

Мастер – класс на тему: «Музыка и физкультура»

(Слайд №1)

Цель музыкально-оздоровительной работы в ДОУ: обеспечить каждому ребенку укрепление психического и физического здоровья, выявление и развитие музыкальных и творческих способностей, формирование привычки к здоровому образу жизни.

Музыка благотворно влияет на общее развитие ребенка. Поэтому педагоги дошкольных учреждений должны комплексно решать задачи физического, интеллектуального, эмоционального и личностного развития ребенка, активно внедряя в этот процесс наиболее эффективные технологии здоровьесбережения.

Музыка – это одно из средств физического развития детей.

(Слайд № 2)

Музыка и физкультурные занятия в детском саду неразрывно связаны; вместе они представляют собой часть эстетического воспитания детей. Посредством движения ребёнок лучше воспринимает **музыку** и передаёт её содержание.

Работа по движению на музыкальных занятиях происходит в постоянном контакте с работой инструктора по физкультурным занятиям.

Музыкальные игры, пляски закрепляют и совершенствуют навыки, приобретаемые на физкультуре (*правильный шаг, бег, прыжок, хорошая осанка и т. д.*)

Совместно музыкальный руководитель и инструктор по физической культуре предусматривают, с какими затруднениями могут столкнуться дети в новой игре или пляске, какие движения, перестроения будут для них новыми.

Новых игр не должно быть много, дети постепенно вникают в музыку, раскрывают характер каждой фигуры, пляски. При такой работе у детей накапливается репертуар любимых произведений, к которым они с удовольствием возвращаются в течение всего года, получая от них радость и яркие впечатления.

«Музыка, обладающая исключительной силой эмоционального воздействия, оказывает благотворное влияние на повышение качества движения. Она способствует выразительности, четкости, координации движений; эмоциональному переживанию музыкальных образов; развитию слуха», - писала Александра Владимировна Кенеман.

Музыка, сопровождающая физические упражнения, создает определенный эмоциональный настрой, активизирует внимание детей. Влияя на физиологические процессы детского организма, она увеличивает амплитуду дыхания, легочную вентиляцию.

В. М. Бехтерев, подчеркивая эту особенность, доказал, что если установить механизмы влияния музыки на организм, то можно вызвать или ослабить возбуждение. Им было установлено, что при спокойной музыке замедляется пульс. Способны вызвать замедление пульса и удары метронома.

«Для активизации малоподвижных детей, - считает Н. Аксенова, - музыка помогает установить нужный темп и ритм выполнения упражнений, в связи, с чем увеличивается двигательная активность».

У дошкольников, в основной массе, процессы возбуждения преобладают над процессами торможения, и если ребенок с синдромом двигательной активности, то спокойная музыка, в конце занятия, поможет успокоить такого ребенка. Здесь особое внимание хочется обратить на релаксационную музыку со звуками природы.

(Слайд № 3)

В методической литературе мало определенных рекомендаций о музыкальном сопровождении физкультурных занятий. Поэтому введение музыки в занятие, дело самого инструктора по физической культуре. Но я считаю, что использования музыки может принести пользу и одновременно помочь решить многие вопросы, связанные с методикой проведения физкультурных занятий.

(Слайд № 4)

Музыка на утренней гимнастике.

Утренняя гимнастика создает бодрое настроение, подготавливает детский организм к различным видам деятельности. Подбирая музыкальное сопровождение, следует учитывать физиологическую нагрузку, возрастные особенности детей, соответствие характеру движений. Элементы упражнений должны быть предварительно выучены на занятиях (*физкультурных, музыкальных*).

Младшим дошкольникам трудно выполнять упражнения в едином темпе. Поэтому проведение утренней гимнастики под музыку возможно в том случае, если все движения хорошо усвоены детьми.

Когда утренняя гимнастика проводится на воздухе, то использование музыки имеет некоторые особенности. Звуки на воздухе распространяются неравномерно и могут быть не всеми услышаны. Необходимо продумать расположение звукового источника (*магнитофон, аккордеон, баян*).

В прохладное утро надо слегка ускорить темп выполнения физических упражнений и, наоборот, в жаркое — снизить его. В этом случае гимнастику лучше делать без сопровождения музыки.

А теперь, давайте конкретно рассмотрим, где на занятии физической культуры наиболее целесообразно музыкальное сопровождение.

(Слайд №5)

Это основные движения в водной части: ходьба, бег, поскоки, общеразвивающие и строевые упражнения.

Например, ходьба в различных построениях и перестроениях обычно проводится под маршевую музыку бодрого, четкого, иногда стремительного характера. Однако физическую нагрузку рекомендуется чередовать с ходьбой обычной, для музыкального сопровождения которой берут не только спокойного характера марш, но также вальс. Аналогично подбирают музыкальное сопровождение к бегу, поскакам. Бег грациозный, мягкий, «стелющийся» требует музыки такого же характера, например вальса, а «острый», «мелкий», с выбрасыванием ног — стремительного, задорного галопа или польки.

Прыжки-поскоки тоже бывают и быстрыми, и широкими, замедленными. В первом случае подходит динамичная, легкая музыка, желательно с подчеркнутой сильной долей такта, во втором — плавная. Музыкальные произведения для ходьбы, бега, подпрыгиваний должны быть яркими, выразительными, умеренного темпа, с четкой фразировкой, контрастного характера.

В основной части занятия при общеразвивающих упражнениях музыкальное сопровождение применяется в зависимости от этапа разучивания физических упражнений. При разучивании – на 1-ом занятии, музыка не используется, так как она не способствует сознательному управлению двигательным навыком. Далее углубленное разучивание – 2-3 занятие под счет, и уже, когда идет совершенствование и закрепление комплекса, можно использовать музыку, чтобы придать ему большую выразительность.

Удачно подобранное музыкальное сопровождение заменяет при выполнении упражнений счет воспитателя. Под музыку дети хорошо усваивают ритм движений, темп выполнения их, а у воспитателя появляется возможность, не прерывая упражнения, оказывать индивидуальную помощь.

(Слайд №6)

Во время подвижной игры, музыку нужно использовать очень аккуратно. Так как подвижная игра большой интенсивности, повышает активность и увеличивает эмоциональный подъем детей. Есть игры, где музыка может быть введена лишь частично. Так, например, в игре «*Караси и щуки*», когда «*караси*» выполняют однородное движение (бег в рассыпную под размеренную музыку, имитируя движения рыб, музыкальное сопровождение вполне оправдано, но только лишь до сигнала «*Щуки*». Одновременно с сигналом (совпадающим с окончанием музыкальной фразы, когда начинается бег с увертыванием и ловлей, музыка должна быть прекращена: каждый ребенок стремится увернуться от ловишки, двигается в зависимости от его действий и музыку не слушает. При таком беге, музыка может нести дополнительную нагрузку и побуждать детей постоянно двигаться и быстро уставать, а ведь чем хорош бег с увертыванием, можно где-то постоять и передохнуть.

А на протяжении всей игры «*День-ночь*», можно использовать музыку, так как она меняет свой характер.

Каждый вид физических упражнений требует тщательного подбора музыкальных произведений. Хорошо, когда вам аккомпанирует опытный музыкальный руководитель, и он по ходу занятия играет нужную мелодию, но бывает, что его нет или он просто отсутствует, на такие случаи рекомендуется использование фонограмм, подобранные в зависимости от видов физических упражнений, а так же, в зависимости от возраста.

В младших и средних группах музыкальное сопровождение дается в более медленном темпе, чем в старших группах, мелодии не так часто сменяют одна другую и музыкальные произведения подбираются ярко контрастного характера.

(Слайд №7)

Привыкнув к звучанию музыки на физкультурном занятии и утренней гимнастике, дети легко переключаются с выполнения одного задания на другое в соответствии с изменением характера музыки, что позволяет сократить время на словесные указания.

Роль музыки в формировании двигательных навыков и умений разнообразна и многопланова. Музыка делает занятия маленькими праздниками в жизни дошкольников.

Музыка – средство активизации умственных способностей

Восприятие музыки тесно связано с умственными процессами, т. е. требует внимания, наблюдательности, сообразительности.

Развивая ребенка эстетически и умственно, необходимо всячески поддерживать пусть еще незначительные творческие проявления, которые активизируют восприятие и представление, будят фантазию и воображение.

Когда взрослый ставит перед ребенком творческие задания, то возникает поисковая деятельность, требующая умственной активности.

В музыкально-двигательной деятельности дети с большим удовольствием придумывают, комбинируют движения изученных элементов танцев, двигаясь под музыку. При творческих заданиях дети активно мыслят, фантазируют, творят.

В нашем детском саду музыка звучит на каждом спортивном празднике и досуге, что делает их более интересными и радостными, развивает у детей творческую инициативу, воображение, музыкальный слух.

Такие праздники дарят воспитанникам радость от путешествия в волшебный мир сказки и игры. В результате чего дети становятся смелее, умнее и дружнее.

Вывод: Главная цель физического воспитания в дошкольном учреждении состоит в том, чтобы, удовлетворяя естественную биологическую потребность детей в движении, добиться хорошего уровня здоровья и всестороннего физического развития ребят; обеспечить овладение дошкольниками двигательными умениями и навыками; создать условия для разностороннего (*умственного, нравственного, эстетического*) развития ребят и воспитания у них потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями.

Недаром выдающийся педагог В. А. Сухомлинский подчеркивал, что от здоровья, жизнерадостности детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы. Поэтому крайне важно правильно организовать занятие физической культурой именно в детстве, что позволит организму накопить силы и обеспечить в дальнейшем не только полноценное физическое, но и разностороннее развитие личности.