

DOI:10.26104/NTIK.2023.90.51.049

Муратова А.М.

МЕКТЕПКЕ ЧЕЙИНКИ БАЛДАРГА МУЗЫКАЛЫК ТАРБИЯ
БЕРҮҮДӨГҮ ДЕН СОЛУКТУ КОРГООЧУ ТЕХНОЛОГИЯЛАР

Муратова А.М.

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В МУЗЫКАЛЬНОМ
ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

A. Muratova

HEALTH-SAVING TECHNOLOGIES IN THE MUSICAL
EDUCATION OF PRESCHOOL CHILDREN

УДК: 377.031.37.01:373.24

Макалада бала бакчада музыка сабагында ден соолукту коргоочу технологияларды колдонуунун практикалык мисалдары талданат. Киришүүдө ден соолукту коргоочу технологияларды колдонуунун актуалдуулугу ачылып, изилдөөнүн объекти, предмети, гипотеза белгиленип, методдору жана методологиясы берилди. Негизги бөлүгүндө билим берүү системасындагы ден соолукту коргоочу технологиялардын мүмкүнчүлүктөрү кенен ачып берилип, медициналык, билим берүү, социалдык, психологиялык багыттары жана негизги элементтери – маалыматтык, инструменталдык, социалдык, финансылык, укуктук колдоо мүнөздөлөт. Практикалык бөлүгүндө музыка сабагындагы ден соолукту коргоочу технологиялардын мисалдары, валеологиялык ырлар, дем алуу жана артикуляциялык гимнастика, сүйлөө жана манжа оюндары, логопедиялык-ритмикалык көнүгүүлөр келтирилди. Жыйынтыгында, бала бакчадагы музыка сабагында ден соолукту коргоочу технологияларды колдооу универсалдуу компонент болуп саналып, эң негизгиси, балдардын ден соолугун сактоо менен аларды жаашоого даярдоо экени баса көрсөтүлдү.

Негизги сөздөр: музыка, мектепке чейинки балдар, билим берүү, окутуу, билим берүү технологиясы, дем алуу гимнастикасы, артикуляциялык гимнастика, кеп оюндары, манжа оюндары, логоритмдик көнүгүүлөр.

В статье рассмотрены методические аспекты преподавания музыки в детском саду и изложен новый практический подход использования здоровьесберегающих образовательных технологий на музыкальных занятиях. Цель исследований – разработка методических основ преподавания музыки, основанной на принципах сохранения здоровья детей. Объектом исследования является методика преподавания музыки. Предмет исследования – здоровьесберегающие технологии на музыкальных занятиях в дошкольных организациях. В работе затронут вопрос о возможностях и понятиях здоровьесберегающих технологий в образовательной системе, раскрыта их сущность по медицинскому, образовательному, социальному, психологическому направлениям. Расшифрованы основные составляющие элементы здоровьесберегающей технологии: информационная, инструментальная, социальная, финансовая и нормативно-правовое обеспечение. Новизна работы заключается в том, что разработаны практические рекомендации по использованию здоровьесберегающих технологий на музыкальных занятиях, с применением валеологической распевки, дыхательной и артикуляционной гимнастики, речевой и пальчиковой игры, логоритмических упражнений. Полученные результаты содержат универсальные инновационные компоненты и могут использоваться для преподавания музыки в дошкольных организациях, способствуют к воспитанию здорового поколения.

Ключевые слова: музыка, дошкольное образование, преподавание, технология образования, дыхательная гимнастика, артикуляционная гимнастика, речевые игры, пальчиковые игры, логоритмические упражнения.

The article discusses the methodological aspects of teaching music in kindergarten and outlines a new practical approach to the use of health-saving educational technologies in music classes. The purpose of the research is to develop methodological foundations for teaching music based on the principles of preserving children's health. The object of the research is the methodology of teaching music. The subject of the study is health-saving technologies in music classes in preschool organizations. The paper raises the question of the possibilities and concepts of health-saving technologies in the educational system, reveals their essence in medical, educational, social, psychological areas. The main constituent elements of health-saving technology are deciphered: information, instrumental, social, financial, regulatory support. The novelty of the work lies in the fact that practical recommendations have been developed on the use of health-saving technologies in music classes, using valedological chanting, respiratory and articulatory gymnastics, speech and finger games, logo-rhythmic exercises. The results obtained contain universal innovative components and can be used for teaching music in preschool organizations, and contribute to the upbringing of a healthy generation.

Key words: music, preschool education, teaching, education technology, breathing exercises, articulation gymnastics, speech games, finger games, logorhythmic exercises.

Введение. Современная педагогическая наука, исходя из социальных потребностей, опирается на новую парадигму образования, сочетающей в себя ключевые компоненты воспитания и обучения. Качественное преподавание музыки невозможно без использования новых методов педагогической науки. Музыкальная педагогика характеризуется более глубоким содержанием и разнообразными формами организации уроков, приспособленных к особенностям музыкально-эстетического воспитания.

В XXI веке резко изменились условия обучения в образовательных учреждениях. В связи с пандемией получило широкое распространение дистантное обучение, которое ограничило живое общение, а растущие темпы цифровизации снижают двигательную активность детей. Указанные факторы привели к угрозе в психическом отношении и наносят вред физическому здоровью детей. Шагая со временем вместе на-

до отметить, что здоровье человека – актуальная тема во все времена. Как воспитание когнитивное развитие, нравственность и патриотизм, так и надо воспитание уважительного отношения к своему здоровью необходимо начинать с раннего детства, т.е. дошкольного возраста. Родители, педагоги, психологи ошибочно считают, что для детей самое важное – это хорошо учиться, что дети обязательно должны достигнуть хорошего результата. Но, к сожалению, время цифровизации приводят у детей к росту психической нагрузки, нервным потрясениям, стрессам, *двигательная активность детей стала очень низкой*, а это угрожает психическому и физическому здоровью их [1].

В тоже время невысокий уровень *финансирования образования, скудная материально-техническая база* дошкольной образовательной организации, особенно в сельской местности, перегруженность детей в группе не позволяют организовать учебно-воспитательный процесс в соответствии требованиями.

Таким образом, сегодня перед педагогикой стоит важная задача – внедрять инновационные подходы для сохранения здоровья детей дошкольного возраста, то есть разработка мер по здоровьесбережению, внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс детского сада. Обеспечение жизни, здоровья, развития, образования детей – это задача, стоящая перед образовательной системой, поэтому на музыкальных занятиях в детском саду необходимо использовать не только педагогические методы обучения, но и инновационные подходы в музыкальном воспитании детей дошкольного возраста.

Гипотеза: именно катарсическое (катарсис – «очищение, оздоровление») воздействие музыки позволит регулировать психоэмоциональное состояние детей дошкольного возраста, повысить их социальную активность, приобрести новое средство эмоциональной экспрессии. Значит, процесс высвобождения эмоций, разрешения внутренних негативов и нравственного возвышения, возникающий в ходе самовыражения через искусство или сопереживания при восприятии произведений искусства. Исходя из этого мы в статье рассматриваем внедрения здоровьесберегающих технологий в музыкальном воспитании детей в дошкольной образовательной организации.

Здоровьесберегающие инновационные подходы в музыкальном воспитании детей дошкольного возраста можно построить на принципах отбора специальных методов применительно к возрасту и способностям детей дошкольного возраста – это и определило *новизну и актуальность данной статьи.*

Объект исследования: музыкальные занятия в дошкольной образовательной организации.

Предмет исследования: применение инновационные здоровьесберегающие подходы в музыкальном воспитании детей дошкольного возраста.

Использованные методы теоретический анализ педагогические, психологические и музыковедческие литературы по проблеме, наблюдение за детьми, методы и приемы музыкального воспитания детей дошкольного возраста в детском саду с интеграцией инновационными здоровьесберегающими технологиями на музыкальных занятиях в дошкольной образовательной организации.

Методологической основой музыкальной педагогики являются учения о роли музыки, во всестороннем развитии личности; психолого-педагогическая и музыковедческая теория здоровьесберегающих технологий; методы и приёмы музыкального-эстетического воспитания детей дошкольного возраста с использованием здоровьесберегающих технологий, в примере музыкальных занятий в дошкольной образовательной организации. В ходе подготовки статьи нами был принят во внимание ряд научных исследований, имеющих отношение к теме. Вопросы формирования здоровьесберегающей среды рассмотрены в исследованиях И.А. Аршавского, В.А. Петровского, валеологизации образовательной среды и учебного процесса в трудах В.П. Казначеева, Г.А. Кураева, Н.К. Смирнова и др., проектирование здоровьесберегающей среды в работах Е.А. Каменская, И.С. Якиманская и др.

Научная значимость статьи может быть использована при разработке методического материала для музыкального воспитания детей дошкольного возраста, а также при практической организации обучения с применением инновационных здоровьесберегающих технологий в музыкальном воспитании детей дошкольного возраста.

Основная часть. В современном мире одной из важнейших задач общества является формирование здорового подрастающего поколения. Время цифровизации проблема здоровья детей является особенно актуальной, так, как именно в дошкольный возрастной период закладываются основы здоровья их. Сохранение и сбережения проблем здоровья детей – целенаправленная, систематически спланированная деятельность всего педагогического коллектива образовательного процесса.

Здоровьесберегающая педагогика не может выражаться какой-то конкретной образовательной технологией, в то же время, понятие «здоровьесберегающие технологии» объединяет в себе все направления деятельности образования по формированию, сохранению и укреплению здоровья детей дошкольного возраста.

Под здоровьесберегающими технологиями надо понимать систему мер по охране и укреплению здоровья детей дошкольного возраста, учитывающую важнейшие характеристики образовательной среды и условия жизни ребенка, воздействие на здоровье.

Цель современной ДОО – подготовка детей к жизни. Каждый дошкольник должен получить за время пребывания в детском саду знания, которые будут востребованы для развития себя в разных направлениях в дальнейшей жизни сберегая своё здоровье [2, с. 21].

По направлению деятельности среди здоровьесберегающих технологий выделяют: *медицинские* – технологии профилактики заболеваний, коррекции и реабилитации соматического здоровья, санитарно-гигиенической деятельности; *образовательные* – содействующие здоровью, информационно-обучающие и воспитательные; *социальные* – технологии организации здорового и безопасного образа жизни, профилактики и коррекции девиантного поведения; *психологические* – технологии профилактики и психокоррекции психических отклонений личностного и интеллектуального развития [2, с. 12].

В совокупность основных элементов здоровьесберегающей технологии включены следующие *составляющие*: *информационная* – включает концептуальные положения по обеспечению реализации цели и задач. *Инструментальная* – включает описание материально-технической базы и учебно-методическое обеспечение. *Социальная* – определяет кадровый потенциал, его компетентность, готовность к реализации технологии в образовательном процессе. *Финансовая* – определяет источники, объемы и систему бюджетных и внебюджетных средств. *Нормативно-правовое обеспечение* – использование государственных нормативных актов, ведение делопроизводства по данному направлению [3].

Таким образом, здоровьесберегающие технологии включают в себя совокупность педагогических, психологических и медицинских воздействий, направленных на защиту и обеспечение здоровья детей дошкольного возраста в ДОО. И свое очередь они объединяют в себе все направления деятельности организации образования по формированию, сохранению и укреплению, поэтому их надо внедрять как инновационный подход в образовательном процессе.

Практическая часть. В музыкально-эстетическом воспитании детей дошкольного возраста, если педагог может снять нервно-психические перегрузки, восстанавливать положительный эмоционально-энергетический тонус детей, поэтому наряду с основными методами музыкальной воспитании, надо использовать здоровьесберегающие технологии – валеологические песенки-распевки, дыхательную и артикуляционную гимнастику, пальчиковую игру, вокалотерапию, логоритмику, ритмотерапию, фольклорную арт-терапию и др.

Методист по музыкальному воспитанию Н.Ветлугина пишет, что пение развивает голосовой аппарат, речь, укрепляет голосовые связки, регулирует

дыхание. Ритмика улучшает осанку ребенка, координацию, уверенность движений [4]. Таким образом, музыка – это одно из средств физического развития детей. Музыкальное развитие ребенка в аспекте физического воспитания имеет свою давнюю историю. Музыка, воспринимаемая слуховым рецептором, воздействует на общее состояние человека, вызывает реакции, связанные с изменением кровообращения, дыхания. В.М. Бехтерев доказал, что музыка может вызывать и ослаблять возбуждение организма [5].

Музыкально-здоровьесберегающие занятия позволяют разнообразить и превращают занятия в полезные упражнения. Рассмотрим методические примеры, основанных в принципах здоровьесбережения детей на музыкальных занятиях в детском саду.

1. *Валеологические песенки-распевки.* Каждое музыкальное занятие надо начинать с таких песенок-распевок. Любая веселая мелодия поднимает детям настроение, улучшает эмоциональный настрой. Большое внимание важно уделять *распеванию-разучиванию* упражнений для развития звуковысотного слуха, формирования чистоты интонации и расширения диапазона голоса. Ведь детский тембр очень неровный, особенно при пении различных гласных. Систематическое использование маленьких песенок-распевок помогает выровнять звучание голоса, добиться естественного легкого пения. Важно, чтобы каждое упражнение имело интересное содержание или игровой момент и могло увлечь ребёнка. Ведь именно интерес помогает дошкольникам осознать выразительные особенности песни. Эмоциональность и выразительность педагога при показе также необходимы, так как они облегчают подражание и эмоционально заряжают детей. Пример, *распевка, здравствуйте!*

Здравствуй, ручки! Хлоп-хлоп-хлоп! (*хлопают в ладоши*).

Здравствуй, ножки! Топ-топ-топ! (*топают ногами*).

Здравствуй, губки! Чмок-чмок-чмок! (*чмокающие движения губами*).

Здравствуй, зубки! Цок-цок-цок! (*стучат зубами*) [6].

2. *Дыхательная гимнастика* положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении, в том числе и легочной ткани, способствуют восстановлению центральной нервной системы. *Искусство пения* – прежде всего правильное дыхание, которое и является одним из важнейших факторов здоровой жизни. А свое время из всех средств музыкотерапии самое сильное воздействие на организм оказывает именно пение. Каждый орган нашего тела имеет свой «голос». Перед пением песен надо заниматься дыхательной, артикуляционной гимнастикой, для горла и голосовых связок, если дети научиться правильно дышат, это очень большой плюс

для сбережения их здоровья. Например, «Машина» – обучение постепенному выдоху воздуха. *Исходное положение:* Дети становятся на одной линии, делают вдох «наливают бензин» и начинают движение вперед, при этом деля губами «бр-р-р». Дети, как обычно, копируют работу мотора. Победитель тот, кто дальше всех «уехал» на одном дыхании. Детей надо научить брюшному дыханию, так, как в жизни люди в основном дышат грудным дыханием, а это своё время не дает возможность полной вентиляции легких.

«Цветок» – упражнение направленно на достижение дыхательной релаксации за счет физиологического рефлекса, в результате которого при вдохе носом происходит расслабление гладкой мускулатуры бронхов. *Исходное положение:* – стоя. Руки опущены. Глаза закрыты. Делается медленный вдох, будто вдыхается аромат цветка. Это упражнение рекомендуется выполнять рано утром, повернувшись к солнцу. «Собачка» – закаливание зева. *Исходное положение:* – стоя. Язык высунуть изо рта. Делать быстрые дыхательные движения, добиваясь охлаждения зева (как это делает собачка) [4].

3. *Пальчиковые игры* (развитие мелкой моторики). Кончики пальцев – есть *второй головной мозг*. Пальцы позволяют разминать, массировать ладошки, благоприятно воздействуя на все внутренние органы, развивают речь ребенка, двигательные качества, повышают координационные способности пальцев, формируют образно-ассоциативное мышление на основе устного народного творчества, также приобщение к национальным ценностям.

Кыргызская народная игра «Чып-чыпалак». Показывая каждый пальчик:

Баш бармак, бадал иймек,
Ортон оймок, оюп чиймек,
Чып – чыпалак, чычайган чыпалак.

Другой вариант этой игры: Бул – чоң ата, бул – чоң апа, Бул – атакем, бул – апакем, Бул – мен [7].

Примеры, пальчиковой гимнастики, которую можно использовать на музыкальных занятиях во всех возрастных группах детского сада: «Покатай между ладошек». *Цель:* самомассаж ладоней. *Оборудование:* грецкий орех или граненый карандаш. *Описание упражнения:* Под спокойную музыку дети катают между ладонями граненый карандаш (движение ладоней вперед-назад) или грецкий орех (движение по кругу). Важно не прекращать движение и не выронить предмет из руки.

3. *Артикуляционная гимнастика*. Цель этой гимнастики – выработка качественных, полноценных движений органов артикуляции, т.е. речевой аппарат. Это тренировка мышц речевого аппарата. Гимнастика повышает уровень развития речи детей, певческих навыков, улучшаются музыкальная память, внимание, критическое мышление. Артикуляционные упражне-

ние, которые можно выполнять на музыкальных занятиях в детском саду:

1. Покусывать кончик языка (4-8 раз).

2. «Жевать» язык (слева и справа) (4-8 раз).

3. «Воздушный шарик». Резкий выдох – живот втянули. Затем расслабить или «отпустить» мышцы живота. При вдохе живот «естественно выталкивается» вперед, как шарик. С этим упражнением дети научиться брюшному дыханию, а это своё время полное вентилился легких.

4. «Собачке жарко». Часто подышать носом с высунутым языком.

5. «Хомячок». Пошмыгать носом с закрытым ртом.

6. Мелодизация собственных имен на импровизацию.

7. Мелодизация образов животных со звуков («Мяу-мяу-кошка», «Собачка лает», «корова», «цоканье лошади» и др.). Такие упражнения положительно влияет на психо-эмоциональное состояние детей дошкольного возраста [8].

4. *Речевые игры*. Использование на занятии речевых игр развивает музыкальный слух, речевой слух, память, внимание и дает большую мотивацию. Для речевых игр основой служит детский фольклор. В речевых играх текст поется или декламируется хором, соло или дуэтом.

Примеры:

1. Көзү бүтүк, үч күчүк үшүп,

Үч күчүк үшүп, үнү бүтүп.

2. Тоголок музоо сүзөнөөк, моюнчасын үзөнөөк.

Сүзөнөөк, үзөнөөк, байлап салдык үчөөлөп.

3. Көп-көп көпөлөк, көп болуп көкөлөп,

Көк-кызыл көйнөгүн, көп кызга көргөзөт [7].

5. *Логоритмические упражнения* – это игры, направленные на развитие моторики и произношения. Они включают в себя музыкальные, двигательные и игровые занятия. Физические упражнения под музыку, вызывая возбуждение других отделов мозга, усиливают кровообращение и создают благоприятные условия. После такого короткого активного отдыха внимание детей повышается, а восприятие учебного материала улучшается. Примеры, «Поссорились, помирились», «Танцующий зоопарк», «Хомячок» и др. [9].

Движение рук и логоритмика (фразировка). Этот вид движения требует внимания, помогает выработке навыков вокально-хоровой работы, а также средств выразительности (темп, динамика), изобразительности в музыке.

«Во поле береза стояла» – показ фраз руками помогает работе над высокой певческой позицией – созвучность, глубокое дыхание, мягкая атака, одновременное вступление и окончание фраз. «Уж как шла лиса» – передает шаг лисы, мягкость ее жестов, что помогает формированию мягкой атаки, гармония,

правильному звукообразованию, чистому интонированию. «Качели» – движение руки подчеркивает изобразительность в музыке, передает движение и ритм мелодии. Эти упражнения свое время способствует формированию чувства ритма, интонирования, вокально-хоровых навыков [4].

Выводы. Таким образом, при таком обучении детей дошкольного возраста дети получают от музыкальных занятий только положительные эмоции, будут ощущать комфорт, защищенность и углубляется интерес к учебе. Опыт показывает, что внедрение инновационных здоровьесберегающих технологий в учебном процессе ведет к снижению показателей заболеваемости детей, улучшению психологического климата в детском саду.

Также можно отметить, что использование инновационных здоровьесберегающих технологий на музыкальных занятиях в детском саду представляют собой универсальные компоненты – положительный эмоциональный настрой, коммуникация, социализация детей, а для музыкального воспитания – сформированность голосового аппарата, работа речевого аппарата, понимание и использование выразительных средств музыки, также выбор оригинальных действий в видах музыкальной деятельности детей в музыкальных занятиях.

Анализируя по проблеме, мы пришли к осмыслению того, что значимости инновационных здоровьесберегающих технологий на музыкальных занятиях в детском саду играет важную роль, но, проблема музыкального воспитания дошкольников в системе обра-

зования в нашей республике остается недостаточно оснащенной, а вообще не организованной, так как нет специальных оборудований музыкально-компьютерных технологий, аудио и видеозаписи детских музыкальных произведений, нотных изданий на государственном языке для проведения полноценное музыкальное воспитание. Также главным вопросом остается профессия педагога-музыканта, которые по всей республике не хватает, чтобы вести полноценное музыкальное воспитание дошкольников.

Литература:

1. Ковалько В. И. Здоровьесберегающие технологии. - М., 2004.
2. Абрамова И.В. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. Самара, 2004.
3. Базарного В. Здоровьесберегающий компонент в структуре образовательного процесса начальной школы Н.Г. Горн – 2010 г.
4. Ветлугина Н.А., Кенемон А.И. Теория и методика музыкального воспитания в детском саду. - М., 1983.
5. Бехтерев В.М. Значение музыки в эстетическом воспитании ребенка с первых дней его детства. - М., 1916. - С. 13.
6. Физвокализ – голос здоровья [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://fismag.ru/pub/ivanov-10-11.php>
7. Сатыбекова Б.С. ж.б. Бөбөктөр үчүн хрестоматия / Мектепке чейинки уюмдардын тарбиячылары үчүн окуу-усулдук колдонмо. - Б., 2016. - 210 б.
8. http://mojurok.narod.ru/issledovatelskie_raboti/vliyanie_muziki_na_cheloveka
9. <http://festival.1september.ru/articles/618991/>
10. Новикова С.В. Современные педагогические технологии в воспитании и обучении дошкольников. Наука, новые технологии и инновации Кыргызстана. 2016. №. 7. С. 244-246