

Автор: Федосеева Светлана Алексеевна

Организация: ОДО ГБОУ сш. №98

Населённый пункт: г. Санкт-Петербург, Калининский р-н

Музыкальное занятие по здоровьесберегающим технологиям «Мы растём здоровыми!» для детей подготовительной группы

На занятии использованы:

- * Валеологические песенки-распевки;
- * Дыхательная гимнастика;
- * Артикуляционная гимнастика;
- * Оздоровительные и фонетические упражнения;
- * Игровой массаж;
- * Пальчиковые игры;

Цели: создание условий для формирования у воспитанников представления о здоровом образе жизни, формирование и развитие знаний, умений и навыков, необходимых для поддержания собственного здоровья

Ход занятия:

Дети входят в зал под спокойную музыку и встают в круг

Муз.рук.: Пропевает : «Здравствуйте, ребята!»

Дети : «Здравствуйте!»

Муз.рук: Давайте всем пожелаем доброго утра !

Дети поют под аккомпанемент фортепиано ритмопластику «Доброе утро»



Доброе утро!- (Руки в стороны)

Птицы запели. (Фигура из пальцев «Птица»)

Добрые люди встали с постели. (Руки вверх, встать на носки, потянулись.)

Прячется вся темнота по углам. (Наклоны в стороны, прикрываем глаза поочередно правой и левой рукой.)

Солнце взошло (Снизу вверх поднимаем «круглые» руки.)

и по делам. (Ходьба на месте.)

Муз.рук: Все дети любят сладости, и мы не исключение, поэтому я предлагаю немного подвигаться и провести разминку «Карамель» движения под фо-но с ускорением на развитие координации движений. Под музыку «Летки еньки»

Дети: Раз, два, карамель возьму –(повороты вправо и влево, вытягивают руки «захват»)

Раз, два, - быстро разверну (повороты вправо и влево «моталочки»)

Раз,два,- карамели нет (пожимают плечами)

Придётся снова за конфетой лезть в буфет! (поворот на кружении)

Муз.рук: А теперь, ребята, давайте покажем , как мы заботимся друг о друге и любим друг друга и покажем комплекс игрового массажа «Дружок» для этого встанем парами и споём.

Комплекс игрового массажа «Дружок» (ритмопластика и массаж)

Дети стоят парами по всему залу

1 У меня такие ручки!

Стоят спиной друг к другу, глядят свои

руки.

По-смо-три!
Звонко хлопают в ладоши.
Раз, два, три!
Твои ручки тоже
ручкам друг друга.
На мои похожи.
Хорошо с тобой, дружок,
Покружись со мной разок!
2 У меня такие щечки!
щечки.
По-смо-три!
Я пощиплю их немножко.
Раз, два, три!
Твои щечки тоже
друга.
На мои похожи.
Хорошо с тобой, дружок.
Покружись со мной разок!
3 У меня такие ушки!
мочки ушей.
По-смо-три!
Разотру их потихоньку.
Раз, два, три!
Твои ушки тоже
ушки друг друга.
На мои похожи.
Хорошо с тобой, дружок,
Покружись со мной разок!
4 У меня такая спинка!
себя по спинке.
По-смо-три!
Я похлопаю по спинке.
Раз, два, три!
Твоя спинка тоже
по спине друг друга.
На мою похожа
Хорошо с тобой, дружок,
Покружись со мной разок!

Хлопают.

Поворачиваются друг к другу, глядят по

Кружатся «лодочкой».

Стоят спиной друг к другу, глядят свои

Легко щиплют щечки.

Поворачиваются, растирают щечки друг

Кружатся «лодочкой».

Стоят спиной друг к другу, массируют

Растирают уши с усилием.

Поворачиваются друг к другу, теребят

Кружатся «лодочкой».

Стоят спиной друг к другу, глядят

Шлепают ладошками по спине.

Поворачиваются друг к другу, шлепают

Кружатся «лодочкой».

Муз. рук: Молодцы! А теперь, давайте организованно пройдем и сядем на стульчики

Все мы с вами знаем, ребята, как хорошо быть здоровым и никогда не болеть. А как мы можем поддерживать наше здоровье на музыкальном занятии?

Дети: Следить за осанкой, выполнять упражнения – распевки , играть в подвижные игры и тд.

Муз. рук: Правильно, и я предлагаю вам отправиться на интересную и необычную прогулку, используя наши песенки –попевки, пальчиковые и речевые игры и упражнения.

Итак, вечером мама забирает вас из детсада и вы идёте домой, подул сильный ветер и мы запели: Дует, дует сильный ветер –ффф. (дети дуют)

Застучали наши двери (штробас глиссандо снизу вверх, изображая скрип дверей)

(Резкий хлопок в ладоши – дверь хлопнула)

(Распевка по В. Емельянову на укрепление мышц гортани и выработке правильного речевого дыхания)

Муз .рук: А ветер не стихает, и мы споём как он завывает (берёт султанчик и поднимает его вверх и опускает вниз, дети по руке музыкального руководителя исполняют «глиссандо» голосом на звук «У»(укрепление мышц гортани и брюшного пресса)

Пришли мы домой, а там вся семья в сборе!

Пальчиковая игра «Моя семья» на развитие мелкой моторики и совершенствование звуковысотного слуха

Дети поют и ударяют пальцами друг о друга правой и левой рукой, начиная с 1 пальца.

Дети : Этот пальчик - дедушка,

Этот пальчик - бабушка,

Этот пальчик – папенька,

Этот пальчик – маменька,

Этот пальчик – я

Вот вся моя семья! (сжимают и разжимают ладони)

Муз. рук: А дома мама уже приготовила вашу любимую кашу

(Игровое упражнение по В. Емельянову- гимнастика для языка, укрепление мышц щёк, языка, расширение диапазона голоса, воспроизведение старинной прибаутки «Щи да каша – пища наша» (Дети поют прибаутку и языком упираются в мышцы щёк, затем делают «Щёточку», проводят языком по зубам ,как бы по кругу, при этом издают звук «М»)

А давайте ещё «пошинкуем» язычок (дети высовывают язык и прикусывают его зубами)

Мы наелись вкусной каши, дома тепло и уютно, а на улице холодно, птичкам трудно найти себе корм, что мы можем для них сделать?

Дети : Развесить кормушки.

Муз .рук: Правильно, и об этом наша следующая распевка - пальчиковая игра «Прилетели птички»

Прилетайте, птички!

Сала дам синичке.

Приготовлю крошки

Хлебушка немножко.

Эти крошки – голубям,

Эти крошки – воробьям.

Галки да вороны,

Ешьте макароны!

Муз .рук: Теперь предлагаю отправиться в путешествие, сесть в паровоз и поехать к бабушке в деревню.(Упражнение на артикуляцию, дикцию, ритмопластику)

Дети поют: Загудел паровоз, и вагончики повёз- (изображают руками движение паровоза)

Тук- Тук- На-а- начинают медленно и ускорение (ударяют 2 раза себе по коленке левой на слог «тук- тук» , на слог «на» - кладут правую руку на

колени к соседу. При этом 2 слога коротких ,а третий –длинный, чёткая дикция, внятная артикуляция)

Муз. рук: Вот и приехали мы в деревню, кто же нас встречает (картинка с телёнком)

Дети: Телёнок

Муз .рук: Телёнок потерял свою маму и зовёт её. Как?

Поём следующее упражнение - вдохнули , положили пальчики на пазухи носа ,выдыхаем медленно, произносим слог «Му-у-у», при этом пальчиками постукиваем по пазухам носа. Ощущаем вибрацию воздуха



Муз. рук: Ой, как приятно пахнет, послушайте ,ребята!(Дыхательная гимнастика по Стрельниковой . Дети резко вдыхают ,поворачивая голову влево и вправо, вверх и вниз)

Вот это чем пахнет,(показывает картинку с цветами)

Дети – это цветы.

Муз. рук: А это кто подлетел к цветам?

Дети: Пчела

Дети поют звук «З»- (вибрация в области головы и шеи. Эффект при трахеитах. Упражнения по М. Лазареву)

Муз. рук: Дети ,руки положите на область шеи и при звуке почувствуйте вибрацию воздуха

А это кто? (картинка с жуком)

Произносим звук «Ж» то же самое. Как здорово в деревне ! Давайте все вдохнем воздух и на резком выдохе скажем «Ха» (Для тренировки голосовых связок произносятся слоги «ХА» на предельно резком выдохе с выпячиванием живота)

Муз. рук: Вот молодцы! А теперь, вернёмся из путешествия и продолжая наши пальчиковые игры, послушаем звучание музыкальных инструментов, как только начнёт играть музыка - мы берём воображаемый инструмент и играем на нём (ложки, бубен, барабан, маракасы и т.д.)

В заключение нашего занятия споём красивую осеннюю песенку!

Дети поют песню «Падают листья» сл. Н. Соловьёвой, муз. Р. Гуцалюк

Муз .рук: Теперь скажите мне, ребята, зачем нам нужны все эти игры и упражнения?

Дети: Чтобы быть крепкими и здоровыми!

Муз. рук.: Правильно, и я вам желаю расти , укрепляться и никогда не болеть! До свидания, дети!

Дети : До свидания!

Вывод : Все дети могут научиться красиво и правильно петь и ясно, артистично, полнозвучно говорить. У всех детей без исключения есть музыкальные данные, надо лишь правильно их развить. Физиологически оправданное, своевременное и полноценное развитие голосового аппарата оказывает положительное влияние на весь организм человека в целом, на его физическое здоровье, открывает перспективу нового совершенствования многих сторон личности. Вокальные и речевые навыки воспитываются посредством использования психофизиологической связи и согласования между голосом, слухом, жестом и зрительным контролем. Работа над голосом идет на основе смешанного полноценного голосообразования, в отличие от традиционного фальцета. Фонопедические, дыхательные упражнения дают положительный эффект при массовом их применении в распевании хора, применяются как средство снятия утомления голосового аппарата. Применение методик здоровьесбережения рекомендуется для профилактики расстройств голосообразования, горлового звучания.

В своей работе опираюсь на инновационный отечественный опыт педагогов- новаторов в области здоровьесбережения А. Стрельниковой, В. Емельянова, М. Лазарева .