

Консультация музыкального руководителя «Будьте здоровы!»

Задачи физического, эмоционального и психического развития личности ребёнка можно быстрее решить, если активно внедрять в процесс воспитания и обучения эффективные технологии **здоровьесбережения**.

В процессе **музыкального воспитания**, **музыка** воздействует не только на эмоциональное, но и общее физическое состояние ребёнка, вызывает реакции, связанные с изменением кровообращения, дыхания.

Музыка — это одно из средств физического развития детей.

Это послужило для создания системы **музыкально — оздоровительной работы**.

Музыкально — оздоровительная работа соединяет традиционные **музыкальные занятия с оздоровительными мероприятиями**.

В летний период актуально использовать современные **здоровьесберегающие технологии**. Особенно они эффективны на свежем воздухе!



Развитие творческих способностей можно разнообразить с пользой для **здоровья**. Необходимо использовать игровой массаж, самомассаж,

пальчиковые игры — во время разучивания текста песен. Перед пением заниматься дыхательной, артикуляционной гимнастикой с целью профилактики простудных заболеваний. Речевые игры лучше сопровождать **музыкально** — ритмическими движениями, а танцевальную импровизацию совместить с **музыкотерапией**.

Большое значение имеют **музыкально** — валеологические занятия, досуги, на которых решаются задачи **музыкального** и валеологического воспитания ребёнка. На таких занятиях детей знакомят с правилами личной гигиены, дети узнают о пользе **здорового образа жизни**.



К решению вопросов сохранения **здоровья** детей в детском саду и дома необходимо привлекать родителей.

Можно порекомендовать методические пособия:

— По **музыкальному воспитанию**:

» Методика **музыкального** воспитания в детском саду» Н. Ветлугина.
«*Ритмическая мозаика*» А. Буренина.

— По воспитанию **здорового ребёнка**:

» Театр физического развития и **оздоровления**» Н. Ефимов.

» Дыхательная гимнастика» А. Стрельникова.

» Психогимнастика» М. Чистякова.

Цель данной системы: Организовать **музыкально** — **оздоровительную работу**, сформировать привычки к **здоровому**

образу жизни, обеспечить укрепление психического и физического здоровья каждому ребёнку.



Основа данной работы — **музыкальные занятия**, которые осуществляют всестороннее воспитание, формирование **музыкальных** и творческих способностей каждого ребёнка.

Система **музыкально — оздоровительной** работы предполагает включение в НОД следующие **здоровьесберегающие технологии**:

1. Дыхательная гимнастика.
2. Артикуляционная гимнастика.
3. Валеологические песенки — распевки.
4. Игровой массаж. 5. Самомассаж.
6. Пальчиковые игры. 7. Речевые игры.
8. **Музыкотерапия.**

Современные методы **здоровьесбережения** должны присутствовать во всех видах педагогической деятельности. При организации системы **музыкально — оздоровительной** работы с использованием инновационных технологий поможет обеспечить бережное отношение к физическому и духовному **здоровью дошкольников**. Валеологические знания, полученные на занятиях, помогут сформироваться привычки жить в гармонии с собой и окружающим миром. **Оздоровительные** мероприятия приносят детям огромную радость и пользу для **здоровья**.