

Ветошкина Надежда Александровна

воспитатель

Блинова Галина Петровна

воспитатель

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

«Центр развития ребенка – детский сад № 19»

Республика Коми, г. Сыктывкар

## **МУЗЫКАЛЬНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА В МЛАДШЕМ ВОЗРАСТЕ. СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ И ПРИЕМЫ ОБУЧЕНИЯ**

**Цель проекта:** способствовать развитию правильного дыхания детей младшего возраста посредством музыкально-оздоровительной деятельности.

### **Задачи проекта:**

**Образовательные задачи:** пополнить знания детей о правильном дыхании, учить правильному дыханию через разнообразные игровые приемы.

**Воспитательные задачи:** формировать положительное отношение ребенка к самому себе и своему здоровью.

### **Оздоровительные задачи:**

1. Сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье.
2. Создавать условия, обеспечивающие эмоциональное благополучие.

**Целевая группа:** Дети младшего возраста, педагоги, родители, музыкальный работник.

**Рабочая группа:** педагоги, родители.

**Сроки и место реализации проекта:** один год , 2 младшая группа МАДОУ.

### **Результаты музыкально-оздоровительной работы:**

1. Снижение заболеваемости у детей (особенно простудными болезнями).
2. Пополнение предметно-развивающей среды.
3. Выявление и развитие музыкальных и творческих способностей детей.

4. Формирование привычки к здоровому образу жизни, развитие правильного дыхания.

**Краткая аннотация проекта:** посредством включения в музыкальные занятия и в повседневную деятельность детей оздоровительных упражнений способствовать правильному дыханию, укреплению здоровья. Данные оздоровительные игры и упражнения использовать на протяжении всей деятельности ребенка в утреннее и вечернее время, в ходе индивидуальной или подгрупповой работы с детьми.

Музыкально-оздоровительная работа в МАДОУ – это новое направление, как в музыкальном, так и в оздоровительном развитии младших дошкольников. О лечебной силе музыки известно давно. Она может вызывать и ослабевать возбуждение организма, увеличивать работоспособность или отдых ребенка, помогает активизировать умственную деятельность ребенка.

Используя в музыкальной деятельности современные средства здоровьесбережения, мы оздоравливаем детей, создаем эмоциональный комфорт. Обеспечиваем бережное отношение к здоровью. В ходе деятельности выявляем и развиваем музыкальные способности и творческий потенциал каждого малыша, а также оздоравливаем детей.

Используемые небольшие по объему и длительности оздоровительные игры и упражнения приносят детям огромную радость и пользу для здоровья. Применяя новые технологии, включая вопросы сохранения здоровья детей в детском саду и дома, позволят растить крепких, здоровых, музыкальных и счастливых малышей.

**Новизна проекта в том,** чтобы в музыкальной деятельности – на музыкальных занятиях использовать современные здоровьесберегающие технологии, а закреплять в повседневной деятельности – интеграция областей в развитии детей – музыка и здоровье. Привычные виды музыкальной деятельности, развивающие творческие способности и музыкальность ребенка, можно разнообразить с пользой для здоровья.

**Примерный план на месяц** проведения НОД по музыке, каждое занятие повторяется два раза в неделю, первое во вторник, а второе на закрепление – в четверг:

### Музыкальное занятие I неделя – вторник

	Задачи, цель:
1. Слушание музыки. Фортепианная пьеса П.И. Чайковского «Марш деревянных солдатиков».	Приучать слушать исполнение произведения с использованием приёма – с закрытыми глазами, лёжа на полу. Учить понимать его содержание
2. Музыкально-дидактическая игра. Элементарное музицирование «Что такое манор?» (весёлая музыка).	Учить различать весёлую музыку. Выполнять движение в соответствии с мелодией.
3. Пальчиковая игра «Мишка».	Познакомить с текстом игры и мелодией. Развивать мелкую моторику пальцев.
4. Дыхательная гимнастика «Ладошки». А.Н. Стрельниковой.	Учить детей во время гимнастики правильно вдыхать носом, выдыхать ртом.
5. Оздоровительные упражнения. Комплекс оздоровительной гимнастики для горла «Кто громче».	Учить тренировать речевое дыхание, корректировать произношение звуком.
6. Артикуляционная гимнастика «Знакомство с язычком и его домиком».	Вырабатывать качественные, полноценные движения органов артикуляции.
7. 1). Распевка – по звукам манорногопрезвучия. 2). Пение – разучивания песни «Зима».	Учить детей подпевать, петь плавно, не выкрикивая слова.
8. Музыкально-ритмическое движение «Пружинка».	Учить двигаться по всему залу, выполнять мягкие пружинки.
9. Пляска «Полька».	Учить выполнять движения в соответствии с музыкой. Следить за ровным кругом.
10. Музыкальная игра «Зайцы и волк»	Разучить правила игры. Приобщать к активному участию в игре.

### Музыкальное занятие II неделя – вторник

	Задачи, цель:
1. Слушание произведения П.И. Чайковского «Новая кукла».	Учить слушать музыкальное произведение с использованием приёма – внесением куклы.
2. Музыкально-дидактическая игра «Что такое минор?» (Грустная мелодия).	Учить слушать грустную мелодию, сравнивать её с весёлой. Выполнять движения в соответствии с мелодией.
3. Пальчиковая игра «Кошка».	Развивать пальчиковую пластику с мелодическим выразительным интонированием.
4. Дыхательная гимнастика «Насос».	Продолжать учить детей правильно дышать: вдох – шумный, выдох – тихий.
5. Оздоровительные упражнения «Таня»	Способствовать развитию носового и

плачет».	брюшного дыхания.
6. Артикуляционная гимнастика «Котик-Рыжик».	Учить детей правильно зевать и улыбаться, развивать певческие навыки.
7. Пение – песня «Машина».	Учить слушать песню, понимать её содержание. Учить петь, передавая характер, вместе вступая и заканчивая.
8. Музыкально-ритмические движения-хлопки. «Плясовая» Т.Ломовой.	Учить детей отбивать ритм произведения хлопками. Учить слушать музыку. Поощрять творческие проявления.
9. Хоровод «Встаньте дети в круг».	Учить ходить красивым шагом. Следить за ровным кругом.
10. Музыкальная подвижная игра «Спляшем, Ваня».	Игровые образы передавать в соответствии с характером музыки.

### Музыкальное занятие III неделя – вторник

	Задачи, цель:
1. Слушание произведения П.И. Чайковского «Болельщик».	Продолжать учить слушать музыку с использованием приёма – рассматривание картины.
2. Музыкально-дидактическая игра «Манор – это яркие цвета».	Учить запоминать цветовые сигналы мелодии.
3. Пальчиковая игра «Куклы спят».	Повышать координационные способности пальцев рук.
4. Оздоровительные упражнения «На лошади».	Продолжать развивать правильное дыхание.
5. Дыхательная гимнастика «Носочки - пяточки».	Тренировать дыхательные мышцы.
6. Артикуляционная гимнастика «Котик-Рыжик».	Учить детей «протаскивать» язык между зубами вперёд – назад.
7. Пение песни «Ванюша».	Развивать музыкальный слух. Петь плавно, не выкрикивая слова.
8. Музыкально-ритмические движения «Снежинки».	Учить выполнять легко, плавно, в соответствии с музыкой.
9. Танец «Помирились».	Разучить движения к танцу. Запомнить их последовательность.
10. Музыкальная игра «Шагают мальчики и девочки».	Учить детей ходить по прямой, пружинящим шагом вокруг себя.

### Музыкальное занятие IV неделя – вторник

	Задачи, цель:
1. Слушание произведения П.И. Чайковского «Игра в лошадки».	Продолжать внимательно слушать музыку с использованием приёма – внесение атрибутов к игре «Лошадки».
2. Музыкально-дидактическая игра «Минор – тёмные цвета».	Учить запоминать характер музыки и связывать её с цветовым сигналом.
3. Пальчиковая игра «Мячик».	Учить сочетать движения с текстом.

	Развивать гибкость пальцев.
4. Дыхательная гимнастика «Обезьянки».	Учить держать правильную осанку, следить, чтобы дети не делали слишком большой вдох, учились делать недобор воздуха незаметно.
5. Оздоровительные упражнения «Мартышки».	Учить вытягивать губы, двигая ими вправо и влево, делая гримасы.
6. Артикуляционная гимнастика «Котик-Рыжик».	Учить облизывать рот языком по часовой стрелке, сильно высовывать язык то влево, то вправо.
7. Пение песни «Ванюша».	Развивать музыкальный слух. Петь плавно, не выкрикивая слова.
8. Музыкально-ритмические движения-хлопки. «Плясовая» Т.Ломовой.	Познакомить детей с движениями – приседание и кружение в парах.
9. Хоровод «Гори, гори ясно».	Развитие танцевально-игрового творчества.
10. Музыкальная подвижная игра «Каблуки».	Разучить игру. Учить делать притопы правой и левой ногой.

Примерное введение оздоровительных технологий в образовательный процесс младшей группы: начинать деятельность с жизнеутверждающей **валеологической песни** – распевки, дающей позитивный настрой на весь день. Не сложные, добрые тексты и мелодии, состоящие из звуков мажорной гаммы, поднимают настроение, задают позитивный тон к восприятию окружающего мира, улучшают эмоциональный климат на занятии, подготавливают голос к пению, н-р: «**Доброе утро**».

**Слушание музыки** и разучивание текстов песен можно перемешать с **игровым массажем**. Его цель – научить детей посредством правильного выполнения игрового массажа благоприятно влиять на внутренние органы: сердце, печень, легкие, кишечник, воздействуя на биологические точки тела. Делая массаж определенной части тела, ребенок воздействует на весь организм в целом. У ребенка повышаются защитные свойства верхних дыхательных путей и всего организма, нормализуется вегетососудистый тонус. Снижается частота заболеваний верхних дыхательных путей. Н-р: Массаж спины «**Дождик**», Самомассаж «**Дождь**»

**Кроме массажа и самомассажа** очень важны **пальчиковые игры**, т.к. на ладонях находятся важные для всего организма биологически активные точки,

в игре разминают, массируют пальчики и ладошки, благоприятно воздействуя на все органы. Повышают координационные способности пальцев рук (подготовка к рисованию, письму). Тексты для игр очень просты короткие стихотворения, русские народные песенки, потешки и считалки. Н-р: «Дождик большой и маленький»

Перед пением песен полезно заняться **дыхательной артикуляционной гимнастикой**, оздоровительными упражнениями для горла, голосовых связок с целью профилактики простудных заболеваний. **Н-р: Дыхательное упражнение «Ветер».**

**Речевые игры** можно сопровождать музыкально-ритмическими движениями, можно использовать игру на музыкальных инструментах. Н-р: «Гусенок Тимошка». Танцевальную импровизацию можно совместить с музыкотерапией.

**Во время утренней зарядки использовать дыхательную гимнастику по методике А.Н. Стрельниковой.** Принцип гимнастики – короткий и резкий вдох носом в сочетании с движениями, сжимающими грудную клетку. Это вызывает общую физиологическую реакцию всего организма, обеспечивающую широкий спектр позитивного воздействия.

- Вдох - громкий, короткий, активный (просто шумно на всю комнату шмыгать носом, как бы нюхая).
- Выдох – абсолютно пассивный, уходит через нос или через рот (кому как удобно). О выдохе думать запрещено. Воздух должен сам уходить после каждого вдоха.
- Каждое упражнение должно разучиваться детьми до автоматизма (около месяца)

Подводя итоги работы, мы с радостью можем сказать, что у детей стали более интересны самостоятельные игры: включаются элементы импровизации, массажа. Пополнилась предметно-развивающая среда группы новыми

пособиями для организации дыхательной гимнастики. Быстрее запоминают слова песен и мелодии. Многих детей родители записали в танцевальный кружок, в театральный кружок. Ребята научились правильно дышать, что напрямую повлияло на заболеваемость детей - дети стали меньше болеть. (Списочный – 27 детей, посещаемость - 22-25).