**Сообщение «Методы оздоровления детей на музыкальных и логоритмических занятиях»**

Для всестороннего развития особенно важно формирование духовно богатого, эстетически и музыкально-развитой личности, творчески активной, развитой интеллектуально и физически.

Научные данные о физиологических особенностях восприятия дают обоснование для использования музыкальных и логоритмических занятий в целях оздоровления детей.

Основные оздоровительные задачи музыкальных занятий и логопедической ритмики:

1. Укрепление костно-мышечного аппарата.
2. Развитие дыхания.
3. Развитие моторных функций.
4. Воспитание правильной осанки, походки, грации движений.

Такой вид музыкальной деятельности, как пение тесно связан с физическим развитием и оздоровлением ребенка. Существует так называемая «певческая позиция»: ребенку напоминают, что для пения нужно сидеть прямо, не горбясь, не опуская голову, удобно опираясь ногами. Это очень важно не только для самого пения, а для выработки правильной осанки, свободного фразировочного дыхания. Как один из методических приемов использую стихотворение, помогающее детям принять правильную осанку во время пения:

«Если хочешь песни петь, не садись ты как медведь.

Плечи выпрями ровней, ноги в пол упри скорей,

Руки, плечи, все свободно, петь приятно и удобно.»

Перед пением выполняем дыхательные упражнения, способствующие развитию дыхания и артикуляционного аппарата: «Сдуваем шарик»; «подуй на одуванчик»; «Белочка грызет орешки»… и т.д. Более того, замечено, что само исполнение веселых шутливых или задушевных песен улучшает эмоциональный настрой ребенка, повышает жизненный тонус.

Такой раздел музыкального воспитания, как музыкально-ритмические движение и танцы представляют особый интерес с точки зрения укрепления здоровья детей . Они способствуют физическому развитию и повышению двигательной активности.

Ритмические движения очень разнообразны: ходьба, бег, подскоки, галоп, прыжки, разнообразные движения руками («веточки деревьев», «прички», «Волны», «Фонарики», «Тарелочки»). Они также способствуют формированию правильной осанки, укреплению костно-мышечного аппарата, развивают моторные функции и координацию движений. Динамика, темп, ритм музыкального сопровождения позволяют добиться нужной скорости, ритмичности движения.

Специальное внимание уделяем на музыкальных занятиях мимике, пантомиме, выразительному жесту, которые позволяют детям создавать пластические этюды. Выразить в движении свое настроение, свой эмоциональный мир.

Музыкальные игры, игра на музыкальных инструментах , игры- драматизации объединяют в себе и музыкальное движение , и пение, и художественное слово и мимику и пантомиму; устанавливаются связи между музыкально-эстетическим и физическим воспитанием, оздоровлением детей.

Логоритмические занятия включают в себя элементы, имеющие оздоровительную направленность, и, таким образом, еще более способствуют оздоровлению детей. В них включаются общеразвивающие упражнения (различные виды ходьбы и бега); простейшие приемы массажа спины, рук, ног, пальцев; гимнастику для глаз. Обязательно включаются в логоритмическое занятие подвижная или коммуникативная игра.

Важным элементом занятия является оптимизация мышечного тонуса, обучение релаксации (напряжение и расслабление мышц). Для того, чтобы детям было понятно, используем игровые приемы – «Тряпичные куклы» и оловянные солдатики»; «Самолеты и прички»; «Дуб и ивушка»; «Шалтай-болтай». При этом нельзя забывать , что напряжение должно быть кратковременным , а расслабление более длительным.

Для того, чтобы поддерживать интерес и активность детей стараемся использовать интересные игровые сюжеты занятий.

Таким образом, логопедическая ритмика изменяет общую реактивность организма, повышает его сопротивляемость и устойчивость к болезни.

Ритмика позволяет разрушить патологические динамические стереотипы и формирует новые, обеспечивающие необходимую адаптацию, способствует поддержанию положительного фона настроения и установки на выздоровление.

Автор: Ткаченко Светлана Николаевна

МБДОУ детский сад №52 компенсирующего вида г.Новочеркасск Ростовской области.