

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В РАБОТЕ МУЗЫКАЛЬНОГО РУКОВОДИТЕЛЯ

Поиск новых форм работы с родителями остается всегда актуальным. Наш детский сад проводит планомерную целенаправленную работу с родителями. Много различных форм работы с родителями уже апробировано. Раньше инициатива больше исходила от педагогов. Теперь, в связи с новыми веяниями в дошкольном образовании, уже со стороны родителей исходит инициатива, и вносятся предложения по вопросам охраны и укрепления здоровья детей. Особенно, когда это происходит в группах компенсирующей направленности, где дети нуждаются в особом подходе.

Детский сад, семья, здоровый ребёнок – три понятия, тесно связанные между собой. Вырастить здорового ребенка – нет задачи сложнее, а может и важнее для семьи и дошкольного учреждения. Здоровье – важный фактор работоспособности и гармоничного развития детей.

Не секрет, что использование здоровьесберегающих технологий в работе музыкального руководителя выступает как необходимое условие для полноценного развития детей. Поэтому, когда возникла идея помочь детям из групп компенсирующей направленности в плане их здоровья, я не смогла остаться в стороне и активно включилась в работу социального проекта «Академия здоровья». Ведь благодаря музыке, улучшаются не только здоровье, но и развиваются эмоциональность и чувственность, творчество и позитив, создаётся ощущение гармонии и счастья!

Музыка сопровождала нас на каждом шагу. Использование музыкотерапии в моей работе помогало укрепить доверие, наладить взаимопонимание между участниками проекта – детьми, родителями, педагогами.

Пожалуй, ничто другое так не сближает семью и педагогов, как общее дело, когда родители являются полноправными участниками праздников, досугов, дней здоровья; оказывают помощь в разработке сценария, разучивании стихов, песен, в оформлении помещения, пошиве праздничных костюмов, изготовлении подарков.

В работе с семьей использовались как традиционные, так и нетрадиционные формы работы.

Совместные праздники и развлечения. Широко и масштабно использовала такую форму взаимодействия с родителями, как «Театр взрослых и детей», когда родители исполняли роли на праздниках, тем самым поддерживая не только своего ребенка, но и других ребят. Игра на сцене родителей вместе с ребенком создаёт положительный эмоциональный настрой у детей и дарит огромную радость от взаимного общения. Традиционные роли Деда Мороза, Снегурочки и Бабы-Яги сменялись ролями Главнокомандующего

танковых войск, Непослушной Мамы, Мухи-цокотухи, которая обидела красавицу Осень, Незнайки, который захотел стать моряком... Незабываемые эмоции испытали дети, которые вместе со своими мамами танцевали вальс, или с папами – заводной рок-н-ролл!



Дни открытых дверей. Родители имели возможность ознакомиться с формами оздоровительной работы в ДОО, присутствовать, участвовать и организовывать различные оздоровительные мероприятия: от утренней гимнастики до квест - игры. Так, папа нашей воспитанницы Алисы Н. ввел в практику нашего детского сада физкультурные игры-занятия «Веселая кинезиология или гимнастика для мозга». Цель данной методики - оптимизация деятельности мозга, гармоничное развитие двухполушарного мышления, развитие интеллектуальных и творческих способностей детей. Особенно интересным и запоминающимся было занятие на острове «Зарядкинск», где папа в роли вождя племени Мумба-юмба под африканскую музыку провёл с детьми сказочную зарядку, а две весёлые обезьянки помогли ему в этом.

Благодаря инициативе мамы Вики В., работающей стоматологом, были проведены познавательные беседы и практикум «Здоровая улыбка» на одной из «Школ здоровой семьи». Попутно произошло знакомство с профессией врача - стоматолога и был показан спектакль с участием детей и родителей про Белого Зубика, который в игровой и танцевальной форме помог Зайчишке и нашим ребятам правильно ухаживать за зубами.



Я считаю, что совместное творчество формирует доверительные отношения между детьми и родителями, оказывает положительное влияние на развитие ребенка. Поэтому, по инициативе родителей, возникла идея создания семейной творческой мастерской «Данила-мастер и Марья-искусница». Основная цель работы мастерской является укрепление детско-родительских отношений через организацию совместной творческой деятельности. Творческий процесс стимулирует развитие коммуникативных навыков, пассивного и активного словаря детей, раскрывает творческий потенциал ребенка.

Папа Ильи М. познакомил детей со своими рабочими инструментами и показал их действие в работе, папа Марка Б. учил детей рисовать забавных животных, бабушка Егора Ш. готовила с воспитанниками витаминный салат, бабушка Артёма С. рассказала о многообразии камней и научила детей вышивать крестиком.



Школа здоровой семьи. Мною для родителей была проведена консультация «Воспитание интереса к музыке», в которой говорилось о благотворном влиянии музыкотерапии и показаны мастер-классы по метроритмической организации детей, по развитию звуковысотного слуха. Во время мастер-классов родители активно выполняли упражнения, прохлопывали ритмические рисунки, пели в «птичьем хоре», даже танцевали, сидя на стульях!

На одном из родительских школ состоялся показ видеороликов по цветотерапии как одной из вариативных форм интегративной музыкотерапии, когда наряду с музыкой включаются другие виды искусства: рисование под музыку, подвижные игры, пантомима, пластическая драматизация под музыку, создание стихов, рисунков, рассказов после прослушивания музыки и др. творческие формы (цветотерапия, изотерапия).



Индивидуальная работа с родителями. Одной из важнейших форм взаимодействия семьи и детского сада по сохранению здоровья детей является индивидуальная работа с каждым родителем. Меня радовало, когда родители

приходили поговорить со мной о музыкальных успехах или узнать о проблемах своего ребёнка.

Родителям, которые интересовались музыкотерапией, был предложен список музыкальных произведений по темам:

1. Фоновая музыка для свободной деятельности;
2. Музыка для пробуждения после сна;
3. Детские песни из мультфильмов и кинофильмов;
4. Расслабляющая музыка для релаксации;
5. Музыка для вечернего времени.

Вокалотерапия направлена на формирование оптимистического настроения с помощью вокальной деятельности ребенка. Этот метод, основанный на звуковых вибрациях, доступен каждому и не требует специальной подготовки. Это отличное средство для снятия внутреннего напряжения и для самовыражения. Особенно хорошо пением лечатся болезни, связанные с дыханием. Известна практика, когда пением излечивается заикание. А ещё лучший эффект достигается от совместного исполнения песен и ребёнка и родителя. Всем известные песни из мультфильмов и детских кинофильмов родители с удовольствием пели вместе с детьми на празднике «Семейное караоке». Родители без репетиции исполняли песню с незнакомым текстом при помощи мультимедийного оборудования.



Звукотерапия — метод лечения звуком. Родители были приглашены на детско-взрослый мастер-класс «В мире звуков». Родители и дети почувствовали благотворное влияние отдельных звуков и их сочетаний. Например, звук «а» — снимает любые спазмы, «и» — прочищает нос, «у» — улучшает дыхание; согласные звуки «с» — лечит кишечник, «н» — улучшает работу головного мозга; звукосочетание «ом» — снижает кровяное давление; «ай, па» — снижают боли в сердце; «ух, ох, ах» — стимулируют выброс из организма отработанных веществ и негативной энергии...



Таким образом, родители поняли, что звук имеет не только эмоциональное воздействие, он создает в организме человека биорезонанс, и, зная какой звук оказывает воздействие на тот или иной орган, можно улучшить своё состояние.

Релаксация с помощью музыки очень нравятся и детям и взрослым, а под звуки дождя и аккомпанемент фортепиано особенно! В музыке, погружающей в состояние релаксации, обычно используются специальные гармонии, которые расслабляющим образом действуют на слушателя. Родителям были предложены различные треки с музыкой для релаксации, которые они могут использовать дома. Эффект от прослушивания правильно подобранных композиций делает своё дело — настраивает всю семью на расслабляющий лад.



Открытые музыкальные занятия для родителей. Родителям были продемонстрированы инструментальная музыкальная терапия, логоритмика, дыхательная гимнастика по Стрельниковой, фонопедический метод по Емельянову.

Инструментальная музыкальная терапия направлена на формирование оптимистических настроений с помощью игры на музыкальных инструментах. Музыкальный оркестр является для детей одним из любимых видов музыкальной деятельности. Большую помощь оказывают музыкальные игрушки и инструменты, применяемые в музыкальнодидактических играх.



Логоритмика – здесь каждый музыкальный сигнал должен вызывать у детей немедленную двигательную реакцию. Это позволяет развивать внимание, слуховое восприятие, пространственную ориентировку, способствует коррекции речевых нарушений, например, фонематического слуха. На занятиях используются: игровая мотивация, пантомима, музыкальные рассказы, импровизации и т.д.



Дыхательная гимнастика. Чтобы красиво петь, нужно правильно дышать. Владеть голосом и дыханием – значит управлять своим состоянием. Дыхательная гимнастика по методике Стрельниковой А.Н. является уникальной и даёт потрясающие результаты. При выполнении упражнений головной мозг насыщается кислородом, что приводит к улучшению всех процессов в организме. Благодаря уникальным дыхательным упражнениям происходит саморегуляция всех обменных процессов в организме.



Фонопедический метод по В. В. Емельянову содействует включению и развитию защитных механизмов фонации. Целью фонопедических упражнений является решение координационных и тренажных задач работы над голосом. Фонопедические упражнения стимулируют мышцы, принимающие участие в голосообразовании.

Кинезитерапия – лечение движением, то есть дети обучаются технике выражений эмоций с помощью выразительных движений тела, навыкам релаксации. При кинезитерапии используется:

Психогимнастика – комплекс упражнений, игр, этюдов, целью которых является сохранение психического здоровья детей;

Игровая импровизация, когда под живую музыку ребенок выражает свое эмоциональное состояние;

Также использовались артикуляционная гимнастика, валеологические песенки, оздоровительные упражнения для горла и голосовых связок с целью профилактики простудных заболеваний.

Таким образом, активное участие родителей и использование музыкальных здоровьесберегающих технологий способствовали созданию здоровьесозидающей среды для развития эмоционального здоровья наших воспитанников.