**Сообщение на педсовете.**

Муз. рук. Бибина С.В., ноябрь 2018 г.

Тема педсовета: Здоровьесберегающие технологии в ДОУ**.**

**Арттерапия**

Здоровье — бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. При встречах, расставаниях с близкими и дорогими людьми мы желаем им доброго и крепкого здоровья, так как это — основное условие и залог полноценной и счастливой жизни. Здоровье помогает нам выполнять наши планы, успешно решать жизненные основные задачи, преодолевать трудности, а если придется, то и значительные перегрузки. **Необходимо объединить усилия медиков и педагогов, потому что в одиночку никто не в силах преодолеть тенденцию ухудшения здоровья детей**. На музыкальных занятиях возможно и необходимо использовать современные здоровьесберегающие технологии в игровой форме. Привычные виды музыкальной деятельности можно разнообразить с пользой для здоровья.

К элементам здоровьесбережения относятся такие виды деятельности:

* **Логоритмика** (это метод преодоления речевых нарушений путем   развития двигательной сферы в сочетании со словом и музыкой);
* **Пальчиковая** гимнастика (развитие мелкой моторики);
* **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 игра и танцы; этюды на развитие выразительности движений, инсценировки; музыкотерапию;
* **Дыхательная** и артикуляционная гимнастика. Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и развитие голоса.
* **Ритмопластика**физиологическая потребность детского развивающегося организма.
* **Валеологические песенки** – отличное начало любого музыкального занятия. Они поднимают настроение, задают позитивный тон к восприятию окружающего мира, подготавливают голос к пению.
* Я использую в своей работе  элементы **игрового массажа**.   дело в том, что массируя определенные точки тела, мы бессознательно посылаем положительные сигналы сердцу, легким, печени, желудку и другим органам. Выполнение массажных манипуляций расширяет капилляры кожи, улучшая циркуляцию крови, активно влияет на обменные процессы организма, тонизирует центральную нервную систему. Кроме того, поднимает настроение и улучшает самочувствие человека.
* Музыкотерапия – это психотерапевтический метод, основанный на целительном воздействии музыки на психологическое состояние человека, где музыка используется как лечебное средство. В России музыкотерапию Минздрав признал официальным методом лечения в 2003 году. . Музыка воздействует на определенные мозговые зоны и активизирует работу мозга в целом. Подбирая музыкальные произведения можно добиться нужного эффекта расслабления или повышения активности.

Наблюдения за детьми и анализ результатов показывают, что музыка, зачастую сопровождаемая просмотром репродукций произведений изобразительного искусства, положительно влияет на их психоэмоциональное состояние. Музыка как ритмический раздражитель также стимулирует физиологические процессы организма.

* Большинство людей используют музыку просто интуитивно для поднятия настроения, работоспособности, улучшения самочувствия. И уж никакой отдых не обходится без музыки. Исследуя влияние музыки на организм человека, ученые выяснили, какие музыкальные шедевры излечивают определенные болезни.  Например, для лечениянервных заболеваний хороша скрипичная и фортепьянная музыка, арфа незаменима в кардиологии, виолончель помогает людям с больными почками, , флейта поможет расслабиться и запросто справляется с бессонницей.
* Музыка Моцарта считается многопрофильной: её прописывают при усталости, головной боли, депрессии и даже при простуде. Этот феномен, ещё до конца не объясненный, назвали «эффект Моцарта».
* Музыка композиторов – романтиков (Шопен, Шуберт, Лист, Чайковский) хорошо снимает стрессы. Помогает концентрации внимания. Духовная и религиозная музыка очень хорошо снимает болевой синдром. От гастрита вылечивает «Соната №7» Бетховена. Головную боль снимает «Полонез» Огинского Даже рок-музыка в небольших количествах способна снять нервное напряжение и мышечную усталость.

Вокальное творчество детей является одним из ярких и наиболлее активных проявлений музыкотерапии. Пение благотворно действует на бронхо — лёгочную систему, почки, на железы внутренней секреции, массирует гортань, щитовидную железу, сердце

. Петь полезно в любом случае, даже если нет ни слуха, ни голоса. Это отличное средство для снятия внутреннего напряжения и для самовыражения. В процессе пения – сольного или ансамблевого – укрепляется певческий аппарат, развивается дыхание, положение тела во время пения (певческая установка) способствует воспитанию хорошей осанки. Все это положительно влияет на общее состояние здоровья детей.

* В детском саду слушание правильно подобранной музыки повышает иммунитет детей, снимает напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание. В детском саду музыка необходима детям в течение всего дня. Это не значит, что она должна звучать непрерывно. Музыка должна прослушиваться детьми дозированно, в зависимости от времени суток, вида деятельности, даже настроения детей. - детей встречают, укладывают спать, поднимают после дневного сна под соответствующую музыку, используют ее в качестве фона для занятий, свободной деятельности.
* Использование **фоновой музыки** помогает решать многие задачи воспитательно-образовательного процесса, такие, как:

1. Создание благоприятного эмоционального фона, устранение нервного напряжения детей.

 2. Развитие воображения в процессе творческой деятельности, повышение активности.

3. Активизация мыслительной деятельности, повышение качества усвоения знаний.

 4. Переключение внимания во время изучения трудового учебного материала, предупреждение усталости, утомляемости.

5. Психологическая и физическая разрядка после учебной нагрузки, во время психологических пауз, физкультурных минуток.

 Наша задача – создать полноценные условия для сохранения здоровья детей, развить интерес к занятиям, включающим здоровьесберегающие технологии, внедрить эти технологии в ежедневный образовательный процесс и закрепить навыки и умения детей, с целью улучшения физического здоровья, голосовых и музыкальных данных, а так же здоровья психики ребенка и комфортного состояния в образовательном процессе.