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

В детском саду проводятся музыкальные занятия. Музыка одно из направлений в искусстве, которое оказывает влияние на здоровье человека (психическое и эмоциональное). Музыкальные занятия состоят из ритмики, слушания, пения, игр. На **музыкальных занятиях** возможно и необходимо использовать современные **здоровьесберегающие технологии в игровой форме**.

      Так как з**доровье**ребенка – это не только отсутствие болезней, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие. Поэтому **оздоровление** детей в последние годы становится приоритетным направлением в работе многих дошкольных учреждениях. Педагоги и медики ищут новые приемы сохранения и укрепления **здоровья детей**, создают благоприятные условия для их внедрения, основываясь на результатах диагностики состояния **здоровья** и индивидуальных особенностях каждого ребенка.

Я же расскажу в данной работе о здоровьесберегающих технологиях на музыкальных занятиях.

Начинаем мы свои занятия с ритмики, которая оказывает положительное оздоравливающее влияние на организм, потому что физическая нагрузка под музыку вызывает положительные эмоции, укрепляются мышцы. В зависимости от возраста все занятие длятся от 15 до 30 минут.

Большую часть времени занимает развитие певческих способностей детей. Большое внимание уделяется пальчиковой и артикуляционной гимнастикам, которые способствуют снятию мышечных зажимов, развитию речи.

Очень необходима для пения дыхательная гимнастика. Доказано, что такая гимнастика оказывает на детей психотерапевтическое, **оздоравливающее** и даже лечебное воздействие. Положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении (в том числе и легочной ткани, способствует восстановлению центральной нервной системы, улучшает дренажную функцию бронхов, восстанавливает нарушенное носовое дыхание).

Также навык быстрого вдоха и медленного выдоха очень важны при пении.

Очень хорошо помогают распеваться (разогревать голосовые связки) фонопедические упражнения, логопедические и валеологические песенки-распевки. На музыкальных занятиях ВАЖНО хорошо распеться, чтобы не травмировать голос.

Голос – это то, что дано от природы с рождения. И задача музыкальных занятий научить детей петь, укреплять и развивать голос, используя здоровьесберегающие технологии.

Пение – укрепляет всю дыхательную систему, оказывает оздоравливающее влияние на весь организм.

В пении происходит общее развитие ребенка – формируются его высшие психические функции, развивается речь.

На музыкальных занятиях дети слушают разную музыку: медленную и быструю, грустную и веселую, песенную и танцевальную, которая оказывает влияние на эмоциональный фон детей. Спокойная музыка – снимает мышечные зажимы, выравнивает дыхание, позволяет расслабиться всему организму. Веселая и быстрая мелодия поднимает настроение

**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.

Результатами этой работы являются:

* Стабильность эмоционального благополучия каждого ребенка
* Снижение уровня заболеваемости *(в большей степени простудными болезнями)*
* Повышение уровня развития **музыкальных** и творческих способностей детей
* Повышение уровня речевого развития
* Стабильность физической и умственной работоспособности.