий предстоит, вам массаж не повредит».

**Музыкальный руководитель.** Ну, что ж, в путь. Я предлагаю вам выполнить первое задание.

### **Комплекс игрового массажа «Дружок».**

Дети стоят парами по всему залу.

У меня такие ручки!

глядят руки.

Звонко хлопают в ладоши.

хлопают

Раз, два, три!

Твои ручки тоже

На мои похожи.,

глядят по ручкам друг друга.

Хорошо с тобой, дружок,

Кружатся «лодочкой».

Покружись со мной разок.

У меня такие щечки!

По-смо-три!

глядят свои щечки.

Пощипаю их немножко.

Легко щиплют щечки.

Раз, два, три!

Твои щечки тоже

растирают щечки друг друга

На мои похожи..

Хорошо с тобой, дружок,

Кружатся «лодочкой».

Покружись со мной разок.

У меня такие ушки!

массируют мочки ушей.

По-смо-три!

Разотру их потихоньку.

Растирают.

Раз, два, три!

Твои ушки тоже,

теребят ушки друг друга.

На мои похожи.

Хорошо с тобой, дружок,

Покружись со мной разок.

Кружатся «лодочкой».

У меня такая спинка!

глядят себя по спине.

По-смо-три!

Шлепают ладошками.

Я похлопаю по спинке.

Раз, два, три!

Твоя спинка тоже

шлепают по спине друг друга.

На мою похожа.

Хорошо с тобой, дружок,

Покружись со мной разок.

Кружатся «лодочкой».

**Музыкальный руководитель.** Почувствовали, как по телу разливается тепло? Значит, мы массаж сделали правильно. Смотрите и первая нотка возвращается на нотный стан (появляется на экране)

**Голос Королевы музыки:** «Вы умеете мечтать? Помечтайте о чем-нибудь приятном, красивом, хорошем, а потом поделитесь своими впечатлениями со мной, Царицей Музыки».

**Музыкальный руководитель.** Устраивайтесь удобно на ковре, закрывайте глаза и немного помечтаем, а потом поделитесь своими мечтами, фантазиями.

**Звучит музыка "Сладкая грёза" П. И. Чайковского.**

**Музыкальный руководитель.** Необыкновенная музыка. Какими красивыми словами можно сказать о ней? А кто поделится своими мечтами, фантазиями? (ответы детей)

- Сколько замечательных слов, не зря П. И. Чайковский назвал свою музыку "Сладкая грёза" - это и есть сон, фантазии, мечты.

- Давайте оживим свои фантазии, создадим выразительный, пластичный танец. А помогут нам вот эти «бабочки»....

**Двигательная импровизация под музыку "Сладкая грёза".**

Вы прекрасно передали в танцевальной импровизации свои мечты! Ваши горящие глаза и улыбки говорят мне, что вам понравилось это задание. Вот и вторая нота возвращается на нотный стан.

**Голос Царицы Музыки:** Третья нотка живёт на поляне зеркальных цветов.

**Музыкальный руководитель.** Ребята, я знаю, как мы можем использовать эти зеркальные цветы. Давайте выполним?

**Комплекс артикуляционной гимнастики «Язычок».**

Наш забавный язычок.

дети хором произносят слова.

Щелк, щелк. Щелк, щелк.

Щелкают языком.

Зубки чистим умело,

показывают, как чистят зубки

Вправо-влево, вправо-влево.

Мы нисколько не устали.

Высовывают язычок и «дразнят»

Вверх вниз им двигать стали.

Словно пчелки пожужжали Ж-ж-ж-ж-ж

Как машина, проурчали У-у-у-у-у

Как, лошадки, вскачь пустились

двигаются по залу прямым галопом

Вовремя остановились! Стоп!

Останавливаются.

**Музыкальный руководитель.** Ребята, а вот и третья нотка! Вы догадались, какой секрет здоровья был спрятан на этой полянке? (ответы детей) Правильно, мы с вами размяли свой язычок и теперь готовы искать следующую нотку.

**Голос Царицы Музыки:** Четвертая нотка живёт в песне.

**Музыкальный руководитель.** Я исполню для вас песню, а вы её внимательно послушаете. Для вас- музыкальная загадка. (ПЕСНЯ КАПЕЛЬКИ)

Как называется эта песня? Какой характер у нее? (ответы детей)

Правильно ребята! Я предлагаю исполнить вам эту веселую песенку, но прежде чем ее исполнить, что нам необходимо сделать? Правильно, разогреть наши голосовые связки, подготовить наши голоса к пению.

### **Распевка «Дождик». (на одном звуке)**

Дождик, дождик ты смешной, не загонишь нас домой  
Дождик, дождик, лей, лей, лей - будем мы расти быстрей.

**Музыкальный руководитель:** А сейчас, давайте споем песенку для Царицы Музыки.

### **Песенка «Капельки»**

**Музыкальный руководитель:** Как мы с вами исполняли песню? (мы пели хором)

Как называется исполнитель, который поёт вместе с хором? (солист)

А кто такой дирижёр? (тот, кто руководит хором)

Голосов чудесных пенье улучшает настроенье. Какое у вас стало настроение?

- Чтобы жить и не болеть, каждый день старайтесь петь!

- А вот и четвёртая нотка вернулась на нотный стан.

**Голос Царицы музыки:** «Засиделись вы немножко,  
Ну-ка, разомнитесь, крошки».

**Музыкальный руководитель:** Я предлагаю выполнить вам музыкально - игровую гимнастику «По дорожке»

По извилистой дорожке

Предлагаю вам пройти.

Может, сможете, ребята,

В сказочный вы лес войти.

Идем спокойно, не спеша,

Прямо голову держа,

У всех осанка хороша.

Как солдаты мы шагаем,

Выше ноги поднимаем.

Рук нельзя нам поднимать,

Только ножками шагать.

Спину прямо всем держать,

Чтобы было видно стать.

Вот пещера перед нами,

Чтоб пройти присядем с вами.

Полуприседом пойдем,

Чтоб не стукнуться нам лбом.

Побежим мы как лисички

Очень хитрые сестрички,

Будем хвостиком вилять,

Будем след свой замечать.

Сказочные цветы на поляне

Распустились.

В вальсе цветов они

Дети идут спокойным шагом под музыку  
«Марш» М. Роббера.

Дети маршируют высоко поднимая  
колени, руки вдоль туловища под  
«Марш деревянных солдатиков»  
П. И. Чайковского.

Дети идут полуприседом под музыку  
Э. Грига «В пещере горного короля»

Легкий бег, дети показывают «повадки»  
лисы под музыку «Гавот»

Танец - фантазия «Вальс цветов»  
П. И. Чайковский.

Закружились.  
Так красиво танцевали,  
Но немного мы устали.

### Упражнение на дыхание. Музыка «Волшебство природы».

Вот волшебный водопад	Дети ладонями «ловят» воду.
Он умоет всех ребят.	Дети «умываются».
Воздух в грудь мы набираем	Руки вверх, глубокий вдох через нос.
И поглубже все ныряем.	Дети приседают, группируются
А теперь мы все всплываем,	Дети встают, руки в стороны.
И воздух дружно выдыхаем.	Дети медленно делают выдох через рот.

**Музыкальный руководитель:** Как вы замечательно двигались. Движение - это тоже здоровье!

И пятая нотка находит своё место на нотном стане.

**Голос Царицы Музыки:** «Лесная сказка ждет вас впереди. А сопровождать ее должна музыка».

**Музыкальный руководитель:** Ну, что ж, хорошо. Нам под силу это задание? (ответы детей)

Ой, ребята, а я что-то не подберу слово. Вы мне поможете? Скажите, кто у нас пишет музыку: поэт, писатель, композитор? Спасибо, ребята, правильно композитор. Сейчас будет звучать музыка композитора Эдварда Грига «Утро». Но прежде чем ей зазвучать, я хочу вам показать, какие необычные инструменты я вам принесла: вот птичка-свистулька, шишки для темы мишки, для лисички - шуршалки. А это что?

**Дети:** треугольник, колокольчики.

**Музыкальный руководитель.** В нашей сказке у каждого героя будет свой музыкальный инструмент, попробуем, вот вам инструменты.

(Детям дают нетрадиционные инструменты, делят по группам инструментов. Каждая группа пробует играть.)

Тихо бродит по дорожке	Тихо бить ладошкой по барабану.
Утро в золотой одежке	
Где листочком зашуршит	Маракасы
Где росинкой зазвенит	колокольчики
Раздаётся громкий стук	Деревянные палочки
Это дятел – тук да тук!	
Дятел делает дупло –	
Птенцам будет там тепло	
Из-за леса, не спеша,	шуршалки
Вышла рыжая лиса.	
Ступает она мягко	

по шелковой травке.	
Белка прыгнула наверх	Орехи
И грызет там свой орех —	
Вот идёт по шишкам	шишки
Косолапый мишка.	
Ветерок вдруг налетел	султанчики
По деревьям зашумел	
Тучки разгоняет	
Солнышко сияет	
В небе крылья раскрывая	свистулька
Жаворонок вьётся	
Жив-жив-жив, жив-жив-жив,	
Над полями льётся.	

**На фоне музыки Грига дети играют оркестр «Лесная Сказка».**

**Музыкальный руководитель:** Молодцы, ребята!

Сейчас мы с вами сделали музыкальную зарисовку «Лесная Сказка», мы ее нарисовали не на бумаге, воспринимали ее не зрительно, а на слух, через уши. Замечательно получилось, вы все творческие ребята. Вот и шестая нотка!

**Голос Царицы Музыки:** «А может нотка прятаться в танце?» (ответы детей):

**Музыкальный руководитель:** Проверим?

Чтоб здоровье укреплять – будем с вами танцевать!

**Танец «Хорошее настроение».**

**Музыкальный руководитель:** Посмотрите, последняя нотка вернулась на нотный стан. Царица музыки поделилась своим секретом! Давайте вместе прочитаем, кто нам сегодня помогал укреплять здоровье.

Дети читают слово на нотках "МУЗЫКА! "

Правильно, музыка нам помогала укреплять здоровье! Давайте напоследок испечём «Весёлый пирог».

**Психогимнастика «Весёлый пирог»**

Если стало вдруг кому-то  
Очень грустно почему-то  
И не знаешь - как же быть?  
Как его развеселить?  
Мы возьмём стакан смешинок,  
Громкий хохот из корзинок,  
Рассыпного смеха ложку  
И хихиканья немножко.  
Их весёлкой размешай,  
В тонкий юмор раскатай,  
Обваляй всё в прибаутках,  
Запекай в горячих шутках.

Кто попробует кусочек –  
Неприменно захохочет (смеются)  
- Я здоровым быть хочу,  
Хохочу и хохочу.

**Голос Царицы музыки:** «Вы вернули все мои нотки на нотный стан, спасибо, вам, ребята, до свидания!»

Слайд с заставкой матери с ребенком на руках.

**Музыкальный руководитель.** Вот и подошло к концу наше занятие. Мы были с вами одним целым, дружным, сплоченным коллективом. И прежде, чем мы скажем до свидания друг другу и нашим гостям, я предлагаю каждому вспомнить и поделиться с нами тем, что больше всего запомнилось и понравилось на сегодняшнем занятии. Присаживайтесь по кругу на ковер, вы будете передавать этот скрипичный ключ по очереди друг другу и делиться своими впечатлениями. Дети передают «скрипичный ключ» с привязанной к нему ниточкой и говорят, что кому запомнилось, понравилось на занятии.  
Дети уходят из зала.

---

---

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад комбинированного вида № 7  
города Кропоткин МО Кавказский район

## **Методические рекомендации для воспитателей**

# **«Значение и применение здоровьесберегающих технологий в ДОУ»**

Подготовила:  
Музыкальный руководитель  
Фёдорова Н.Н.

## **Значение и применение здоровьесберегающих технологий в ДОУ**

*(методические рекомендации для воспитателей)*

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. До 7 лет человек проходит огромный путь развития, неповторяемый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идёт интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и окружающим. Очень важно именно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом. Дошкольное образовательное учреждение должно постоянно осваивать комплекс мер, направленных на сохранение здоровья ребёнка на всех лапах его обучения и развития. Существуют разнообразные формы и виды деятельности, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников. Их комплекс получил в настоящее время общее название «здоровьесберегающие технологии».

Главное назначение таких новых технологий - объединить педагогов, психологов, медиков, родителей и самое главное - самих детей на сохранение, укрепление и развитие здоровья. Так что же такое «здоровьесберегающая технология»? Здоровьесберегающая технология это целостная система воспитательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий, которые осуществляются в процессе взаимодействия ребёнка и педагога, ребёнка и родителей, ребёнка и доктора.

### **Цель здоровьесберегающих технологий**

- обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

### **Задачи здоровьесберегающих технологий:**

- Формировать здоровьесберегающее и здоровьесберегающее поведение в специально созданных и жизненных ситуациях;
- Создавать психологически комфортную среду в группах;
- Обогащать эмоциональную сферу положительными эмоциями;
- Развивать дружеские взаимоотношения через игру и общение в повседневной жизни;
- Корректировать проявление эмоциональных трудностей детей (тревожность, страхи, агрессивность, низкая самооценка)
- Дать представления о значении сердца, легких, мышц, языка, глаз, зубов в жизнедеятельности человека, условиях их нормального функционирования;
- Развивать умения действовать в соответствии с усвоенными правилами;
- Развивать умения действовать в соответствии с усвоенными правилами;

**Интеграция областей:** здоровье, познание, коммуникация, социализация, художественное творчество, безопасность.

**Здоровьесберегающая технология** – это целостная система воспитательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий, которые осуществляются в процессе взаимодействия ребёнка и педагога, ребёнка и родителей, ребёнка и доктора.

**Здоровьесберегающие педагогические технологии применяются в различных видах деятельности и представлены как:**

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья (ритмопластика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика, игровая оздоровительная гимнастика).

2. Технологии обучения здорового образа жизни (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, самомассаж, активный отдых (физкультурный досуг, физкультурный праздник, музыкальный досуг, «День здоровья»), точечный массаж).

3. Технологии коррекционные (артикуляционная гимнастика, психогимнастика, фонетическая ритмика, цветотерапия, арттерапия, сказкотерапия).

В нашей группе созданы педагогические условия здоровьесберегающего процесса воспитания и развития детей, основными из которых являются: организация разных видов деятельности детей в игровой форме; построение образовательного процесса в виде модели культуры; организация культурного творчества дошкольников; оснащение деятельности детей оборудованием, игрушками, играми, игровыми упражнениями и пособиями. Вся эта работа осуществляется комплексно, в течение всего дня и с участием медицинских и педагогических работников: воспитателя, музыкального руководителя. Являясь участником этого общего процесса, я уделяю особое внимание обучению дошкольников основным движениям и навыкам здорового образа жизни, применяя на практике внедрение различных методов и приемов для создания среды здоровьесберегающего процесса в своей возрастной группе

**Технологии сохранения и стимулирования здоровья:**

- **Ритмопластика** проводится 1 раз в неделю в форме кружковой работы. Во время занятия у детей развивается музыкальный слух, чувство ритма, гибкость и пластичность, формируется правильная осанка. Обращается внимание на художественную ценность, величину физической нагрузки и её соразмерность возрастным показателям ребёнка.

- **Динамические паузы** проводятся во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Во время их проведения включаются элементы гимнастики для глаз, дыхательной, пальчиковой гимнастики и других в зависимости от вида занятия.

- **Подвижные и спортивные игры** проводятся ежедневно как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой, со средней степенью подвижности. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребёнка, местом и временем её проведения.

- **Релаксация.** Для психического здоровья детей необходима сбалансированность положительных и отрицательных эмоций, обеспечивающая поддержание душевного равновесия и жизнеутверждающего поведения. Наша

задача состоит не в том, чтобы подавлять или искоренять эмоции, а в том, чтобы научить детей ощущать свои эмоции, управлять своим поведением, слышать своё тело. С этой целью в своей работе я использую специально подобранные упражнения на расслабление определенных частей тела и всего организма. Проводятся в любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей определяется интенсивность технологии. Используется для работы спокойная классическая музыка (Чайковский, Рахманинов), звуки природы. Выполнение таких упражнений очень нравится детям, т. к. в них есть элемент игры. Они быстро обучаются этому непростому умению расслабляться.

- **Пальчиковая гимнастика** проводится индивидуально, либо с подгруппой детей ежедневно. Тренирует мелкую моторику, стимулирует речь, пространственное мышление, внимание, кровообращение, воображение, быстроту реакции. Полезна всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени.

- **Гимнастика для глаз** проводится ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки, способствует снятию статического напряжения мышц глаз, кровообращения. Во время её проведения используется наглядный материал, показ педагога.

- **Дыхательная гимнастика** проводится в различных формах физкультурно - оздоровительной работы. У детей активизируется кислородный обмен во всех тканях организма, что способствует нормализации и оптимизации его работы в целом.

- **Бодрящая гимнастика** проводится ежедневно после дневного сна 5-10 мин. В её комплекс входят упражнения на кроватках на пробуждение, упражнения на коррекцию плоскостопия, воспитания правильной осанки, обширное умывание. Для профилактических целей каждым родителем был изготовлен коврик- дорожка с пуговицами. Дети с удовольствием ходят по нему после дневного сна. Дорожка прекрасно массирует ступни малыша, укрепляет мышцы и связочный аппарат с юны, защищая организм в целом.

**Цель этих технологий** - становление осознанного отношения ребёнка к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умения оберегать, поддерживать и сохранять его, обретение валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи. Иными словами, нам важно достичь такого результата, чтобы наши дети, переступая порою «взрослой жизни», не только имели высокий потенциал здоровья, позволяющий вести здоровый образ жизни, но и имели багаж знаний, позволяющий им делать это правильно.

- **Технологии музыкального воздействия.** Музыка обладает сильным психологическим воздействием на детей. Она влияет на состояние нервной системы (успокаивает, расслабляет или, наоборот, будоражит, возбуждает), вызывает различные эмоциональные состояния (от умиротворенности, покоя и гармонии до беспокойства, подавленности или агрессии). В связи с этим важно обратить внимание на то, какую музыку слушаем мы и наши дети. При использовании музыки помню об особенностях воздействия характера мелодии,

ритма и громкости на психическое состояние детей. Использую в качестве вспомогательного средства как часть других технологий, для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения. Широко использую музыку для сопровождения учебной деятельности дошкольников (на занятиях по изобразительности, конструированию, ознакомлению с окружающим миром и т.д.) Спокойная музыка, вызывающая ощущения радости, покоя, любви, способна гармонизировать эмоциональное состояние маленького слушателя, а также развивать концентрацию внимания. Также музыку использую перед сном, чтобы помочь с трудом засыпающим детям успокоиться и расслабиться. Когда дети лягут в постель, включаю спокойную, тихую, мелодичную, мягкую музыку и прошу их закрыть глаза и представить себя в лесу, на берегу моря, в саду или в любом другом месте, которое вызывает у них положительные эмоции. Обращаю внимание детей на то, как, расслабляется и отдыхает каждая часть их тела.

• **Сказкотерапии** используется для психотерапевтической и развивающей работы. Сказку может рассказывать взрослый, либо это может быть групповое рассказывание. В своей работе чаще использую авторские сказки, т.к. в них есть много поучительного. Сказки не только читаю, но и обсуждаем с детьми. Дети очень любят «олицетворять» их, обыгрывать. Для этого используем кукольный театр, ролевые игры, в которых дети перевоплощаются в разных сказочных героев. Дети также сами сочиняют сказки, ведь придуманная сказка ребёнком, открывающая суть проблемы - основа сказкотерапии. Через сказку можно узнать о таких переживаниях детей, которые они сами толком не осознают, или стесняются обсуждать их со взрослыми.

Таким образом, каждая из рассмотренных технологий имеет оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге формирует у ребенка привычку к здоровому образу жизни.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад комбинированного вида № 7  
города Кропоткин МО Кавказский район

Консультация для воспитателя  
**«СОВМЕСТНАЯ РАБОТА МУЗЫКАЛЬНОГО  
РУКОВОДИТЕЛЯ И ВОСПИТАТЕЛЕЙ В  
ИСПОЛЬЗОВАНИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ  
ТЕХНОЛОГИЙ НА МУЗЫКАЛЬНЫХ ЗАНЯТИЯХ В  
ДОУ»**

Подготовила:  
Музыкальный руководитель  
Фёдорова Н.Н.

## **Совместная работа музыкального руководителя и воспитателей в использовании здоровьесберегающих технологий на музыкальных занятиях в ДОУ**

Цель: Способствовать повышению компетенций педагогов в вопросах интеграции художественной деятельности.

Задачи:

- Расширять знания педагогов о **здоровьесберегающих технологиях в музыкальном развитии детей.**
- Формировать представления о включении **музыки в режимных моментах.**
- Уточнить знания педагогов о **музыкально-ритмических упражнениях и движениях.**

Планируемый результат: знание и применение на практике **музыкальной** деятельности с детьми дошкольного возраста.

**Работая в детском саду,** можно наблюдать большое количество детей, которые самостоятельно не могут справиться с нервно-психическими нагрузками и перегрузками, получаемыми как в детском саду, так и дома. Именно это приводит многих детей к различным формам отклоняющегося поведения. И педагоги должны всеми возможными средствами решать эти проблемы. Одним из таких средств являются **здоровьесберегающие технологии музыкального развития.**

Такие учёные как Боткин С. П., Павлов И. П., Сеченов И. М. и другие, доказали, что с помощью **музыки** можно регулировать психическое состояние, а правильно подобранный ритм облегчает стрессовое состояние.

Какие же методики **используются в музыкальном воспитании детей?**

1. Слушание **музыки или МУЗЫКОТЕРАПИЯ** - эффективный метод профилактики и лечения детских неврозов, как средство нормализации эмоционального состояния, устранения страхов, двигательных и речевых расстройств, психосоматических заболеваний, отклонений в поведении, при коммуникативных затруднениях. **Музыка** повышает способность организм к высвобождению эндорфинов – биохимических веществ, помогающих справляться с болью и стрессом, регулирует дыхание. Минздрав РФ в 2003г. признал **музыкотерапию** официальным методом лечения.

В режимных моментах можно **использовать** утром при приёме детей, как фоновую **музыку** (бодрая, радостная, детские песни, перед сном и после пробуждения при раздевании и одевании детей (*спокойная классическая музыка и звуки природы*)).

**Музыка для встречи детей и их свободной деятельности:**

Классика:

1. И. С. Бах. "Шутка".
2. И. С. Бах. "Прелюдия до мажор".
3. И. Брамс. "Вальс".
4. А. Вивальди "Времена года"
5. Й. Гайдн. "Серенада"
6. Д. Кабалевский "Клоуны"
7. В. А. Моцарт "Маленькая ночная серенада"

8. В. А. Моцарт "Турецкое рондо"

Детские песни:

1. "Антошка" В. Шаинский
2. "Бу-ра-ти-но" Ю. Энтин
3. "Будьте добры" А. Санин
4. "Веселые путешественники" М. Старокадомский
5. "Все мы делим пополам" В. Шаинский
6. "Да здравствует сюрприз" Ю. Энтин
7. "Если добрый ты" Б. Савельев
8. "Лучики надежды и добра" Е. Войтенко
9. "Настоящий друг" Б. Савельев
10. "Песенка о волшебниках" Г. Гладков

**Музыка для пробуждения после дневного сна:**

1. Э. Григ "Утро"
2. А. Дворжак "Славянский танец"
3. Лютневая музыка **XVII** века
4. Ф. Лист "Утешения"
5. Ф. Мендельсон "Песня без слов"
6. В. Моцарт "Сонаты"
7. М. Мусоргский "Балет невылупившихся птенцов"
8. М. Мусоргский "Рассвет на Москва-реке"
9. К. Сен-Санс "Аквариум"

**Музыка для релаксации**

1. И. С. Бах "Ария из сюиты №3"
2. Л. Бетховен "Лунная соната"
3. К. Глюк "Мелодия"
4. Э. Григ "Песня Сольвейг"

Колыбельные

1. Н. Римский-Корсаков "Море"
2. Г. Свиридов "Романс"
3. К. Сен-Санс "Лебедь"

2. Пение – ВОКАЛОТЕРАПИЯ - лечение пением. Развивает межличностные отношения, регулирует психо - вегетативные процессы, формирует оптимистическое отношение к жизни. **Совместное** пение объединяет детей и доставляет им радость. Кроме того, правильный подбор вокальных и дыхательных упражнений способствует более качественному функционированию сердечно - сосудистой системы, поскольку при пении массируются внутренние органы.

Можно всегда найти время попеть с детьми знакомые песенки.

В каждой **ОЧЕНЬ** нужна **ОТДЕЛЬНАЯ ФЛЕШКА** для хранения только **музыки**.

3. **ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА**- нацелена на совершенствование моторной и двигательной координации и укрепление межфункциональных связей.

Задачи ПГ- стимулировать развитие речевых зон и двигательного поля коры головного мозга.

Я знаю, вы делаете пальчиковую гимнастику но если бы мы делали одинаковые, это было бы лучше для развития детей.

4. **МУЗЫКАЛЬНЫЕ ИГРЫ** – приобщают детей к **музыке**, помогают понять её содержание, осмыслить её выразительные средства. М. И. - способствует системному развитию психологического комплекса у детей: восприятия, ощущения, внимания, воображения, памяти, мышления и в частности эмоционально – чувственного компонента, поскольку содержанием искусства служат человеческие эмоции, настроение, чувства, которые отражаются благодаря специфическим музыкальным средствам (ритм, гармония, темп, и т. д.)

5. **РИТМОТЕРАПИЯ - музыкально** – ритмические упражнения, направленные на профилактику, укрепление и сохранение правильной осанки, развитие гибкости. Они помогают добиться эмоциональной разрядки, выполняют релаксационную функцию. Движение и танец, помимо того, что снимают нервно-психическое напряжение, помогают быстро и легко устанавливать дружеские связи со сверстниками. Танец, мимика и жест, как и **музыка** – древнейшие способы выражения чувств и переживаний.

В ритмотерапию входит и Логоритмика - комплексная методика, включающая в себя средства логопедического, **музыкально-ритмического и физического воспитания, направленная на коррекцию речевых нарушений и развитие неречевых процессов**: совершенствование общей моторики, регуляцию мышечного тонуса, активизацию всех видов внимания и памяти.

**Использование** ритмодекламации формирует естественное звучание голоса, вырабатывает речевое и певческое дыхание, развивает чёткую дикцию и выразительное **исполнение** различных настроений в речевом или **музыкальном материале**.

Чтение стихотворения: воспринимать как продолжение занятия по развитию речи. Не только расширение диапазона произносимых слов, выражение чувств и мыслей, но и:

1. Правильное, чёткое произношение
2. Логические ударения во фразе (*не более 2х*)
3. Ритм, не торопиться, не комкать концы фраз.

Исследования учёных, занимавшихся изучением детей с проблемами речи (*Л. А. Венгер, Г. А. Волкова, В. А. Гринер и др.*) обращали внимание на то, что у дошкольников, имеющих речевые нарушения, наблюдалось недостаточное развитие чувства ритма, вследствие чего отмечались нарушения слоговой структуры слова и не ритмизированная речь. В связи с этим проблема развития ритмических основ у дошкольников всегда оставалась актуальной.

К этим основам относятся:

- Формирование правильной осанки с помощью общеразвивающих упражнений, а также напоминание о постоянной поддержке красивой осанки.
- Формирование навыка пружинности, это важно для развития всех двигательных навыков.
- Формирование «*прослеживающей функции*» взгляда - умение и привычка следить взглядом за движением рук

- Формирование умения начинать и заканчивать движение вместе со звучанием **музыки** - по показу взрослого и самостоятельно.

Успехи **музыкального** и физического развития дошкольников во многом зависят не только от **музыкального руководителя** и инструктора по физической культуре, но и от **воспитателя**. Ведь он больше общается с детьми, лучше знает склонности каждого ребенка. **Совместная работа музыкального руководителя и воспитателя** помогает заполнить жизнь детей песнями, плясками, играми.

**Работа** по закреплению и углублению связи движений с **музыкой** проходит успешно, если **воспитатель использует в своей работе игры, пляски, музыкально-ритмические комплексы**, тем самым **воспитывая** и развивая движения детей, систематически прививая им необходимые навыки.

В течение всех лет пребывания в детском саду, надо учить детей двигаться выразительно, то есть уметь сознательно, убедительно и правдиво передавать в движении и действии образы **исполняемых игр, плясок**. Выработыванию точности, четкости, осмысленности движения часто помогает **использование** имитационных движений или образное сравнение.

При закреплении движений не следует добиваться, чтобы дети полностью овладели ими на одной игре или пляске. Надо те же движения повторять в разных играх, упражнениях, соединять с разной **музыкой**, чтобы движения совершенствовались постепенно. **Работа** над совершенствованием движений может проводиться в разных формах. Можно провести соревнование подгрупп в качестве выполнения движений. Можно поделить группу пополам с тем, чтобы одни дети смотрели, как **исполняют движения другие**; затем наблюдающие делают свои замечания.

Существует много направлений в **музыкально-ритмическом воспитании детей**: основная гимнастика, танцевально-ритмическая гимнастика, **музыкально-подвижные игры**, танцы, хореография и другие направления. Все они позволяют решать задачи физического, **музыкально-ритмического**, эстетического и, в целом, психического развития детей.

В результате **совместной работы** вы получите ощутимую динамику в развитии **музыкально-ритмических способностей**, двигательных навыков, координации движений, и, как следствие, развитие речевых функций у дошкольников.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад комбинированного вида № 7  
города Кропоткин МО Кавказский район

**Консультация для воспитателей на тему:**

**«Использование здоровьесберегающих  
технологий в музыкальном воспитании  
дошкольников».**

Подготовила:  
Музыкальный руководитель  
Фёдорова Н.Н.

## **Консультация для воспитателей на тему: «Использование здоровьесберегающих технологий в музыкальном воспитании дошкольников».**

Усилия работников ДОУ сегодня как никогда направлены на оздоровление ребенка-дошкольника, культивирование здорового образа жизни. Неслучайно именно эти задачи являются приоритетными в программе модернизации российского образования. Одним из средств решения обозначенных задач становятся здоровьесберегающие технологии, без которых немислим педагогический процесс современного детского сада. Но что такое здоровьесберегающие технологии в педагогическом процессе ДОУ и что ими считать - до сих пор остается загадкой для широкого круга профессионально-педагогической аудитории и даже для тех, кто уверенно использует эти технологии в своей практике. Попробуем разобраться в понятиях.

Понятие «здоровьесберегающие технологии» является дискуссионным и у разных авторов трактуется по-разному. Родоначальником введения понятия «здоровьесберегающие технологии» является Н.К. Смирнов.

Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования – задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей.

Мы будем рассматривать здоровьесберегающие технологии как *систему мер, включающих взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития*. В концепции дошкольного образования предусмотрено ведь не только сохранение, но и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников. Здоровьесберегающие технологии можно рассматривать как «Сертификат безопасности для здоровья» и как совокупность тех принципов, приёмов и методов работы, которые дополняют традиционные технологии задачами здоровьесбережения.

**Целью здоровьесберегающих технологий** применительно к ребёнку является обеспечение высокого уровня реального здоровья ребёнка и формирование мотивационных установок на осознанное отношение к своему здоровью, а применительно к взрослым – содействие становления культуры здоровья, в том числе культуры профессионального здоровья.

Все здоровьесберегающие технологии можно разделить на три подгруппы:

- *организационно-педагогические технологии*, определяющие структуру воспитательно-образовательного процесса, частично регламентированную в СанПиНах, способствующую предотвращению состояний переутомления, гиподинамии и других дезадаптационных состояний;
- *психолого-педагогические технологии*, связанные с непосредственной работой педагога с детьми, воздействием педагога, которое он оказывает на детей, сюда же относится и психолого-педагогическое сопровождение всех элементов образовательного процесса;
- *учебно-воспитательные технологии*, которые включают программы по обучению заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья учащихся;

- *лечебно-оздоровительные*, предусматривающие лечебную физкультуру и лечебную педагогику;

Выбор здоровьесберегающих технологий зависит от типа дошкольного учреждения, от продолжительности пребывания детей в нём, от программы, по которой работают педагоги, конкретных условий ДОО, профессиональной компетентности педагога, а так же показателей здоровья детей.

Выделяют (применительно к дошкольному образованию) следующую классификацию здоровьесберегающих технологий:

□ **медико-профилактические технологии** (обеспечивающие сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала ДОО в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств. К ним относятся следующие технологии: организация мониторинга здоровья дошкольников и разработка рекомендаций по оптимизации детского здоровья; организация и контроль питания детей раннего и дошкольного возраста, физического развития дошкольников, закаливания; организация профилактических мероприятий в детском саду; организация контроля и помощь в обеспечении требований СанПиНов; организация здоровьесберегающей среды в ДОО);

□ **физкультурно-оздоровительные технологии** (технологии, направленные на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка: развитие физических качеств, двигательной активности и становление физической культуры дошкольников, закаливание, дыхательная гимнастика, массаж и самомассаж, профилактика плоскостопия и формирование правильной осанки, оздоровительные процедуры в водной среде (бассейне) и на тренажерах, воспитание привычки к повседневной физической активности и заботе о здоровье и др. реализация этих технологий, как правило, осуществляется специалистами по физическому воспитанию и воспитателями ДОО в условиях специально организованных форм оздоровительной работы. Отдельные приемы этих технологий широко используются педагогами дошкольного образования в разных формах организации педагогического процесса: на занятиях и прогулках, в режимные моменты и в свободной деятельности детей, в ходе педагогического взаимодействия взрослого с ребенком и др.);

□ **здоровьесберегающие образовательные технологии** (это прежде всего технологии воспитания валеологической культуры или культуры здоровья дошкольников. Цель этих технологий - становление осознанного отношения ребёнка к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умения оберегать, поддерживать и сохранять его, обретение валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи. В дошкольной педагогике к наиболее значимым видам технологий относятся технологии личностно-ориентированного воспитания и обучения дошкольников. Ведущий принцип таких технологий – учёт личностных особенностей ребёнка, индивидуальной логики его развития, учёт детских интересов и предпочтений в содержании и видах деятельности в ходе воспитания и обучения. Построение педагогического процесса с ориентацией на личность

ребёнка закономерным образом содействует его благополучному существованию, а значит здоровью);

□ **технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребёнка** ( технологии, обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребёнка-дошкольника. Основная задача этих технологий обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребёнка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье, обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника. Реализацией данных технологий занимается психолог посредством специально организованных встреч с детьми, а также воспитатель и специалисты дошкольного образования в текущем педагогическом процессе ДООУ. К этому виду технологий можно отнести технологии психологического и психолого-педагогического сопровождения развития ребёнка в педагогическом процессе ДООУ);

□ **технологии здоровьесбережения и здоровьєобогащения педагогов дошкольного образования** ( технологии, направленные на развитие культуры здоровья педагогов детского сада, в том числе культуры профессионального здоровья, развитие потребности к здоровому образу жизни. Задача данных технологий - обеспечение валеологической образованности родителей воспитанников ДООУ);

□ **технологии сохранения и стимулирования здоровья** (технологии, использования подвижных и спортивных игр, гимнастики (для глаз, дыхательной гимнастики и др.), стретчинг, ритмопластика, динамические паузы, релаксация);

□ **обучение здоровому образу жизни** (технологии использования физкультурных занятий, коммуникативных игр, система занятий из серии «Уроки здоровья», проблемно – игровые (игротренинг, игротерапия), самомассаж);

□ **коррекционные технологии** (арт-терапия, технология музыкального воздействия, сказкотерапия, психогимнастика)

□ **технология активной сенсорно-развивающей среды** (сущность данной технологии заключается не столько в моделировании учебного пространства в рамках активной сенсорно-развивающей среды, сколько в системы взаимоотношений педагога с детьми.

Музыкальное развитие ребенка в аспекте здоровьесбережения своей эффективностью уже давно не вызывает сомнений. Музыка с древнейших времен использовалась врачевателями для лечения и оздоровления пациентов. А в настоящее время её лечебный эффект доказан научно. Ученые даже создали в официальной медицине целое направление – музыкотерапию.

Интересен и тот факт, что в последнее время стала подтверждаться теория о потрясающем влиянии вокального пения на организм. Во время исполнения песни происходит мягкий массаж горла, голосовых складок, легких, бронхов, диафрагмы, что, безусловно, тренирует и укрепляет организм человека, развивает голосовой аппарат, речь, регулирует дыхание. А звук, поглощаемый другими внутренними органами, стимулирует их работу. Поэтому не удивительно, что среди оперных певцов так часто встречаются долгожители.

Понятно, что с дошкольниками возможно и необходимо проводить эту работу в игровой форме. То есть привычные виды музыкальной деятельности можно разнообразить с пользой для здоровья.

**Музыкально-оздоровительная работа в ДОО** считается новым направлением в музыкальном воспитании дошкольников. Наряду с образовательными и воспитательными задачами, необходимо решать и оздоровительные, такие как:

1. Сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье.
2. Создавать условия, обеспечивающие эмоциональное благополучие каждого ребенка.
3. С помощью здоровьесберегающих технологий повышать адаптивные возможности детского организма (активизировать защитные свойства, устойчивость к заболеваниям).
4. Формировать правильную осанку, гигиенические навыки.

***Музыкально-оздоровительная работа в детском саду – это организованный педагогический процесс, направленный на развитие музыкальных и творческих способностей детей, сохранение и укрепление их психофизического здоровья с целью формирования полноценной личности ребенка.***

Система музыкально-оздоровительной работы предполагает использование на каждом музыкальном занятии следующих здоровьесберегающих технологий:

- Валеологические песенки-распевки;
- Дыхательная гимнастика;
- Артикуляционная гимнастика;
- Оздоровительные и фонетические упражнения;
- Игровой массаж;
- Пальчиковые игры;
- Речевые игры;
- Музыкалотерапия;

#### □ **Валеологические песенки-распевки.**

Голос – это своеобразный индикатор здоровья. Самое главное на занятиях это бережное отношение к голосу ребёнка.

Ребёнок учится петь свободно и легко, голос его развивается и укрепляется, особенно полезны для детей протяжные песни, которые развивают дыхание. Это очень полезно сказывается для детей с заболеваниями дыхательных путей. С песенок-распевок начинаются все музыкальные занятия. Несложные добрые тексты (в том числе программы "Здравствуй!" М.Лазарева) 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.

**Например:**

**Доброе утро!**

Доброе утро! (поворачиваются друг к другу)

Улыбнись скорее! (разводят руки в стороны)

Будет веселее. (хлопают в ладоши)

Мы погладим лобик, носик и щечки. (выполняют движения по тексту)  
Будем мы красивыми, (постепенно поднимают руки вверх, "фонарики")  
Как в саду цветочки!  
Разотрем ладошки (движения по тексту)  
Сильнее, сильнее!  
А теперь похлопаем  
Смелее, смелее!  
Ушки мы теперь потрем (потирают ушки)  
И здоровье сбережем (разводят руки в стороны)  
Улыбнемся снова,  
Будьте все здоровы!

#### □ **Дыхательная гимнастика.**

Нарушением функции речевого дыхания считается: подъем грудной клетки вверх и втягивание живота на выдохе; слишком большой вдох; учащенность дыхания; укороченность выдоха; неумение делать незаметный добор воздуха; неправильная осанка. Правильное дыхание приводит к резкому повышению всех резервных возможностей человека. С помощью глубокого и спокойного дыхания можно предупредить перепады настроения. Увеличение продолжительности вдоха способствует успокоению и полной релаксации. Ритмичное дыхание успокаивает нервы и психику. Использование дыхательной гимнастики приносят ощутимый результат в понижении заболеваний детей. Для дыхательных упражнений можно использовать воображаемые предметы (понюхать цветок, попытаться, как паровоз) и раздаточный материал (перышки, снежинки, бабочки и т.д.) В ДОУ музыкальные занятия могут включать упражнения дыхательной гимнастики Б.Толкачева и А. Стрельниковой.

#### ***Упражнение основного комплекса дыхательной гимнастики по Стрельниковой***

##### ***«Ладошки»***

Ладушки-ладошки, звонкие хлопошки.

Мы ладошки все сжимаем – носом правильно вдыхаем.

Как ладошки разжимаем, то свободно выдыхаем.

*Дети стоят ровно и прямо. Ноги чуть уже, чем на ширине плеч. Руки согнуты в локтях, локти опущены, ладошки развернуты к зрителю. На счет «раз» сжимают кулачки, одновременно шумно шмыгают носом, Сразу после короткого вдоха ладошки разжимаются, выдох уходит самостоятельно. Активный вдох – пассивный выдох. На 4 счета делаем подряд 4 коротких вдоха-движения, затем отдыхаем 3-5 секунд. Норма: 4 раза по 4 вдоха-движения.*

#### □ **Артикуляционная гимнастика.**

Основная цель её включения – выработка качественных, полноценных движений органов артикуляции, подготовка к правильному произнесению фонем.

Упражнения проводятся совместно с логопедом детского сада. Как результат этой работы – повышение уровня развития речи детей, певческих навыков, улучшение музыкальной памяти, внимания.

#### ***Артикуляционная гимнастика «Корова»***

Веселая корова лугу. То прыгает, как мячик, То громко скажет «Му!». То к ручейку задорному Помчится со всех ног, То весело запляшет Копытцем – цок-цок-цок. Направо – луг с ромашками, Налево – теплый дом. Веселая корова Гуляет день за днем. И много для детей всегда Дает парного молока! Вкусно!!!	<i>Выполняют язычком круговые движения</i>  <i>Язычок вверх-вниз.</i> <i>Говорят «Му!», губы вытягиваются трубочкой.</i> <i>Шлепают языком по верхним губам.</i>  <i>Щелкают языком.</i> <i>Вытягивают язык вправо.</i> <i>Вытягивают язык влево.</i> <i>Выполняют язычком круговые движения.</i> <i>Хлопают в ладоши.</i>  <i>Облизывают языком верхнюю и нижнюю губу.</i>	Пасется на
---	---	------------

□ **Оздоровительные и фонопедические упражнения.**

Разработки В. Емельянова, М. Картушиной способствуют развитию носового, диафрагмального, брюшного дыхания, стимулированию гортанно – глоточного аппарата и деятельности головного мозга. Используются оздоровительные упражнения для горла, интонационно-фонетические и голосовые сигналы доречевой коммуникации, игры со звуком.

**Оздоровительные упражнения для профилактики заболеваний горла.  
«Таня плачет».**

Наша Таня громко плачет:  
Уронила в речку мячик.  
- Тише, Танечка, не плачь:  
Не утонет в речке мяч.                      А.Барто.  
Дети имитируют плач, громко всхлипывают, дыхание «рыдающее».

**«Гласные»**

Дети протяжно произносят пары гласных: а-я, о-ё, у-ю, ы-и, э-е.  
Затем упражнение повторяется беззвучно.

**"Динозаврик"**

Четыре динозаврика, ура, ура, ура!  
Мы любим петь и танцевать, тарам-па-ра-ра-ра!  
Смешные мы, хорошие, мы любим пошалить!  
И мы все время заняты, нам некогда грустить!  
*Дети голосом "рисуют" динозаврика, используя последовательность: "У-о-а-ы-и-скрип!"*

□ **Игровой массаж.**

Обучение простейшим массажным приемам происходит в игре. На музыкальных занятиях массаж происходит под музыку – слова пропеваются, или

ритмодекларируются, или музыка звучит просто фоном. Малыши закрепляют в игре навыки правильного выполнения элементарного самомассажа, развивают мелкую мускулатуру пальцев рук. Чтобы детям было ещё интереснее, можно предложить им стать героями известных сказок, песен. Они могут вообразить себя скульпторами, художниками, которые «лепят» или «рисуют» своё тело и лицо.

**Цель** – научить детей посредством правильного выполнения игрового массажа, воздействуя на биологически активные точки тела, благотворно влиять на внутренние органы.

Например:

1-я точка: "В гости к бровкам мы пришли, пальчиками их нашли"

2-я точка: "Пальчиком нашли мосток, по нему мы скок-поскок"

3-я точка: "Опустились чуть-чуть ниже и на пальчики подышим"

4-я точка: "Вот мы к шейке прикоснулись и пошире улыбнулись"

5-я точка: "Надо ушки растереть, чтобы больше не болеть"

6-я точка: "Руки надо растереть, чтобы больше не болеть"

7-я точка: "И про спинку не забыть, чтобы стройными нам быть"

Заканчивая массаж, дети говорят: Хотим мы быть веселыми, красивыми, здоровыми". Эти слова - своеобразная установка для них на весь день.

#### □ **Пальчиковые игры.**

Игры развивают речь ребенка, двигательные качества, повышают координацию пальцев рук, способствуют развитию мозга ребенка.

Игры позволяют разминать, массировать пальчики и ладошки, благоприятно воздействуя на все внутренние органы. Они развивают речь ребенка, двигательные качества, повышают координационные способности пальцев рук (подготовка к рисованию, письму), соединяют пальцевую пластинку с выразительным мелодическим и речевым интонированием, формируют образно-ассоциативное мышление на основе устного русского народного творчества.

Например:

#### **"Кошка"**

Посмотрели мы в окошко (пальцами обеих рук делают "окошко")

По дорожке ходит кошка ("бегают" указательным и средним пальцами правой руки по левой руке)

С такими усами! (показывают "длинные усы")

С такими глазами! (показывают "большие глаза")

Кошка песенку поет, (хлопки в ладоши)

Нас гулять скорей зовёт! ("зовут" правой рукой)

#### □ **Речевые игры.**

Позволяют детям овладеть всеми выразительными средствами музыки. Речевое музицирование необходимо, так как музыкальный слух развивается в тесной связи со слухом речевым. К звучанию добавляются музыкальные инструменты, звучащие жесты, движение, сонорные и колористические средства. Кроме того формирование речи у человека идет при формировании жестов, которые могут сопровождать, украшать и даже заменять слова. Пластика вносит в речевое музицирование пантомимические и театральные возможности, что эффективно

влияет на развитие эмоциональной выразительности речи детей, двигательной активности.

Например:

### "Дождь"

Дождь, дождь, дождь с утра. *(хлопки чередуются со шлепками по коленям)*

Веселится детвора! *(легкие прыжки на месте)*

Шлёп по лужам, шлеп-шлеп. *(притопы)*

Хлоп в ладоши, хлоп-хлоп. *(хлопки)*

Дождик, нас не поливай, *(грозят пальцем)*

А скорее догоняй! *(убегают от "дождика")*

### □ **Музыкотерапия.**

Важная составляющая музыкально-оздоровительной работы в ДОУ. Это создание музыкального сопровождения, которое корригирует психофизический статус детей в процессе их двигательно-игровой деятельности. Музыкотерапия проводится в течение всего дня: детей встречают, укладывают спать, пробуждают после дневного и ночного сна под соответствующую музыку, используют её в качестве фона для занятий и свободной деятельности.

### **Музыка для встречи детей и их свободной деятельности**

*Классика:*

1. И.С.Бах. "Прелюдия до мажор".
2. И.С.Бах. "Шутка".
3. И.Брамс. "Вальс".
4. А.Вивальди "Времена года"
5. Й.Гайдн. "Серенада"
6. Д.Кабалевский "Клоуны"
7. Д.Кабалевский "Петя и волк"
8. В.А.Моцарт "Маленькая ночная серенада"
9. В.А.Моцарт "Турецкое рондо"
10. И.Штраус "Полька "Трик-трак"

*Детские песни:*

1. "Антошка" В.Шаинский
2. "Бу-ра-ти-но" Ю.Энтин
3. "Будьте добры" А.Санин
4. "Веселые путешественники" М.Старокадомский
5. "Все мы делим пополам" В.Шаинский
6. "Да здравствует сюрприз" Ю.Энтин
7. "Если добрый ты" Б.Савельев
8. "Лучики надежды и добра" Е.Войтенко
9. "Настоящий друг" Б.Савельев
10. "Песенка о волшебниках" Г.Гладков

### **Музыка для пробуждения после дневного сна**

1. Л.Боккерини "Менуэт"
2. Э.Григ "Утро"
3. А.Дворжак "Славянский танец"
4. Лютневая музыка XVII века

5. Ф.Лист "Утешения"
6. Ф.Мендельсон "Песня без слов"
7. В.Моцарт "Сонаты"
8. М.Мусоргский "Балет невылупившихся птенцов"
9. М.Мусоргский "Рассвет на Москва-реке"
10. К.Сен-Санс "Аквариум"

#### **Музыка для релаксации**

1. Т.Альбиони "Адажио"
2. И.С.Бах "Ария из сюиты №3"
3. Л.Бетховен "Лунная соната"
4. К.Глюк "Мелодия"
5. Э.Григ "Песня Сольвейг"
6. К.Дебюсси "Лунный свет"

#### *Колыбельные*

1. Н.Римский-Корсаков "Море"
  2. Г.Свиридов "Романс"
  3. К.Сен-Санс "Лебедь"
-

# «Применение здоровьесберегающих технологий на музыкальных занятиях в ДОУ. Методы и приемы».



**Подготовила :**  
**музыкальный руководитель**  
**д\с-к\в №7 г. Кропоткин**  
**Н.Н.Фёдорова**

Система музыкально-оздоровительной работы предполагает использование разнообразных здоровьесберегающих технологий. Среди которых валеологические песенки-распевки, дыхательная гимнастика, артикуляционная гимнастика, оздоровительные и фонетические упражнения, игровой массаж, пальчиковые игры, речевые игры, музыкотерапия.

# Валеологические песенки – распевки



Лечение и  
профилактика  
заболеваний  
органов дыхания.



Формирует осанку  
и правильное  
положение  
корпуса по время  
пения



Несложные добрые тексты и  
мелодия, состоящая из звуков  
мажорной гаммы, позитивно  
влияют на настрой детей,  
улучшают эмоциональный  
климат на занятии.



## **Дыхательная гимнастика:**

Упражнения дыхательной гимнастики направлены на закрепление навыков диафрагмально – речевого дыхания (оно считается наиболее правильным типом дыхания). Ведётся работа над развитием силы, плавности, длительности выдоха.



## **Упражнения на развитие дыхания**



# Артикуляционная гимнастика



Регулярное выполнение артикуляционной гимнастики помогает:  
улучшить кровоснабжение и подвижность артикуляционных органов;  
укрепить мышечную систему языка, губ, щёк;  
научить ребёнка удерживать определённую артикуляционную позу;  
увеличить амплитуду движений; подготовить речевой аппарат к правильному произношению звуков.

	<b>Осанка (видит)</b>	
	<b>Чистка зубов</b>	
	<b>Мешки тесто</b>	
	<b>Чашечка</b>	
	<b>Дудочка</b>	
	<b>Заборчик (язычок)</b>	

## Игроритмические упражнения

Через игроритмические упражнения ребенок выражает свои чувства и высвобождает накопленную энергию, превращая её в акт творчества.



## Элементы игрового массажа.

Использование игрового массажа А. Уманской, М. Картушиной повышает защитные свойства всего организма. Частота заболеваний верхних дыхательных путей снижается.



## Пальчиковые игры.

Пальчиковые игры развивают речь ребенка, двигательные качества, повышают координационные способности пальцев рук (подготовка к письму, рисованию), соединяют пальцевую пластику с выразительным мелодическим и речевым интонированием, формируют образно-ассоциативное мышление.



## Речевые игры



Речевые игры, сопровождающиеся движениями, звучащими жестами (хлопками, шепчками; шлепками и др.), звуками детских музыкальных инструментов, прекрасно развивает чувство ритма.

# Музыкотерапия

Слушание правильно подобранной музыки с выполнением психогимнастических этюдов повышает иммунитет детей, снимает напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает дыхание.



Музыкотерапия – это особая форма работы с детьми с использованием музыки в любом виде (записи на магнитофоне, прослушивание пластинок, игра на музыкальных, пение и др.)

Музыкотерапия дает возможность активизировать ребенка, преодолевать неблагоприятные установки и отношения, улучшать эмоциональное состояние.)

