**Использование здоровьесберегающих технологий при развитии певческих навыков у детей дошкольного возраста с ОНР.**

Забота о здоровье детей – важнейшая задача всего общества. Данная задача в нашем дошкольном учреждении осуществляется педагогами совместно с родителями.

Дошкольный возраст – важный период в становлении личности ребёнка. Без формирования чистой и правильной речи невозможно приобретать навыки общения и учиться строить отношения с окружающим миром.

Речевые нарушения у детей оказывают существенное влияние и на их общее развитие: логопаты отличаются быстрой утомляемостью, неадекватным поведением, расстройством координации движений, невнятной речью, слабым немодулированным голосом, поверхностным дыханием. Поэтому художественно-эстетическое развитие происходит в тесной взаимосвязи всех специалистов коррекционного учреждения и строится на основе формирования познавательных процессов, психических функций, эмоционально-волевой сферы.

Музыка занимает особое, уникальное место в воспитании детей дошкольного возраста. Это объясняется и спецификой этого вида искусства, и психологическими особенностями дошкольников. Музыка, как никакой другой вид искусства, находит дорогу к сердцу ребёнка, побуждает его к самовыражению, учит сопереживать. Влияние музыки на организм человека установили физиологи В.М. Бехтерев, И.П. Павлов.

Дошкольный возраст – самый благоприятный период для формирования и развития певческого голоса. Однако процесс этот долгий и кропотливый, требующий от педагога терпения и бережного отношения.

*Процесс обучения пению* в дошкольном возрасте помогает:

* Накопить музыкальные впечатления и слуховой опыт, развить музыкальный слух;
* Научиться петь, т.е. пользоваться своим музыкальным инструментом – голосом;
* Приобщиться к искусству пения и испытать на себе его оздоровительные возможности.

Кроме того, сам процесс формирования и развития певческого голоса оказывает на детей всестороннее воздействие:

* Способствует развитию музыкальных способностей: мелодического и метроритмического слуха, ладового чувства, музыкальной памяти;
* Активизирует работу левого (логического) и правого (образного) полушарий мозга, что проявляется в повышении работоспособности, улучшении настроения, активизации внимания;
* Развивает и укрепляет дыхательную систему, что особенно важно в детском возрасте;
* Естественным образом тренирует мышцы гортани, голосовые связки;
* Улучшает тембр голоса, что содействует выразительности речи и пения;
* Расширяет диапазон голоса, а значит, речевые и певческие возможности;
* Приводит к тому, что и речевой голос ребенка становится более устойчивым и выносливым, т.е. не срывается, не дрожит и выдерживает длительную речевую нагрузку;
* Создает благоприятные условия для формирования общей музыкальной культуры.

Пение с музыкальными движениями, помимо эстетических и образовательных задач, способствует укреплению здоровья: влияет на общее состояние организма ребёнка, вызывает реакции связанные с изменением и улучшением кровообращения (а значит и улучшением обмена веществ), дыхания (значительно сокращается частота заболеваний дыхательной системы, носоглотки), укрепляет лёгкие и весь дыхательный аппарат. Пение с движениями формирует хорошую осанку, координирует ходьбу. Пение – это основное средство музыкального воспитания. Оно является одним из любимых детьми видов музыкальной деятельности.

*Новизна* данной темы заключается в использовании здоровьесберегающих технологий на музыкальных занятиях (подготовительная к школе группа), в непосредственной образовательной деятельности (вторая младшая, средняя и старшая группа) при развитии певческих навыков в реализации образовательной области «Музыка»: таких как: дыхательная гимнастика, артикуляционная гимнастика, распевание, пальчиковые игры.

Здоровьесберегающие технологии (дыхательная гимнастика, артикуляционная гимнастика, распевки, игровой самомассаж), используемые на занятиях музыкой при подготовке к пению, в процессе работы над песней помогают развивать музыкальные способности детей, обеспечивают каждому ребенку укрепление физического здоровья.

Музыкально-оздоровительная работа в МАДОУ «Детский сад компенсирующего вида №21» - это организованный педагогический процесс, направленный на развитие музыкальных и творческих способностей детей, сохранение их психофизического здоровья с целью формирования полноценной личности ребенка.

**Дыхательная гимнастика.**

Прежде чем научиться правильно петь, необходимо научиться правильно дышать, поэтому дыханию в работе с детьми-логопатами уделяется большое внимание.

Основные *задачи* дыхательных упражнений:

* Укреплять физиологическое дыхание детей (без речи).
* Формировать правильное речевое дыхание (короткий вдох – длинный выдох).
* Тренировать силу вдоха и выдоха.
* Развивать продолжительный вдох.

Работа начинается с упражнений в глубоком дыхании. Объясняется и показывается, как делать вдох глубоко, не спеша, задержать ограниченное время воздух, а затем начинать медленно выдыхать через рот, как бы дуя на блюдечко, в котором находится горячий чай. Все движения делаются ритмично, под счет: на «раз, два» делается вдох, на «три» дыхание задерживается, затем на «раз, два, три» делается выдох. Обязательно наблюдаем, чтобы процесс глубокого дыхания проходил при полном спокойствии и равномерности вдоха и выдоха не только во время пения, но и речи. Иногда предлагаем детям перед вступлением «понюхать цветок» и сразу начать петь, «сдуть пушинку», «задуть свечу».

Постепенно дети овладевают глубоким дыханием и ощущением опоры звука. Приучали детей брать дыхание организованно, всем вместе, перед началом пения, при окончании музыкальных фраз, на паузах и т.д., используя дирижерский жест.

Объясняли и показывали, как взятое дыхание в распеваниях «расходовать» планомерно, брать его глубоко или поверхностно, в зависимости от темпа и характера музыкального произведения.

Первоначально детям предлагались песни с небольшими музыкальными фразами, постепенно протяжённость музыкальных фраз увеличивалась. Затем перешли к упражнениям на развитие дыхания, связанного с певческим и речевым звуком. Пропевали мелодии песен на одном гласном звуке, цепочкой гласных звуков в последовательности А, О, У, И, Э.

Пели слоговые дорожки, в которые входят согласные, не вызывающие затруднений у детей М, Д, Т, П. Как вариант распевания, использовали пропевание с детьми своего имени, начиная с верхнего звука и заканчивая нижним, сопровождая пение движением руки сверху вниз (Оль-га-Ни-ко-ла-ев-на). Это очень удобно, потому что песенка начинается с сильной доли, при этом идет работа и над дыханием, и над дикцией, и над волевыми чертами характера при самостоятельном исполнении собственного варианта песенки. Такие игровые упражнения детям нравятся, они в простой мере закрепляют навыки правильного дыхания.

В результате использования дыхательной гимнастики повышаются показатели развития певческих способностей детей.

**От речи к пению.**

Сам процесс обучения пению включает в себя формирование и развитие певческих навыков и певческого голоса. Каждый человек, родившись, получает от матушки-природы драгоценный и великий дар — особого качества музыкальный инструмент — голос. И уникальность его заключается в том, что у него не одна функция, а несколько.

Во-первых, *голос* является частью той энергии, жизненной силы, которая дарована каждому: ребенок голосом при рождении сигнализирует о своей жизнеспособности. Именно голос является одним из проявлений жизненной силы, энергии и здоровья детей.

Следующая функция: *голос* – это инструмент общения человека с окружающим миром. Можно сказать, что голос – это «озвученная душа». А звучать он может в зависимости от настроения абсолютно по-разному: задорно, робко, раздраженно, грозно, восторженно, величаво и т.д.

И, наконец, *голос* человека при благоприятных условиях может стать музыкальным инструментом. Необходимо лишь научиться правильно владеть этим инструментом.

Развитие певческого голоса детей начинается с *речевого этапа.* Такой подход опирается и на теоретические положения Б.В.Асафьева (1965) о внутреннем органичном родстве музыки и речи. Например, интонация скорбной речи человека, как и печальная, грустная музыка – медленная, тихая, прерывается часто паузами и возгласами. Интонация праздничной, радостной речи человека характеризуется оживленным темпом, непрерывностью, наличием небольших пауз и акцентов. Мы видим, что у музыки и речи одна первооснова – интонация. Речевая интонация выражает чувства, настроение говорящего человека точно так же, как и музыкальная интонация, т.е. используя одни и те же средства выразительности. Поэтому с помощью речи, намного легче прочувствовать, понять и повторить средства музыкальной выразительности: динамику, темп, интонацию, ритм и т.д.

Прежде чем обучать певческим навыкам, даем детям возможность сначала прислушаться к своему голосу, почувствовать его возможности. На этом этапе очень важно, чтобы ребенок не чувствовал, что его обучают, а просто был увлечен и занят интересной для него деятельностью. Многолетний опыт работы показал, что методика вхождения ребенка в мир любого искусства должна проходить через «волшебный мост» игры. Игра – это «волшебная палочка», при помощи которой можно научить детей петь, играть на инструментах, красиво двигаться и танцевать, слушать музыку.

Основной девиз нашей работы – «Учить, играя!» Сначала просто игра звуками своего голоса, интонациями речи, затем исследование возможностей речевого и певческого голоса, после чего исполнение песен. На речевом этапе удобно и легко работать над формированием таких певческих навыков, как дыхание и дикция, навык головного высокого звучания, легкость и полетность голоса. Прежде чем высоко и выразительно запеть, ребенок сначала учится высоко и выразительно говорить.

Весь материал речевого этапа содействует формированию речевого и певческого дыхания, а так же умений измерять силу и высоту голоса, правильному воспроизведению звуков и их сочетаний изолировано, в словах, фразах, воспроизведению речевого и певческого материала в заданном темпе и ритме, а так же способствует умению выражать свои эмоции разной интонацией голоса.

*Речевой этап,* как подготовительный, сначала предшествует, чуть опережая, а затем идет параллельно певческому этапу.  
*Основными видами* деятельности на речевом этапе являются:

* артикуляционная гимнастика;
* игры и упражнения, развивающие речевое и певческое дыхание;
* развивающие игры с голосом;
* речевые зарядки;
* речевые игры и упражнения;

Их общая *цель* – легко и незаметно подготовить голоса детей к пению:  
-«разогреть» мышцы речевого и дыхательного аппарата;  
-обострить интонационный слух;  
-подвести детей к воспроизведению музыкальных звуков;  
-сделать обучение пению более легким, понятным и привлекательным занятием.

**Артикуляционная гимнастика**

*Артикуляционная гимнастика направлена* на выработку качественных, полноценных движений органов артикуляции, подготовку к правильному произнесению фонем, способствует тренировке мышц речевого аппарата, ориентированию в пространстве, учит имитации движений животных.

*Задачи* артикуляционной гимнастики на музыкальных занятиях:

* формировать артикуляцию различных звуков;
* закреплять артикуляционные уклады различных звуков в слогах, словах, фразах;
* совершенствовать подвижность и точность движений языка и губ (активизация движений кончика языка, выполнение дифференцированных движений кончиком языка, отграничение движений языка и нижней челюсти);
* увеличить объем слуховой памяти и внимания;
* учить выделять сильные доли в цепочке слогов;
* развивать музыкальную память, запоминания текста песен;
* совершенствовать дикцию;
* развивать чувство ритма;
* совершенствовать пространственную ориентировку в координатах: вправо-влево, вверх-вниз, в сторону, вперед-назад.

Артикуляционные упражнения бывают беззвучными и с участием голоса. Проводятся под счет, с хлопками, под музыку, а так же в сочетании с дыхательно-голосовыми упражнениями. Артикуляционная гимнастика не должна быть утомительной и продолжаться не более 3-х минут перед пением. Упражнения выполняем с детьми сидя, так как в таком положении у ребенка прямая спина, тело не напряжено, ноги и руки находятся в спокойном положении. Ребенок должен хорошо видеть лицо взрослого. В процессе выполнения артикуляционных упражнений следим за точностью выполнения детьми движений, темпом выполнения, симметричностью по отношению к правой и левой стороне лица, за сохранением положительного эмоционального настроя у каждого ребенка.

Проводим артикуляционную гимнастику эмоционально, в игровой форме. В результате этой работы повысились показатели уровня развития речи детей, певческих навыков, улучшилась музыкальная память, внимание.

**Распевание**

*Цель распевания*- подготовка голосовых связок к пению и упражнение в чистом интонировании определенных интервалов. В практике моей работы песни-распевки имеют здоровьесберегающую направленность.

*Задачи:* предупреждать заболевания верхних дыхательных путей, укреплять хрупкие голосовые связки детей, подготовить их к пению.

Валеологические песни-распевки дети быстро усваивают, быстро запоминают и больше проявляют интереса к короткой песенке. Доступные для восприятия и воспроизведения тексты распевок и приятная мелодия поднимают настроение, задают позитивный тон, улучшают эмоциональный климат на занятии, подготавливают голосовой аппарат к пению

В работе над развитием певческих навыков большую помощь оказывает «Музыкальный букварь» и «Музыка в детском саду» Н.Ветлугиной, «Учите детей петь» Т.М. Орловой, «Развитие музыкальных способностей детей» М.А. Михайловой и «Система музыкально-оздоровительной работы в детском саду: занятия, игры, упражнения» О.Н. Арсеневской.

Все эти песенки-упражнения дети осваивают на слух, сравнивают отдельные звуки по высоте, определяют, какой звук выше, какой ниже, попевки помогают детям понять движение звуков и т.д. Так же используются упражнения, направленные на правильное певческое формирование гласных и правильное произношение согласных звуков – “Потешки”.

Таким образом, вокальные упражнения позволяют добиться положительных результатов в развитии певческих навыков у детей дошкольного возраста, подготовке голосового аппарат к исполнению песни, развивают музыкальный слух, а так же поднимают настроение.

**Пальчиковые игры.**

Важное место при развитии певческих навыков у детей с ОНР занимают пальчиковые игры и сказки, которые позволяют в игровой форме разминать, массировать пальчики и ладошки, благотворно воздействуя на все внутренние органы.

Пальчиковые игры проводятся чаще всего под музыку как песенки-попевки. Сопровождаются показом ярких иллюстраций, игрушек, героев пальчикового театра. Мелодия побирается с учетом возраста детей, но всегда несложная, легко запоминающаяся. Аккомпанируем таким играм не только на фортепиано, но и на металлофоне, ксилофоне, включаем звучание шумовых инструментов. Тексты для этих игр выбираем простые – короткие стихотворения, русские народные песенки, потешки, считалки, небольшие сказки.

Пальчиковые игры развивают речь ребенка, двигательные качества, повышают координационные способности пальцев рук (подготовка к рисованию, письму), соединяют пальцевую пластику с выразительным мелодическим и речевым интонированием, формируют образно-ассоциативное мышление.

**Заключение**

Анализ исследованной литературы и педагогической практики позволяет сделать выводы о важности использования здоровьесберегающих технологий в развитии певческих навыков детей дошкольного возраста с общим надоразвитием речи.

Учет возрастных особенностей детей дошкольного возраста требует проведение занятий в игровой форме. Упражнения на дыхание, дикцию, артикуляцию выполняются с интересом и имеют больший эффект, когда содержат сюжет, образ, игру, нежели скучное «вдох – выдох» или однообразное проговаривание каких-либо звуков и исполнение распевок. При этом существенно повышается продуктивность занятий с детьми, начинающими вокальную сольную деятельность.

Практика показывает, что регулярные музыкальные занятия с использование здоровьесберегающих технологий при развитии певческих навыков в реализации ОО «Музыка» способствуют нормализации речи ребенка вне зависимости от вида речевого нарушения, формируют положительный эмоциональный настрой, учат общению со сверстниками и взрослыми. (А это очень важные факторы при подготовке ребенка к школе).

Библиографический список:

1.*Абелян Л.* Песни, игры, танцы, шутки для моей малютки. М., Советский композитор, 1990

2.*Алямовская В.* Как воспитать здорового ребенка. М.: Линка-Пресс, 1993

3.*Волкова Г.* Логопедическая ритмика. – М., Владос, 2002

4.*Здоровьесберегающие* технологии в ДОУ /авт.-сост. Н.Еременко. – Волгоград: ИТД «Корифей», 2009

5.*Картушина М.* Быть здоровыми хотим. – М.: Сфера, 2004

6.*Методика* музыкального воспитания в детском саду /под ред. Н.А.Ветлугиной. – М.: Просвещение, 1976

7.*Система* музыкально-оздоровительной работы в детском саду: занятия, игры, упражнения / авт.-сост. О.Арсеневская. – Волгоград: Учитель, 2011

8.*Ткаченко Т.* Физкультминутки для развития пальцевой моторики у дошкольников с нарушениями речи: сб. упражнений – М.: Гном и Д, 2001

9.*Щетинин М.* Стрельниковская дыхательная гимнастика для детей. – М.: Айрис-пресс, 2007