«ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОЦЕССЕ РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ «МУЗЫКА».

Сообщение на педсовете

«Оздоровительные технологии в работе ДОУ»

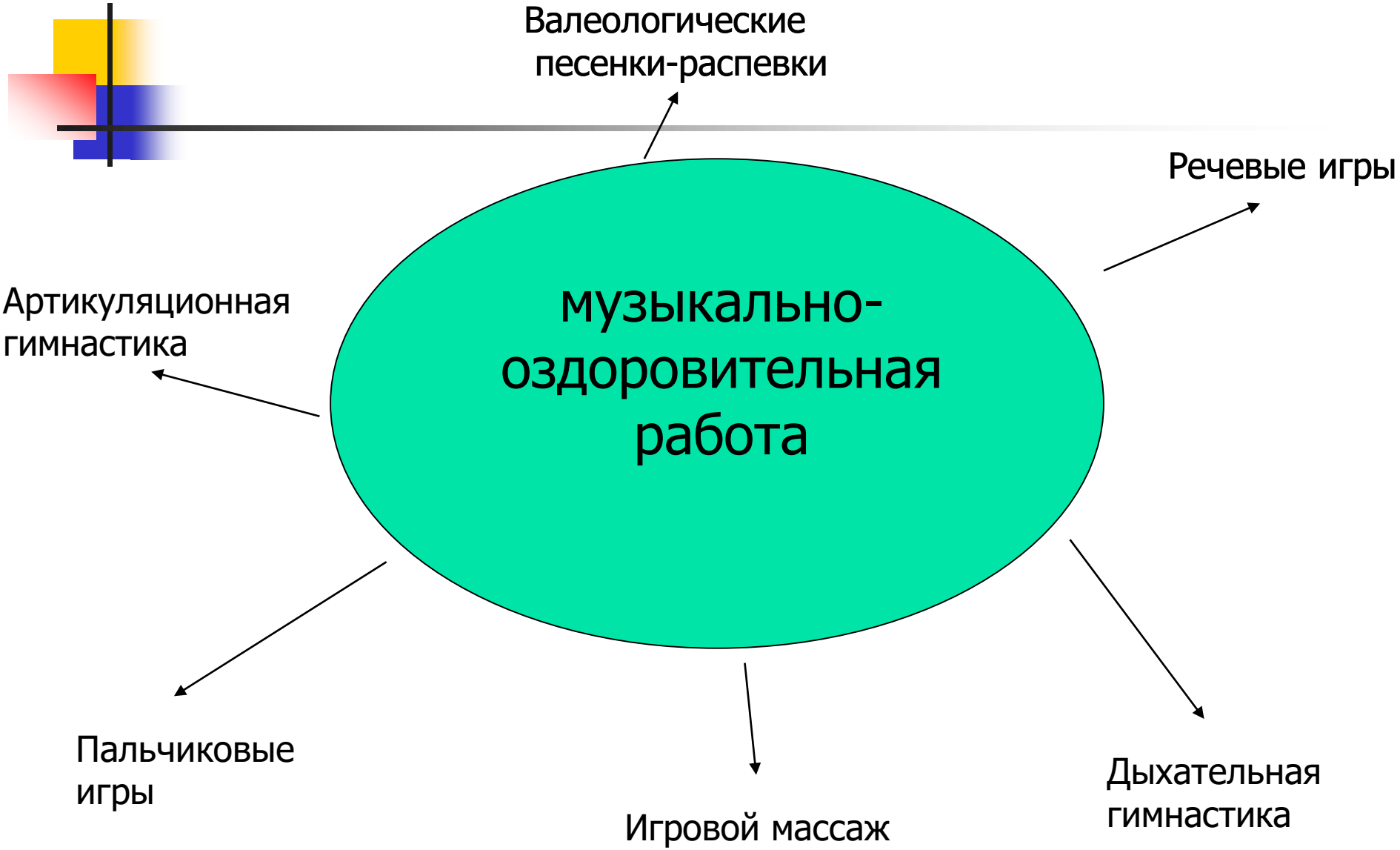
Музыкальный руководитель МБДОУ Ирбинский детский сад №2 «Теремок»

Попова Наталья Петровна

2022 год.

Цель:

- Организация музыкально-оздоровительной работы в ДОУ, обеспечивающей каждому ребенку сохранение психического и физического здоровья
- Развитие музыкальных и творческих способностей у детей


музыкально-оздоровительная работа
Валеологические песенки-распевки
Речевые игры
Артикуляционная гимнастика
Пальчиковые игры
Игровой массаж
Дыхательная гимнастика

Валеологические песенки-распевки

Доброе утро!

Доброе утро! ***(поворачиваются друг к другу)***
Улыбнись скорее! ***(разводят руки в стороны)***
И сегодня весь день
Будет веселее. (*хлопают в ладоши*)
Мы погладим лобик, носик и щечки. ***(выполняют движения по тексту)***
Будем мы красивыми, ***(постепенно поднимают руки вверх, "фонарики")***
Как в саду цветочки!
Разотрем ладошки ***(движения по тексту)***
Сильнее, сильнее!
А теперь похлопаем
Смелее, смелее!
Ушки мы теперь потрем ***(потирают ушки)***
И здоровье сбережем. ***(разводят руки в стороны)***
Улыбнемся снова,
Будьте все здоровы!

Валеологические песенки-распевки

«Доброе утро»

Певческая установка

Упражнение «Спинка-тростинка»

- Мы проверим спинку, спиночку-тростинку!

Дыхательная гимнастика

- **«Ладошки»**
  Ладушки-ладошки,
  Звонкие хлопошки.
  Мы ладошки все сжимаем,
  Носом правильно вдыхаем.
  Как ладошки разжимаем,
  То свободно выдыхаем.
- **«Насос»**
  По шоссе летят машины -
  Все торопятся, гудят.
  Мы накачиваем шины,
  Дышим много раз подряд.

Дыхательная гимнастика

- **"Собачка"**

  (закаливание зева)

  И.П. - стоя. Язык высунуть изо рта. Делать быстрые дыхательные движения, добиваясь охлаждения зева (как это делает собачка).

Дыхательная гимнастика

- **"Цветок".**

  (упражнение направленно на достижение дыхательной релаксации за счет физиологического рефлекса, в результате которого при вдохе носом происходит расслабление гладкой мускулатуры бронхов).

  И.П. - стоя. Руки опущены. Глаза закрыты. Делается медленный вдох, будто вдыхается аромат цветка. Это упражнение рекомендуется выполнять рано утром, повернувшись к солнцу.

Артикуляционная гимнастика

- **"Окошко"**
  широко открыть рот — «жарко»
  закрыть рот — «холодно»
- **"Чашечка"**
  улыбнуться
  широко открыть рот
  высунуть широкий язык и придать ему форму "чашечки" (*т.е. слегка приподнять кончик языка*)
- **"Дудочка"**
  с напряжением вытянуть вперед губы (*зубы сомкнуты)*

Игровой массаж

- **Массаж спины «Дождь»**

Дождь! Дождь! Надо нам
Расходиться по домам
хлопают ладонями по спине
.
Гром! Гром! Как из пушек
Нынче праздник у лягушек.
поколачивают друг друга по спине кулачками
Град! Град! Сыплет град
Все под крышами сидят
постукивают пальчиками по спине

Только мой братишка в луже
Ловит рыбу нам на ужин.
поглаживают спину ладошками

(дети поворачиваются на 180 градусов и делают массаж ещё раз)

Пальчиковые игры

- **"Дом"**

Стук -стук- постук, раздается где то стук.
Молоточки стучат, строят домик для зайчат -
Вот с такою крышей, *(ладошки над головой*)
Вот с такими стенами, (*ладошки около щёчек*)
Вот с такими окнами, (*ладошки перед лицом*)
Вот с такою дверью, *(одна ладошка перед лицом*)
И вот с таким замком! (*сцепили ручки)*

Пальчиковые игры

Речевые игры

"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")

Речевые игры

"Дождь"

Рекомендуемая литература

- Арсеневская О.Н. "Система музыкально-оздоровительной работы в детском саду" г.Волгоград, изд. "Учитель", 2009.
- Картушина М.Ю. "Оздоровительные занятия с детьми 6-7 лет" г.Москва, изд. ТЦ "Сфера", 2008.
- Подольская Е.И. "Формы оздоровления детей 4-7 лет" г.Волгоград, изд. "Учитель", 2009.