

*Здоровьесберегающие  
технологии на уроках музыки  
и во внеурочной деятельности с  
детьми ОВЗ*

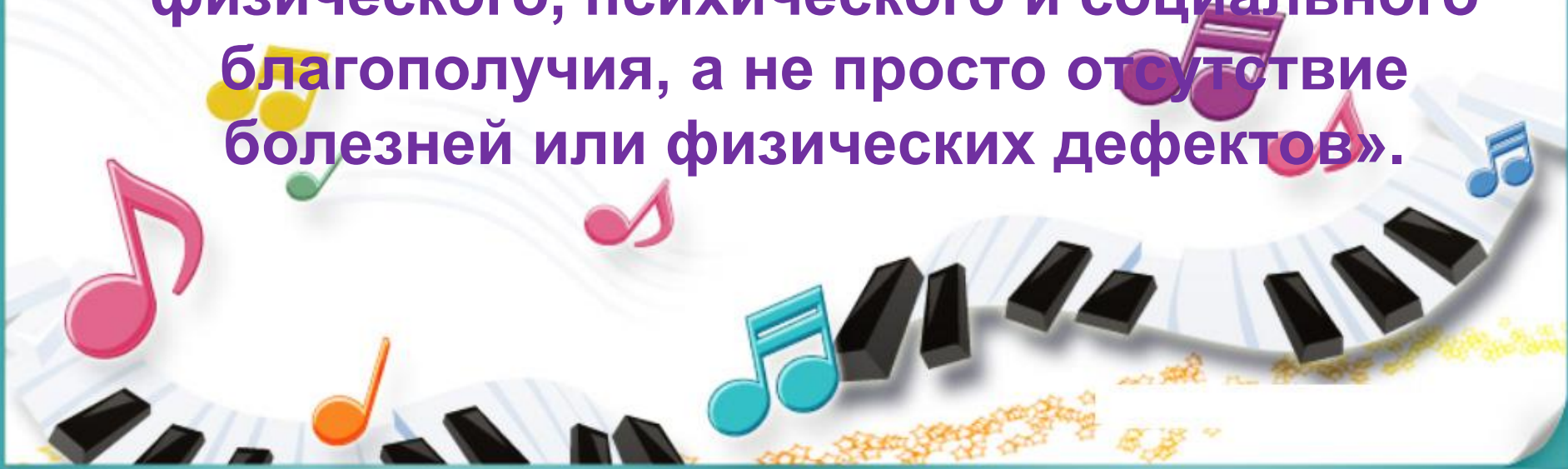
**Учитель музыки МБОУ «СШ №6»**

**Ковтун Елена Александровна**



# З Д О Р О В Ь Е

- **Самое популярное определение, данное Всемирной организацией здравоохранения:**
  - **«Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов».**

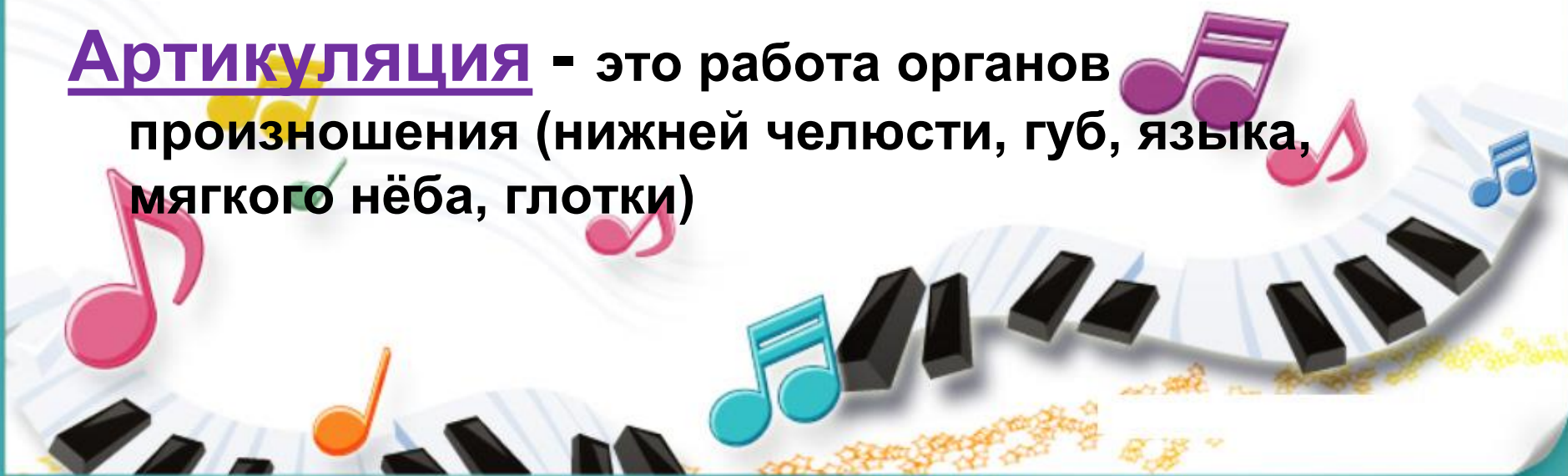


# Развитие дыхания, дикции и артикуляции

**Дыхание** - это совокупность процессов, участвующих в обеспечении организма кислородом и выделении углекислого газа.

**Дикция** - это чёткое правильное произношение слов.

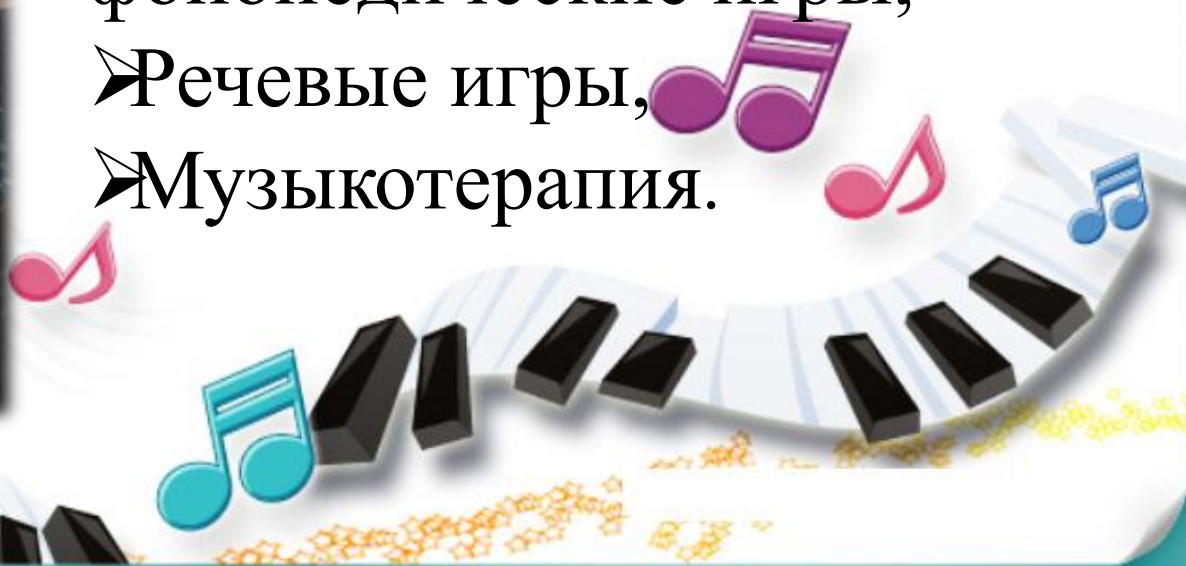
**Артикуляция** - это работа органов произношения (нижней челюсти, губ, языка, мягкого нёба, глотки)



# Оздоровительные моменты на уроке



- Артикуляционная гимнастика,
- Оздоровительные и фонопедические игры,
- Речевые игры,
- Музыкаотерапия.



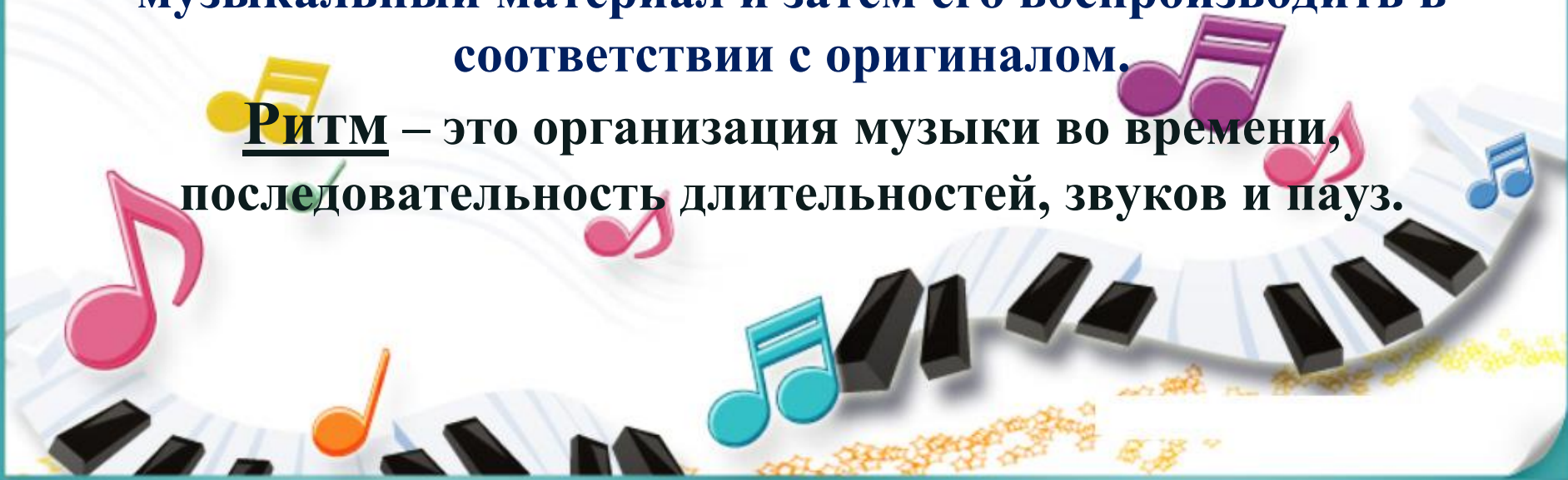


# Развитие музыкального слуха, памяти, чувства ритма и голоса

Музыкальный слух - это совокупность способностей человека, позволяющих ему полноценно воспринимать музыку и адекватно оценивать те или иные её достоинства или недостатки.

Музыкальная память - это способность сохранять музыкальный материал и затем его воспроизводить в соответствии с оригиналом.

Ритм – это организация музыки во времени, последовательность длительностей, звуков и пауз.

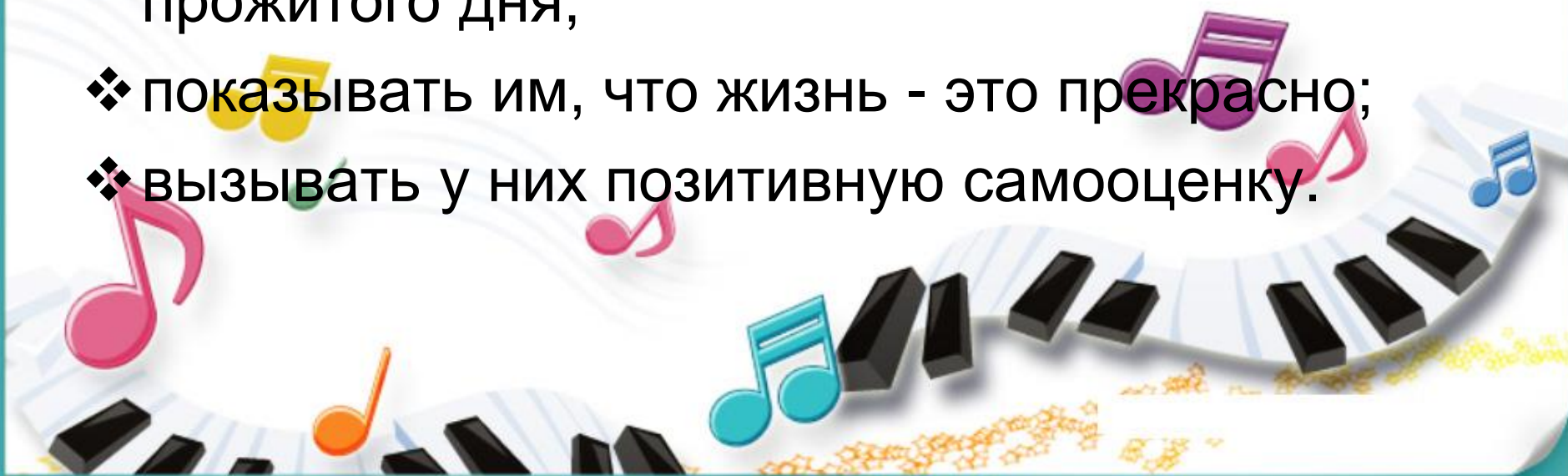


# Проект «Твори добро»



# Здоровьесберегающий урок должен:

- ❖ воспитывать;
- ❖ стимулировать у детей желание жить, быть здоровыми;
- ❖ учить их ощущать радость от каждого прожитого дня;
- ❖ показывать им, что жизнь - это прекрасно;
- ❖ вызывать у них позитивную самооценку.

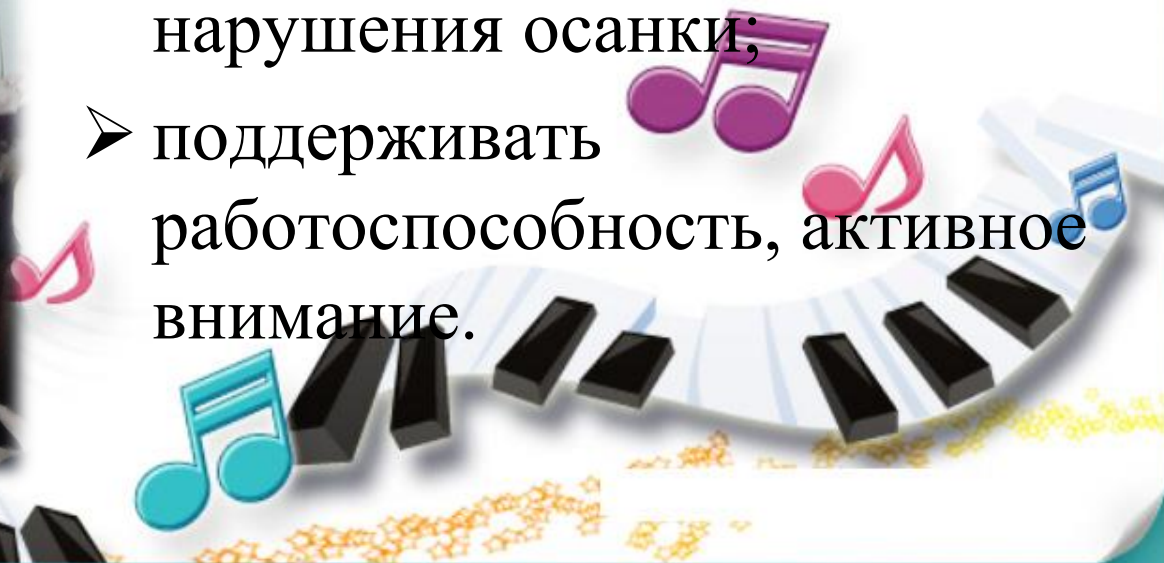




# Физкультурные минутки помогают:



- снимать усталость, напряжения;
- ослаблять утомление на уроке;
- проводить профилактику нарушения осанки;
- поддерживать работоспособность, активное внимание.



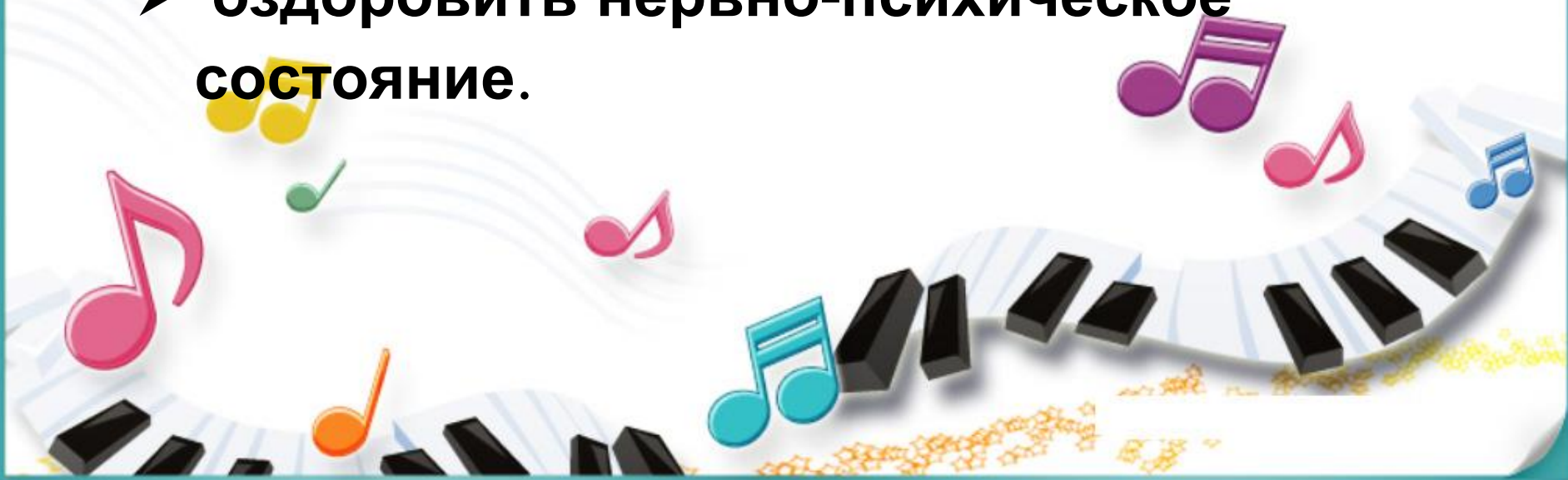


# Релаксация на уроках.

- Помогает снять стресс;
- расслабить мышцы;
- снять усталость;
- восстановить работоспособность.



- **Укрепить дыхательную мускулатуру;**
- **уменьшить заболевания дыхательной системы;**
- **повысить общую сопротивляемость организма, его тонус;**
- **оздоровить нервно-психическое состояние.**



*«Забота о здоровье ребёнка – это не просто комплекс санитарно-гигиенических норм и правил... и не свод требований к режиму, питанию, труду, отдыху. Это прежде всего забота о гармоничной полноте всех физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества».*

*В. А. Сухомлинский*

