

## **«Формы оздоровления и технологии развития дошкольников в работе музыкального руководителя»**

**Педагогическая технология** – это современное направление педагогической практики, целью которого является гарантированное достижение воспитанниками запланированных результатов обучения (это системная совокупность и порядок функционирования всех личностных, инструментальных и методологических средств, используемых для достижения педагогических целей) (М.В.Кларин).

Я, как музыкальный руководитель, в работе с детьми использую различные традиционные и инновационные педагогические технологии: здоровьесберегающие, информационно-коммуникационные и диагностические технологии. Подробнее разберем здоровьесберегающие педагогические технологии.

**Здоровьесберегающие технологии.** Если дети на занятии пассивные и вялые, проводится **точечный массаж** в начале занятия по системе **Виктора Емельянова**. Указательными пальцами дети массируют чувствительные точки на лице, грудной клетке, на ладонях, тем самым бессознательно посылая положительные сигналы внутренним органам. Выполнение массажных манипуляций расширяет капилляры кожи, улучшая циркуляцию крови и лимфы, активно влияет на обменные процессы организма, тонизирует центральную нервную систему. Проводя с детьми массаж, дети активизируются, настраиваются на плодотворную интересную работу.

Проводится **дыхательная гимнастика** по методике **Александры Николаевны Стрельниковой**. Своеобразие дыхательной техники Стрельниковой состоит в том, что вдох делается с усилием, а выдох осуществляется произвольно. Дыхательные упражнения тренируют дыхательные мышцы и регулируют работу дыхательного центра. Для того, чтобы разогреть артикуляционный аппарат, подготовить его к пению, проводятся артикуляционные **гимнастики**.

Очень эффективной является артикуляционная гимнастика для самых маленьких «Тру-ля-ля», автор **В. Н. Костыгина**. В игровой форме мы с детьми рассказываем сказку про язычок, во время которой проводится гимнастика для языка (язычок умывается, язычок на кухне, язычок на прогулке). В 2018 году буду апробировать "Артикуляционную гимнастику в стихах и картинках", автор **Т. А. Куликовская**, в котором предложено описание как отдельных упражнений артикуляционной гимнастики, так и подобранных комплексов упражнений, сопровождающихся рисунками и стихами. Систематически используя артикуляционную гимнастику, у детей происходит выработка качественных, полноценных движений органов артикуляции, подготовка к правильному произношению звуков.

Используется в работе с детьми **первый комплекс упражнений фонетического метода развития голоса по системе-мистификации Виктора Емельянова**. Система-мистификация – это создание инерции успешной деятельности.

Для этого я, как музыкальный руководитель, предлагаю детям абсолютно исполнимые задания в игровой форме. «Важно начать что-то делать и издавать звуки, что, и какие – неважно» - считает Виктор Емельянов. В упражнении "Качельки" дети голосом изображают движение качелей вверх-вниз. В упражнении «Капельки» дети изображают голосом капельки дождя, произнося слова и выполняя определённые движения руками. Главное – верно слышать свой голос, голоса детей и верно показывать упражнения (или другие элементы системы). Используя в работе фонопедический метод развития голоса по системе Виктора Емельянова, у детей развивается носовое, диафрагмальное, брюшное дыхание, стимулируется гортанно-глоточный аппарат и деятельность головного мозга.

Музыкотерапевтические упражнения предназначены для уменьшения у детей физического и эмоционального напряжения. Они обычно содержат два основных компонента, а именно: восприятие музыки в движении и успокоение и выравнивание дыхания. Особое значение в современной музыкотерапии приобретает интеграция музыки с выразительными возможностями иных видов искусств. Самыми часто употребляемыми из интегрированных методов музыкотерапии считают:

- рисование под музыку;
- музыкально-подвижные игры;
- пантомима;
- пластическая драматизация под музыку;
- музыкальная цветотерапия;
- придумывание детьми сказок во время и после слушания музыки.

Одной из здоровьесберегающих технологий является **эвритмия** (с греч. – «прекрасный ритм», «прекрасное движение») - это духовная физкультура. Основы искусства эвритмии были разработаны Рудольфом Штейнером (1861-1925) — австрийским философом и мыслителем, положившим начало антропософски ориентированной духовной науке (**Вальдорфская педагогика**). Эвритмическая гимнастика – вид оздоровительно-развивающей гимнастики, основанной на ритмических закономерностях речи, музыки, общеразвивающих упражнений, базовых шагов и элементов аэробики. Основные задачи, решаемые на занятиях по эвритмической гимнастике: формирование и коррекция осанки, чувства темпа и ритма движений, внимания, пространственной ориентации; развитие двигательных качеств: силы, выносливости, быстроты, гибкости, ловкости; коррекция координации движений рук (**пальчиковая гимнастика**), включение в общеразвивающие упражнения мелких движений рук и ног; улучшение психического состояния (снижение тревожности и агрессии, эмоционального и мышечного напряжения, совершенствование внимания, воображения); расширение эмоционального опыта, развитие навыков взаимодействия друг с другом; формирование творческого начала («ритмическое фантазирование» на заданные темы), создающего атмосферу радости и стимулирующего развитие созидательных способностей. Общеразвивающие упражнения в эвритмической гимнастике выполняются из разных исходных

положений: стоя, сидя на полу, лежа на животе, спине, боку, в различных упорах. Каждый комплекс состоит из подготовительной и основной частей. Подготовительная часть обеспечивает разогревание организма, подготовку его к главной физической нагрузке. В основной части предусмотрены упражнения для мышц шеи, рук, плечевого пояса, туловища и ног. Подбираются они с таким расчетом, чтобы равномерно «нагрузить» все части тела. Здоровьесберегающие технологии являются эффективными в работе музыкального руководителя с детьми.