Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад комбинированного вида № 4 «Теремок» города Новопавловска.

Мастер - класс для педагогов ДОО

Тема: «Использование здоровьесберегающих технологий

на музыкальных занятиях»

Подготовила музыкальный руководитель высшей категории:

Котова Людмила Сергеевна

г. Новопавловск

2022 г.

 Добрый день, уважаемые коллеги! Тема моего мастер - класса: «Использование здоровьесберегающих технологий на музыкальных занятиях».

         Не секрет, что состояние здоровья подрастающего поколения является показателем благополучия общества. Поэтому в настоящее время одной из важнейших задач, стоящих перед педагогами дошкольного образования, является сохранение и укрепление здоровья детей в процессе воспитания и обучения.

 Я стараюсь систематически организовывать музыкальные занятия, с использованием технологий здоровьесбережения, учитывая индивидуальные и возрастные особенности и интересы детей. Этот метод обеспечивает более бережное отношение к физическому и духовному здоровью детей, помогает в комплексе решать задачи физического, интеллектуального, эмоционального и личностного развития ребенка.

 Я вас сейчас познакомлю с элементами здоровьесберегающих технологий, которые использую на музыкальных занятиях.

Попрошу всех принять активное участие!

 Итак, начинается музыкальное занятие с **Песенки-приветствия**, необходимой для активизации внимания детей. Несложные, добрые тексты и мелодия поднимают настроение, задают позитивный тон, улучшают эмоциональный климат на занятии, подготавливают голос к пению.

*Подпевайте вместе со мной и повторяйте за мной движения:*

**«Доброе утро»** (сл. и муз. О. Арсеневской)

Доброе утро!                          *разводят руки в стороны и слегка*

Улыбнись скорее!                  *кланяются друг другу*

И сегодня весь день              «*пружинка»*

Будет веселее                         *поднимают ручки вверх*

Мы погладим лобик,             *выполняют движения по тексту*

Носик и щечки.

Будем мы красивыми,           *наклоны головы к правому и левому*

Как в саду цветочки!             *плечу по очереди.*

Ушки мы теперь потрём *по тексту*

И здоровье сбережем

Улыбнемся снова *по тексту*

Будем все здоровы.

**Дыхательная гимнастика**

В результате проведения на каждом **занятии** дыхательной гимнастики повышаются показатели диагностики дыхательной системы, развития певческих способностей детей.

Например,

**Упражнение *«Ладошки»*:**

Ладушки-ладошки, звонкие хлопошки.

Мы ладошки все сжимаем,

Носом правильно вдыхаем*.(вдох быстрый)*

Как ладошки разжимаем,

То свободно выдыхаем. (*выдох медленный)*

**Пальчиковые игры**

 Важное место на **музыкальных занятиях** занимают пальчиковые игры, которые **исполняются** как песенки или произносятся под **музыку**. Они развивают речь, чувство ритма, мелкую моторику рук.

**Пальчиковая игра *«Кошка»*:**

**Посмотрели мы в окошко** (Делают пальцами обеих рук *«окошко»)*

**По дороге ходит кошка** – (*«Бегают»* указательным и средним п пальцами правой руки по левой руке.)

**С такими усами!** (Показывают *«длинные усы»)*

**С такими глазами!** (Показывают *«большие глаза»)*

**Кошка песенку поёт,**

**Нас гулять скорей зовёт!(** *«Зовут»* правой рукой.)

**Игра «Наш массаж»**

1.Наш массаж сейчас начнём,

 Каждый пальчик разотрём:

 Этот - всех красивей,

 Этот - всех ленивей,

Этот пальчик - всех длинней,

Этот пальчик – всех умней,

Этот пальчик – всех сильней

Вместе – это пять друзей

2. Каждый пальчик мы возьмём

И сожмём, сожмём, сожмём.

Этот - всех красивей, и т. д.

4. Каждый пальчик мы возьмём,

На подушечку нажмём

Этот - всех красивей и т. д.

**Речевая игра"Дождь"**

Дождь, дождь, дождь с утра. *(хлопки чередуются со шлепками по коленям)*Веселится детвора! *(легкие прыжки на месте)*Шлёп по лужам, шлеп-шлеп. *(притопы)*Хлоп в ладоши, хлоп-хлоп. *(хлопки)*Дождик, нас не поливай, *(грозят пальцем)*А скорее догоняй! *(убегают от "дождика")*

**Речевая игра «Листопад»**

Осень, осень! Листопад! (Ритмичные хлопки.)

Лес осенний конопат. (Щелчки пальцами.)

Листья рыжие шуршат (Трут ладошкой о ладошку.)

И летят, летят, летят! (Качают руками.)

**Комплекс упражнений для мышц мягкого нёба и глотки**

**"Жаба Квака"**

Жаба Квака с солнцем встала, *(потягиваются, руки в стороны)*
Сладко-сладко позевала. *(дети зевают)*Травку сочную сжевала *(имитируют жевательные движения, глотают)*Да водички поглатала.
На кувшинку села,
Песенку запела:
"Ква-а-а-а! *(произносят звуки отрывисто и громко)*Квэ-э-э-!
Ква-а-а-а!
Жизнь у Кваки хороша!

**Музыкальная - ритмическая игра «Марш и хлопки»**

 Для снятия психофизического напряжения использую **двигательные упражнения.**

Двигательные упражнения провожу, с целью активно изменить деятельность детей и этим ослабить их утомление, а затем снова переключить их на продолжение занятие.

**Музыкальная ИГРА-МАССАЖ «СОСЕДИ»**

 **Логоритмическое упражнение «По дорожке»**

По дорожке, по дорожке скачем мы на правой ножке.  *Подскоки на правой ноге.*

И по этой же дорожке скачем мы на левой ножке.          *Подскоки на левой ноге.*

По тропинке побежим,  до лужайки добежим.               *Легкий бег на носках.*

На лужайке, на лужайке мы попрыгаем, как зайки.        *Прыжки на месте.*

Сладко потянулись, и всем улыбнулись.                        *Руки вверх, потягиваются.*

*Дети стоят в кругу, поют и выполняют действия по тексту песни.*

**Комплекс игрового массажа « Дружок »**

*Дети стоят парами по всему залу*

1.У меня такие ручки!                      Стоят спиной друг к другу, гладят свои

Пос - мот- ри! Пос-мот-ри! ручки.

Звонко хлопают в ладоши.            Хлопают.

Раз, два, три!

Твои ручки тоже Поворачиваются  друг к другу, гладят по

На мои похожи.          ручкам друг друга.

Хорошо с тобой, дружок,               Берут друг друга за руки.

Покружись со мной разок! Кружатся.

2. У меня такие щечки!                      Стоят спиной друг к другу, гладят свои

Пос – мот - ри! щёчки.

Я пощиплю их немножко.              Легко щиплют щечки.

Раз, два, три!

Твои щечки тоже Поворачиваются, растирают щечки друг

На мои похожи. друга

Хорошо с тобой, дружок.               Обнимают за плечи друг друга.

Покружись со мной разок! Кружатся «лодочкой».

3. У меня такая спинка!                      Стоят спиной друг к другу, массируют

Пос – мот - ри! спинку.

Разотру её тихонько.                   Растирают с усилием.

Раз, два, три! Твоя спинка тоже Поворачиваются друг к другу,

На мою похожа. Растирают спинку

Хорошо с тобой, дружок,                Обнимаются.

Покружись со мной разок! Кружатся «лодочкой».

 И заканчивается музыкальное занятие обязательно музыкальной игрой и релаксацией. Дети очень любят играть, и это благотворно влияет на весь организм ребенка. Но после игры, нужно восстановить дыхание, под спокойную, приятную музыку…Детям можно лечь на коврик и закрыть глаза.

*Предлагаю всем встать и поиграть в музыкальную игру* ***«Яблочко пожеланий»***

***Релаксация под спокойную музыку…..***

  На этом мастер-класс завершен. Надеюсь, вам было интересно.

Всем спасибо за активное участие!