

## Статья на тему «Музыкально-валеологическое развитие дошкольников»

**Лисевич Любовь Викторовна**  
**музыкальный руководитель**  
**ГБДОУ детский сад №63**  
**Кировский район г.Санкт-Петербурга**

Валеология как наука возникла не так давно. «Отцом» современной валеологии называют русского ученого И. И. Брехмана, который в 1982 году научно обосновал необходимость здравоохранения практически здоровых людей. В дошкольном учреждении валеология является интегрированной системой знаний, таких как: «Окружающий мир», «Природа», «Физкультура и здоровье», «Музыка и здоровье», «Изобразительное искусство и здоровье», «Математика и здоровье».

От состояния здоровья детей во многом зависит благополучие общества. По данным медицинской статистики количество дошкольников с хроническими заболеваниями увеличивается с каждым годом. В школу поступает только несколько процентов абсолютно здоровых первоклассников.

В последнее время наметилась тенденция возрождения в российских семьях здорового образа жизни. О необходимости повышенного внимания к укреплению здоровья детей говорится в уставе Всемирной организации здравоохранения, в Законе РФ «Об образовании», Санитарных нормах и правилах, утвержденных совместным Постановлением Министерства образования РФ.

В дошкольном образовании педагоги ДОУ должны комплексно решать задачи физического, интеллектуального, эмоционального и личностного развития ребенка, подготовки его к школе, активно внедряя в этот процесс наиболее эффективные технологии здоровьесбережения. Одной из составляющих единого здоровьесберегающего пространства ДОУ является система музыкально-валеологической работы, которая включает в себя не только вопросы физического, но и духовного здоровья.

Музыкально-валеологическое воспитание в ДОУ – достаточно новое направление, как в музыкальном, так и в физическом воспитании дошкольников, которое включает в себя следующие направления:

1. Проведение интегрированных музыкально-валеологических занятий.
2. Музыкально-физкультурные досуги и развлечения.
3. Совместные мероприятия ДОУ и родителей по вопросам воспитания у детей привычки к ЗОЖ.
4. Взаимодействие со школой по валеологическому воспитанию.

Раскроем подробнее данные направления.

1. Музыкально-валеологические занятия (чаще всего, интегрированные) решают задачи музыкального и валеологического воспитания. Ведущим фактором развития мотивационной сферы здорового образа жизни здесь является музыка.
2. Музыкально-физкультурные досуги проводятся один раз в месяц во вторую половину дня в физкультурном зале. Досуги включают в себя: валеологические

песни, комплексы ОРУ, подвижные игры на разные виды движений (бег, прыжки, метание), здоровьесберегающие технологии в игровой форме, песни, танцы, хороводы. Единая сюжетная линия или тема досуга вызывает у детей положительный эмоциональный отклик на спортивные упражнения, повышает интерес к валеологическим знаниям.

3. Эффективность музыкально-валеологической работы – это не только труд коллектива ДОУ, но и отношение к музыкальному воспитанию в семье. Ведь именно у родителей есть широкие возможности духовно обогатить своих детей. Анкетирование, проводимое в начале учебного года, помогает выбрать необходимые формы взаимодействия: открытые показы музыкальных занятий, консультации по пропаганде ЗОЖ, совместные праздники, организация клубов, привлечение родителей к изготовлению костюмов и декораций.

Результатами организации в ДОУ музыкально-валеологического воспитания стали:

1. Снижение уровня заболеваемости. Наблюдалась тенденция к снижению заболеваниями верхних дыхательных путей.
2. Развитие музыкальных способностей и творческого потенциала каждого ребенка. Дети стали лучше и выразительнее петь, сохраняя во время исполнения правильную осанку и дыхание.
3. Улучшились двигательные способности: пластичность, координация, ориентирование в пространстве.
4. Дети научились не только слушать, но и рассказывать о музыке, ее средствах выразительности, форме, характере.
5. В большей степени раскрылся творческий потенциал детей в различных видах музыкальной деятельности: дети сочиняют небольшие попевки, импровизируют в движении, сами придумывают танцевальные миниатюры, предлагают свои варианты аккомпанемента на выбранных ими же музыкальных инструментах.

Таким образом, внедрение системы музыкально-валеологического воспитания в ДОУ показало, что музыка благоприятна для организма в целом, она является одним из средств физического развития ребенка. С другой стороны, использование здоровьесберегающих технологий (дыхательная гимнастика, пальчиковые и речевые игры, игровой массаж, ритмопластика и ритмодекламация) на музыкальных занятиях помогает развитию музыкальных способностей детей способствует снижению заболеваемости детей простудами и ОРЗ, способствует повышению творческого потенциала, развитию речи, памяти, внимания. Валеологические знания приучают ребенка заботиться о своем здоровье, жить в гармонии с самим собой, со своей семьей и окружающим миром