

## **Формирование певческих навыков детей дошкольного возраста с использованием здоровьесберегающих технологий**

Пение - один из самых любимых детьми видов музыкальной деятельности, который может дать им очень много. В нем заключен большой потенциал эмоционального, музыкального и познавательного развития. Музыкальный образ песни, благодаря словесному тексту, становится понятным и близким детям. Это развивает у них эмоциональную отзывчивость на музыку-главную составляющую музыкальности.

В пении, как ни в каком другом виде музыкальной деятельности, очень успешно и быстро развивается интонационный звуковысотный слух - одна из основных музыкальных способностей, без которой музыкальная деятельность невозможна вообще. Развиваются и все другие музыкальные способности - тембровый и динамический слух, музыкальное мышление, музыкальная память. В пении происходит и общее развитие ребенка - формируются психические функции, развивается речь, происходит накопление знаний об окружающем, ребенок учится взаимодействовать со сверстниками. Поскольку пение - психофизиологический процесс, связанный с работой жизненно важных систем, таких как дыхание, кровообращение, эндокринная система и др., важно, чтобы голосообразование было правильно, природосообразно организовано, чтобы ребенок испытывал ощущение комфорта, пел легко, с удовольствием. В противном случае, при неправильном режиме голосообразования, нарушении гигиенических норм ребенок испытывает напряжение гортани, у него устает голос.

В этих условиях могут возникнуть заболевания голосового аппарата. Правильный режим голосообразования является результатом работы по постановке певческого голоса. Эту работу необходимо начинать с детьми дошкольного возраста, этот возраст благоприятен для становления основных певческих навыков.

Методика вокально-хоровой работы с детьми дошкольного возраста аналогична методике, применяемой в вокальной педагогике при обучении взрослых. Существенное различие заключается в методах и приемах. Вся дошкольная педагогика, в том числе и музыкальная, опирается на игровую методику, которая вызывает положительный эмоциональный отклик у детей и позволяет достигнуть хороших результатов. «Запоют дети – запоет народ» - писал К.Д.Ушинский. А будут любить пение наши воспитанники или нет, зависит от нас педагогов.

Музыкальному руководителю следует помнить, что в дошкольном детстве вокальные органы начинают только формироваться. Поэтому педагог должен руководствоваться принципом «Не навреди!». Обучение детей пению должно вестись планомерно, постоянно, со строгой постепенностью, начиная с элементарных приемов того или иного навыка. Для того чтобы пение сделать одним из любимых занятий детей, важно использовать в работе традиционные и современные методики, которые имеют учебную направленность и способствуют решению определенных задач. Поэтому педагоги дошкольных учреждений, в том числе и музыкальные руководители, должны комплексно решать задачи физического, интеллектуального, эмоционального развития ребенка, подготовки его к школе, активно внедряя в этот процесс наиболее эффективные технологии здоровьесбережения.

Важно организовать музыкально – оздоровительную работу в учреждении, обеспечивающую каждому ребенку укрепление психического и физического здоровья, выявление и развитие музыкальных и творческих способностей, формирование привычки к здоровому образу жизни. Система музыкальной работы предполагает использование на каждом музыкальном занятии следующих здоровьесберегающих технологий:

1. **Валеологические распевки**, которые задают позитивный тон, улучшают эмоциональный климат на занятии, поднимают настроение, подготавливают голос к пению;

2. **Дыхательная гимнастика** – управление всеми фазами акта дыхания через тренировку дыхательных мышц и регулировку работы дыхательного центра;

3. **Артикуляционная гимнастика** – выработка качественных, полноценных движений органов артикуляции, подготовка к правильному произнесению фонем. Артикуляционные гимнастики Е. Косиновой, В. Цвынтарного, Т. Куликовской способствуют тренировки мышц речевого аппарата. В результате этой работы повышаются показатели уровня развития речи детей, певческих навыков, улучшается музыкальная память, внимание.

4. **Оздоровительные и фонетические упражнения**. Разработки В. Емельянова, М. Картушиной способствуют развитию носового, диафрагмального, брюшного дыхания, стимулированию гортанно-глоточного аппарата и деятельности головного мозга. В работе используются упражнения для горла, интонационно – фонетические (корректируют произношения звуков и активизируют фонационный выдох) и голосовые сигналы доречевой коммуникации, игры со звуком.

5. **Игровой массаж**. Приемы массажа полезны не только больному, но и здоровому человеку. Делая самомассаж определенной части тела ребенок воздействует на весь организм в целом, развивает у человека позитивное отношение к собственному телу. Использование игрового массажа М. Картушиной, А. Галанова, А. Уманской повышает защитные свойства верхних дыхательных путей и всего организма, нормализует вегетососудистый тонус, деятельность вестибулярного аппарата и эндокринных желез.

6. **Пальчиковые игры** развивают речь ребенка, двигательные качества, повышают координационные способности пальцев рук, соединяют пальцевую пластику с выразительным мелодическим и речевым интонированием, формируют образно – ассоциативное мышление на основе устного русского народного творчества.

7. **Речевые игры** позволяют овладеть всеми выразительными средствами музыки. Музыкальный слух развивается в тесной связи со слухом речевым. В речевых играх Т. Боровик и Т. Тютюнниковой текст поется или ритмично декламируется хором, соло или дуэтом. К звучанию добавляются музыкальные инструменты, жесты, движения и колористические средства. Речевые игры влияют на развитие эмоциональной выразительности речи, двигательной активности.

8. **Музыкотерапия** Это создание музыкального сопровождения, которое способствует коррекции психофизиологического статуса детей в процессе их двигательной – игровой деятельности. Правильно подобранная музыка повышает иммунитет детей, снимает напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание.

Использование технологий здоровьесбережения эффективно при учете индивидуальных и возрастных особенностей каждого ребенка, его интересов. В соответствии с этим занятия строятся на планировании, направленном на усвоение детьми определенного содержания и педагогической импровизации, варьирующей ход занятия, его содержания и методы. Успех занятий невозможен без совместной деятельности педагога – музыканта и воспитателя, который активно помогает, организует самостоятельное музицирование детей.

## **Валеологические песни – распевки:**

### **1. Доброе утро!**

Доброе утро!  
Улыбнись скорее!  
И сегодня весь день  
Будет веселее.  
Мы погладим лобик  
Носик и щечки  
Будем мы красивыми  
Как в саду цветочки!  
Разотрем ладошки  
Сильнее сильнее  
А теперь похлопаем  
Смелее смелее!  
Ушки мы теперь потрем  
И здоровье сбережем  
Улыбнемся снова  
Будьте все здоровы!

### **2. Здравствуйте, ладошки!**

Здравствуйте, ладошки  
Хлоп, хлоп, хлоп!  
Здравствуйте, ножки  
Топ, топ, топ!  
Здравствуйте, щечки  
Плюх, плюх, плюх!  
Пухленькие щечки  
Плюх, плюх, плюх!  
Здравствуйте, зубки!

Цок, цок, цок!

Здравствуйте, губки! (поцелуйчик)

Здравствуй, мой носик!

Пип, пип, пип!

Здравствуйте, ребята!

Здравствуйте!

### **Дыхательная гимнастика:**

#### **1. «Пузырь»**

Дети, взявшись за руки, встают в круг, со словами медленно отходят назад. На слово «лопнул» дети, не расцепляя рук, сходятся в середину круга, произнося звук «ш».

Надувайся пузырь,

Надувайся большой,

Оставайся пузырь и не лопайся!

#### **2. «Насос»**

На счет «раз» наклон вниз, выпрямляя – руки, выпрямляясь тянутся к полу, голова опущена – вдох, на счет «два» выпрямились, но не полностью, как бы ссутулилась спина. **Норма 4 раза.**

По шоссе летят машины

Все торопятся, гудят.

Мы накачиваем шины

Дышим много раз подряд.

#### **3. «Котенок и шар» (как в игре «Пузырь»).**

Надувала кошка шар,

А котенок ей мешал.

Ф-ф-ф...

Подошел и лапой - хлоп!

Ну а шарик сразу – лоп!

### **Пальчиковая игра «Воздушный шар».**

Дети рассказывают стихотворение, выполняя соответствующие движения:

Надуваем, дети, шарик!

Он становится большой.

Вдруг шар лопнул,

Воздух вышел –

Ш – ш – ш....

Стал он тонкий и худой.

В. Цвынтарный

### **Игровой массаж «Зайка».**

Зайка белый прибежал

И по снегу прыгать стал

Прыг – скок, прыг – скок

Непоседа наш дружок!

Зайка прыгнул на пенек

В барабан он громко бьет!

Бум, бум, тра-та-та!

Зимой погода красота!

А в лесу такой мороз

Зайка наш совсем замерз!

Лапками хлоп, хлоп,

Ножками топ, топ!

Носик трет, трет, трет,

Ушки мнет, мнет, мнет!

Прыгай выше зайка,

Зайка попрыгайка!

## **Игровые фонопедические упражнения «Резиновая игрушка»**

Купили в магазине

Резиновую Зину

Резиновую Зину

В корзине принесли.

Она сказала «ш»

Потом сказала «с»,

Затем сказала «х»,

Потом устало «ф»,

Потом так странно «к»

И так обычно «т»

Потом легонько «п»

И очень твердо «б»,

Жужжала тихо «ж»,

И вовсе сдулась «з».

*(Согласные произносятся на выдохе легко и тихо)*

## **Игровой массаж**

### **1. «Расческа»**

Расчесочка, расчесочка

Расчесочка моя.

Причешет и пригладит

Расчесочка меня.

Сделает расчесочка

Красивую причесочку.

*(Дети расчесывают волосы пальцами)*

### **2. «Две тетери»**

На лугу, на лугу, (дети гладят животик)

Стоит миска творогу, (по часовой стрелке)

Прилетели две тетери, (бегают пальчиками по телу)

Поклевали (щиплют двумя пальцами)

Улетели (машут руками)

Использование на занятиях здоровьесберегающих технологий побуждают детей активно, на самом высоком эмоциональном уровне познавать окружающий мир и свой организм, рассуждать, самостоятельно находить ответы на проблемные вопросы, анализировать, но успех данной работы зависит от согласованной работы педагога – музыканта и воспитателя.