



Музыка и здоровье в детском саду.

Консультация для родителей.

Оздоровление детей в последнее время становится приоритетным направлением в работе многих ДООУ. Для этого в свою работу педагоги включают новые приёмы сохранения и укрепления здоровья детей.

Ещё древние философы Аристотель, Пифагор, Платон считали, что музыка восстанавливает нарушенную болезнью гармонию в человеческом теле. Тысячу лет назад великий древний врач Авиценна лечил музыкой нервные и психические заболевания.

Основной формой музыкальной деятельности в дошкольном учреждении являются музыкальные занятия, на которых осуществляется воспитание и формирование музыкальных и творческих способностей детей, а так же используются следующие здоровьесберегающие технологии.

Валеологические песенки - распевки. Несложные тексты и мелодия в мажоре, которые поднимают настроение, улучшают эмоциональный климат.

Дыхательная гимнастика. Специальные упражнения для развития правильного певческого дыхания и осанки. В результате проведения дыхательной гимнастики на каждом музыкальном занятии повышаются показатели диагностики дыхательной системы, развиваются певческие способности детей.

Артикуляционная гимнастика. Упражнения на подготовку правильного произношения звуков и тренируют мышцы речевого аппарата, повышают показатели уровня развития речи детей, певческих навыков, памяти, внимания.

Фонопедические упражнения. Упражнения для укрепления хрупких голосовых связок детей, подготовка их к пению, профилактика заболеваний верхних дыхательных путей. На занятиях используются оздоровительные упражнения для горла, интонационно-фонетические и голосовые сигналы доречевой коммуникации, игры со звуком.

Игровой массаж. Тысячи лет назад тибетские монахи установили: нам приятно хлопать в ладоши, ходить босиком, так как это бессознательно посылает положительные сигналы внутренним органам. Приёмы массажа полезны не только больному, но и здоровому человеку. Делая самомассаж определённой части тела, ребёнок воздействует на весь свой организм. Все эти упражнения выполняются в игровой занимательной форме.

Пальчиковые игры. Такие игры являются песенками или исполняются под музыку. Они развивают речь, двигательные качества, координацию, формируют образно-

ассоциативное мышление на основе русского народного творчества.

Речевые игры. Речевое музицирование необходимо, так как музыкальный слух развивается в тесной связи со слухом речевым. Поэтому речевые игры помогают детям овладеть всем комплексом выразительных средств музыки. Такие игры могут сопровождаться движениями, звучащими жестами (хлопки, притопы), игрой на музыкальных инструментах, в том числе и самодельных. Тексты должны быть простыми, легко запоминающимися. В основном это образцы устного народного творчества и ритмодекламация – ритмичное произнесение текста под музыку.

Музыкотерапия. Способствует коррекции психофизического здоровья. Различают активную (импровизация под музыку и словесные комментарии) и пассивную (прослушивание музыки как фона). Музыка снимает напряжение и раздражительность, головную боль, восстанавливает дыхание. Звучание разных инструментов так же по-разному влияют на организм человека. Духовые развивают эмоциональную сферу, ударные придают силу, фортепианная музыка развивает интеллектуальные способности, а струнные инструменты прямо воздействуют на сердце, развивают в человеке чувства сострадания. Музыкальные занятия с использованием здоровьесбережения эффективны при учёте индивидуальных и возрастных особенностей детей и с учётом принципа «Не навреди!»