

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение муниципального образования город Краснодар
«Центр развития ребенка – детский сад №107 «Русалочка»

Проект

для детей дошкольного возраста

*«Музыка – лекарство для души!
Ну а здоровый дух – он лишь в здоровом теле!»*
по художественно-эстетическому развитию.

Утверждено:
на заседании МО педагогов
МБДОУ МО г.Краснодар
«Центр-детский сад №107
председатель МО _____
«____» _____ 20____

**Подготовил: музыкальный руководитель
Сапожкова О.А.**

**г. Краснодар
2019 год**

Паспорт проекта
«Использование здоровьесберегающих технологий в работе музыкального руководителя»

Основания для разработки проекта, проблема	<p><u>Оздоровление дошкольников</u> приоритетное направление деятельности педагогического коллектива.</p> <p>Охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья детей одна из основных задач дошкольного образования. От состояния здоровья детей во многом зависит благополучие общества. В дошкольный период у ребёнка закладываются основные навыки по формированию здоровья, это самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников методам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам.</p>
Потенциальные заказчики и потребители	Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Центр-детский сад №107», родители, другие детские сады
Тип	Педагогический
Вид	Творческо-практический
Основное направление	Музыкально-оздоровительное
Разработчики	Сапожкова О.А., музыкальный руководитель
Цель	Организовать музыкально-оздоровительную работу, обеспечивающую каждому ребёнку укрепление психического и физического здоровья, выявление и развитие творческих и музыкальных способностей, формирование привычки к здоровому образу жизни.
Целевая аудитория	Воспитанники от 3 до 7 лет, педагоги, родители.
Ожидаемые эффекты и результаты	<p>Знания о ЗОЖ.</p> <p>Повышение уровня музыкальных способностей.</p> <p>Стабильность физической и умственной работоспособности во всех сезонах года независимо от погоды.</p> <p>Составление картотеки по видам здоровьесберегающих технологий.</p> <p>Пополнение групповых музыкальных и физкультурных центров: самодельные музыкальные инструменты, карточки – пособия с валеологическими песенками, дополнительные «дорожки здоровья».</p>
Ресурсы	<p><u>Кадровые</u></p> <p>1. Воспитатели, инструктор по физической культуре.</p> <p><u>Материальные</u></p> <p>1. Технические средства: музыкальный центр, ноутбук, CD с записями музыки, мультимедийное оборудование..</p> <p><u>Научно-методические ресурсы</u></p> <p>1. Программы: разработки В. Емельянова, программа "Здравствуй" М.Л. Лазарева, программа оздоровления дошкольников «Зеленый огонек здоровья» М. Картушиной, «Музыкальное воспитание дошкольников» О.П. Радыновой, программа «Ритмическая мозаика» А.Бурениной, методические пособия для детей дошкольного возраста.</p> <p>2. Информационно-коммуникационные ресурсы (интернет)</p>

*« Всем известно, всем понятно,
что здоровым быть приятно».*

Актуальность.

Здоровье человека- актуальная тема для разговора во все времена. От состояния здоровья детей во многом зависит благополучие общества. Экологические проблемы, химические добавки в продуктах питания, эмоциональный дискомфорт, недостаточное внимание семьи к укреплению физического и психического здоровья детей, равнодушное отношение родителей к физкультуре и спорту- факторы, агрессивно воздействующие на здоровье дошкольника. На фоне экологической напряженности, роста болезней «цивилизации», нужно овладеть искусством сохранения и укрепления здоровья. И этой проблеме нужно уделять как можно больше внимания именно в дошкольном учреждении.

Ребенок с первых дней жизни имеет определенные унаследованные биологические свойства, в том числе и типологические особенности нервных процессов (сила, уравновешенность и подвижность). Но эти особенности составляют лишь основу для дальнейшего физического и психического развития, а определяющими факторами являются окружающая среда и воспитание ребенка. В дошкольный период у ребёнка закладываются основные навыки по формированию здоровья, это самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников методам совершенствования и сохранения здоровья приведут к положительным результатам.

Музыкальное развитие ребенка в аспекте физического имеет свою давнюю историю. Так, Пифагор, Аристотель, Платон считали, что музыка восстанавливает нарушенную болезнью гармонию в человеческом теле. Прогрессивные ученые В. М. Бехтерев, П. К. Анохин, изучая влияние музыки на человека, доказали что музыка может вызывать или ослаблять возбуждение организма, умелое использование мелодического, ритмического и других компонентов музыки помогает человеку во время работы и отдыха. Педагог - исследователь Н. Ветлугина в «Теории и методике музыкального воспитания в детском саду» отмечает, что пение развивает голосовой аппарат, укрепляет голосовые связки, улучшает речь (врачи-логопеды используют пение при лечении заикания), регулирует дыхание. Ритмика улучшает осанку ребенка, координацию, развивает уверенность движений. Научные данные о физиологических особенностях музыкального восприятия дают материалистическое обоснование влияния музыкальной деятельности на укрепление и сохранение физического и психического здоровья ребенка.

Проблема укрепления здоровья детей не кампания одного дня, деятельности одного человека, а целенаправленная, систематически спланированная работа. Наметившаяся в последние годы устойчивая тенденция ухудшения здоровья дошкольников, увеличение количества детей с нарушениями психического и речевого развития, диктует необходимость поиска механизмов, позволяющая изменить эту ситуацию. Оздоровление детей в последнее время становится приоритетным направлением в работе многих ДОУ, в т.ч. и нашего детского сада. Передо мной, как музыкальным руководителем, встала задача, как можно с помощью различных видов музыкальной деятельности не только эстетически развивать детей, но и укреплять их психическое и физическое здоровье.

Музыкально - оздоровительная работа в ДОУ – это организованный педагогический процесс, направленный на развитие музыкальных и творческих способностей детей, сохранение и укрепление их психического и физического здоровья с целью формирования полноценной личности ребенка. Для постановки и решения задач я придерживалась здоровьесберегающей модели организации музыкально-оздоровительной работы в детском саду, в которой выделила следующие компоненты:

1. Использование здоровьесберегающих технологий в образовательной и совместной деятельности.
2. Организация музыкальной здоровьесберегающей среды.
3. Просвещение педагогов и родителей.

Задачи:

В сфере работы с детьми	В работе с родителями	В работе с педагогическим коллективом
1.Развивать музыкальные и творческие способности дошкольников в различных видах музыкальной деятельности, используя здоровьесберегающие технологии, исходя из возрастных и индивидуальных особенностей каждого ребёнка. 2.Создать предметно-развивающую среду: картотеки по видам здоровьесберегающих технологий, музыкальные инструменты из бросового материала,дополнительные «дорожки здоровья». 3.С помощью здоровьесберегающих технологий повысить адаптивные возможности детского организма (активизировать защитные свойства, профилактика заболеваний верхних дыхательных путей).	1.Содействовать просвещению родителей. 2.Формирование потребности семьи в ЗОЖ.	1.Организация взаимодействия с педагогами. 1.Обмен опытом с музыкальными руководителями и другими специалистами.

Основные формы реализации проекта:

- музыкальные занятия с использованием здоровьесберегающих технологий;
- музыкально – валеологические занятия;
- музыкально-спортивные развлечения;
- консультации для родителей «Музыка лечит», «Почему петь полезно», «Оптимизм и здоровье», и т.д.
- просмотр видеороликов на данную тему;
- работа с родителями: совместные досуговые мероприятия, выпуск семейных газет, выступление на общем родительском собрании.

План реализации проекта:

Данный проект проходил в три этапа:

1 этап – Подготовительный.

- Изучение литературы по данной проблеме.
- Оценка возможности применения здоровьесберегающих технологий в музыкальном воспитании.
- Составление схемы взаимодействия с педагогами.

2 этап – Основной.

- Систематизация материала:
 - подбор валеологических песенок,
 - пальчиковых и речевых игр с музыкой и без,
 - комплексов игрового массажа,
 - артикуляционной и дыхательной гимнастики,
 - фонопедических упражнений.
- Разработка музыкально - валеологических занятий.
- Составление фонотеки «Музыкотерапия в повседневной жизни дошкольников».
- Разработка конспектов музыкально – спортивных развлечений.

3 этап – Заключительный.

Цель: подведение итогов проекта, оценка результатов.

Реализация работы над проектом по этапам

Этапы работы	Деятельность педагога	Деятельность детей	Деятельность родителей
1 этап Подготовительный	Разработка системной паутинки по проекту, конспектов занятий и совместной деятельности детей, педагогов, родителей.	Беседа с детьми. Рассматривание иллюстраций. Демонстративно-наглядный материал по теме «Здоровье», «Спорт».	Разработка совместного досуга и маршрутов выходного дня.
2 этап Основной	<ul style="list-style-type: none">- Подбор стихов, загадок, песенок,- подбор пальчиковых и речевых игр по теме,- подбор комплексов игрового массажа, дыхательной и артикуляционной гимнастики;- подбор фото - коллажей, иллюстраций, раскрасок, консультаций, видеороликов по теме.- оформление папки-передвижки для родительских уголков по теме «Артикуляционная гимнастика: зачем и как её делать».	<ul style="list-style-type: none">- Рассматривание иллюстраций,- прослушивание произведений по теме,- разгадывание загадок,- работа с раскрасками,- разучивание стихов, песен, музыкально-подвижных игр по теме,- музыкальные занятия,- праздники, досуги, развлечения.	<ul style="list-style-type: none">- участие в музыкально-спортивных праздниках и развлечениях,- просвещение родителей по теме через информацию на музыкальном стенде, родительских уголках, папке-передвижке: «Артикуляционная гимнастика: зачем и как её делать», «Пойте на здоровье», «Музыка лечит», «Удивительные истории о силе музыки».
3 этап	<ul style="list-style-type: none">- Подведение итогов.- открытое занятие в рамках РМО;- анализ проекта;- выбор темы следующего проекта с	<ul style="list-style-type: none">- совместное обсуждение работы над проектом – что понравилось, а что нет;- обсуждение – чему научились в ходе реализации проекта;	<ul style="list-style-type: none">- отзыв о проекте,- впечатления от достижений детей,- предложения и рекомендации на будущее,- выступление на общем родительском собрании «Здоровьесберегающие технологии в работе музыкального руководителя».

**Реализация принципа интеграции в ходе проектной деятельности
«Здоровьесберегающие технологии в работе музыкального руководителя»**

№ п/п	Образовательная область	Формы организации деятельности детей
1	Физическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> - здоровьесберегающие моменты в режиме дня: утренняя гимнастика, гимнастика пробуждения после дневного сна, релаксация, психогимнастика, - физкультурные занятия с музыкальным сопровождением, - музыкотерапия в режимных моментах и на занятиях, - музыкально-спортивные досуги «Витаминная семья», «Осенние старты», «В гостях у Айболита», «Мама, папа, я – спортивная семья!», «Мы – туристы!», - музыкально- подвижные игры, посещение бассейна, экскурсии в парковую зону.
2	Познавательное развитие	<ul style="list-style-type: none"> - презентации детей, посещающих спортивные секции. - фотошirma: «Мама, папа, я – спортивная семья!». - оформление газеты «Самая здоровая семья!», - творческие и развивающие игры и конкурсы: «Рецепты от простуды», «Средства гигиены», «Вперед за здоровьем» и др., - викторины: «Азбука здоровья», «Воды не бойся, ежедневно мойся!» - просмотр видеороликов «Гимнастика для глаз», «Веселая зарядка», «Здоровье начинается дома» и др. - беседы с детьми на темы: «Вредные привычки – вы нам не сестрички!», «В гостях у Большого уха», «Наши глазки – как из сказки!».
3	Социально коммуникативное развитие	<ul style="list-style-type: none"> - сюжетно-ролевые игры из цикла «Азбука здоровья и гигиены»: «Кукла заболела», "Добрый доктор Айболит", «В аптеке», «На приеме у врача» и т.п.
4	Речевое развитие	<ul style="list-style-type: none"> - заучивание стихов, песенок, - пословицы, поговорки, считалочки о спорте, здоровье, - составление творческих рассказов «Как устроен мой организм», «Витамины и полезные продукты», «Телевизор, компьютер и спорт».
5	Художественно эстетическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> - открытое музыкальное занятие "Путешествие в город Здравгород", - музыкально-валеологическое занятие «Доктор Пилюлькин», «К нам пришли Витаминки», - арттерапевтическое занятие «Если только захотим – тоже в космос полетим!», «Страна веселых человечков» - рисование: «Моя семья на прогулке», «На детской площадке», «В бассейне», - аппликация «Мы – спортсмены!», «Зимние виды спорта», - лепка «Полезная еда: фрукты – овощи», Мы – спортсмены!», - разучивание песен о спорте, здоровье

- праздники и развлечения совместно с родителями
- прослушивание гимна РФ, спортивного марша, организация шумового оркестра «Мы – болельщики!».

**Реализация организации музыкальной здоровьесберегающей среды в ходе проектной деятельности
«Здоровьесберегающие технологии в работе музыкального руководителя»**

Одним из важнейших средств развития музыкальности и оздоровления детей является образовательная среда в ДООУ. И эта среда должна отвечать всем критериям комфорта. Структурными составляющими комфорта психологи считают: психологический комфорт, интеллектуальный комфорт, физический комфорт. Их единство в образовательной деятельности свидетельствует об эффективной организации среды и взаимодействия её субъектов.

Психологический комфорт - это положительные эмоции, способы взаимодействия детей со средой и её субъектами. Для меня – это, прежде всего, гуманно-личностный подход, субъект-субъектные отношения.

Интеллектуальный комфорт достигается через соответствие между способностями, возможностями, интересами ребёнка и содержательно-педагогическими условиями среды. В моей музыкальной практике интеллектуальный комфорт ребёнка достигается сменой видов деятельности, темпом, желаемым результатом, поддержкой со стороны взрослого, верой в собственные силы, наличием возможностей для самореализации.

Физический комфорт характеризуется соответствием между телесными потребностями ребёнка и предметно-пространственными условиями среды.

Комфортная среда – это внутреннее пространство ДООУ, система её условий, позволяющих сохранить психофизиологическое здоровье детей.

В нашем ДООУ создана обстановка, обеспечивающая психологический, интеллектуальный и физический комфорт детей, способствующая соблюдению баланса активности и отдыха, коллективной и индивидуальной деятельности. Все помещения ДООУ выдержаны в спокойных, светлых тонах, во всех возрастных группах используется полифункциональное игровое оборудование, уголок уединения, уголок ряженья, театр кукол и т.д. Это даёт возможность детям самим изменять пространственную среду (например, с помощью модулей), заниматься деятельностью с позиций своих детских интересов (включить музыку, уединиться, организовывать театральную деятельность и т.д.), что создаёт комфортное настроение, способствуя эмоциональному благополучию детей.

Образовательная макросреда нашего ДООУ, где собственно и осуществляется музыкально-оздоровительная работа, представляет собой:

Помещения	Процессы	Участники
Музыкальный, физкультурный зал	<ul style="list-style-type: none"> - утренняя гимнастика - музыкальное развитие - досуги и развлечения - физкультурное развитие с музыкальным сопровождением - музыкально-спортивные праздники и развлечения - праздники, утренники, развлечения, концертная деятельность - индивидуальная деятельность 	Дети, музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре, воспитатели, родители
Групповые помещения	<ul style="list-style-type: none"> - самостоятельная деятельность детей в музыкальных мини-центрах - индивидуальная работа с детьми - гимнастика после дневного сна 	дети, воспитатели, педагог-психолог
Территория детского сада	<ul style="list-style-type: none"> - музыкальные праздники и развлечения - спортивные праздники и развлечения с музыкальным сопровождением 	дети, инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, воспитатели, родители

Кабинет педагога-психолога	-индивидуальная деятельность	дети, педагог-психолог
----------------------------	------------------------------	------------------------

Музыкально-развивающая микросреда ДООУ представляет собой мини-центры музыкального развития в каждой возрастной группе, где представлен разнообразный материал для приобщения детей к музыкальной и оздоровительной деятельности: для музицирования собрана коллекция детских музыкальных инструментов (в том числе и самодельных) для оркестра, музыкально – дидактические игры и пособия, картинки к разучиваемым песням. Музыка должна сопровождать детей повсюду, поэтому во всех группах нашего ДООУ присутствуют средства ТСО. Всё активнее используются и ИКТ. Следуя структуре построения среды, мы придерживаемся принципов мобильности среды, её соразмерности, стильности оформления, доброкачественности, соответствия возрастным особенностям детей. Весь музыкальный материал, электронные презентации тщательно подбираются мною в соответствии с возрастом детей, их музыкальными предпочтениями. Воспитатель отслеживает активность детей в среде. По итогам года делаются выводы, происходит пополнение среды. Таким образом, вся организация музыкальной здоровьесберегающей среды сориентирована на достижение детьми психологического, интеллектуального, физического комфорта.

Взаимодействие и просветительская работа с родителями.

Мы уверены, что ни одна, даже самая совершенная музыкально-оздоровительная программа не сможет дать полноценных результатов, если она не решается совместно с семьей.

- Самая любимая всеми форма взаимодействия с семьёй – это совместные праздники. Проведение таких мероприятий приносит много радости и удовлетворения и детям, и взрослым. «Общее сопереживание сближает, создаёт радостную атмосферу, возникают взаимоотношения, основанные на общих интересах» (Костина Э.П.). В детском саду стало традицией проведения совместных праздников, таких как «Новый год», где в роли Деда Мороза и Снегурочки выступают родители, «23 февраля» с участием пап, разнообразные конкурсы к 8 марта, сжигание чучела на празднике «Широкая Масленица», «Выпуск в школу», спортивные развлечения.

- Беседы на тему «Музыкально-оздоровительная работа в ДООУ» на родительских собраниях.

- Индивидуальные консультации

- Организация обратной связи «Почтовый ящик»

- Наглядная информация в уголках родителей

- Консультации о целебной силе музыки в организационных папках и музыкальном стенде

- Выставки книг (подборки педагогической и психологической литературы) об укреплении и сохранении психофизического здоровья ребёнка

- Показы открытых мероприятий с использованием здоровьесберегающих технологий.

Там, где действия педагогического коллектива совпадают с действиями семьи, эффект, как правило, наибольший.

Результаты внедрения здоровьесберегающих технологий в образовательную область «Художественно-эстетическое развитие»

Используя в своей работе здоровьесберегающие технологии, я достигла определенных результатов. Планировать свою работу мне помогало пособие «Система музыкально-оздоровительной работы в детском саду», автор О.Н.Арсеневская.

Анализ проведения занятия с позиции здоровьесбережения январь 2019г.

Параметры	Результаты анализа
Обстановка и гигиенические условия в музыкальном зале: температура и свежесть воздуха, рациональность освещения, наличие/отсутствие звуковых раздражителей и т.д.	Соответствует нормам СанПин
Продолжительность музыкальной ИОС	Соответствует возрасту.
Количество видов деятельности: слушание, пение, игра на ДМИ,	Количество видов деятельности на муз. занятиях: 3-5 видов деятельности.

дидактические игры, музыкально - ритмическая деятельность, творчество. Норма – 3-5 видов, в зависимости от возраста ребенка.	Средняя продолжительность каждого вида деятельности соответствует нормам. Статические и динамические виды деятельности чередуются.
Место и длительность применения ИКТ, ТСО (в соответствии с гигиеническими нормами).	ИКТ, ТСО применяются для прослушивания музыки, при знакомстве или закреплении песни, в дидактических играх. Общая длительность использования на занятии не превышает 25% Соответствуют нормам.
Здоровьесберегающие технологии в ИОС - их место, и продолжительность.	В процессе всей ИОС – 5-7мин.
Проведение бесед связанных со здоровьем и здоровым образом жизни.	Регулярно
Психологический климат на ИОС	ИОС проводится в доброжелательной, спокойной, творческой атмосфере

Результаты реализации проекта:

- Выступление на общем родительском собрании «Здоровьесберегающие технологии в работе музыкального руководителя»;
- Показ открытых занятий в рамках РМО «Путешествие в город Здравгород»; «Если только захотим – тоже в космос полетим!»;
- Каждая семья награждается памятной медалью за участие в проекте;
- Установились более тесные взаимоотношения между детьми и родителями благодаря совместной деятельности и в ходе организации и проведении совместных мероприятий;

Продукты реализации проекта:

- Сделана подборка пальчиковых игр с музыкальным сопровождением (картотека), игровых и фонетических упражнений (картотека).
- Систематизированы упражнения по артикуляционной и дыхательной гимнастике (картотека), игрового массажа (картотека).
- Подбран практический материал для воспитателей: CD – диски «Музыкотерапия» по возрастным группам.
- Разработаны консультации для педагогов и родителей: «Пойте на здоровье», «Пение и внутренние органы», «Музыка лечит», папка – передвижка для родительских уголков «Артикуляционная гимнастика: зачем и как её делать», «Удивительные истории о силе музыки».
- Изготовление дополнительных дорожек здоровья в физкультурные центры.

Основные выводы по результатам работы:

Анализ литературы по проблеме и проведённая работа позволили сделать следующие выводы:

Применение в работе ДОУ здоровьесберегающих образовательных технологий повышает результативность музыкального воспитательно-образовательного процесса:

- способствует обеспечению устойчивого интереса дошкольников к занятиям музыкой,
- способствует формированию потребности в двигательной активности,
- способствует укреплению и сохранению психофизического здоровья,
- позволяет качественно решать задачи обеспечения комфорта детей,
- формирует у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья детей

Список литературы:

1. Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка / В.Г. Алямовская. -М.: Линка-Пресс,2003.
2. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: методическое пособие. – М.: Сфера,2008.
3. Емельянов В. Фонопедический метод развития голоса. С.-Пб.: Лань,1997.
4. Зарецкая Н.В. Календарные музыкальные праздники для детей среднего дошкольного возраста: пособие практических работников ДОУ. – М.: Айрис - пресс,2005.
5. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ / автор-составитель Н.И. Еременко. – Волгоград: ИТД «Корифей», 2009.
6. Картушина М.Ю. Быть здоровыми хотим. М.: Сфера,2004.
7. Картушина М.Ю. Зеленый огонек здоровья: Программа оздоровления дошкольников. - М.: Сфера,2007.
8. Картушина М.Ю. Логоритмика для малышей: сценарии занятий с детьми 3-4 лет. – М.: Сфера,2005.
9. Ковалько В.И. Азбука физкультминуток для дошкольников: практические разработки физкультминуток, игровых упражнений, подвижных игр. - М.: ВАКО,2005.
10. Лазарев М.Л. Здравствуй!Оздоровительно-развивающая программа для дошкольных учреждений. – М.: Мнемозина,2004.
11. Павлова П.А. Расти здоровым,малыш! Программа оздоровления детей раннего возраста. - М.:Сфера,2006.
12. Радынова О.П. Музыкальное воспитание дошкольников: пособие для студентов пединститутов и колледжей, музыкальных руководителей и воспитателей детского сада. - М.: Просвещение.1994г.
13. Система музыкально – оздоровительной работы в детском саду: занятия, игры, упражнения/ авт.-сост. О.Н. Арсеновская. - Волгоград: Учитель, 2011.
14. Тютюнникова Т.Э. Речевые игры. Дошкольное воспитание. -1998.-№9. –стр.115-119