Статья учителя музыки ГБОУ СОШ №535 г.Санкт-Петербург

Спицыной Е.В.

**ВАЛЕОЛОГИЯ В ИГРОВОЙ ФОРМЕ НА УРОКАХ МУЗЫКИ**

На современном этапе развития общества в нашей стране образование столкнулось с новой глобальной проблемой – снижение уровня здоровья учащихся. Это снижение обусловлено многими причинами, в том числе и той, что в следствии бурного техногенного развития нашего общества все формы игрового и социального общения наших детей резко сместились в область компьютерных технологий, в ущерб играм развивающим физическое здоровье ребенка. Бессмысленно спорить с техническим прогрессом, но необходимо восполнить недостаток физически развивающих игр, для того чтобы наши дети стали не только грамотными, но физически здоровыми людьми.

Огромные возможности восполнения пробелов физического развития детей скрыты в уроках музыки, т.к. музыка тесно переплетается с другими видами искусства, такими как танцы, пение, обеспечивающими физическое развитие. Танцевальные элементы и ритмопластика гарантируют общефизическое развитие, а пение, это лучшая дыхательная гимнастика, укрепляющая сердце, легкие, помогающая избавляться от нервного напряжения.

Движение это необходимая составляющая гармоничного развития человека, недостаток двигательной активности может нанести серьезный вред здоровью. Поэтому необходимо уделять значительное внимание на уроках музыки подвижным дидактическим играм, включающим в себя элементы, способствующие нормализации работы мышц и дыхательного аппарата. Танцевальные, ритмопластические движения должны быть простыми, чтобы ребенок мог их согласовать с ритмическим рисунком музыкального произведения и выполнять их соответственно. Набор предлагаемых движений должен быть разнообразным для нормализации работы и развития различных групп мышц. При выполнении движений необходимо обращать внимание на осанку, положение головы, рук и ног. Разнообразие упражнений на уроке в сочетании со звучанием различных музыкальных отрывков и демонстрацией Multimedia материалов создает у учащихся повышенный интерес к предмету за счет новизны его подачи, снижает утомляемость учащихся. Эти упражнения нужны не только для укрепления здоровья ребенка в текущий момент, но и для его умения организовать свой активный отдых в будущем.

Одним из основных видов деятельности урока музыки является хоровое пение. Именно этот жанр музыкального искусства может воздействовать на исправление дефектов речи посредством разнообразных вокальных упражнений. Цель этих упражнений заключается в восстановлении и развитии подвижности артикуляционного аппарата. Вокальные упражнения формируют у учащихся правильное дыхание, звукообразование, расширение диапазона голосовых возможностей. Это способствует развитию легких и дыхательной системы в целом. Исполнение хорового произведения дуэтом, трио, квартетом и т.д. воспринимается учащимися как игровой элемент урока. Упражнения должны предусматривать развитие дикции, звукообразования и дыхания. Хоровое пение укрепляет здоровье и оказывает эстетическое и нравственное воздействие на учащихся.

На уроках музыки необходимо не только приобщить детей к музыкальному искусству, но применяя различные валеологические приемы научить беречь и преумножать свое здоровье, донести до будущего поколения умение воспринимать и преумножать музыкальную культуру человечесва.