

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 4 «Солнечный лучик»**

Музыкальный руководитель: Никифорова Татьяна Сергеевна

Консультация

«Здоровьесбережение в детском саду в летний период и на музыкальных занятиях»

1. Нормативно-правовая база

- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО)
- СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима деятельности организаций, осуществляющих образовательную деятельность»
- Методические рекомендации по здоровьесбережению детей дошкольного возраста

2. Цель консультации

Содействие сохранению и укреплению физического и психического здоровья детей в летний период и во время музыкальных занятий средствами организационно-педагогических и методических приёмов в соответствии с ФГОС ДО.

3. Задачи

1. Организация режима дня с учётом климатических условий летнего периода
2. Обеспечение рациональной двигательной активности детей на открытом воздухе
3. Внедрение здоровьесберегающих технологий в структуру музыкальных занятий
4. Формирование у детей навыков дыхательных и артикуляционных упражнений
5. Снижение психо-эмоционального напряжения через элементы музыкотерапии

4. Рекомендации по здоровьесбережению в летний период

- Прогулки и воздухотерапия: ежедневные выходы на свежий воздух 2–3 раза в день по 30–40 минут

- Режим питья: свободный доступ к питьевой воде, организация «питьевого уголка», введение морсов и компотов
- Подвижные игры и физкультминутки: эстафеты, игры с мячом, бег, прыжки и «утренняя зарядка» на улице
- Контроль одежды и защиты: лёгкая одежда «по погоде», головные уборы, использование солнцезащитных средств
- Водные процедуры: обтирание, опрыскивание, а при возможности – безопасные плавательные занятия под контролем воспитателей

5. Применение здоровьесберегающих технологий на музыкальных занятиях

- Дыхательная гимнастика перед занятием: «Надуй шарик», «Ветерок», «Лягушка квакает»
- Артикуляционная гимнастика с музыкой: «Улыбка–зевок», «Трубочка–соломинка», «Сосулька»
- Музыкально-ритмическая разминка: лёгкие общеразвивающие упражнения под ритмичную музыку
- Песни-игры на свежем воздухе: «Если весело живётся...», «Ветер веет» с движениями рук и ног
- Релаксация и психогимнастика: «музыкальная сказка» под спокойную мелодию в конце занятия

6. Организация музыкальной зоны на улице

- Расположение в тени деревьев или под навесом
- Лёгкие портативные музыкальные инструменты (барабаны, колокольчики, маракасы)
- Разметка безопасного пространства для движения (конусы, скакалки)
- Использование портативной колонки и проигрывателя

7. Контроль и диагностика

- Ежедневная оценка физического состояния: кожа, дыхание, климатическая переносимость
- Мониторинг эмоционального состояния: опросник «Как я чувствую себя сегодня»
- Ведение журнала наблюдений за самочувствием, посещаемостью и активностью детей
- Корректировка режима и содержания занятий на основе собранных данных

8. Список литературы и ресурсов

- Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении ФГОС ДО»
- СанПиН 2.4.1.3049-13
- Никифорова Т. С. «Музыкальные занятия и здоровье детей»
- Иванова Е. В. «Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании»
- Интернет-ресурсы: официальные порталы Министерства просвещения и профессиональные сайты педагогов