**Здоровьесберегающие технологии на музыкальных занятиях в детском саду**

**Занятия музыкой** способствуют общему развитию личности ребенка.

Взаимосвязь между всеми сторонами воспитания сплачивается в процессе разнообразных видов и форм **музыкальной деятельности**. Эмоциональная отзывчивость и развитый **музыкальный** слух позволяет детям в доступных формах откликнуться на добрые чувства и поступки, помогут активизировать умственную деятельность и, постоянно совершенствуя движения, разовьют дошкольников физически.

**Музыка** воспринимаемая слуховым рецептором, воздействует на общее состояние всего организма ребенка, вызывает реакции, связанные с изменением кровообращения, дыхания. В. М. Бехтерев, подчеркивая эту особенность, доказал, что если установить механизм влияния **музыки на организм**, то можно вызвать или ослабить возбуждение. П. И. Анохин, изучая вопросы влияния мажорного или минорного лада на самочувствие, сделал вывод о положительном влиянии мелодического и ритмического компонентов **музыки** на работоспособность и отдых человека.

Пение развивает голосовой аппарат, укрепляет голосовые связки, улучшает речь, способствует выработке вокально-слуховой координации. Правильная поза поющих регулирует и углубляет дыхание. **Музыкальный** ритм движения улучшает осанку ребенка, координацию, вырабатывают четкость ходьбы и легкость бега. Динамика и темп **музыкального** произведения требуют и в движениях соответственно изменять скорость, степень напряжения, амплитуду и направление **Музыка**, сопровождая утреннюю гимнастику и

физические **занятия**, активизирует детей, заметно повышает качество выполняемых ими упражнений. Звучащее **музыкальное** произведение повышает работоспособность сердечно сосудистой, мышечной, дыхательной систем организма. При выполнении упражнений с **музыкальным** сопровождением улучшается легочная вентиляция, увеличивается амплитуда дыхательных движений. Так же развивается **музыкальность у детей**, эмоциональная отзывчивость, слух. Ребенок учится воспринимать **музыку**, двигаться в соответствии с её характером, средствами выразительности. Таким образом, **музыка**– одно из средств физического развития детей. А **здоровье** ребенка – это не только отсутствие болезни и физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие.

Поэтому **оздоровление** детей становится приоритетным направлением в **детском саду**. **Музыкально-оздоровительная работа в детском саду** – это организованный педагогический процесс, направленный на развитие **музыкальных** и творческих способностей детей, сохранение и укрепление их психофизического **здоровья** с целью формирования полноценной личности ребенка.

**Музыкотерапия**

Сегодня современные ученые выделяют **музыкальные произведения**, которые положительно влияют на эмоциональное состояние ребёнка.

**Музыка** для встречи детей и их свободной деятельности - Классические произведения:

1. Бах И. *«Прелюдия до мажор»*, *«Шутка»*.

2. Вивальди А. *«Времена года»*.

3. Гайдн И. *«Серенада»*.

4. Кабалевский Д. *«Клоуны»*, *«Петя и волк»*.

5. Лядов А. *«****Музыкальная табакерка****»*.

6. Моцарт В. *«Маленькая ночная серенада»*, *«Турецкое рондо»*.

7. Мусоргский М. *«Картинки с выставки»*.

8. Рубинштейн А. *«Мелодия»*.

9. Свиридов Г. *«Военный марш»*.

10. Чайковский П. *«****Детский альбом****»*, *«Времена года»*, *«Щелкунчик»* *(отрывки из балета)*.

**Детские песни**:

1. *«Будьте добры»* *(А. Санин, А. Флярковский)*.

2. *«Веселые путешественники»* *(С. Михалков, М. Старокадомский)*.

3. *«Все мы делим пополам»* *(М. Пляцковский, В. Шаинский)*.

4. *«Где водятся волшебники»* (из к/ф *«Незнайка с нашего двора»*, Ю. Энтин, М. Минков).

5. *«Если добрый ты»* (из м/ф *«Приключения кота Леопольда»*, М. Пляцковский).

6. *«Крылатые качели»* (из к/ф *«Приключения Электроника»*, Ю. Энтин, Г. Гладков).

7. *«Лучики надежды и добра»* *(ел. и муз. Е. Войтенко)*.

8. *«Настоящий друг»* (из м/ф *«Тимка и Димка»*, М. Пляцковский, Б. Савельев).

9. *«Песенка Бременских****музыкантов****»* *(Ю. Энтин, Г. Гладков)*.

10. *«Песенка о волшебниках»* *(В. Луговой, Г. Гладков)*.

11. *«Песня смелого моряка»* (из м/ф *«Голубой щенок»*, Ю. Энтин, Г. Гладков).

**Музыка** для пробуждения после дневного сна - Классические произведения:

1. Боккерини Л. *«Менуэт»*.

2. Григ Э. *«Утро»*.

3. Дворжак А. *«Славянский танец»*.

4. Лютневая **музыка XVII века**.

5. Лист Ф. *«Утешения»*.

6. Мендельсон Ф. *«Песня без слов»*.

7. Моцарт В. *«Сонаты»*.

8. Мусоргский М. *«Балет невылупившихся птенцов»*,

*«Рассвет на Москва-реке»*.

9. Сен - Сане К. *«Аквариум»*.

10. Чайковский П. *«Вальс цветов»*, *«Зимнее утро»*,

*«Песня жаворонка»*.

11. Шостакович Д. *«Романс»*.

12. Шуман Р. *«Май, милый май!»*.

Привычные виды **музыкальной деятельности**, развивающие творческие способности и **музыкальность ребенка**, можно разнообразить с пользой для **здоровья**. Начинать **музыкальные занятия** с жизнеутверждающей валеологической распевки, дающий позитивный настрой на весь день.

Слушание **музыки** и разучивание текстов песен можно перемежать с игровым массажем или пальчиковой игрой, пассивной **музыко-терапией**. Перед пением песен – заниматься дыхательной, артикуляционной гимнастикой, **оздоровительными** упражнениями для горла и голосовых связок с целью профилактики простудных заболеваний. Речевые игры лучше сопровождать **музыкально-ритмическими движениями**, игрой на **детских музыкальных инструментах**, а танцевальную импровизацию совместить с **музыкотерапией**.

Проведение интегрированных **музыкально-валеологических занятий**, Позволяет рассказать ребенку о пользе **здорового образа жизни**, о необходимости знать и выполнять правила личной гигиены.

Современные методы **здоровьясбережения на музыкальных занятиях** помогает обеспечить более бережное отношение к физическому и духовному **здоровью детей**, выявить и развить **музыкальные** способности и творческий потенциал каждого малыша.

Валеологические знания, полученные на **занятиях**, будут способствовать формированию привычки жить в гармонии с самим собой и окружающим миром.