**Конспект по музыкальной деятельности.**

**Тема: «**Логопедические распевки и вокалотерапия как здоровьесберегающие технологии для дошкольников..

**Музыкальный руководитель:** Шилова О.Л. МБДОУ №282.

**Цель:** Подготовка голосовых связок к пению.

**Задачи:**

1. Способствовать развитию правильного дыхания во время пения с целью профилактики простудных заболеваний;

2. Закреплять навыки певческого дыхания;

3. Продолжать развивать подвижность артикуляционного аппарата;

4. Совершенствовать певческие умения и навыки:

• правильное звуковедение (протяжное, отрывистое);

• чистое интонирование мелодии;

5. Воспитывать бережное отношение к голосу.

**Оздоровительные задачи**:

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.

- Создание условий, обеспечивающих эмоциональное благополучие каждого ребенка.

-Повышение адаптивных возможностей детского организма (активизация защитных свойств, устойчивость к заболеваниям).

**Ход занятия:**

 Логопедические распевки – это короткие стишки-чистоговорки для пропевания, которые применяются для коррекции звукопроизношения, темпа речи, развития речевого дыхания, слоговой структуры слова и т.д.

 Систематическое использование маленьких песенок-распевок помогает выровнять звучание голоса, добиться естественного легкого пения.

 Все логопедические упражнения направлены на выработку четкой речи у детей.

**Логопедическиераспевки** используютсякак упражнения, подготавливающие певческий аппарат детей к пению песен. Тексты распевок вызывают у детей интерес, создают радостное настроение, помогают легче преодолеть речевые нарушения.  При этом важно соблюдать определенную последовательность, идти от простых распевок к более сложным. Регулярное использование распевок улучшает качество речи детей и, соответственно, качество пения.

    Мониторинг, проводимый в конце учебного года, позволяет наблюдать положительную динамику речевого развития детей. Дети лучше говорят, с удовольствием читают стихи, исполняют роли в детских праздниках.

Логопедические распевки являются частью вокалотерапии (лечение голосом)

Музыкотерапевт Шушарджан со своими коллегами провели эксперименты по поводу того, как вокалотерапия влияет на жизненно важные органы человека. Лечебный проект удался. Результат был потрясающим – волны звуковой вибрации положительно воздействовали на состояние органов и существенно снимали внутреннее напряжение человека. Именно Шушаржан впервые предложил термин «вокалотерапия», и по этой теме он защитил диссертацию.

 **Основные задачи и цели вокалотерапии** : приучение организма к диафрагмальному типу дыхания; улучшение состояния респираторной и кардиологической систем;вибрационный массаж внутренних органов; обучение психосоматическому контролированию; настрой на позитив и улучшение эмоционального фона. Важно**! Особой чертой вокалотерапии является прививание навыков использования упражнений вокала с целью собственного оздоровления.**

Со времен самых древних цивилизаций человечества людям известна целительная сила отдельных звуков и звукосочетаний, произносимых собственным голосом. Особое значение такой звукотерапевтической практике придавали – и используют до сих пор – в Индии (в частности — т.н. мантры) и в Китае.

Если рассматривать лечебные звуки и звукосочетания с позиций музыкотерапии (т.е. не столько в плане их произнесения, сколько в плане их “пропевания”), то с учетом открытий современной науки рекомендации в этой специфической области вокалотерапии будут следующими:

**ГЛАСНЫЕ ЗВУКИ** (кроме звуков <**Е**> и <**Ё**> ):
<**А**> – снимает любые спазмы, лечит сердце и желчный пузырь;
<**И**> – лечит глаза, уши, тонкий кишечник, стимулирует сердечную деятельность, “прочищает” нос;
<**О**> – оживляет деятельность поджелудочной железы, способствует устранению проблем с сердцем;
<**У**> – улучшает дыхание, стимулирует и гармонизирует работу почек, мочевого пузыря, предстательной железы (у мужчин), матки и яичников (у женщин);
<**Ы**> – лечит уши, улучшает дыхание;
<**Э**> – улучшает работу головного мозга.

**ЗВУКОСОЧЕТАНИЯ:**
<**ОМ**> – снижает кровяное давление;
<**АЙ**>, <**ПА**> – снижают боли в сердце;
<**АП**>, <**АМ**>, <**АТ**>, <**ИТ**>, <**УТ**> – исправляют дефекты речи;
<**УХ**>, <**ОХ**>, <**АХ**> – стимулируют выброс из организма отработанных веществ и негативной энергии.

Примечание. Научно доказана целебная сила произнесения и некоторых отдельных **СОГЛАСНЫХ ЗВУКОВ** (возможно, кому-то для большей пользы удастся даже их пропеть):
<**В**>, <**Н**>, <**М**> – улучшают работу головного мозга;
<**К**>, <**Щ**> – лечат уши;
<**Х**> – освобождает организм от отработанных веществ и негативной энергии, улучшает дыхание;
<**Ч**> – улучшает дыхание;
<**С**> – лечит кишечник, сердце, легкие;
<**М**> – лечит сердечные заболевания;
<**Ш**> – лечит печень.

**Логопедическая распевка «Ишак» (звук «И»)**

Ишак говорил: «Дорогие друзья!

Ириски и ирисы спутать нельзя.

Ириски жуют безо всякой причины,

А ирисы с пользой-в них есть витамины!»

*Рекомендации к исполнению:*

И-и-и-ротик растяни.

И-и-и-хорошо сиди.

И-и-и-песенку тяни.

Губы в улыбке, язык у нижних зубов, воздушная струя свободная.

С позиции вокалотерапии звук «и» лечит глаза, уши, стимулирует сердечную деятельность, «прочищает» нос.

**Логопедическая распевка «Ворона» (Звук «В»)**

Ворона варила варенье из вишни,

И запах чудесный повсюду был слышен.

Весь день воробьи-поварята без лени

Вороне клевать помогали варенье.

*Рекомендации к исполнению*:

*Звук «В*»-голосовые связки работают, горлышко дрожит, верхняя губа слегка приподнята, положение языка- внизу.

*Звук «Р»-*голосовые складки сомкнуты, губы разомкнуты, язык-форма ложечки, кончик языка вибрирует.

С позиции вокалотерапии звук «в» улучшает работу головного мозга.

**Логопедическая распевка «Жук» (Звук «Ж»)**

Жук давно желал жениться,

Без жены жить не годится.

Взял бы жужелицу в дом,

И жужжали бы вдвоем.

*Рекомендации к исполнению:*

*Звук «ж»-*губы округлены, слегка выдвинуты вперед.

Кончик языка широкий, поднят к небу.

Воздушная струя сильная, широкая, теплая.

**Литература по музыкотерапии и вокалотерапии:**

1. Брусиловский Л.С. О музыкотерапии и реадаптации психических больных. - Труды Ленинградского НИИ психоневрологии, т. 49, 1969, - С. 115-123 с.

2. Брусиловский Л. С. Музыкотерапия // Руководство по психотерапии. 3-е изд., доп. и перер. – Ташкент, 1985. - С. 273-304.

3. Диденко Н. Мастерская клавирного слуха. В кн. Музыкальная педагогика в идеях и лицах. - Ростов-на-Дону, 1992, - С.135-153

4. Дьюхерст-Мэддок О. Целительный звук. Техника самосовершенствования с привлечением музыки и голоса: пер. с англ. – М., 1998.

5. Еремина Н.И. Восстановительная  коррекция психологического статуса детей из социально неблагополучных семей методом игровой вокалотерапии. — Диссерт. на соиск. уч. ст. к. психол. н — М., РНЦ ВМ и К, 2009, - С.133

6. Лисицын Ю. П., Жиляева Е. П. Музыка, пение и танец на службе здоровья // Лисицын Ю. П., Жиляева Е. П. Союз медицины и искусства. М., 1985. -С. 27-45.

7. Морозов В.П. Об экспериментально-теоретических исследованиях голоса певца и их значении для вокальной педагогики. В сб. статей: Вопросы вокальной педагогики. Вып. 6, —Л., «Музыка», 1982, - С.141 —180

8. Разумов А.Н., Шушарджан С.В. Методы музыкальной терапии (пособие для врачей). – М., изд. РНЦВМ и К МЗ РФ, 2002. – С.  29.

9. Филаретова Т.Н. "Психофизический вокалотренинг", - Воронеж, 2017,- С.14

10.Шушарджан С.В. Здоровье по нотам. - М., Иэд-во АО "Перспектива", 1994. - С. 190.

11.Шушарджан С.В. Физиологические особенности воздействия вокалотерапии на организм человека. — Диссерт. на соиск. уч. ст. к. м. н„ — М., РУДН, 1994, - С.146

12.Шушарджан С.В. Опыт применения вокалотерапии в клинике внутренних болезней. - СПб, «Медиц. технологии», 1995, - С.62

13.Шушарджан С.В. Вокалотерапия как метод акустической биорезонансной коррекции функциональных систем организма человека. Общая характеристика феномена фонационной вибрации. - М., Тезисы докл. 2 Межд. конференции «Теорет. и клинические аспекты биорезонансной и мультирезонансной терапии». 1996, - С.24-30

14.Шушарджан С.В., Шушарджан Р.С. Методология и принципы вокалотерапии. Тезисы докл. 1 Межд. конгр. по интегративной медицине «Синтез медицины Восток-Запад и современных технологий - путь в XXI век». - Кипр, 1997, - С.164-165.

**Литература по логопедическим распевкам:**

1.Т.С. Овчинникова.Логопедические распевки.

Издательство Санкт-Петербург, 2009.

2.Н.В. Нищева, Л.Б. Гавришева «Новые логопедические распевки, музыкальная пальчиковая гимнастика, подвижгые игры, СД.(ФГОС).

3.М.Ю. Гоголева. Логоритмика в детском саду.

4. Н.В.Нищева, Л.Б. Гавришева. «Вышел дождик на прогулку».(ФГОС).