

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ ФОРМИРОВАНИЕ У ДЕТЕЙ МОТИВАЦИИ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ ПОСРЕДСТВОМ МУЗЫКАЛЬНОГО ВОСПИТАНИЯ

Северьянова А.Г., музыкальный руководитель

Экологические проблемы, некачественное питание, эмоциональный дискомфорт и другие факторы агрессивно воздействуют на хрупкие детские организмы. По данным медицинской статистики, количество дошкольников с хроническими заболеваниями увеличивается с каждым годом. Поэтому педагоги дошкольных учреждений, в том числе и музыкальные руководители, комплексно решают задачи физического, интеллектуального, эмоционального и личностного развития ребёнка; подготовки его к школе, активно внедряя в этот процесс наиболее эффективные технологии здоровьесбережения. Новые подходы в вопросах формирования здоровья способствуют созданию новых образовательно - оздоровительных программ по валеологии, начиная с дошкольного возраста, поскольку именно в этот период у ребенка закладываются основные навыки здорового образа жизни. Валеология- это интегральная наука о сохранении здоровья и здоровом образе жизни.

Музыкально - валеологическое воспитание - это организованный педагогический процесс, целью которого является:

- укрепление психического и физического здоровья,
- развитие музыкальных и творческих способностей,
- формирование потребности в здоровом образе жизни.

Музыкально — валеологическая работа является одной из составляющих здоровьесберегающего пространства дошкольного учреждения - интегрированные музыкально-валеологические занятия; музыкально-физкультурные досуги и развлечения. Музыкально - валеологические занятия носят интегрированный характер. Они в равной степени включают в себя задачи как музыкального, так и валеологического воспитания. Такие занятия побуждают детей активно на самом высоком эмоциональном уровне познавать окружающий мир и свой организм, рассуждать, самостоятельно находить ответы на проблемные вопросы, анализировать, но успех данных занятий полностью зависит от согласованной работы музыкального руководителя и воспитателя.

Алгоритм проведения музыкально-валеологических занятий отличается от традиционных музыкальных и имеет следующую структуру:

1. Валеологическая песенка - распевка.
2. Создание проблемной ситуации;
3. Решение проблемы посредством получения новых знаний, повторения и закрепления пройденного материала по валеологии, пение песен, слушание музыки, танцевальное творчество, игры в соответствии с содержанием занятия.

4. Закрепление полученных знаний, умений на практике (песенные и танцевальные импровизации, викторина, соревнование, рисование, аппликация, дидактическая игра, выставка и др.)

Валеологические песенки распевки - это доступные для восприятия и воспроизведения тексты распевок (*авторы М. Л. Лазарев, М. Ю. Картушина*) и приятная мелодия (*мажорный лад*) поднимают настроение, создают позитивный тон, улучшают эмоциональный климат на занятии, подготавливают голосовой аппарат к пению. Распевки сопровождаются самомассажем биологически активных зон лица и шеи, ритмичными движениями, звучащими жестами, направлены на профилактику плоскостопия, формирование правильной осанки. Также для формирования навыков здорового образа жизни на занятиях применяется дыхательная гимнастика, которая способствует развитию дыхательной системы и певческих способностей детей.

Артикуляционная гимнастика направлена на выработку качественных, полноценных движений органов артикуляции, подготовку к правильному произнесению фонем.

Оздоровительные и фонопедические упражнения проводятся для укрепления хрупких голосовых связок детей, подготовки их к пению, профилактики заболеваний верхних дыхательных путей.

Игровой массаж нормализует вегетососудистый тонус, деятельность вестибулярного аппарата и эндокринных желез.

Пальчиковые игры позволяют в игровой форме разминать, массировать пальчики и ладошки, благоприятно воздействуя на все внутренние органы

Речевые игры развивают эмоциональную выразительность речи детей, двигательную активность.

Ритмодекламация - это ритмичное произнесение текста на фоне звучащей музыки.

Музыкотерапия способствует коррекции психофизического здоровья детей в процессе их жизнедеятельности.

Музыкально-валеологические занятия (чаще всего, интегрированные) решают задачи музыкального и валеологического воспитания. Ведущим фактором развития мотивационной сферы здорового образа жизни здесь является музыка. Занятия проводятся примерно 1 раз месяц во всех возрастных группах детского учреждения совместно с воспитателями, с участием медицинского работника, инструктора по физкультуре. Занятия побуждают детей на самом высоком эмоциональном уровне познавать окружающий мир и свой организм, самостоятельно находить ответы на проблемные вопросы, анализировать. Музыкально-физкультурные досуги проводятся один раз в месяц во вторую половину дня в физкультурном зале или на спортивной площадке. Время проведения 35 – 40 минут. Досуги включают в себя: валеологические песни, комплексы ОРУ, подвижные игры на разные виды движений (*бег, прыжки, метание*), здоровьесберегающие технологии в игровой форме, песни, танцы, хороводы. Единая сюжетная

линия или тема досуга вызывает у детей положительный эмоциональный отклик на спортивные упражнения, повышает интерес к валеологическим знаниям.

Таким образом, благодаря внедрению системы музыкально-валеологического воспитания в дошкольное учреждение можно увидеть, что музыка благоприятна для организма в целом, она является одним из средств физического развития ребенка. С другой стороны, использование здоровьесберегающих технологий (дыхательная гимнастика, пальчиковые и речевые игры, игровой массаж, элементы танцетерапии) на занятиях музыкой, помогает развитию музыкальных способностей дошкольников, способствует снижению заболеваемости детей ОРЗ, способствует повышению творческого потенциала, развитию речи, памяти, внимания. Валеологические знания приучают ребенка заботиться о своем здоровье, жить в гармонии с самим собой и окружающим миром. Использование приёмов оздоровления и валеологического воспитания на музыкальном занятии позволяет в непроизвольной форме, на высоком эмоциональном подъеме, формировать у детей мотивацию здорового образа жизни.

Литература:

1. Баль Л.В., Ветрова В.В. Букварь здоровья. М., 2000.
2. Колобанов В.В. Уроки Мойдодыра. Уроки Айболита. С-П.: Изд-во Агентство, 1997.
3. Курс “Мир и человек”. Окружающий мир. 1 класс. М.: Изд-во “Баланс”, 1997.
4. Чумаков Б.Н. Валеология. М.: Изд-во “Агентство”, 1997.