

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ - ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА  
ДЕТСКИЙ САД №4 «ЛЕСОВИЧОК» П. ТАЛАКАН

Проект:

СОХРАНЕНИЕ И УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ  
ДОШКОЛЬНИКОВ В МУЗЫКАЛЬНОЙ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Автор проекта:

Халимова Марина

Олеговна

Музыкальный руководитель

высшей квалификационной

категории



*«Музыка не только фактор облагораживающий, воспитательный.  
Музыка — целитель здоровья.»  
Бехтерев В.*

### **Краткая аннотация проекта**

**Актуальность:** В новых федеральных государственных образовательных стандартах огромное внимание уделяется вопросам здоровьесбережения. В Концепции дошкольного воспитания решению проблем, связанных с охраной и укреплением здоровья детей, отводится ведущее место. Сегодня сохранение и укрепление здоровья детей - одна из главных стратегических задач развития страны.

Здоровьесбережение становится приоритетным направлением в работе многих ДОУ, так как по данным медицинской статистики, количество дошкольников с хроническими заболеваниями увеличивается с каждым годом. Научно доказано, что музыкальное развитие неразрывно связано с физическим самочувствием ребенка. Пение развивает голосовой аппарат, речь, укрепляет голосовые связки, регулирует дыхание детей. Ритмика улучшает осанку ребенка, координацию, уверенность и пластику движений.

На музыкальных занятиях, возможно и необходимо использовать современные здоровьесберегающие технологии.

**Научная основа:** проект базируется на программах и методических пособиях музыкального воспитания – А. Бурениной, Н. Ветлугиной, О. Радыновой, а также по воспитанию здорового ребенка и диагностике – В. Алямовской, Г. Урунтаевой и др.

**Сущность проекта:** музыкально-оздоровительный проект состоит из блоков:

- ✓ Определение проблемы, выбор темы проекта, определение цели проекта и задач
- ✓ Сбор, систематизация, хранение информации
- ✓ Условия (создание предметно-развивающей среды и условий для музыкального воспитания)
- ✓ Музыкальные занятия с использованием здоровьесберегающих технологий
- ✓ Взаимодействие ДОУ с родителями по музыкальному воспитанию

### **Степень распространения:**

- Представление проекта в ДОУ

- Публикация материалов проекта на личной страничке интернет сайта

**Продолжительность:** долгосрочный

**Участники проекта:** воспитанники ДОУ, квалифицированные педагоги, музыкальный руководитель, медицинский работник, старший воспитатель, родители.

## **СОХРАНЕНИЕ И УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ** **ДОШКОЛЬНИКОВ** **НА МУЗЫКАЛЬНЫХ ЗАНЯТИЯХ**

### **ВВЕДЕНИЕ**

Одной из важнейших задач нашего общества является формирование жизнеспособного, здорового подрастающего поколения. В условиях неблагоприятной экологической обстановки, неустойчивых социальных условий проблема здоровья детей является особенно актуальной, и начинать решать эту важную проблему необходимо с самых первых дней жизни ребенка. Именно в этот возрастной период закладываются основы здоровья человека, вырабатывается сопротивляемость организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды. Решение проблем здоровья детей и его сбережения работа не одного дня и одного человека, а целенаправленная, систематически спланированная деятельность всего коллектива образовательного учреждения на длительный период в непосредственно тесном контакте с родителями дошкольников.

Музыка, воспринимаемая слуховым рецептором, воздействует на общее состояние человека, вызывает реакции, связанные с изменением кровообращения, дыхания. В.М. Бехтерев доказал, что музыка может вызывать и ослаблять возбуждение организма. П.Н. Анохин сделал вывод о положительном влиянии мелодического и ритмического компонентов музыки на работоспособность или отдых человека.

Положительное влияние музыки на здоровье человека отмечалось и в исторических трудах великих ученых. Аристотель считал музыку средством воздействия на психику человека. Его учение раскрывало представления о внутреннем мире человека и возможностях влияния на него при помощи искусства. Пифагор разработал понятие-учение об эвритмии, которая понималась как – «способность человека находить верный ритм во всех жизненных проявлениях»- не только в пении, танце и игре на музыкальных инструментах, но и в мыслях, поступках, речах. Именно от Пифагора пошла традиция сравнивать, общественную жизнь с музыкальным ладом, оркестром, где каж-

дому человеку, подобно инструменту в оркестре отведена своя роль. Великий Платон считал, что «сила государства находится в прямой зависимости от того в каких ладах и ритмах в нем звучит музыка.

Итак, с одной стороны музыка благоприятна для организма в целом и является одним из средств физического воздействия на организм человека, (в дошкольном учреждении на физическое развитие ребенка). С другой стороны использование здоровьесберегающих технологий (дыхательная гимнастика, пальчиковые и речевые игры, ритмопластика) используемых на музыкальных занятиях развивают не только музыкальные способности, но и помогают развитию и укреплению здоровья ребенка.

Этот вывод послужили для меня стимулом к созданию проекта и внедрения его в работу по музыкальному воспитанию.

### **Новизна проекта:**

- Использование здоровьесберегающих технологий в игровой форме на традиционных музыкальных занятиях и дополнительных занятиях по обучению детей пению, праздниках и развлечениях.
- Формирование у детей привычки к здоровому образу жизни, на занятиях, развлечениях, праздниках, свободной деятельности.
- Новые формы воздействия с семьей по музыкальному воспитанию и приобщение детей к здоровому образу жизни.
- Активное сотрудничество музыкального руководителя с педагогами, инструктором по физвоспитанию, медицинским персоналом, родителями.

### **Цель проекта:**

- включать в планирование музыкальных занятий здоровьесберегающие технологии, обеспечивающие каждому ребенку укрепление психического и физического, развитие музыкальных и творческих способностей, формирование привычки к здоровому образу жизни.

### **Образовательные задачи:**

- 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 ребенка.
- Развивать и укреплять здоровье ребенка, через систему дыхательных упражнений. Охранять детский певческий голосовой аппарат.

### **Воспитательные задачи:**

- Воспитывать уважительное отношение к культуре.
- Формировать положительное отношение ребенка к здоровому образу жизни, окружающему миру, к своей семье, самому себе.

**Гипотеза:**

развитие музыкальных способностей дошкольников и укрепление их здоровья будет успешным при систематичном использовании на музыкальных занятиях здоровьесберегающих технологий в игровой форме.

**Предполагаемый результат:**

- повышение уровня развития музыкальных и творческих способностей детей;
- устойчивость эмоционального благополучия каждого ребёнка;
- повышение уровня речевого развития;
- снижение уровня заболеваемости;
- развитие физической и умственной работоспособности.

**Этапы реализации проекта:**

этапы	цель	форма работы	содержание	сроки
<b>1 этап</b> организационный	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Изучение литературы по данной проблеме</li> <li>✓ Накопление методического материала</li> <li>✓ Определение задач реализации проекта</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ самообразование</li> <li>✓ самоанализ</li> <li>✓ знакомство с новыми здоровьесберегающими технологиями, оценка возможности их применения в муз. воспитании</li> </ul>	Определение основных источников информации и необходимых ресурсов работы	На протяжении всего учебного года 2015-2016
<b>2 этап</b> диагностический	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ выявление начального уровня развития музыкальных способностей детей</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ диагностирование детей при участии старшего воспитателя, педагогов</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ разработка инструментария процесса работы</li> </ul>	сентябрь-октябрь 2015

3 этап практический	Создание методических разработок для реализации проекта	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Музыкальные занятия с использованием здоровьесберегающих технологий</li> <li>✓ Развлечения и досуги для детей и родителей</li> <li>✓ Музыкально-валеологические занятия</li> <li>✓ Музыкотерапия в повседневной жизни</li> <li>✓ Музыкально-физкультурные развлечения</li> <li>✓ самообразование</li> </ul>	Мастер-классы, консультации, творческие площадки	октябрь-май
4 этап обобщающий	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Исследование результатов практической деятельности</li> <li>✓ перспективное планирование с учетом этих результатов</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ диагностика уровня развития музыкальных и творческих способностей</li> <li>✓ создание методических рекомендаций, брошюр, пособий</li> </ul>	Анализ, обобщение полученных результатов. предварительное подведение итогов. Разработка методических рекомендаций. Коррекция деятельности	Май 2016

## СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА ПРОЕКТА

### Условия

Для полноценного развития музыкальных и физических способностей детей в ДОУ должны быть созданы все необходимые условия в музыкальном и физкультурном залах, групповых комнатах, на спортивной площадке и всей территории ДОУ.

Поэтому при организации предметно - развивающей среды старалась учитывать, чтобы содержание носило развивающий характер, и было направлено на развитие творчества каждого ребёнка в соответствии с его индивидуальными возможностями, доступной и соответствующей возрастным особенностям детей.

Организация педагогического процесса музыкального развития старших дошкольников во многом зависит от оснащения необходимым оборудованием. Интерес к музыкальной деятельности воспитанников ДОУ, осуществляется путем посещения музыкального зала, который представляет собой удобное, просторное, красиво убранное помещение с основным музыкальным инструментом, где проходят музыкальные занятия, праздники, развлечения, досуги...

**Музыкальный кабинет оснащён** - музыкальными игрушками инструментами, музыкально - дидактическими пособиями и играми, инструментами-самоделками, техническими средствами обучения, всевозможной методической литературой, различными атрибутами, специальной мебелью.

Помещения	Процессы	Участники
1	2	3
Музыкальный зал	Утренняя гимнастика Музыкальные занятия Индивидуальные занятия Танцевальный кружок Праздники, досуги, развлечения	Дети, музыкальный руководитель, воспитатели, родители
Групповая комната	Самостоятельная музыкальная и театральная деятельность в музыкальных уголках. Индивидуальная работа с детьми.	Дети, музыкальный руководитель, воспитатели.
Физкультурный зал	Утренняя разминка. Физкультурные занятия с музыкальным сопровождением. Музыкально-спортивные праздники и развлечения	Дети, музыкальный руководитель, воспитатели.
Территория детского сада	Праздники. Развлечения. Музыкально-физкультурные праздники Спортивные праздники и развлечения	Дети, музыкальный руководитель, воспитатели.

### **МУЗЫКАЛЬНЫЕ ЗАНЯТИЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ**

Система музыкально-оздоровительной работы предполагает использование на музыкальных занятиях следующих здоровьесберегающих технологий:

- дыхательная гимнастика, повышает показатели диагностики дыхательной системы, развивает певческие способности
- артикуляционная гимнастика, вырабатывает качественные, полноценные движения органов артикуляции, подготавливает к правильному произнесению фонем.

- игровой массаж, повышает защитные свойства верхних дыхательных путей и всего организма, нормализует вегетососудистый тонус, деятельность вестибулярного аппарата и эндокринных желез

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

- речевые игры, развивают музыкальный и речевой слух, выразительность речи, двигательную активность

- музыкотерапия, способствует коррекции психофизического статуса детей в процессе их двигательной-игровой деятельности. Слушание правильно подобранной музыки повышает иммунитет детей, снимает напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание.

Все технологии здоровьесбережения используются с учетом индивидуальных и возрастных особенностей каждого ребенка, его интересов.

### **ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С РОДИТЕЛЯМИ**

Успешность реализации любого направления здоровьесберегающей деятельности зависит от тесного сотрудничества педагогов и родителей. Без их участия и поддержки результаты по здоровьесбережению будут минимальными. Для привлечения родителей к совместной деятельности используем эффективные формы работы:

- литературно-музыкальные гостиные,
- театрализованные постановки;
- беседы о влиянии музыки на здоровье дошкольников.

Это способствует повышению компетентности родителей в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей, установлению тесных эмоциональных контактов между детьми и родителями, а также психологическому комфорту дошкольников.

### **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Сохранение здоровья детей, создание сопутствующих условий - важнейшая задача всех ДОУ.

Обогащение содержания музыкального образования различными видами здоровьесберегающей деятельности приведет к положительному результату эффективности овладения детьми музыкальной деятельностью, а также к формированию мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни.