

КОНСУЛЬТАЦИЯ для педагогов

«Здоровьесберегающие технологии в музыкальном воспитании»

Музыка - составная часть нашей жизни, а потому она должна быть такой же разнообразной, как и окружающий нас мир. Мощное положительное влияние музыка оказывает и на здоровых, и на больных детей-дошкольников.

Часто агрессивные, с непредсказуемым поведением дети, переступив порог музыкального зала, преображаются, вслушиваются, успокаиваются. О некоторых принципиальных положениях нового взгляда на роль и место музыки в дошкольном учреждении и пойдет дальше речь.

Одной из оздоровительно-профилактических задач коллектива ДОО должно стать создание оптимальных условий в период пребывания детей в их втором доме - детском саду. По утрам, в момент приема детей в детский сад, необходимо включать записи классических и современных произведений с соответствующим мажорным, солнечным звучанием. В этом случае музыка будет выступать в качестве терапевтического средства, корректируя психофизическое состояние детей.

Продолжая тему оздоровительно-профилактической направленности музыкального сопровождения, необходимо использовать методику музыкально-рефлекторного пробуждения малышей после ночного и дневного сна. Оно должно быть индивидуальным, в зависимости от типа нервной системы ребенка. Для этого можно отвести не менее 10 мин. Для плохо спящих детей — 1—2 мин и 6-8 мин - для тех, кто спал крепко. В таком индивидуальном пробуждении заложен большой коррекционно-профилактический эффект. Чтобы пробуждение не вызвало отрицательных эмоций, необходимо использовать тихую, нежную, легкую музыку. 10-минутная композиция должна быть постоянной, чтобы у детей выработался своеобразный рефлекс. Через полтора-два месяца музыкальная композиция может быть заменена на другую. Большое значение для оптимального пробуждения детей имеет текст, произносимый педагогом на фоне музыки. Он не должен быть громким, отрывистым, слова звучат мягко, ласково.

Говоря о нетрадиционных формах использования музыки, следует помнить, что музыка не всегда должна звучать постоянно, с первой и до последней минуты занятия. Не все занятия должны быть обязательно озвучиваться посредством живого аккомпанемента или фонограмм.

Музыкальное сопровождение может быть частичным:

- для создания в начале занятия соответствующего ассоциативного фона;
- для организации детей, повышения их внимания, сосредоточенности ;
- музыка может звучать в конце занятия как завершающий итоговый фрагмент и нести определенную установку на будущее;
- музыкальное сопровождение можно использовать также во время «функционального пика» для стимуляции эмоциональной активности детей.

Музыкальное сопровождение может быть комбинированным, сочетать как живой аккомпанемент, так и самостоятельную игру детей на простейших музыкальных инструментах, прослушивание аудиозаписей.

Сегодня медики не в состоянии справиться с проблемами ухудшения здоровья, поэтому встает вопрос о превентивной работе, о формировании осознанного отношения к здоровью и здоровому образу жизни (ЗОЖ). Часть работы в данном направлении ложится на плечи педагогов.

Большинство педагогов придерживаются определения здоровья, часто имея в виду его физическую составляющую, забывая о социально-психологической и духовно-нравственной. Важно переломить эту тенденцию и руководствоваться определением здоровья как многогранного понятия, включающего физический, социально-психологический и духовно-нравственный аспект.

Выбор здоровьесберегающих педагогических технологий зависит от программы, по которой работают педагоги, конкретных условий дошкольного образовательного учреждения (ДОУ), профессиональной компетентности педагогов, а также показаний заболеваемости детей.

Здоровьесберегающие образовательные технологии наиболее значимы среди всех известных технологий по степени влияния на здоровье детей. Главный их признак – использование психолого-педагогических приемов, методов, подходов к решению возникающих проблем. Их можно выделить в три подгруппы:

- организационно-педагогические технологии, определяющие структуру воспитательно-образовательного процесса, способствующую предотвращению состояний переутомления, гиподинамии и других дезадаптационных состояний;
- психолого-педагогические технологии, связанные с непосредственной работой педагога с детьми (сюда же относится и психолого-педагогическое сопровождение всех элементов образовательного процесса);
- учебно-воспитательные технологии, которые включают программы по обучению заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья учащихся.

Виды технологий сохранения и стимулирования здоровья

Стретчинг не раньше чем через 30 мин. после приема пищи, 2 раза в неделю по 30 мин. со среднего возраста в физкультурном или музыкальном залах либо в групповой комнате, в хорошо проветренном помещении. Рекомендуются детям с вялой осанкой и плоскостопием. Опасаться непропорциональной нагрузки на мышцы. Руководитель физического воспитания.

Ритмопластика не раньше чем через 30 мин. после приема пищи, 2 раза в неделю по 30 мин. со среднего возраста. Обратить внимание на художественную ценность, величину физической нагрузки и ее соразмерность возрастным показателям ребенка.

Руководитель физического воспитания, музыкальный руководитель.

Динамические паузы во время занятий, 2-5 мин., по мере утомляемости детей. Рекомендуются для всех детей в качестве профилактики утомления. Могут включать в себя элементы гимнастики для глаз,

дыхательной гимнастики и других в зависимости от вида занятия. Воспитатели.

Подвижные и спортивные игры - как часть физкультурного занятия, на прогулке, в групповой комнате - малой со средней степенью подвижности. Ежедневно для всех возрастных групп Игры подбираются в соответствии с возрастом ребенка, местом и временем ее проведения. В ДОУ используем лишь элементы спортивных игр. Воспитатели, руководитель физического воспитания.

Релаксация. В любом подходящем помещении. В зависимости от состояния детей и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для всех возрастных групп Можно использовать спокойную классическую музыку (Чайковский, Рахманинов), звуки природы Воспитатели, руководитель физического воспитания, психолог.

Технологии эстетической направленности. Реализуются на занятиях художественно-эстетического цикла, при посещении музеев, театров, выставок и пр., оформлении помещений к праздникам и др. Для всех возрастных групп. Осуществляется на занятиях по программе ДОУ, а также по специально запланированному графику мероприятий. Особое значение имеет работа с семьей, привитие детям эстетического вкуса. Все педагоги ДОУ.

Гимнастика пальчиковая – с младшего возраста индивидуально либо с подгруппой ежедневно. Рекомендуются всем детям, особенно с речевыми проблемами. Проводится в любой удобный отрезок времени (в любое удобное время). Воспитатели, логопед.

Гимнастика для глаз. Ежедневно по 3-5 мин. в любое свободное время; в зависимости от интенсивности зрительной нагрузки с младшего возраста. Рекомендуются использовать наглядный материал, показ педагога. Все педагоги.

Гимнастика дыхательная. В различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Обеспечить проветривание помещения, педагогу дать детям инструкции об обязательной гигиене полости носа перед проведением процедуры. Все педагоги.

Гимнастика бодрящая. Ежедневно после дневного сна, 5-10 мин. Форма проведения различна: упражнения на кровати, обширное умывание; ходьба по ребристым дощечкам; легкий бег из спальни в группу с разницей температуры в помещениях и другие в зависимости от условий ДОУ Воспитатели.

Гимнастика корригирующая. В различных формах физкультурно-оздоровительной работы Форма проведения зависит от поставленной задачи и контингента детей. Воспитатели, руководитель физического воспитания.

Гимнастика ортопедическая. В различных формах физкультурно-оздоровительной работы. Рекомендуются детям с плоскостопием и в качестве профилактики болезней опорного свода стопы.