муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад г. Николаевска»

Николаевского муниципального района Волгоградской области

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МКДОУ «Детский сад г. Николаевска»

Васильева Е.В. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

План самообразования музыкального руководителя по теме

« Здоровьесберегающие технологии в музыкальной деятельности»

Составил:

Музыкальный руководитель

Руденко И.А.

г. Николаевск – 2023 г.

**Актуальность :**

В настоящее время проблема **здоровья**и его сохранения является одной из самых актуальных. **Здоровье сберегающая технология-это система мер,** включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение **здоровья**ребёнка на всех этапах его обучения развития. По мнению специалистов, 75% всех болезней человека заложено в детские годы. И педагог может сделать для **здоровья** воспитанника не меньше, чем врач. Образовательная среда должна быть **здоровье сберегающей и здоровье укрепляющей**. От состояния **здоровья д**етей во многом зависит благополучие общества.

Успех невозможен без совместной **деятельности музыкального руководителя** и всех педагогов учреждения.

**Цель:**

Организовать **музыкально-оздоровительную работу в ДОУ,** обеспечивающую каждому ребенку укрепление психического и физического **здоровья.**

**Задачи:**

- сохранять и укреплять физическое и психическое **здоровье детей;**

- создавать условия, обеспечивающие эмоциональное благополучие каждого ребенка;

- с помощью **здоровье сберегающих технологий,** повышать адаптивные возможности детского организма;

- способствовать развитию **музыкальных**и творческих способностей детей.

**Система** **музыкально-оздоровительной** **работы предполагает использование разнообразных здоровье сберегающих технологий** :

*• валеологических песенкок-распевок,*

• *артикуляционной гимнастики,*

• *пальчиковой гимнастики*

*• игрового* *массажа и* ***самомассажа,***

*• игро-ритмических упражнений,*

• ***музыкотерапии,***

• *вокалотерапии.*

**План работы на 2023 -2024 учебный год:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Раздел** | **Сроки** | **Содержание работы** | **Практические выходы** |
| 1.Изучение методической литературы | Сентябрь - май | « Методика музыкального воспитания в детском саду», Ветлугина;  Программа « Ладушки», Каплунова, Новоскольцева;  Сценарии оздоровительных досугов, М.Ю. Картушина;  Потешки для зарядки, Е.А. Субботина;  Музыкально – творческая деятельность оздоровительной направленности, О.Н. Арсеневская; | Использование полученных знаний на музыкальных занятиях в работе с детьми;  Работа с родителями и педагогами; |
| 2. Работа с детьми | Сентябрь - май | **«Валеологические песенки – распевки.»**  С их помощью поднимается настроение, задаётся позитивный тон к восприятию окружающего мира, улучшается эмоциональный климат на занятии, подготавливается голос к пению; | Разучивание валеологических песенок – распевок на музыкальных занятиях; |
| 3. Работа с родителями  4.Самореализация | Сентябрь – май  Сентябрь – май  Декабрь  Сентябрь – май  Февраль – май  Сентябрь – май  Сентябрь – май  Апрель | **« Вокалотерапия»**  Совместное пение объединяет детей и доставляет им радость. Занятия по вокалотерапии  направлены на формирование оптимистичного настроения, ведётся работа по разучиванию песен в течение года;  **«Артикуляционная гимнастика»**  Упражнения способствуют тренировке мышц речевого аппарата, ориентированию в пространстве; учат имитации движений животных. В результате этой работы повышаются показатели уровня развития речи у детей, певческих навыков, улучшаются музыкальная память и внимание.  **« Игровой массаж и самомассаж»**  Использование игрового массажа и самомассажа повышает защитные свойства верхних дыхательных путей и всего организма.  **« Пальчиковая гимнастика»**  Играет важную роль  в развитии речи, артикуляционного аппарата, внимания и памяти детей. Это тренировка и укрепление мышц кисти руки, которые способствуют более легко освоить игру на ДМИ.  **«Игроритмические упражнения».**  Это специальные упражнения для согласования движений с музыкой . Игра и движение – важнейшие компоненты жизнедеятельности детей.  **« Музыкотерапия»**  Слушание правильно подобранной музыки повышает иммунитет детей, снимает напряжение, головную и мышечную боль, восстанавливает дыхание.  Составление памятки для родителей на тему: « Музыкотерапия в группах»;  Консультации для родителей;  Доклад о проведённой работе по теме самообразования | Использование разученных песен в досугах, праздниках и развлечениях;  Использование артикуляционной гимнастики перед пением на музыкальных занятиях;  Использование игрового массажа и самомассажа на музыкальных занятиях и режимных моментах в группах.  Использование гимнастики на музыкальных занятиях, праздниках, досугах;  Разучивание игроритмических упражнений на музыкальных занятиях и использование на праздниках и досугах.  Слушание музыки с показом иллюстраций на музыкальных занятиях и в режимных моментах в группах. Игра на музыкальных инструментах;  Беседа о проведении праздников и досугов;  Обсуждение сценариев;  Использование музыкального сопровождения при проведении подвижных игр;  Отчёт по теме самообразования |