

Консультация для родителей «Здоровьесберегающие технологии на музыкальных занятиях»

"Здоровье - не всё, но без здоровья - ничто " (Сократ)

Человек - совершенство природы. Но для того, чтобы пользоваться благами жизни, наслаждаться ее красотой, очень важно иметь здоровье. В современном обществе предъявляются новые, более высокие требования к человеку, в том числе и ребенку, к его знаниям и способностям.

В последнее время обоснованную тревогу специалистов вызывает состояние здоровья современных дошкольников. По данным Госкомстата России заболеваемость дошкольников за последние пять лет увеличилась по всей России:

- количество здоровых детей не превышает 10-12%;
- наблюдается стремительный рост числа функциональных нарушений и хронических заболеваний (50-60%);
- растет число дошкольников, в анамнезе которых 2 и более диагнозов.

Причин для этого не мало: это и неблагоприятная экология и социально-экономические условия нашей действительности, культурный уровень, религиозные традиции и наследственность.

Это объясняет интерес педагогической общественности к идеям здоровьесбережения, предметом которой является здоровье человека, а в качестве основной задачи выдвигается сохранение, укрепление здоровья дошкольников.

Цель здоровьесберегающей педагогики - обеспечить выпускнику детского сада высокий уровень реального здоровья, основная задача детского сада - подготовить ребенка к самостоятельной жизни, дав ему для этого необходимые умения, навыки, воспитав определенные привычки. Ведь именно в дошкольном детстве закладывается фундамент здоровья ребенка, происходит его интенсивный рост и развитие, формируются основные движения, осанка, навыки, воспитываются черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни.

К здоровьесберегающим технологиям относятся ритмопластика, пальчиковая гимнастика, коммуникативные игры, дыхательная гимнастика, музыкотерапия и другие. Но именно эти технологии я использую на музыкальных занятиях и в повседневной жизни детского сада.

Мною создана картотека коммуникативных, пальчиковых, различных речевых и подвижных игр, игр на развитие дыхания. Собрана колыбельная музыка и музыка для слушания.

Сегодня мы поговорим о здоровье. Всем нам хочется, чтобы наш ребенок был самый здоровый, умный, красивый, любимый. Но что мы для этого делаем? Давайте вместе вспомним (витамины, спорт, прогулки и т. д.) А как провести время с пользой для здоровья, если идет дождь или просто вечером, когда делать нечего или быстро успокоить ребенка, когда он плачет?

Сегодня мы попробуем дать ответы на эти вопросы и провести время полезно и приятно.

М. р. проводит коммуникативную игру "Человечки":

Дети и родители стоят парами. Ладони детей лежат на ладонях взрослых.

Бежали мимо речки

Смешные человечки

Пальчики детей бегут по рукам взрослых и наоборот до плеч.

Прыгали, скакали,

Пальчики прыгают по плечам друг друга

Солнышко встречали.

Погладить пальчиками щеки др. друга.

Забрались на мостик

Руки сложить полочкой и соединить

И забили гвоздик.

Кулачками стучим друг другу

Потом бултых в речку.

Руки бросаем вниз (руки расслаблены)

Где же человечки?

Пощекотать друг друга.

- А теперь сделаем массаж друг другу.

Коммуникативная игра "Воробьи":

Дети и родители стоят парами. Один из партнеров стоит спиной к другому.

На задах воробьи собирают конопли . (массаж пальчиками по спине)

Полосатым пороссятам (поглаживание по спине)

Носят полны коробы (массаж кулачками по спине)

Партнеры меняются местами и игра повторяется.

- Молодцы! Очень хорошо получается. Сейчас мы присядем, отдохнем и посчитаем пальчики.

Пальчиковая игра "Червячки":

1 - 2 - 3 - 4 - 5

Червячки пошли гулять (Указательные пальцы "ползут" по коленкам)

Вдруг ворона вылетает (Пальцы сложить клювиком)

Головой она кивает, (Кивнуть 2 раза)

Каркает: "Вот и обед! " (Пальцы разомкнуть)

Глядь , а червячков уж нет! (Развести руки в стороны.)

- Разволновалась ворона, а как успокоиться не знает. Давайте поможем ей.

Дыхательная гимнастика "Туча и дождик":

Вздох надули тучу (живот) плечи свободные

Выдох идет дождь (массаж пальчиками по крыльям носа) произносим звук -м-

- Молодцы! Вот такие легкие и веселые игры помогут вам приятно провести время и сохранить здоровье вашего ребенка. Новые коммуникативные, пальчиковые игры, дыхательную гимнастику вы сможете найти в папке с консультациями для родителей. Спасибо за внимание!