*Забота о человеческом здоровье, тем более*

*здоровье ребенка – это, прежде всего,
забота о гармонической полноте всех
физических и духовных сил, и венцом этой
гармонии является радость творчества
В.А. Сухомлинский.*

**Актуальность**

Забота государства об охране здоровья детей дошкольного возраста определена основами законодательства: Федеральный закон «Об образовании» предусматривает создание условий образовательным учреждением, гарантирующих охрану и укрепление здоровья воспитанников. (Ст. 51).

Одна из приоритетных задач ФГОС ДО – «охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия».

Исходя из приоритетов концепции развития дошкольного образования в Красноярском крае на период 2022-2025 гг., одной из главных задач дошкольной образовательной организации является создание условий, гарантирующих сохранение и укрепление здоровья воспитанников.

Я работаю в детском саду музыкальным руководителем в МБДОУ № 165.

За последние несколько лет в нашем образовательном учреждении я наблюдаю тенденцию по увеличению пропусков посещения детского сада воспитанниками по состоянию здоровья. Обратилась за информацией по уровню заболеваемости детей к медицинским работникам нашего детского сада. Оказалось, что врач и медицинская сестра ежегодно проводят статистический анализ заболеваемости детей в дошкольном образовательном учреждении. По моей просьбе анализ заболеваемости детей в учреждении за 2021-2022 учебный год медицинскими работниками МБДОУ №165 был проведен с уточнением по нозологическим группам.

 Были проанализированы следующие документы:

- «табель посещаемости»;

- «лист заболеваемости»;

- «лист здоровья»;

- справки от участковых и врачей другой специализации с подтвержденными диагнозами.

Сделаны следующие выводы: 53% воспитанников перенесли инфекционные заболевания за год; из них болезни ЛОР органов и дыхательной системы составили 46%. 22% детей переносят три и более заболевания различной нозологии в год.

Ознакомившись с результатами диагностического анализа по уровню заболеваемости детей нашего образовательного учреждения, я, как музыкальный руководитель, задумалась над тем, что я могу сделать в рамках своей педагогической деятельности для улучшения ситуации с заболеваемостью дыхательной системы у воспитанников. Изучив представленные в открытом доступе здоровьесберегающие методики и технологии, использующиеся коллегами на музыкальных занятиях, я пришла к выводу, что ни один из представленных методов не ориентирован на укрепление и развитие именно дыхательной системы дошкольников, однако в школьной практике данные здоровьесберегающие методы используются.

Более двадцати лет я работала в общеобразовательной средней школе учителем музыки и педагогом дополнительного образования. В работе со школьниками я использовала здоровьесберегающий фонопедический метод профессора В.В Емельянова, предназначенный для детей старшего возраста, обучающихся в профильных образовательных учреждениях (музыкальные школы, вокальные и хоровые студии, училища искусств, консерватории).

Основой данного метода являются упражнения именно на дыхание, которые укрепляют дыхательную мускулатуру, развивают подвижность грудной клетки, способствуют углублению дыхания и устойчивости ритма дыхания и таким образом активизируют защитные свойства организма и развивают устойчивость к заболеваниям дыхательных путей и ЛОР органов.

Так возникла идея проекта. Я предположила, что использование здоровьесберегающего фонопедического метода В.В. Емельянова на музыкальных занятиях с детьми дошкольного возраста может способствовать повышению адаптивных возможностей детского организма, укреплению и развитию дыхательной системы. Как следствие, уровень заболеваемости верхних дыхательных путей и ОРЗ у детей дошкольного возраста может определенно снизится.

**Цель проекта:** повысить адаптивные возможности организма к заболеваниям дыхательных путей и ЛОР органов детей дошкольного возраста посредством использования фонопедического метода В.В. Емельянова на музыкальных занятиях.

 **Задачи:**

1. изучить весь комплекс здоровьесберегающих упражнений фонопедического метода профессора В.В. Емельянова;
2. адаптировать больший комплекс дыхательных и голосовых упражнений фонопедического метода к использованию на музыкальных занятиях с дошкольниками;
3. разработать некоторые собственные тематические дыхательные упражнения на основе фонопедического метода, логично включающиеся в образовательную программу нашего ДОУ;
4. подобрать и придумать музыкальный материал для озвучивания и сопровождений дыхательных упражнений.
5. создать картотеку упражнений, которые могут использовать педагоги дошкольных образовательных учреждений;
6. оформить наглядно-дидактический материал, соответствующий тематике дыхательных упражнений и игровым приемам;
7. создать музыкальную предметно-развивающую среду с учетом использования здоровьесберегающего фонопедического метода на музыкальных занятиях;
8. содействовать просвещению родителей и педагогов в области применения здоровьесберегающего фонопедического метода В.В. Емельянова на музыкальных занятиях.

**Описание деятельности.**

Фонопедический метод развития голоса В.В. Емельянова – это многоуровневая обучающая программа установления координации и эффективной тренировки голосового аппарата человека для решения певческих задач.

Метод назван фонопедическим из-за своей восстановительно-профилактической и развивающей направленности. Упражнения, представленные в данном методе, являются уникальными, потому что их могут выполнять все люди, всех возрастов, направлены на развитие, охрану и восстановление голоса и дыхательной системы человека. Фонопедический метод способствует улучшению психо-эмоционального фона человека, развитие и гармонизацию личности. Важной особенностью метода является развитие у воспитанника способности к самоанализу и самоконтролю. Развивающие голосовые игры предусматривают создание ситуаций, в которых дети непринужденно восстанавливают естественные проявления голосовой функции.

**ПЛАН РАБОТЫ ПО ПРОЕКТУ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Этап | Деятельность  | Участники  | Срок реализации |
| подготовительный | Изучение комплекса фонопедических упражнений здоровьезберегающего метода В.В. Емельянова Систематизация дыхательных и голосовых упражнений фонопедического метода В.В. Емельянова.Адаптация большего комплекса дыхательных и голосовых упражнений фонопедического метода к использованию на музыкальных занятиях с дошкольниками.Подбор и сочинение музыкального материала для озвучивания и сопровождений дыхательных упражнений. Разработка календарно-тематического плана работы и рабочей программы.Оформление наглядно-дидактического материала, соответствующего тематике дыхательных упражнений и игровым приемам. Беседа с воспитателями и родителями и изготовление рекомендаций для всех участников образовательной деятельности. | Медицинский работник, музыкальный руководитель, старший воспитатель, педагог-психолог, воспитатели. | Сентябрь 2022 г. |
| основной | Внедрение адаптированных дыхательных и голосовых упражнений на основе здоровьесберегающего фонопедического метода В.В. Емельянова на музыкальных занятиях согласно календарно-тематическому планированию и в соответствии с Рабочей программой музыкального руководителя.Совместные мероприятия с родителями.  | Дети, воспитатели, музыкальный руководитель, родители. | Октябрь 2022г. – май 2023 г. |
| аналитический | Аналитические данные сравнительного анализа МБДОУ №165 за 2021-2023гг. по уровню заболеваний верхних дыхательных путей и ОРЗ у детей дошкольного возраста. | Медицинские работники, педагог-психолог, музыкальный руководитель, воспитатели. | Май 2023г.  |

1. **Подготовительный этап (сентябрь 2022г.)**

При углубленном изучении метода профессора Емельянова, я пришла к выводу, что большинство дыхательных и голосовых упражнений представлены в виде тренингов, с обязательными элементами заучивания. В основе своей они предназначены для приобретения осознанных умений и навыков развития, координации и укрепления дыхательной и голосовой систем. Лишь некоторые элементы упражнений представлены в игровой форме. Именно поэтому коллеги используют малую часть дыхательных упражнений фонопедического метода, причем не в системной, а в ситуативной форме.

В тоже время, ведущим видом деятельности детей дошкольного возраста является игра. Поэтому, определяя для себя здоровьесберегающий фонопедический метод профессора В.В. Емельянова как основы использования на музыкальных занятиях, я пришла к выводу, что представленный цикл дыхательных и голосовых упражнений необходимо систематизировать и адаптировать к использованию в образовательном процессе с детьми дошкольного возраста.

В подготовительном этапе реализации образовательного проекта я первоначально систематизировала все дыхательные и голосовые упражнения В.В. Емельянова. Выделила те, которые можно использовать в работе с дошкольниками без изменений, так как они уже представлены в игровой форме. Таких упражнений было небольшое количество. Определила для себя те, которые можно адаптировать для использования в образовательной деятельности с дошкольниками. Выделила те упражнения, которые по своему техническому исполнению, направлены на детей школьного возраста и не могут быть использованы в дошкольном образовательном учреждении. Немалое количество времени заняла адаптация большего комплекса дыхательных и голосовых упражнений фонопедического метода к использованию на музыкальных занятиях с дошкольниками. Я оставляла техническую основу упражнений, при этом дорабатывала их до возможности использования в доступной, интересной и понятной детям игровой форме. Я придумывала игровые ситуации, в которых логичным образом может использоваться то или иное дыхательное и голосовое упражнение; рифмованные песенки–попевки, связанные с тематикой или техническими возможностями исполнения упражнений.

Наше дошкольное образовательное учреждение реализует образовательную программу, основанную на событийном принципе организации жизнедеятельности детей в разновозрастных группах. Поэтому подбор адаптацию музыкального материала я осуществляла и в связи с событиями Образовательной программы. Так как я смогла связать с событиями программы лишь небольшое количество развивающих дыхательных и голосовых упражнений фонопедического метода, мне пришлось разработать некоторые собственные тематические дыхательные упражнения, логично включающиеся в образовательную программу нашего ДОУ.

Все упражнения метода В.В. Емельянова не предполагают музыкального сопровождения, за исключением упражнений на интонирование по полутонам, которые используются в специализированных музыкальных образовательных учреждениях и по технике исполнения не подходят для работы с дошкольниками. Поэтому я подобрала, а в большинстве случаев придумала музыкальный материал для озвучивания и сопровождений дыхательных упражнений. Разработала календарно-тематический план работы и рабочую программу. Создала картотеку упражнений, которые может использовать любой музыкальный руководитель, желающий освоить этот метод. Оформила наглядно-дидактический материал, соответствующий тематике дыхательных упражнений и игровым приемам. Подобрала материал по работе с родителями и педагогами.

1. **Основной этап. Реализация проекта (октябрь 2022г. – май 2023г.).**

**Внедрение адаптированных дыхательных и голосовых упражнений на основе здоровьесберегающего фонопедического метода В.В. Емельянова на музыкальных занятиях согласно календарно-тематическому планированию.**

Систематизируя систему музыкально-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста на основе дыхательных и голосовых упражнений, я обратилась за консультацией к узким специалистам нашего учреждения – педагогу - психологу и учителям- логопедам для определения более эффективных методов и приемов применения фонопедического метода. Я считаю, что консультации специалистов для внедрения здоровьесберегающего метода для меня необходимы, так как, помимо пяти разновозрастных групп в нашем саду есть две группы комбинированного вида и одна группа компенсирующая (дети с тяжелыми нарушениями речи). Работая с детьми с ОВЗ, нужно учесть особенности каждого ребенка. Исходя из советов специалистов и своего педагогического опыта, я определила и внедрила свою педагогическую деятельность следующие здоровьесберегающие приемы:

*Артикуляционная гимнастика* по системе В.А. Емельянова.

Я определяю данный вид деятельности как выработку качественных, полноценных движений органов артикуляции, подготовку к правильному произнесению слов. На занятиях я часто наблюдала, что некоторые дети неправильно пропевают отдельные звуки. Я обратилась за консультацией к учителям-логопедам нашего детского сада. Как оказалось, это говорит о неполном развитии мышц речевого аппарата. При внедрении артикуляционной гимнастики в систему деятельности на музыкальных занятиях я тесно взаимодействовала со специалистами нашего дошкольного образовательного учреждения.

Как оказалось, в работе коллег неотъемлемой частью коррекционной деятельности также являются данные упражнения, так как для правильного звукообразования большое значение имеет четкая работа голосового аппарата (нижней челюсти, губ, мягкого неба с маленьким язычком). Кроме того, артикуляционные гимнастики способствуют тренировке мышц речевого аппарата, ориентировке в пространстве.

На музыкальных занятиях я внедряю артикуляционную гимнастику как эффективное средство развития для развития певческих навыков детей.

Артикуляционная гимнастика не занимает много времени, но эффективно активизирует речевой аппарат, помогает устранить напряженность и скованность артикуляционных мышц, разогреть мышцы языка, губ, щек, челюсти, развить мимику, артикуляционную моторику, а также выразительную дикцию.

Систематезированные и адаптированные мною артикуляционные гимнастические упражнения включают в себя:

- работа с языком (покусать кончик языка, пожевать язык попеременно левыми и правыми боковыми зубами, пощелкать язычком в разной позиции, вытянуть язык, свернуть в трубочку и т.д.);

- с губами (покусать зубами нижнюю и верхнюю губу, оттопырить нижнюю губу, придав лицу обиженное выражение, поднять верхнюю губу, открыв верхние зубы, придав лицу выражение улыбки), массаж лица от корней волос до шеи собственными пальцами.

Артикуляционные упражнения бывают беззвучными и с участием голоса. На музыкальных занятиях эти упражнения  я осуществляю под счет, с хлопками, под музыку, а также в сочетании с дыхательно-голосовыми упражнениями. При отборе упражнений для артикуляционной гимнастики я четко соблюдаю определенную последовательность от простых упражнений к более сложным.

Естественно, все упражнения на артикуляцию детям доступны и интересны, так как я их провожу исключительно в игровой форме. В процессе выполнения артикуляционных упражнений я наблюдаю за точностью выполняемых ребенком движений, темпом выполнения, симметричностью по отношению к правой и левой стороне лица. Исходя моего опыта, игровая форма выполнения артикуляционных упражнений детьми, сопровождающаяся веселыми стихами-потешками, сказочным сюжетом, легкой фоновой музыкой создает положительное эмоциональное настроение у детей. Со временем мои воспитанники сами начали мне предлагать сказочные сюжеты и новые элементы выполнения артикуляционных упражнений. Иногда ребята просят воспитателей помочь им придумать новые сказочные сюжеты, и на музыкальные занятия приходят уже с заготовленным материалом. Воплощение этих идей в совместную деятельность очень важно для ребят. Таким образом они проявляют свою инициативу и самостоятельность на музыкальных занятиях поэтому я всегда с вниманием отношусь к проявлению детской инициативы и мы совместно осуществляем их задумки. Воплощение детских идей в музыкальную деятельность всегда вызывает у ребят веселье, смех и радость.

Так, «путешествуя» вместе с язычком, дети знакомятся со всеми частями речевого аппарата: языком, зубами, губами, небом. Сами того не замечая, дошкольники решают в игре сложные задачи по развитию дикции и артикуляции. Важно и то, что именно этот вид упражнений может использоваться детьми в самостоятельной музыкальной деятельности вне занятий.

*Речевые игры.*

Данный вид музыкальной деятельности позволяет овладеть всеми выразительными средствами музыки. Музыкальный слух развивается в тесной связи со слухом речевым. В речевых играх текст поется или ритмично декламируется хором, соло или дуэтом. К звучанию добавляются музыкальные инструменты, жесты, движения.

 Речевые игры влияют на развитие эмоциональной выразительности речи, двигательной активности. Кроме того, формирование речи у человека идет при участии жестов, которые могут сопровождать, украшать и даже заменять слова.

Пластические упражнения дают возможность развивать у детей пантомимические и театральные способности при речевом музицировании. Использование речевых игр на музыкальных занятиях эффективно влияет на развитие эмоциональной выразительности речи детей и их двигательной активности.

*Дыхательная гимнастика*.

Суть систематизированной и адаптированной методике по восстановлению и развитию дыхательной функции – в осознанном управлении всеми фазами акта дыхания через тренировку дыхательных мышц и регулировку работы дыхательного центра. Упражнения на развитие дыхания играют важную роль в системе оздоровления дошкольников. Обращаю отдельное внимание на часто болеющих, имеющих различные речевые нарушения детей. Ведь ослабленное дыхание не дает ребенку полностью проговаривать фразы, правильно строить предложения, даже петь песни – приходится чаще вдыхать воздух.

Дыхательные и голосовые упражнения я использую в свое профессиональной деятельности для укрепления хрупких голосовых связок детей, профилактики заболевания верхних дыхательных путей. Здоровьесберегающий фонопедический метод развития дыхательных функций В.В. Емельянова, который я взяла за основу на музыкальных занятиях, способствуют развитию носового, диафрагмального, брюшного дыхания, стимулированию гортанно-глоточного аппарата и деятельности головного мозга. В работе я использую оздоровительные упражнения для горла, интонационно-фонетические (корректируют произношение звуков и активизируют фонационный выдох) и голосовые сигналы доречевой коммуникации, игры со звуком.

Особенностью работы над дыханием является постепенное и индивидуальное увеличение нагрузки. В качестве речевого материала на музыкальных занятиях использую сначала отдельные гласные звуки, затем слоги, слова и фразы. По мере выполнения упражнений по развитию речевого дыхания продолжительность речевого выдоха возрастает. Дыхательные и голосовые упражнения положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении, в том числе и легочной ткани:

-способствует восстановлению центральной нервной системы;

- улучшает дренажную функцию бронхов;

- восстанавливает нарушенное носовое дыхание.

Развивающие голосовые упражнения применяю исключительно в игровых ситуациях. Такая форма образовательной деятельности позволяет дошкольникам непринуждённо восстанавливают естественные проявления голосовых функций; ребята выражают эмоции независимо от какой-либо эстетики и традиции. Я уверена, что именно в игровой форме дети познают возможности своего голоса и учатся им управлять, включать энергетические ресурсы организма (ребёнок может сначала крикнуть, а потом запищать). Таким образом дети осознают, что это разная механика управления голосовым аппаратом (интонирование) и дыхательной системой.

Помимо адаптированных дыхательных и голосовых упражнений на основе системы фонопедического метода на музыкальных занятиях использую несложные упражнения дыхательной гимнастики А.Н. Стрельниковой.

*Валеологические распевки*.

 В практике моей работы песни-распевки имеют здоровьесберегающую направленность. Распевки предупреждают заболевания верхних дыхательных путей, укрепляют хрупкие голосовые связки детей. Валеологические песни-распевки дети быстро усваивают, быстро запоминают и больше проявляют интереса к короткой песенке. Доступные для восприятия и воспроизведения тексты распевок и приятная мелодия поднимают настроение, задают позитивный тон, улучшают эмоциональный климат на занятии, подготавливают голосовой и дыхательный аппараты к активной деятельности. На наших с ребятами встречах использование в начале и окончании занятий валеологических песенок стало определенным ритуалом. Кроме того, легкие валеологические песенки-попевки легко встроить в любую тему, событие музыкального занятия, на общих мероприятиях образовательного учреждения.

Исходя из моего педагогического опыта, использование валеологического распевания на музыкальных занятиях, в группе и дома позволяет в непроизвольной форме, на высоком эмоциональном подъеме формировать у детей основы здорового образа жизни.

1. **Аналитический (май 2023г.).**

**Результаты внедрения адаптированных дыхательных и голосовых упражнений здоровьесберегающего фонопедического метода по системе В.В. Емельянова на музыкальных занятиях.**

Работая системно в течение года по внедрению адаптированного для работы с детьми дошкольного возраста здоровьесберегающего фонопедического метода В.В. Емельянова на музыкальных занятиях, я добилась существенных результатов. По результатам диагностики, я могу сделать следующие выводы:

По аналитическим данным сравнительного анализа медицинских работников ДОУ №165 за 2022-2023гг. наблюдается тенденция к уменьшению количества заболеваний верхних дыхательных путей и ОРЗ у детей дошкольного возраста:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| период | кол-во воспитанников, перенесших заболевания ЛОР-органов  | % детей |
| I полугодие 2023г | 182 человека | 71% |
| II полугодие 2023г | 163 человека | 63% |
| I полугодие 2024г | 146 человек | 57% |
| II полугодие 2024г | данные анализируются |

Данные сравнительного анализа уровня заболевания верхних дыхательных путей и ОРЗ в рамках группы «Веселинки» за аналитический период:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| период | кол-во воспитанников группы «Веселинки», перенесших заболевания ЛОР-органов  | % детей |
| I полугодие 2023г | 19 человек | 70% |
| II полугодие 2023г | 15 человек | 55% |
| I полугодие 2024г | 12 человек | 44% |
| II полугодие 2024г | данные анализируются |

Данные сравнительного анализа уровня заболевания воспитанников МБДОУ №165 по видам заболеваний ЛОР-органов:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| период | виды заболеваний дыхательных путей воспитанников МБДОУ №165 | кол-во воспитанников | % детей |
| I полугодие 2023г | Синусит | 6 | 2% |
| фарингит | 8 | 4% |
| тонзиллит | 11 | 4% |
| ОРВИ | 76 | 30% |
| назофарингит (насморк) | 50 | 19% |
| ларингит | 5 | 3% |
| трахеит | 6 | 2% |
| ларинготрахеит | 4 | 1% |
| бронхит | 10 | 4% |
| вазоматорный ринит | 6 | 2% |
| другие заболевания | 39 | 15% |
| не болели | 36 | 14% |
| II полугодие 2023г | Синусит | 4 | 1% |
| фарингит | 7 | 3% |
| тонзиллит | 9 | 3% |
| ОРВИ | 73 | 28% |
| назофарингит (насморк) | 46 | 18% |
| ларингит | 4 | 1% |
| трахеит | 4 | 1% |
| ларинготрахеит | 3 | 1% |
| бронхит | 8 | 4% |
| вазоматорный ринит | 5 | 2% |
| другие заболевания | 42 | 16% |
| не болели | 52 | 22% |
| I полугодие 2024г | Синусит | 1 | 0,3% |
| фарингит | 4 | 1% |
| тонзиллит | 5 | 2% |
| ОРВИ | 61 | 24% |
| назофарингит (насморк) | 35 | 14% |
| ларингит | 1 | 0,3% |
| трахеит | 2 | 0,7% |
| ларинготрахеит | 2 | 0,7% |
| бронхит | 5 | 2% |
| вазоматорный ринит | 3 | 1% |
| другие заболевания | 54 | 21% |
| не болели | 84 | 33% |
| II полугодие 2024г | данные анализируются |

Опираясь на полученные аналитические данные, я с уверенностью констатирую, что выдвинутая гипотеза подтвердилась. Использование здоровьесберегающего фонопедического метода В.В. Емельянова на музыкальных занятиях с детьми дошкольного возраста способствовует повышению адаптивных возможностей детского организма, укреплению и развитию дыхательной системы. Считаю, что цель проекта достигнута, так как определенно прослеживается тенденция к снижению уровня заболеваемости верхних дыхательных путей и ОРЗ у воспитанников МБДОУ № 165.

**Практическая значимость**

Использование адаптированного фонопедического метода В.В. Емельянова помогает музыкальному руководителю разнообразить деятельность детей на занятиях, создает условия для укрепления здоровья воспитанников.

Систематезированный и адаптированный комплекс дыхательных и голосовых упражнений на основе фонопедического метода я рекомендую для использования в дошкольном образовательном учреждении педагогами-специалистами на занятиях, воспитателями в режимных моментах жизнедеятельности детей в группе, а так же в домашних условиях совместно с родителями.

Педагоги могут практиковать как представленные мною дыхательные упражнения на основе фонопедического метода, так и внедрять свои собственные, наполняя необходимым содержанием из разных областей развития ребенка.

**Педагогическая ценность**

1. Использование здоровьесберегающего фонопедического метода соответствует ФГОС ДО, так как реализуется в игровой деятельности.
2. Обеспечивает интегрированный подход к решению образовательных задач по всем направлениям развития детей:

**Социально-коммуникативное развитие.**

Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и развитие голоса. Дети, которые владеют навыками правильного речевого дыхания, легче осваивают интонационные особенности речи, что способствует лучшему пониманию и восприятию окружающих.

Дыхательная система ребёнка-дошкольника еще не достигла полного развития. Дыхание у детей поверхностное, учащённое. При этом ослаблен вдох и укорочен выдох, и, как правило, имеются затруднения в произнесении длинных фраз. В результате неэкономного и неравномерного распределения выдыхаемого воздуха ребенок выдыхает весь запас воздуха на первом слоге и затем договаривает фразу или слово шепотом. Нередко из-за этого происходит, так называемое, “заглатывание” конца слова или фразы.

На этапе дошкольного детства развитие речевого дыхания особенно актуально, поскольку в этот период происходит активное становление речи, формируются основные навыки, необходимые для дальнейшего обучения и социализации ребенка. Систематезированные и адаптированные для детей дошкольного возраста дыхательные и голосовые упражнения фонопедического метода В.В. Емельянова способствуют развитию дыхательной системы, что положительно влияет на развитие коммуникативных навыков дошкольников.

**Речевое развитие**. Речевое дыхание - это сложный акт, осуществляемый согласованной работой дыхательного, голосового и артикуляционного аппаратов.

Развитие речевого дыхания влияет на то, как будет говорить ребенок и правильность его звукопроизношения. При речи, контролируемое дыхание помогает говорящему выдержать интонацию, изменять громкость и скорость речи, а также поддерживать резонанс голоса. Кроме того, речевое дыхание помогает поддерживать связь слов в предложении, а также контролировать время для перехода от одного слова к другому. Систематическое использование дыхательных упражнений фонопедического метода позволяет создавать условия для нормального звукообразования, поддержания нормальной громкости речи, чёткого соблюдения пауз, сохранения плавности речи и интонационной выразительности детей дошкольного возраста.

**Художественно-эстетическое развитие**.

Дыхательные упражнения играют важную роль в музыкальном развитии детей, помогая выработать правильное певческое дыхание.

Овладеть навыком певческого дыхания детям помогают упражнения здоровьесберегающего фонопедическикого метода, которые делятся на дыхательные упражнения без звука, звуковые дыхательные упражнения, упражнения под музыку. Музыкальный образ песни, благодаря словесному тексту, становится понятным и близким детям.

Однако в сегодняшней практике музыкального воспитания педагоги не занимаются постановкой детских певческих голосов в собственном смысле этого слова. Занятия с детьми по пению в большинстве случаев сводятся к разучиванию песен и работе над чистотой интонирования мелодии голосом. Этому много причин, в том числе отсутствие специальной мелодии постановки певческого голоса дошкольника. Она, к сожалению, не создана до сих пор, что наносит серьезный ущерб не только певческому и общем музыкальному развитию детей, но и их здоровью.

Расход воздуха при пении больше, чем при обычном физиологическом дыхании. Ритм дыхания значительно отличается от обычного спокойного дыхания. Если в последнем вдох по времени почти равен выдоху, то в пении вдох быстрее, а выдох значительно длиннее, т.е. он должен соответствовать длительности певческой фразы.

**Познавательное развитие**.

Работоспособность головного мозга, его здоровье и долголетие во многом определяются культурой дыхания. Головной мозг является самым чувствительным к недостатку кислорода органом нашего тела. Даже при небольшой гипоксии мысль становится менее ясной, решения принимаются с большим запозданием, увеличивается число ошибочных действий, слабеет память, снижается критическая оценка действительности, хотя субъективное состояние и самочувствие кажутся хорошими.

Только правильное дыхание обеспечивает человеку физическое и психическое здоровье. По этой причине академик В.П. Петленко, подчеркивая значение дыхания, приводит древнее изречение: «Ум - властелин чувств, а дыхание - властелин ума», а дыхательные упражнения, соответственно - гимнастика для мозга.

Естественно, что при нехватке кислорода в мозге снижаются и когнитивные способности. Игры и упражнения на развитие дыхания так же активируют внимание, воспитывают быстроту и точность реакции, развивают все виды памяти: слуховую, зрительную, двигательную.

Дыхательные упражнения здоровьесберегающего фонопедического метода активизируют работу мозга, заметно стабилизируют и тренируют способность осознанного контроля психоэмоционального состояния

**Физическое развитие**.

Дыхательные упражнения в принципе являются важной составляющей физической культуры и играют существенную роль в улучшении общего физического и психического благополучия. Дыхание, как один из физиологических процессов, можно назвать физическим упражнением. В широком смысле все физические упражнения прямо связаны с функцией дыхания, так как каждое движение человека сопровождается вдохом и выдохом, поэтому любые виды физической культуры можно считать дыхательной гимнастикой.

Поэтому в программу физического воспитания в нашем ДОУ обязательно входят упражнения дыхательной гимнастики.

Дыхательные и голосовые упражнения фонопедического метода профессора В.В. Емельянова можно использовать в течение всего дня, а именно: в организации физкультурных занятий, в проведении утренней гимнастики, в подвижных играх на прогулке, в беседах, в проведении физкультминуток, в различных форм активного отдыха, самомассажа, пальчиковой гимнастики, в выполнении звуковых дыхательных упражнениях на занятии, в элементах точечного массажа, в гимнастике пробуждения. Дыхательную упражнения можно выполнять как в покое, так и при ходьбе.

В результате внедрения фонопедического метода во все сферы развития у детей дошкольного возраста формируются умения и навыки правильного физиологического и речевого дыхания, совершенствуется речь, способность анализировать и обобщать, делать умозаключения.

**Взаимодействие и просветительская работа с родителями.**

  Я уверена, что ни одна, даже самая совершенная музыкально-оздоровительная программа не сможет дать полноценных результатов, если она не решается совместно с семьей.

После обработки анкет с добавленными вопросами об оздоровлении детей я выявила определённые тенденции и их желание и стремление к сотрудничеству, их знания о музыкальном развитии детей, и почти стопроцентное отсутствие знаний о ведении музыкально-оздоровительной работы в ДОУ.  На основании этих данных внесла некоторые изменения в формы взаимодействия с семьёй.

Самая любимая всеми форма взаимодействия с семьёй – это совместные мероприятия. Систематическое проведение таких мероприятий (четыре раза в год)  приносит много радости и удовлетворения и детям, и взрослым. «Общее сопереживание сближает, создаёт радостную атмосферу, возникают взаимоотношения, основанные на общих интересах» (Костина Э.П.). Участие родителей в совместных мероприятиях делает их не просто сторонними наблюдателями, а непосредственными участниками образовательного процесса на музыкальных занятиях с применением здоровьесберегающего метода. Таким образом, родители начинают понимать применение фонопедического метода на музыкальных занятиях «изнутри» и могут делать выводы об эффективности его использования.

Я всегда открыта для контактов с родителями. В музыкальном зале с 2020 года установлены видеокамеры (проект «Растем вместе»), и каждый родитель имеет возможность наблюдать за образовательной деятельностью своих детей. В мае 2023 года я провела итоговое анкетирование родителей с целью выяснения степени удовлетворенности образовательной деятельностью с использованием фонопедического метода и голосовых упражнений на музыкальных занятиях. Согласно полученным результатам, 98 % родителей групп, оценивают проведение музыкальных занятий на высоком уровне и положительно относятся к внедрению здоровьесберегающего метода в образовательной деятельности.

 На всех установочных родительских собраниях групп я знакомлю родителей с фонопедическим методом, его влиянием на физиологическое здоровье детей, с возможностью его использования в домашних условиях. Провела мастер-классы с родителями по использовании фонопедического метода и дыхательных упражнений. В течение года по запросам родителей провожу индивидуальные консультации по музыкальному развитию детей и использовании здоровьесберегающего метода В.В. Емельянова, дыхательных и голосовых игровых упражнений.

Благодаря активному участию родителей в оздоровительном процессе, у ребенка появляется возможность получить знания не только в образовательной деятельности под контролем специалистов, но и использовать эти комплексы в непринужденной домашней обстановке, получить не только пользу, но и правильно нестандартно и интересно сформировать семейный досуг. Ведь эта технология проста в использовании доступна и полезна для здоровья. Дыхательную гимнастику можно и нужно применять после быстрого или длительного бега, как восстановительный этап после физички нагрузки. Очень эффективно комплекс использовать в системе как общее укрепление иммунной системы. А самое главное то, что когда ребёнок видит, что родители принимают активное участие в сохранении здоровья всей семьи, ценность здорового образа жизни увеличивается.

**Новизна**

В обычной жизни дети чаще всего используют поверхностное дыхание, из-за чего организм не получает необходимое количество кислорода. От этого страдают все системы и органы. Систематизированный и адаптированный мною комплекс дыхательных упражнений и голосовых игр на основе здоровьесберегающего фонопедического метода профессора В.В. Емельянова для детей дошкольного возраста способствует укреплению всей дыхательной системы организма ребенка.

Новизна данного проекта заключается в том, что я систематезировала и адаптировала дыхательные и голосовые упражнения фонопедического здоровьесберегающего метода В.В. Емельянова, предназначенного для детей старшего возраста, обучающихся в профильных образовательных учреждениях, для использования в образовательной деятельности на музыкальных занятиях с детьми дошкольного возраста в игровой форме.

**Формы предъявления результатов:**

1. опыт реализации осуществления образовательной деятельности музыкального руководителя на основе адаптированных и доработанных упражнений фонопедического метода В.В. Емельянова был представлен в ДОУ на итоговом Педагогическом совете и получил высокую оценку коллег в 2023 году;
2. проект по реализации здоровьесберегающего метода на музыкальных занятиях я представила на методическом объединении музыкальных руководителей Свердловского района г. Красноярска в 2024 году.
3. В 2025 году планирую принять участие в городском профессиональном конкурсе «Лучший педагогический проект» 2025г.