



Музыка и здоровье!

Тысячи лет существует музыка на земле и тысячи лет люди снова, и снова пытаются ответить на следующие вопросы:

- В чем сила музыки?

- Почему музыка волнует и трогает?

- Почему к ней, как к солнечному свету тянутся не только люди, а даже животные и растения?

- Почему именно с музыкой человек связывает свои представления о прекрасном, говоря: «музыка природы», «музыка души»?

Сила музыки поистине безгранична. Она способна оздоравливать, пробуждать лучшее, что есть в человеке – его стремление к красоте, любви, созиданию.

В.А.Сухомлинский сказал: «Музыка является самым чудодейственным, самым тонким средством привлечения к добру, красоте, человечеству. Как гимнастика выпрямляет тело, так музыка выпрямляет душу человека»

Меня, как педагога, волнует, какими вырастут наши дети. Хочется верить, что наше будущее – грамотные, физически и нравственно здоровые люди.

Каким же образом можно посредством музыкальных занятий сохранить и укрепить здоровье воспитанников? Каждый вид музыкальной деятельности имеет свой оздоравливающий эффект.

Пение – лучшее лекарство для детской души! Это:

Дыхательная гимнастика

Укрепление сердца

Развитие голосового аппарата

Снятие нервного напряжения

Танцевальные движения:

- Правильная осанка
- Координация движений
- Улучшение гибкости, подвижности тела
- Ориентировка в пространстве

Слушая музыку, дети учатся ценить прекрасное в искусстве, природе, быту, отношениях людей.

Музыка понятная и прочувствованная – важное средство нравственного воспитания!

Пальчиковая гимнастика:

- развитие мелкой моторики рук
- развитие речи.

Разучите с ребенком пальчиковые игры и играйте вместе!

Раз, два, три, четыре, пять,
Вышли пальчики гулять.
Раз, два, три, четыре, пять,
В домик спрятались опять!

*Сжимать и разжимать пальцы.
Выполнять движение «фонарики».
Сжимать и разжимать пальцы.
Сжать руки в кулаки.*

Вот кудрявая овечка.
Шерстка мягкая, в колечках..

*Играть растопыренными пальчиками.
Поочередно соединять все пальцы с
большим («колечки»).*
*Поглаживать кисти рук поочередно.
Раскрыть ладони.*

Шерстка мягкая, густая –
Шубка у овцы такая!

*Пальцы обеих рук ритмично соединяются
в замок.
Ритмичное касание пальцев обеих рук.*

Дружат в нашей группе
Девочки и мальчики.
С вами мы подружим,
Маленькие пальчики.
Раз, два, три, четыре, пять,
Начинай считать опять.
Раз, два, три, четыре, пять,
Мы закончили считать.

*Поочередное касание пальцев на обеих
руках, начиная с мизинцев.
Повторить предыдущие движения.*

Пекарь, пекарь, их муки
Испеки нам колобки,
Да сушки Ванюшке,

Выполнять движение «печем тирожки».

Да баранки Танюшке,

*Соединить большой и указательный
пальцы на каждой руке отдельно.*

Да бублики Гришке,

*Соединить большие пальцы и
указательные.*

Да крендель Маришке.

Слегка раздвинуть руки в стороны

*Большой и указательный пальцы
соединить, как звено цепочки.*

Пойте детские песенки!

Слушайте классическую музыку!



Танцуйте, играйте!

Наслаждайтесь музыкой и обществом друг друга!