

Администрация МО «Светлогорский городской округ»
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеский центр Светлогорского городского округа»

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» июня 2023 г.
Протокол №1



Утверждаю:
Директор МБУ ДО «ДЮЦ
Светлогорского ГО»
«30» июня 2023 г.
О.Ф.Косарева

ПРОГРАММА
«Здоровьесберегающие технологии в музыкальной деятельности»
в рамках реализации
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
художественной направленности
«Современное эстрадное искусство» (клавишный синтезатор)

Возраст обучающихся: 7 - 18 лет

Автор программы:
Родькин Ефим Игоревич
Педагог дополнительного образования

г. Светлогорск, 2023 г.

Пояснительная записка

Дополнительное образование как здоровьесберегающая педагогическая система

Модернизация образования предполагает обязательное внедрение здоровьесберегающих технологий в учебный процесс. В системе общего образования вопрос о сохранении здоровья школьников разработан достаточно полно и носит систематический характер. Возможности дополнительного образования в этой сфере изучены в меньшей степени, хотя учреждения дополнительного образования могут быть отнесены к здоровьесберегающим педагогическим системам. Дополнительное образование детей дает возможность каждому ребенку удовлетворить свои индивидуальные познавательные, эстетические, творческие запросы, способствует снятию психологического барьера, формированию культуры здоровья.

Что же дает ребенку обучение музыке с точки зрения здоровьесбережения? О плюсах и минусах занятий в учреждениях дополнительного образования можно говорить бесконечно. Главным аргументом «против» занятий музыкой может стать дополнительная нагрузка: ведь ребенок должен проводить часть свободного времени за инструментом, в то время как его сверстники бегают на свежем воздухе. Дополнительные проблемы получают и сами родители: ребенка надо отвезти на занятия, проконтролировать выполнение домашних заданий. Но польза от занятий музыкой неизмеримо выше всех забот. У ребенка совершенствуется физическое развитие - развивается чувство ритма и музыкальный слух, тренируется мелкая моторика и координация движений, вырабатывается сила воли, усидчивость, воспитывается сценическая выдержка, развивается внимание и память. Ему нужно дома самостоятельно заниматься музыкой, вовремя успевать к началу занятий, следить за расписанием и учиться организовывать свой день так, чтобы все успеть. Но самое главное - общение в кругу близких по интересам друзей снимет усталость после школьных уроков, приобщит ребенка к духовному наследию прошлого, познакомит с сокровищами мировой культуры, что благотворно скажется на его здоровье.

Огромные возможности для поддержания душевного здоровья детей имеет музыкотерапия или оздоровление музыкой. Музыкотерапия является интересным и перспективным направлением, которое используется во многих странах в лечебных целях. Экспериментально доказано, что музыка может успокоить, но может привести в возбужденное состояние. Занятия музыкой укрепляют иммунную систему, что способствует снижению заболеваемости, улучшается обмен веществ, активнее происходят восстановительные процессы.

Представлен опыт работы по вопросам использования здоровьесберегающих технологий в музыкальном воспитании детей, а также сотрудничества с семьями и педагогами МБУ ДО «ДЮ» Светлогорского ГО» с целью получения плодотворного результата в валеологическом воспитании детей.

Представленная система разработана с учётом современных программ дополнительного образования, которые ориентируют педагогов на укрепление психического и физического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия и развитие творческого потенциала каждого ребенка.

Воспитание здорового подрастающего поколения граждан России – первоочередная задача государства, от решения которой во многом зависит его будущее процветание. Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье, являясь не только биологической, но и социальной категорией, отражает уровень телесного, психического и социального благополучия. Несмотря на то, что мы живем в век новейших информационных технологий, здоровье наших детей стремительно ухудшается. Социальная ситуация нестабильности, быстрый темп жизни, экология и другие факторы заставляют ребенка реагировать на реальность тревогой и переживаниями, в эмоционально-эстетической сфере современных дошкольников отмечается снижение эмоционального тона, усиление негативных проявлений, спад в развитии эстетических эмоций и чувств.

Укрепление здоровья детей должно стать ценностным приоритетом всей воспитательно-образовательной работы ДЮЦ, не только в плане физического воспитания, но и обучения в целом: организации режима, лечебно-профилактической, коррекционной работы, личностно-ориентированного подхода в работе с детьми, знакомство родителей с основами психолого-педагогических знаний, их валеологического просвещения.

Особую актуальность приобретает оптимизация воспитательно-образовательного процесса, требующая внедрения здоровьесберегающих технологий во все образовательные области, в том числе и образовательную область «Музыка». Именно музыка из всех видов искусства является самым сильным средством воздействия на человека., это одно из средств физического, интеллектуального, эмоционального развития ребёнка.

Привычные виды музыкальной деятельности можно разнообразить с пользой для здоровья. Доступность: Система музыкально-оздоровительной работы может быть использована в образовательном процессе учреждений дополнительного образования.

Результативность: Повышение показателей физического развития и развития дыхательной системы детей.

Улучшение двигательных навыков и качеств (пластичность, координация, ориентирование в пространстве); совершенствование вокальных навыков и умений.

В учебной работе используются следующие программы и методические пособия:

музыкальное воспитание: «Методика музыкального воспитания в детском саду» Н. Ветлугиной, «Праздник каждый день» И.Каплуновой, «Музыкальное воспитание дошкольников» О. Радыновой, Программа «Элементарное музицирование с дошкольниками» Т. Тютюнниковой, Программа «Ритмическая мозаика» А. Бурениной, О.П. Радынова «Музыкальные шедевры».

воспитание здорового ребёнка: «Как воспитать здорового ребёнка» В. Алямовской; «Оздоровительные игры для дошкольников и младших школьников» А. Галанова, «Развивающая педагогика оздоровления» В, Кудрявцева, «Театр физического развития и оздоровления» Н. Ефимова,

Программа оздоровления «Зелёный огонёк здоровья» М. Картушиной, «Дыхательная гимнастика» А. Стрельниковой, «Психогимнастика» М. Чистяковой.

Музыкально-оздоровительная работа в студии «Современное эстрадное искусство» (клавишный синтезатор)

Понятие, цели, задачи

Здоровьесберегающая технология –это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребёнка на всех этапах его обучения и развития. Младший школьный, подростковый возраст– период интенсивного роста и развития организма и повышенной его чувствительности к влияниям природной и социальной среды, в том числе, к профилактическим и оздоровительным мероприятиям, проводимым в учреждении дополнительного образования.

Цель: организовать музыкально-оздоровительную работу в студии, обеспечивающую каждому обучающемуся укрепление психического и физического здоровья, выявление и развитие музыкальных и творческих способностей, формирование привычки к здоровому образу жизни.

Задачи музыкально-оздоровительной работы:

Образовательные задачи:

Развивать музыкальные и творческие способности обучающихся в различных видах музыкальной деятельности, используя здоровьесберегающие технологии, исходя из возрастных и индивидуальных возможностей каждого ребенка, звуковую культуру речи воспитанников, связную речь и ее грамматический строй.

Формировать начала музыкальной культуры.

Совершенствовать практическое употребление языковых единиц в речи обучающихся в процессе общения со сверстниками и взрослыми.

Создавать предметно-развивающую среду и условия для формирования гармоничной, духовно богатой, физически здоровой личности.

Воспитательные задачи:

Формировать положительное отношение обучающихся к окружающему миру, к своей семье, сверстникам, самому себе.

Развивать позитивную оценку действительности, взглядов, вкусов с учетом ярко выраженных индивидуальных психофизических особенностей.

Воспитывать уважительное отношение к культуре страны, народа, родного города; создавать положительную основу для воспитания патриотических чувств.

Оздоровительные задачи:

Сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье.

Создавать условия, обеспечивающие эмоциональное благополучие каждого ребенка.

С помощью здоровьесберегающих технологий повышать адаптивные возможности детского организма (активизировать защитные свойства, устойчивость к заболеваниям).

Формировать правильную осанку, гигиенические навыки.

Приобщая детей и подростков к сокровищнице музыкального искусства, необходимо использовать новейшие технологии, направленные на развитие каждого ребёнка, на сохранение их здоровья.

Система музыкально-оздоровительной работы, объединяющая традиционные музыкальные занятия с оздоровительными мероприятиями.

Этапы реализации системы музыкально-оздоровительной работы в студии.

1-й этап Организационный	Изучение литературы по данной проблеме, накопление методического материала, изготовление пособий
2-й этап Диагностический	Выявление начального уровня развития музыкальных способностей обучающихся, степени заинтересованности тем или иным видом музыкальной деятельности, роли музыкального воспитания в семье
3-й этап Практический	Перспективное планирование музыкальных занятий с учётом результатов диагностики. Разработка цикла музыкальных и логоритмических занятий с использованием здоровьесберегающих технологий, сборника валеологических песен, пальчиковых и речевых игр с музыкой, комплектов игрового массажа, артикуляционной и дыхательной гимнастики, оздоровительных упражнений
4-й этап Обобщающий	Исследование результатов практической деятельности

Условия для развития музыкальных и творческих способностей обучающихся, укрепление их психофизического здоровья.

Одним из приоритетных направлений государственного национального проекта «Образование» является улучшение качества образования, состояния здоровья детей и профилактика их заболеваний.

Для полноценного развития музыкальных и физических способностей детей в ДЮЦ созданы все необходимые условия.

Помещение музыкального класса оснащено соответствующим оборудованием. Музыкальные инструменты: клавишный синтезатор, барабанная установка, микшерский пульт, музыкальный центр; имеются диски по разделу «Слушание музыки», «Музыкально-ритмическая деятельность», диски с детскими песнями, танцами, фонограммами.

На занятиях используются иллюстрации и репродукции, музыкально-дидактические пособия и игры.

Организация работы проводится по трем направлениям:
Групповая и индивидуальная работа.
Взаимодействие и просветительская работа с родителями.
Совместная работа педагогов ДЮЦ

Внедрение здоровьесберегающих технологий в практику.

Здоровьесберегающие технологии на музыкальных занятиях в студии «Современное эстрадное искусство» (клавишный синтезатор)

Музыкально-оздоровительная работа – это организованный педагогический процесс, направленный на развитие музыкальных и творческих способностей, сохранение и укрепление их психофизического здоровья с целью формирования полноценной личности ребенка.

- анализ занятий с точки зрения здоровьесбережения
- систематизирование проведения физкультминуток на занятии (во время малоподвижных видов деятельности),
- внедрение элементов, позволяющих настроить обучающихся на нужный лад (взбодрить, успокоить),

Главное и самое важное при проведении занятий – это атмосфера, которая создается особым качеством общения равных партнеров – обучающихся и педагога. Уважение личности каждого обучающегося, при этом сохраняя необходимую дистанцию комфортности для осуществления контакта с обучающимся, не нарушая его личного пространства.

Для достижения оптимальных результатов занятия построены с равномерным распределением психофизической нагрузки, т.е. это рациональной организации занятия с использованием активных форм и методов обучения. Следует чередовать различные виды деятельности. Однообразие урока способствует утомлению обучающихся. Нормой продолжительности одного вида работы считается 7-10 минут. Если в течение 30-35 минут занимает работа по нотам, то это приведет к снижению уровня восприятия материала. Необходимо чередовать различные виды слуховой, двигательной и творческой деятельности, где игра на инструменте сменяется разбором нового нотного материала, повторением уже выученных пьес, которые обучающийся знает наизусть, сочинением и подбором знакомых мелодий и т. д.

Работоспособность у детей связана с биоритмами и имеет два основных пика. Первый подъем приходится на 9-11 часов, второй – на 16-18 часов. Неодинакова умственная способность обучающихся и в разные дни учебной недели. Из опыта работы можно с уверенностью сказать, что после выходных в понедельник не следует проводить зачетов и экзаменов. Учебная нагрузка в течение недели должна быть распределена таким образом, что наибольший ее объем приходится на вторник и среду.

Методы активизации творческого самовыражения.

К таким методам относятся: методы, направленные на развитие интеллекта, эмоций, воображения, выбор приемов исполнения, свобода творчества, ролевые игры. Давно известно, что игры активизируют процесс обучения. Применение игровых технологий на занятиях в классе синтезатора в комплексе с другими методами и приемами организации учебных занятий, дает возможность укрепить мотивацию на обучение, поддерживать интерес и увлеченность игрой на инструменте, вызвать положительные эмоции, то есть создать благоприятный эмоциональный настрой занятия, раскрыть индивидуальность ребенка. Для детей игры – это эффективный способ самореализации и самовыражения. Дети, особенно младшего возраста, очень любят фантазировать, сочиняя сказки. Такие путешествия в сказку можно устроить и на занятии, выстроить исполнение и разучивание пьес, объединив их общим сюжетом. Тогда даже скучный этюд превращается в увлекательную игру. Можно придумать название, технические приемы органично связать с художественным замыслом.

Методы благоприятного двигательного режима. В современной методике преподавание нацелено на создание благоприятного режима двигательной активности обучающихся с учетом их возраста и состояния здоровья. У малышей еще мало развиты мелкие мышцы кистей, которые должны действовать во время игры на инструменте. Для него это тяжелый физический труд. Физкультминутки и паузы являются обязательной составной частью урока. Необходимо обратить внимание на их содержание и продолжительность. Нормой является их проведение по 1 минуте из 3-х легких упражнений с 3-4 повторениями каждого, а также имеет значение эмоциональный фон во время выполнения упражнений. На занятиях, особенно с младшими школьниками используется игра в мяч, сочетая при этом учебные задачи, например, изучение нот или ритмического рисунка. Дети с удовольствием выполняют эти физические упражнения, не задумываясь о том, что они что-то изучают.

Одна из главных задач педагога состоит в том, чтобы помочь каждому обучающемуся индивидуально приспособиться к инструменту, найти свои удобные ощущения, почувствовать свободные, естественные движения, ненапряженное состояние рук и всего организма. Большую помощь в этом может оказать специальная гимнастика для различных групп мышц. Она помогает устранить зажатость, которая довольно часто возникает у детей, начинающих заниматься на синтезаторе.

- Гимнастика.

Вначале даются несколько упражнений, помогающих ребенку «почувствовать» свои руки, их вес, пластичность и свободу.

- «Буратино». Упражнение на раскрепощение мышц шеи, плечевого пояса, рук. Обучающийся стоит, подняв руки вверх, руки его напряжены, ведь в настоящий момент он - деревянный человек. Затем начинается освобождение «по частям». Сначала расслабляются пальцы, потом руки до кисти, потом до локтя, и, наконец, вся рука падает вниз, свободная и тяжелая.

- «Лебедь». Мышцы спины, груди, плечевого пояса играют важную роль. Они укрепляют и уравнивают плечевой сустав, удерживают руку на нужном уровне, направляют ее. Упражнение способствует выработке правильной осанки, развивает пластику руки в движении.

- «Волшебный круг», «Радуга». Эти упражнения помогут почувствовать всю руку от корпуса до кончика пальца. Рисуем в воздухе закругленные линии - радугу, горы, волшебный круг - поочередно разными пальцами, ощущая палец, как продолжение руки.

- «Художник». Используется также метод рисования в воздухе. Кисть совершает мелкие вращательные движения, которые освобождают ее и делают более гибкой.

- Упражнения на постановку руки.

- «Зонтик». Правую руку «повесить» на второй палец левой руки. Пальцы правой руки свободные, как будто по ним стекает вода. Рука поддерживается не только мышцами спины, но мышцами плеча. Такая поддержка регулирует вес руки, придает ей упругость и легкость.

- «Паучки пошли в поход». Расскажите, как паучок несет тяжелый рюкзак и, пройдя пятью лапками (все пальцы подряд), осторожно отдает второму паучку. Так они и ходят, передавая, друг другу «тяжесть». Ребенок переносит «тяжесть» из пальца в палец, из руки в руку.

- «Лифт» (вертикальное). Ребенок поочередно поднимает и опускает руки. Сравните с движениями двух лифтов в доме. Усложняйте упражнение в следующем порядке: руки опускаются на расслабленные кулачки, затем на все пальцы, на 1 и 5 пальцы, и наконец, на каждый палец отдельно.

Игра на фортепиано развивает мелкие мышцы кистей рук учащихся (мелкую моторику), что существенно облегчает нагрузку на руки детей и даже почерк у них становится лучше. Для отдыха можно использовать прохлопывание ритмических рисунков, раскладывание знакомых песенок на карточках.

Упражнения на развитие пальцев.

- «Киска». Упражнение развивает чувствительность кончиков пальцев. Правильно выполняя его, ребенок поймет, что такое освобождение руки. Рука спокойно лежит на крышке стола, слегка опираясь на подушечки полусогнутых пальцев. Рука свободная и мягкая, как лапка спящего котенка. Но вот киска проснулась, потянулась, выставила свои острые коготки. Пальцы с усилием скользят по крышке стола, принимая веерообразное

горизонтальное положение. Все мышцы руки напряжены. Затем пальцы принимают первоначальное положение, рука вновь освобождается.

- «Игра в гости». Упражнение - игра, состоит из двух частей. Большой палец-хозяин, все остальные - гости, приглашенные на праздник. В первой части упражнения изображается приход гостей. Гости здороваются с хозяином: все пальцы по очереди плотно соприкасаются с первым подушечками, как бы целуются. Вторая часть упражнения - уход гостей. Гости прощаются с хозяином - кланяются. Каждый палец по отдельности надо согнуть так, чтобы достать кончиком до тыльной стороны ладони. Это упражнение развивает чувствительность подушечек пальцев, а также независимость и самостоятельность пальцев.

- «Крокодильчики». Упражнение в занимательной форме знакомит ребенка с цифровым обозначением каждого пальца / 1,2,3,4,5 /. Рука спокойно лежит на твердой поверхности. Каждый палец изображает крокодильчика, который зевает, разморившись на солнышке. Пальцы, длинные и прямые, по очереди поднимаются вверх как можно выше (крокодильчики зевают). Поднимается каждый раз только один палец, все остальные плотно прижаты к столу. Упражнение можно делать двумя руками вместе, поднимая параллельные пальцы, или, для развития координации, разные. «Приказы» пальцам может отдавать как учитель, так и сам ученик. Это упражнение можно использовать и как упражнение на внимание.

- «Марширующие гномы». Пальцы «шагают», как гномы шагают ножками. Работают 2 и 3 пальцы, 2 и 4, 3 и 1,-2 и 1, 2 и 5, 3 и 5, 1 и 5, 4 и 3. Расскажите историю о забавных гномах, которые шагают ножками, сидя на стульчиках.

- «Машинка» (выполняется горизонтально).

I вариант. Ребенок водит маленькую игрушечную машинку то влево, то вправо (передний ход, задний ход). Следите, чтобы впереди шел кистевой сустав и вел за собой пальцы, держащие игрушку.

II вариант. Разделите стол на две части (дорога для левой руки, дорога для правой). До линии машинку следует вести левой рукой, затем плавно перехватить правой и вести по второй половине стола, выполнить движения и т.п. Для новизны впечатления можно подобрать новые стихи, которые отличаются доступным для возраста ребенка образным содержанием. Давно известно, что наиболее интенсивное развитие ребенка идет, когда работа ума и чувств сопровождается практической деятельностью ребенка, получает выражение в его собственных действиях.

Для профилактики миопии можно делать с обучающимся гимнастические упражнения: подвигать глазами вправо, влево, вверх, вниз, попытаться сделать восьмерки глазами. Это не займет много времени, но принесет несомненную пользу. Таким образом, приоритетным методом сохранения и укрепления здоровья детей и подростков на занятиях в классе синтезатора является рациональное использование разнообразных средств и форм физического воспитания при оптимальной двигательной активности, соответствующей гигиеническим нормам на основе возрастных особенностей детей.

Мотивация обучения.

К вопросам здоровья вопросы мотивации обучения имеют самое непосредственное отношение: принуждение к занятиям музыкой разрушает здоровье детей и изматывает учителей. Между заинтересованностью в обучении и его позитивным влиянием на здоровье существует прямая связь. Если у него пропадает интерес к занятиям, на это существует много причин и их анализ заслуживает отдельного внимания. Наличие мотивации к обучению музыкой говорит об интересе к занятиям, стремление больше узнать, радость от освоения новых произведений, желание выучить понравившиеся пьесы и т. д.

Педагог дополнительного образования для сохранения здоровья детей стремится свести к минимуму возможные отрицательные моменты. Он может использовать индивидуальный подход в составлении репертуарного плана в соответствии с музыкальными способностями обучающегося, подбирая программу, при исполнении которой ученик чувствовал бы себя комфортно и уверенно.

Благоприятный психологический климат на занятии также служит одним из показателей успешности его проведения: заряд позитивных эмоций, полученный ребенком, создает

атмосферу творчества и взаимопонимания. И наоборот: наличие стрессов, постоянное напряжение, отрицательные эмоции с обеих сторон свидетельствуют о преобладании на занятии тенденций, губительно сказывающихся на здоровье обучающегося. На занятии должно быть место эмоциональным разрядам: улыбке, остроумной шутке, веселым и необидным сравнениям, использованию поговорок, афоризмов и др. Желательно, чтобы завершение занятия было спокойным: обучающийся имел возможность задать вопросы, педагог мог сделать акценты на наиболее важных деталях в домашней работе, доброжелательно попросить с ребенком. Особое внимание следует уделить системе выставления оценок за занятие, на академических концертах, различных контрольных прослушиваниях, без учета которой можно получить отрицательное влияние на здоровье ребенка и успешность обучения в ДЮОЦ.

Таким образом, рациональная организация занятия включает в себя разнообразные виды деятельности, частоту их чередования, урока, смену позы, физические и эмоциональные разрядки. Все это снимает проблемы переутомления, отсутствие интереса к игре на инструменте, обучающиеся будут сохранять активность до конца занятия, им будет нравиться узнавать все больше нового.

Особое внимание следует уделить системе выставления оценок без учета которой можно получить отрицательное влияние на здоровье ребенка и успешность обучения в ДЮОЦ.

На уроке педагог всегда находит возможность поощрить обучающегося за прилежание, отметить улучшения или недоработки в домашних занятиях. Оценки выставляются с учетом индивидуальных способностей учеников. Хороший результат дает обсуждение оценки за занятие совместно с обучающимся, чтобы он понимал, к какому результату должен стремиться. Оценка складывается из нескольких составляющих: самооценка, совместная оценка педагога и ученика, окончательная оценка.

Учет различных психофизиологических особенностей обучающихся делает обучение успешным и помогает избегать негативных моментов, влияющих на его психику.

Здоровьесбережение - в каждую семью.

Активными помощниками в оздоровлении детей должны быть их родители. Большинство семей заинтересовано в укреплении физического здоровья своих детей, многие из них могут поделиться опытом в этом направлении. Работа с родителями в учреждении дополнительного образования включает в себя их просвещение: беседы, лекции, концерты. Различные внеклассные мероприятия направлены на физическое и психическое оздоровление обучающихся. Много творчества, терпения и сил нужно приложить педагогу, чтобы в классе каждому было комфортно, чтобы дети с радостью бежали на занятия. Родители являются участниками и незаменимыми помощниками всех внеклассных мероприятий. Если оказаться на концерте для родителей, можно увидеть, с какой уверенностью дети выходят на сцену, как радуются аплодисментам, можно понять, что вот такие моменты общения с искусством и творчеством запоминаются на долгие годы и являются психологической поддержкой для воспитания личности, убежденной в своих возможностях. Все это повышает уровень мотивации процесса обучения, способствует развитию творчества, что, в свою очередь, снижает уровень тревожности, уменьшает психическое напряжение. В этом плане следует отметить, что применение здоровьесберегающих технологий способствует воспитанию успешной творческой личности.

Организация домашних занятий.

Первое – режим дня обучающегося. Основное правило – это правильное сочетание отдыха, приготовления школьных уроков и занятий музыкой. Правильное сочетание состоит в том, чтобы ребенок с наименьшей затратой внутренней энергии добивался возможно лучших результатов. Для этого нужно чередовать различные виды занятий. Нельзя, придя из общеобразовательной школы, сразу садиться за приготовление домашних заданий. Необходимо после школы, пообедав и немного отдохнув, заниматься музыкой, а потом, после перерыва – уроками. Суть в том, что во время занятий музыкой голова отдыхает от школьных предметов, тем самым повышается «производительность» и для уроков и для музыки. Переключение внимания – лучший отдых в определенном смысле. Очень важно

каждому ученику иметь четкий распорядок на каждый день недели, причем этот распорядок должен совпадать по всем неделям. Родители должны помочь своему ребенку составить такой режим на каждый день. Из чего нужно исходить при составлении режима дня?

1. Чередование различных видов занятий, о которых было сказано выше.
2. Количество времени в день, необходимое для занятий на инструменте, таково: для начинающих –

в 1-м полугодии – 30 минут или 2 раза по 25 минут;

во 2-м полугодии – 40 мин или 2 раза по 30 минут;

для 3-5 годов обучения – 40 мин или 2 раза по 30 минут;;

В те дни, когда ученик бывает на музыкальном занятии, дома он может заниматься на музыкальном инструменте соответственно меньше, то есть занятие входит в его дневной «рацион». Непременное условие – заниматься каждый день.

Каждый обучающийся должен обязательно бывать на воздухе.

Заключение.

Результатами музыкально-оздоровительной работы являются:

- Повышение уровня развития музыкальных и творческих способностей обучающихся.
- Стабильность эмоционального благополучия каждого ребенка.
- Повышение уровня речевого развития.
- Снижение уровня заболеваемости.
- Формирование у педагогов и родителей ценностных ориентаций, направленных на сохранение и укрепление здоровья детей.

Реализация здоровьесберегающей образовательной модели подтверждает эффективность применения современных здоровьесберегающих технологий на занятиях в студии «Современное эстрадное искусство» (клавишный синтезатор), достигая при этом положительных результатов. Обогащение обучающегося опытом эмоционального отношения к действительности является важным аспектом духовного развития ребенка - его духовного здоровья. Сама система обучения, предполагающая индивидуальные занятия, таит в себе огромные возможности, основное достоинство и ценность которых заключается в их гуманистической направленности. Пробудить заложенное в ребенке творческое начало, помочь понять и найти себя, сделать первые шаги для радостной и наполненной смыслом жизни – вот цель, к которой должен стремиться педагог.

Литература

1. Возвышаева И.В.. Охрана здоровья детей и подростков в Российской Федерации: Законодательные и нормативные аспекты/И.В.Возвышаева//Школа здоровья. – 2001, №1.
2. Горяев В. Здоровье детей – категория педагогическая. /Статья/Воспитание школьников. - 1999, №1.
3. Дополнительное образование как система технологий сохранения и укрепления здоровья детей: Учебное пособие. - /Н.В. Сократов и другие. – Оренбург.: 2001.
4. Колеченко А. Энциклопедия педагогических технологий. – С-Пб.:«Каро», 2005.
5. Курбатова Л. Мозг, творчество.//Начальная школа плюс: до и после. -2003, №5, 45-50с.
6. Сухомлинский В.А. Сердце отдаю детям. – М.: Просвещение, 1979. -170с.
7. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие технологии. – М.: АРКТИ, 2003.
8. Ступницкая М.А., Белов А.В., Родионов В.А. Критериальное оценивание как здоровьесберегающий фактор школьной среды//Школа здоровья. - 2003, №3, 37-40с.
9. Соковня-Семенова И.И.. Основы физиологии и гигиены детей и подростков. – М.: Академия, 1999.
- 10.Сократов Н.В., Феофанов В.Н. Мотивационные основы здоровьесберегающего образования детей: Методические рекомендации. – Оренбург.: 2001.
- 11.Теплов Б.М. Психологические вопросы художественного воспитания, вып. 11. – М.-Л.: Известия АПН РСФСР, 1998.

