***Опыт работы***

***По теме:***

***«Использование здоровьесберегающих технологий на музыкальных занятиях и реализация их в культурно-досуговой деятельности дошкольников.»***

***Музыкального руководителя***

*МБДОУ – детский сад №23 «Снегирёк» Брянской области города Клинцы*

***Романовой Екатерины Александровны***

Интенсивное развитие современного Российского государства в последнее время предъявляет все более высокие требования к человеку и его здоровью. Забота о здоровье – одна из важнейших задач каждого человека. Тема здоровья актуальная для всех времен и народов, а в XXI веке она становится первостепенной. Но еще более актуальным становится вопрос о состоянии здоровья детей с самого рождения. Поэтому особое значение в системе образования приобретает проблема разработки и реализации современных технологий по охране и укреплению здоровья детей, формированию здорового образа жизни.

На сегодняшний момент в дошкольных учреждениях большое внимание уделяется здоровьесберегающим технологиям, главным фактором которых является рациональная организация учебного процесса, соответствие методик и технологий обучения, способствующих развитию индивидуальных возможностей, укрепляя и оберегая здоровье ребенка. Педагоги дошкольных учреждений, в том числе и музыкальные руководители, должны комплексно решать задачи физического, интеллектуального, эмоционального и личностного развития ребенка, активно внедряя в этот процесс наиболее эффективные технологии здоровьесбережения.

Я - музыкальный руководитель муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада №23 «Снегирёк» Брянской области города Клинцы, стаж моей педагогической работы 6лет. Дошкольное детство - очень маленькая и важная часть жизни детей. В детский сад приходят разные дети: озорные и тихие, контактные и замкнутые....! Я стараюсь помочь КАЖДОМУ ребенку самореализоваться, дать ощутить его, пусть маленький, но успех, чтобы он почувствовал в себе уверенность, силу и желание творить.. в процессе работы с детьми я направляю их знания по бережному воспитанию своего здоровья. Если громко кричать – приведет к болезни голосовых связок, если есть холодное – приведет к заболеванию горлышка. Правильная осанка – залог вашего красивого образа, походки. Работая в этом направлении, в своей работе использую здоровьесберегающие технологии:

- дыхательную гимнастику по методике А.Н.Стрельниковой;

- пальчиковую гимнастику;

- артикуляционную гимнастику;

- логопедические упражнения;

- логоритмические упражнения,

= ритмические упражнения.

**Логоритмика** (это метод преодоления речевых нарушений путем развития двигательной сферы в сочетании со словом и музыкой).

Особое место в работе над речью детей занимают музыкальные игры, пение и движения под музыку. Это связано с тем, что музыка воздействует в первую очередь на эмоциональную сферу ребенка. На положительных реакциях дети лучше и быстрее усваивают материал, незаметно учатся говорить правильно. Хороших результатов добиваемся при совместной работе с воспитателями. Я сочетаю музыку, речь и движения, воспитатель продолжает эту работу на речевых занятиях и в игровой деятельности детей. Такая комплексная форма предупреждает речевые нарушения у детей и способствует развитию личности в целом.

Практика показала, что регулярное включение в музыкальное занятие элементов логоритмики способствует быстрому развитию речи и музыкальности, формирует положительный эмоциональный настрой, учит общению со сверстниками.

**Пальчиковая гимнастика** (развитие мелкой моторики).

Формирование и совершенствование тонкой моторики кисти и пальцев рук является стимулом развития центральной нервной системы, всех психических процессов, и в частности речи детей. Особое место занимают «пальчиковые сказки»- знакомая дошкольникам - «Рукавичка», «Теремок», »Колобок» и др.. Детям очень нравятся пальчиковые игры. Я составила и использую в своей работе комплекс пальчиковых игр по разным возрастным группам. Регулярное включение в ход занятия музыкальных пальчиковых игр и сказок стимулирует действие речевых зон коры головного мозга детей,

совершенствует внимание и память, формирует ассоциативно-образное мышление, облегчает будущим школьникам усвоение навыков письма.

**Психогимнастика** (этюды, игры и упражнения, направленные на развитие и коррекцию различных сторон психики ребенка, как ее познавательной, так и эмоционально- личностной). К психогимнастике можно отнести мимические упражнения, релаксацию, коммуникативные игры и танцы, этюды, инсценировки, музыкотерапию, Психогимнастика, прежде всего, направлена на обучение элементам техники выразительных движений, в воспитании эмоций, высших чувств и на приобретение навыков в саморасслаблении. Дети учатся управлять своими эмоциями, овладевают азбукой их выражения. Психогимнастика помогает детям преодолевать барьеры в общении, лучше понять себя и других, снимать психическое напряжение, дает возможность самовыражения. Данные упражнения на своих занятиях я использую в начале занятия – чтобы помочь ребятам настроится на рабочий лад (в зависимости от их настроения), в конце занятия – на релаксацию, чтобы дети успокоились и в процессе игр – драматизаций, чтобы помочь детям войти в тот или иной образ.

**Дыхательная и артикуляционная гимнастика.** Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и развитие голоса. Как разминку перед пением использую пальчиковые, артикуляционные и дыхательные гимнастики. Пальчиковые и жестовые игры интересны, занимательны, не требуют много времени(1,5-2 мин), легко запоминаются, выполняются по показу взрослого. Они позволяют отдохнуть детям в течение малоподвижных видов деятельности – пение, слушание музыки, и в то же время не дают детям отвлечь свое внимание от основного вида деятельности.

**Ритмопластика.** Праздники детства оставляют яркий след в душе ребенка. Праздники не только позволяют ребенку повеселиться, они воспитывают умение жить в коллективе, создают накопление опыта общественного поведения. Интересный праздник побуждает интерес к творчеству, делает ребенка добрее, отзывчивее, является важным фактором в формировании маленького человека. Новое время, новые требования дают возможность использовать в своей работе современные новые технологии, творческому педагогу всегда есть куда развиваться, куда прилагать свои знания, умения и способности. Моя работа в этом направлении помогает детям любить музыку, жить в музыке, быть веселыми, радостными и здоровыми. Работа в этом направлении дала положительные результаты, дети с большим желанием участвуют во всех видах музыкальной деятельности.

**Изучая и работая в этом направлении, я поставила перед собой следующие задачи:**

-воспитывать у дошкольников любовь к музыке, движениям и потребность к артистическому воплощению в сотрудничестве с педагогами и родителями.

-развивать эстетическое восприятие, воображение детей, их образные представления через объединение различных ощущений (зрительных, слуховых, тактильных, двигательных), через сюжетно-двигательные композиции.

-научить слышать, слушать и понимать музыкальные произведения, чувствовать их красоту и эмоционально выражать свои восприятия через пение, движение, танец, театрализацию.

-объединить свое направление в работе с педагогами детского сада и с родителями обогатить соответствующую развивающую среду для работы по теме.

В конце каждого квартала провожу итоговые, а также доминантные мероприятия .

Эти мероприятия помогают мне выявить уровень знаний и умений детей в тех или иных видах музыкальной деятельности. Это помогает мне закрепить знания материала, использованные в течение учебного года. На уровне городских мероприятий, с коллегами в детском саду я делюсь опытом своей работы, провожу консультации для воспитателей, готовлю информационные стенды для родителей и т.д.

Таким образом, правильное внедрение здоровьесберегающих технологий в культурно-досуговую деятельность детей, помогает раскрыть заветную дверь во внутренний мир ребенка, сохраняя при этом его здоровье, физическую выносливость, активность.

Культурно-досуговая деятельность как процесс создания благоприятной здоровьесберегающей среды для освоения и усвоения человеком общественных ценностей, для укрепления и развития его физического, психического и социального здоровья. Создание здоровьесберегающей среды для жизнедеятельности человека, в том числе и разработка технологии культурно-досуговой деятельности в здоровьесбережении детей, определяет актуальность нашей темы.

Степень разработанности проблемы. Забота о здоровье детей всегда являлась одной из центральных задач общества и государства. В трудах С.И. Гессена, М.В. Ломоносова, JI.H. Толстого, а также К.Н. Вентцеля, А.С. Макаренко, В.Н. Сорока-Росинского, С.Т. Шацкого и др., исследованиях П.П. Блонского, В.П. Кащенко, П.Ф. Лесгафта, В.А. Сухомлинского, К.Д. Ушинского подчеркивалась роль искусства и физической культуры в создании условий для воспитания в ребенке бодрости духа и формирования здорового образа жизни.

Методологические, теоретические и методические основания, сущность социально-культурной деятельности и культурно-досуговых технологий исследуются в публикациях Г.А. Аванесовой, М.А. Ариарского, Т.И. Баклановой, Г.М. Бирженюка, Е.И. Григорьевой, А.Д. Жаркова, JI.C. Жарковой, Т.Г. Киселевой, А.А. Коновича, Ю.Д. Красильникова, А.П. Маркова, Б.Г. Мосалева, В.Е. Новаторова, Г.Н. Новиковой, О.В. Первушиной, B.C. Садовской, А.В. Соколова, Ю.А. Стрельцова, А.А. Сукало, Б.А. Титова, В.Е. Триодина, В.В. Туева, В.М. Чижикова, Н.Н. Ярошенко и др.

Игровая деятельность, виды и формы культурно-досуговой деятельности, различные виды искусства, используемые в здоровьесберегающих технологиях, рассматриваются в работах Х.А. Аллаярова, Н.П. Анишевой, В.Д. Пономарева, Н.Б. Сазонтьева и др.

Определенный интерес представляют исследования С.Б. Брижатовой, E.JI. Кудриной, М.И. Митиной, посвященные проблемам управления, планирования и организации деятельности учреждений социально-культурной сферы, региональным программам социокультурного развития; работы Н.И. Гендиной, А.И. Карташова, Т.С. Назаровой, связанные с технологическим подходом; существующие программы по здоровьесбережению детей, опирающиеся на принципы физического оздоровления (А.О. Козменков, С.И. Петухов, Д.С. Сомов и др.).

Дети представляют собой ближайший репродуктивный, интеллектуальный, экономический, социальный, политический и культурный резерв общества, поэтому велика социальная значимость здоровья подрастающего поколения. Обеспечение и сохранение здоровья детей и подростков является самыми важными и перспективными инвестициями общества в свой экономический, политический, культурный и нравственный резерв, а многолетняя тенденция ухудшения здоровья детей влечет за собой последующее снижение здоровья во всех возрастных группах.

Необходимо отметить, что отсутствие приоритета сохранения здоровья привело к тому, что сегодня образовательный воспитательный процессы в учебных заведениях всех типов, видов и уровней либо вообще не ориентированы, либо в минимальной степени ориентированы на воспитание осознанного отношения учащихся к своему здоровью, к формированию здорового образа жизни.

Культурно-досуговая деятельность, как составная часть социально-культурной деятельности, помогает решать многие социальные проблемы своими своеобразными методами, формами и средствами, в том числе и проблемы здоровьесбережения детей. Она выступает как средство формирования у детей личностно значимых и социально одобряемых качеств, способствующих деятельному, рациональному отношению их к своему свободному времени, освоению культурных ценностей, духовному обогащению, реализации педагогических отношений в процессе досугового взаимодействия и в процессе развития и сохранения здоровья.

Технология культурно-досуговой деятельности в области здоровьесбережения детей как система программного обеспечения, базирующаяся на методиках воспитательного, образовательного, оздоровительного и социально-культурного процессов, оказывает огромное воздействие на все сферы жизнедеятельности детей и содержит в себе значительный воспитательный, образовательный, социально-культурный и оздоровительный потенциал.