**Семинар для педагогов.**

**Тема:** «Применение здоровьесберегающих технологий в ДОУ».

Актуальная тема для разговора во все времена – это здоровье человека. Здоровье нельзя удержать лекарствами. Но есть другое средство – движение.  
Дошкольный возраст является решающим этапом в формировании фундамента физического и психического здоровья ребенка. В этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма. Наметившаяся в последние годы устойчивая тенденция ухудшения здоровья дошкольников, увеличение количества детей с нарушениями психического и речевого развития, диктует необходимость поиска механизмов, позволяющая изменить эту ситуацию.  

**Актуальность применения здоровьесберегающих технологий в музыкальном образовании.**

1. Повышение уровня заболеваемости детей ОРВИ, ОРЗ.
2. Эффективность музыкального воздействия на физиологию ребёнка.
3. Отсутствие единого целостного подхода в оздоровительной работе среди специалистов МДОУ.
4. Повышение уровня профессиональной компетентности музыкального руководителя в условиях педагогики оздоровления.

**Цель и задачи** применения здоровьесберегающей технологии в процессе музыкального образования дошкольников

Основополагающей целью применения здоровьесберегающей технологии в

процессе музыкального образования дошкольников является организация единой оздоровительной работы ДОУ направленной на целостное физическое, эстетическое, познавательное и социальное  развитие  личности ребенка.

Обогащение содержания музыкального образования различными видами

здоровьесберегающей деятельности.

Формирование здоровьесберегающего подхода в музыкальном образовании

путем интеграции задач музыкального и физического развития ребенка.

Повышение  эффективности овладения детьми музыкальной деятельности,

посредством внедрения в музыкальное образование  здоровьесберегающих

технологий.

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. Широко использую музыку для сопровождения учебной деятельности дошкольников (на занятиях по изобразительной деятельности, 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.

При использовании здоровьесберегающих технологий в музыкальной деятельности учитываюся возрастные особенности дошкольников, их личные интересы, потребность в самореализации, общении, одобрении, проявлении инициативы.

**Использование здоровьесберегающих педагогических технологий. Технология сохранения и стимулирования здоровья:**

Лечебная гимнастика                                   Игровая гимнастика

Лечебно – профиллктические танцы          Физ.минутки

Подвижные игры                                          Релаксация

Пальчиковая гимнастика                             Дыхательная гимнастика

**Технологии обучения здоровому образу жизни**

Коммуникативные игры – танцы                Самомассаж

Гимнастика для профилактики зрения

**Коррекционные технологии**

Музыкотерапия                                             Фонетическая ритмика

**Условия**

- Систематизировать и разнообразить работу музыкального руководителя со специалистами и воспитателями по проблеме: сохранение и укрепление здоровья детей посредством внедрения в работу МДОУ здоровьесберегающих технологий.

- Использовать в работе музыкального руководителя регламентируемых и не регламентируемых видов деятельности , способствующих  укреплению и сохранению здоровья дошкольников.

- Привлекать родителей к участию в мероприятиях детского сада   (всеобучи, занятия, консультации, беседы)

**Регламентируемые виды деятельности**

* Музыкально-оздоровительные занятия, утренняя гимнастика, в разных видах деятельности.
* Музыкально – ритмические движения.
* Индивидуальные коррекционные занятия (индивидуально-дифференцированный подход)
* Занятия фонетической ритмикой.
* Логоритмика
* Кружок дополнительного образования по оздоровительной гимнастике и лечебно – профилактическому танцу «Озорные светлячки»

**Нерегламентируемые виды деятельности**

- музыкальное сопровождение режимных моментов, способствующее как активизации, так и успокоению центральной нервной системы ребенка.

- совместная музыкальная деятельность воспитателя и детей в группе, основанная на здоровьеформирующих принципах.

- совместная музыкальная деятельность родителей и детей в семье адекватная музыкальной деятельности в ДОУ.

-Использование антистрессовой пластической гимнастики на музыкальных занятиях в детском саду.

Музыкальная терапия.

Минуты шалости  (танцы между занятиями)

Музыкальное сопровождение режимных моментов, способствующее как активизации, так и успокоению центральной нервной системы ребенка.( на занятиях ИЗО, художественно – конструктивной деятельности, трудовой деятельности, во время приёма детей, в летний период во время прогулки).

- совместная музыкальная деятельность воспитателя и детей в группе, основанная на здоровьеформирующих принципах.

- совместная музыкальная деятельность родителей и детей в ДОУ  ( досуги, викторины, развлечения, праздники).

Использование антистрессовой пластической гимнастики на музыкальных занятиях , физкультурных и физминутках.

Музыкальная терапия.

Минуты шалости  (танцы между занятиями).

**Музыкально – ритмические движения** («Ритмическая мозайка» Буренина.)

Младший возраст**:** «Чебурашка», «Куклы – неваляшки», «Плюшевый медвежонок».

Средний возраст: « Разноцветная игра», «Антошка», «Белые кораблики», «Мячик», «Волшебный цветок», «Птичка польку танцевала».

 Старший дошкольный возраст: «Весёлые путешественники», «Кузнечик», «Чунга – чанга»,  «Дразнилки», «Кукляндия», «Карнавальное шествие», полька «Кремена», «Найди пару», «Какадурчик».

**Дыхательная гимнастика**  в различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры.

 ( А. Н. Стрельникова)

Упражнения: «Ладошки», «Шарики», «Дерево», «Кошка», «Маятник», «Повороты головы», «Насос», «Перекаты».

**Попевки** на одном звуке: «Сорока», «Андрей – воробей», «Люли», «Сапожок».

Попевки на двух и нескольких звуках : «Баю-бай», «В школу», «Лесенка», «Теремок», «Самолёт», «Ракета», «Горошина».

**Пальчиковая гимнастика:** «Пальчики встречаются», «Твёрдые ладошки», «Весёлые пальчики», «Пальчики танцуют», «Что умеют мои пальчики».

**Музыкальные подвижные игры:**  «Ай-дили-дил-дили!», «Игра с лентой», «Найди листок», «Огуречик», «Мой ребёнок», «Беги ко мне».

Игры – это часть музыкального занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой, средней и высокой степени подвижности. Ежедневно для всех возрастных групп. Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. **Антистрессовая  пластическая гимнастика** (АПГ): упражнения «Водоворот», «Мельница», «Солнечные зайчики», «Лови мяч», «Покачаемся в лодке» и т.п.

Проводится с младшего возраста индивидуально, либо с подгруппой ежедневно. Рекомендуется всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время).

**Гимнастика для глаз** проводится ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста. Рекомендуется использовать наглядный материал, показ педагога.

**Релаксация.**Упражнения: «Отдохнём», «В лесу», «На волнах», «Птички», «Погреемся на солнышке», «Загораем».

Релаксациюможно проводить в любом подходящем помещении, в зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп. Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы.

**Динамические паузы** – во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Рекомендуется для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз, дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия.

В утренние часы проведение **точечного самомассажа**. Проводится в преддверии эпидемий, в осенний и весенний периоды в любое время дня. Проводится строго по специальной методике. Рекомендуется детям с частыми простудными заболеваниями и болезнями органов дыхания. Используется наглядный материал (специальные модули).