**Логоритмические занятия в системе здоровьесберегающей оздоровительной деятельности в дошкольном образовании**

**Бочкина Юлия Анатольевна**

**Музыкальный руководитель**

**БМАДОУ детский сад 36 г. Берёзовский**

Мир детства – это вечное движение. Двигаясь, дети ощущают радость жизни, красоту и гармонию окружающего мира, заключенную в самом ритме движения. Сохранение и укрепление здоровья детей - приоритетное направление деятельности всего современного российского общества. По мнению ведущих психологов, врачей в нашей стране наблюдается возрастающая эпидемия увядания, дегенерация и распад телесных, энергетических и психических потенциалов. От поколения к поколению все ниже опускается порог жизненной устойчивости, выносливости и защитных механизмов человеческой жизни. Социальная среда является одним из важнейших факторов поддержания здоровья. Социальный микроклимат либо побуждает человека к здоровому образу жизни, либо формирует вредные установки и привычки. Слабое физическое здоровье, неблагополучие внутри семей и дефицит общения со взрослыми, экологические катастрофы, чрезмерное загрязнение города вредными для здоровья детей шумами, разрушающе действуют на психику детей и на здоровье в целом. Так в России, более 60 % наших детей находиться на грани нервного срыва, что является основной причиной необычного (девиантного) поведения детей; они или гиперактивны (перевозбуждены, агрессивны, или гиперпассивны (в состоянии угнетения, депрессии, аутизма, фобий).

В настоящее время государством разрабатываются кардинальные меры по охране и укреплению здоровья детей. Их реализация должна осуществляться при активном участии образовательных учреждений, в том числе и ДОУ. Современная жизнь ставит новые проблемы и перед музыкальным воспитанием в детском саду. Одна из основных задач дошкольного учреждения- внедрение в образовательный процесс новых педагогических здоровьесберегающих технологий. В процессе музыкального образования хорошим подспорьем в этом направлении является логоритмика.

С давних пор музыка используется как лечебный фактор. В. М. Бехтерев считал, что с помощью музыкального ритма можно установить равновесие в деятельности нервной системы ребенка, умерить слишком возбужденные темпераменты и растормозить заторможенность детей. Урегулировать неправильные и лишние движения.

Психологи указывают, что организация движений с помощью музыкального ритма развивает у детей внимание, фантазию, память, речь, внутреннюю собранность, а так же укрепляет физическое здоровье детей.

Все, окружающее нас живет по законам ритма. Смена времен года, день и ночь, сердечный ритм и многое другое подчинено определенному ритму. Любые ритмические движения активизируют деятельность мозга человека. Поэтому с самого раннего детства рекомендуется заниматься развитием чувства ритма в доступной для дошкольников форме: ритмических упражнениях и играх.

Логоритмика – это система музыкально-двигательных, речедвигательных, музыкально - речевых заданий и упражнений. Она основана на использовании связи слова, музыки и движения. То есть - это система двигательных упражнений, в которых различные движения сочетаются с произнесением специального речевого материала под музыку. Это форма активной терапии, преодоление речевого и сопутствующих нарушений путем развития и коррекции неречевых и речевых психических функций и в конечном итоге - адаптация человека к условиям внешней и внутренней среды. Помимо развития речи, логоритмические упражнения помогают укреплению костно-мышечнного аппарата, развивают дыхание, моторные, сенсорные функции, чувство равновесия. Так же развиваются: правильная осанка, походка, грация движений. Чем выше двигательная активность ребенка, тем лучше развивается его физическое здоровье.

Полноценные логоритмические занятия невозможны без участия логопеда или дефектолога. Я провожу логоритмические занятия для детей с ОВЗ. Имею диплом о профессиональной переподготовке с присвоением квалификации учитель-логопед и диплом учителя музыки.

В процессе логоритмических занятий формирование движений происходит при участии речи. Речь является одним из основных элементов в двигательно-пространственных упражнениях. Ритм речи, особенно ритм стихов, поговорок, пословиц, способствует развитию координации, общей и тонкой произвольной моторики. С помощью стихотворной ритмической речи вырабатывается правильный темп речи, ритм дыхания, развиваются речевой слух, речевая память.

Особенность метода заключается в том, что в двигательные задания включается речевой материал, над качеством которого призвана работать логопедическая ритмика, музыка не просто сопровождает движение, а является его руководящим началом. Под влиянием регулярных логоритмических занятий у детей происходит положительная перестройка сердечно-сосудистой, дыхательной, двигательной, сенсорной, речедвигательной, и других систем, а также воспитание эмоционально - волевых качеств личности.

**Структура логоритмической деятельности включает в себя развитие:**

Памяти, внимания, оптико-пространственных функций, слуховых функций;

Двигательной сферы, ручной моторики, артикуляционной моторики;

Речевой функциональной системы, звукопроизношения.

Наиболее оптимальным вариантом для реализации коррекционных задач являются методические пособия М.Ю.Картушиной «Логоритмические занятия в детском саду» (для всех возрастных групп). Решаются следующие коррекционные задачи:

1. Развитие слухового и зрительного восприятия.
2. Совершенствование общей и мелкой моторики.
3. Развитие дыхания, координации слуха и голоса, артикуляционного аппарата.
4. Нормализация психических процессов и свойств: памяти, внимания, мышления, регуляции процессов возбуждения и торможения. Воспитание уверенности в своих силах.
5. Укрепление, тренировка двигательного аппарата: развитие равновесия, свободы движений, снятие излишнего мышечного напряжения, улучшение ориентировки в пространстве, координации движений. Выработка четких координированных движений во взаимосвязи с речью.

В логоритмические занятия включаются:

1. ходьба и маршировка в различных направлениях;
2. упражнения на развитие дыхания, голоса и артикуляции;
3. упражнения, регулирующие мышечный тонус;
4. упражнения, активизирующие внимание и память;
5. счетные упражнения, формирующие чувство музыкального размера;
6. упражнения, формирующие чувство музыкального темпа и ритма;
7. пение;
8. упражнения в игре на музыкальных инструментах;
9. самостоятельная музыкальная деятельность;
10. игровая деятельность;
11. упражнения для развития творческой инициативы;
12. упражнения, развивающие слуховое и речеслуховое восприятие;
13. речедвигательные упражнения;
14. танец и пантомима.

В результате логоритмических занятий мы видим у детей повышение работоспособности и интереса к занятиям физическими упражнениями через игровую деятельность, совершенствуются основные виды движений, раскрывается творческий потенциал ребенка, развивается эмоциональность, Развивается музыкальный слух и чувство ритма, приобретаются музыкальные знания у детей.

Как показывает практика, что регулярное проведение логоритмических занятий способствует физическому развитию детей, быстрому развитию речи и музыкальности, формирует положительный эмоциональный настрой, учит общению со сверстниками.

Принципы работы реализую в поэтапности, в учете возрастных и личностных особенностей детей, состояния их двигательной сферы. Так же использую принцип последовательности, принцип постепенного усложнения и повторяемости материала.

В последние годы происходят существенные изменения в системе дошкольного образования.В соответствии с ФГОС основная общеобразовательная программа должна “…предусматривать решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственной образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов”.

Тот опыт и материал, который получает воспитатель от музыкального руководителя (т. е. - элементы логоритмики, он использует в совместной деятельности с детьми и при проведении режимных моментов.)Такая комплексная форма работы предупреждает речевые нарушения у детей, способствует развитию их физического здоровья, и их личности в целом.