

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Центр развития ребенка – детский сад»**

**Методические рекомендации  
по использованию музыки как средства  
воздействия на эмоциональное состояние  
детей среднего дошкольного возраста  
в режимных моментах**

Красноуфимск  
2024

Составитель: Терентьева Т. Н., воспитатель

Методические рекомендации по использованию музыки как средства воздействия на эмоциональное состояние детей среднего дошкольного возраста в режимных моментах / Т. Н. Терентьева, Красноуфимск. – 24 с.

Содержание сборника включает в себя перечень режимных моментов, в которых может быть использована музыка, требования по отбору музыкального репертуара, перечень музыкальных произведений в соответствии с целью, задачами и содержанием режимных моментов.

Сборник может быть использован студентами, воспитателями, родителями с целью организации режимных моментов с детьми дошкольного возраста.

## СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	4
РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ УТРЕННЕГО ПРИЕМА.....	6
РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ.....	7
РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ (ЗАВТРАК, ОБЕД, ПОЛДНИК, УЖИН).....	8
РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ПРОГУЛКИ.....	10
РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ СНА.....	12
РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОДЪЕМУ ПОСЛЕ СНА.....	14
РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ВЕЧЕРНЕЙ ПРОГУЛКИ, УХОД ДЕТЕЙ ДОМОЙ.....	14
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	16
СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	17

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

По мнению известного психолога Б.М. Теплова, музыка – это зеркало души человеческой, эмоциональное познание, модель человеческих эмоций. Можно сказать, что в дошкольном возрасте ребенок – сама эмоция, и потому значение его встречи с музыкой трудно переоценить. Именно через музыку ребенок приобщается к искусству, от которого, по словам Гете, "расходятся пути по всем направлениям".

Воздействуя на нравственное и эстетическое развитие ребенка, музыка является ценностной основой воспитательной системы в условиях дошкольного образовательного учреждения, а музыкальное сопровождение режимных моментов помогает эффективной работе педагогов.

К сожалению, музыкальная деятельность в детском саду чаще ограничивается традиционными видами организации детей. Хотелось бы, чтобы музыка не заканчивалась на пороге музыкального зала, а звучала на протяжении всего дня, обогащая эмоциональную сферу ребенка новыми впечатлениями. Изучая работы С. Фадеевой, С. Богдановой, И. Стародубцевой, мы пришли к выводу, что именно фоновая музыка может стать сопутствующим элементом всей жизни ребенка в детском саду и дома.

Важнейшей задачей музыкального развития ребёнка дошкольного возраста является познание окружающего мира, внутреннего пространства человека и взаимоотношений людей с помощью музыки. Сама музыка становится одним из средств общения дошкольника с социумом стать сопутствующим элементом всей жизни ребенка в детском саду и дома.

Музыкальные произведения, отбираемые для работы с детьми, должны отвечать важнейшим требованиям художественности и доступности. Художественность предполагает отбор разнообразных музыкальных произведений – образцов музыкальной классики и современности.

Доступность произведений для детского слушания трактуется следующим образом: произведения должны быть понятны детям

### **Требования к отбору музыкального репертуара:**

- учет детских музыкальных интересов, предполагающий, что каждый ребёнок вне зависимости от возраста, уже обладает индивидуальным музыкальным опытом;
- учёт природы ребёнка, который предполагает, что музыкальный репертуар, предлагаемый детям, позволит им выразить результаты собственного восприятия в рисунке, слове, в игре;
- учёт эмоционального опыта ребёнка, если педагог знает, чем живёт ребёнок, что его волнует и радует, музыка может стать источником обогащения эмоционального и жизненного опыта дошкольника.
- учёт индивидуальных особенностей восприятия музыки ребёнком, ведь есть дети, для которых в музыке главное – зрительный ряд; есть дети-музыковеды, которых интересует и биография композитора, и история произведения; есть дети, которые воспринимают музыку только эмоционально;

-принцип разнообразия задач, решаемых в процессе восприятия музыки.

Поскольку процесс восприятия музыки организуется для решения разных задач, то и палитра музыкальных произведений, которые может слушать дошкольник, становится практически безгранична.

Напомним, что в дошкольном возрасте процесс развития ребёнка может быть охарактеризован как процесс активного вхождения в социум, в культуру, и на этой основе, - самоидентификации собственного «Я», своих возможностей и способностей.

Иными словами – ведущей линией развития в эти годы становятся процессы социализации и культурации. Ребёнок приобщается к «общественной технике чувств» (Л. С. Выготский), познаёт мир человеческих отношений и способов выражения эмоций.

Огромную роль в обогащении эмоционального опыта ребёнка играет музыка. Ведь музыка – это и есть собственно эмоция, и сам процесс слушания музыки несёт огромный положительный эмоциональный заряд. В связи с этим музыкальный репертуар может быть представлен мажорными произведениями как классической, так и хорошей эстрадной и специально детской музыки.

Музыка может окружать ребёнка почти постоянно, не ограничиваясь рамками специально организованных форм. Предлагаю вниманию примерный список музыкальных произведений, которые могут звучать в ходе организации педагогического процесса в средней группе детского сада.

Предлагаемые методические рекомендации по использованию музыки как средства воздействия на эмоциональное состояние детей среднего возраста дошкольного в режимных моментах составлены согласно ФГОС СПО по специальности 44. 02. 01 «Дошкольное образование».

В данном пособии собраны и систематизированы инструктивно-методические материалы по становлению самостоятельности у детей 4-5 лет в процессе режимных моментов.

Данные методические рекомендации могут оказать существенную помощь студентам колледжа, воспитателям, родителям.

Перечень режимных моментов при организации которых могут быть использованы музыкальные произведения:

- Утренний прием.
- Утренняя гимнастика.
- Организация питания (завтрак, обед, полдник, ужин).
- Организация прогулки.
- Организация сна.
- Подъему после сна
- Уход домой

## РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ УТРЕННЕГО ПРИЕМА

**Цель:** создание положительного эмоционального фона.

**Задачи:**

1. Формирование доброжелательных отношений между детьми,
2. Создание атмосферы поддержки и сотрудничества между детьми и взрослыми,
3. Создание общего положительного эмоционального фона, ощущение психологического комфорта

Приём детей может проходить как на воздухе, так и в помещении. В хорошую погоду прием детей в любое время года желательно проводить на свежем воздухе. Во время утреннего приема необходимо обращать внимание на внешний вид детей. В случае если ребенок стеснителен, застенчив, не в настроении или по каким-либо другим причинам не может самостоятельно выбрать себе занятие, воспитатель должен помочь ему: подключить к играющим детям, помочь в выборе игрушек, поиграть с ребенком или дать ему какое-либо конкретное поручение. Также воспитатель обеспечивает условия для разнообразной и интересной самостоятельной деятельности детей в группе или на участке. Самое главное — это создать хорошее настроение, как ребенку, так и его родителям. Это обеспечивает позитивный настрой на предстоящий день и является залогом взаимопонимания и взаимодействия детского сада и семьи воспитанника. Воспитателем заранее продумывается, организация деятельности детей в период от приема до подготовки к завтраку

Во время приема детей музыка используется для создания эмоционального фона. Она доставляет ребёнку радость, благотворно влияет на его организм. Утром рекомендуется включать солнечную мажорную классическую музыку, добрые песни с хорошим текстом.

### **Рекомендуемый музыкальный репертуар:**

- «Марш» из балета «Щелкунчик»-П.И.Чайковского
- «Вальс цветов» из балета «Щелкунчик»-П.И.Чайковского
- «На прекрасном голубом Дунае»-И.Штраус
- «Сказки венского леса»-И.Штрауса «Вальс-фантазия»-М.И.Глинки
- «Детская полька»-М.И.Глинки «Зима»-А.Вивальди
- «Апрель»--П.И.Чайковский «Весёлый марш»-Г.В.Свиридов
- «Детский сад» - Н. Бордюг «Детский сад» - Н. Мурычёвой
- «А у нас в садике» - А. Филиппенко «В детский сад» - Л. Печникова
- «Песенка друзей» - В. Герчик «Песенка о дружбе» - Ю. Рожавской
- «Весёлая девочка Таня»-А.Филиппенко, «Наша воспитательница»-А.Филиппенко
- «От улыбки» - В. Шаинского «Голубой вагон» - В.Шаинского

- «Настоящий друг» - Б. Савельева «Ничего на свете лучше нету» – Г.Гладкова
- «Шутка» - И.Баха «Утреннее настроение» - Э.Грига
- «Шуточная» - А. Лядова «Утро» - С. Прокофьева
- «Тарантелла» - В. Гаврилина «Марш» - В. Гаврилина
- «Музыкальный ящик»-Г.И.Свиридов «Музыкальная шкатулка»- В.А.Моцарт

## РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ УТРЕННЕЙ ГИМНАСТИКИ

**Цель:** создание положительного эмоционального заряда на целый день.

**Задачи:**

1. Вызвать бодрое настроение, эмоциональный подъем
2. Активизировать деятельность
3. Способствовать укреплению детского организма,
4. Организация утренней гимнастики

Во время проведения зарядки под музыку у детей улучшается осанка, они становятся собранными, четко выполняют все упражнения. Марш, музыка для бега, поскоков, прыжков. Музыкальное сопровождение физических упражнений должно отвечать определенным требованиям: ведущая роль отводится двигательным задачам; характер музыки соответствует характеру движения.

Музыкальное сопровождение подчиняется выполнению этих задач. Наиболее целесообразно проводить под музыку некоторые основные движения (ходьбу, бег, подпрыгивания), строевые и общеразвивающие упражнения с элементами художественной гимнастики. Если физические упражнения выполняются с достаточным напряжением, в индивидуальном ритме (упражнения в равновесии, лазанье, метании в цель, прыжки в высоту, длину и др.), использовать музыку не следует. Каждое движение имеет своеобразный характер, поэтому необходимо найти для него соответствующее музыкальное сопровождение. Например, четкие взмахи флажками требуют бодрой, энергичной музыки; отрывистые поскоки, притопы — легкой, игривой; помахивание лентами — нежной, напевной и т.п.

Вместе с тем один и тот же вид движения может носить разный характер. Например, ходьба в начале физкультурного занятия или утренней гимнастики должна быть бодрой и жизнерадостной, поэтому марш подбирается энергичный, умеренно быстрого темпа. В конце занятия ходьба выполняет другую функцию — снижает физиологическую нагрузку, соответственно и маршевая музыка будет спокойной, умеренной. На физкультурных праздниках ходьба и музыка носят торжественный, приподнятый характер.

Подбирая музыку для физических упражнений, необходимо учитывать возраст детей, поскольку у малышей физиологические возможности

достаточно ограничены (короткий шаг, относительно умеренный темп передвижения и т. д.). Музыкальные произведения для ходьбы, бега, подпрыгиваний должны быть яркими, выразительными, умеренного темпа, с четкой фразировкой, контрастного характера. Воспитатель проводит гимнастику с детьми. При этом воспитатель занимается вместе с детьми и, при необходимости, поправляет, корректирует выполнение упражнений детьми. Выполнение физических упражнений под музыку является эффективной формой создания у детей правильного понимания характера движений, совершенствуется координация движений, улучшается осанка, повышается жизненный тонус – всё это создаёт у ребёнка бодрое, радостное настроение и благоприятно сказывается на состоянии всего организма. При выполнении упражнений с музыкальным сопровождением улучшается лёгочная вентиляция, увеличивается амплитуда дыхательных движений.

#### **Рекомендуемый музыкальный репертуар:**

- «Зарядка» - Е. Тиличеевой «Мы идём с флажками»-Е. Тиличеевой
- «Мишкин марш»-Н.Мурычёвой «Песенка про зарядку»-Г.Гладкова
- «В траве сидел кузнечик»-Гладкова «Утренняя гимнастика»-В.Высоцкого
- «Вместе весело шагать»-В.Шаинского «Пластилиновая ворона»-В.Шаинского
- «Королевский марш льва»-Сен-Санса «Танец маленьких лебедей»-Чайковский
- «Вальс»-В.Гаврилина «Марш»-В.Гаврилина

### **РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИЯ ПИТАНИЯ (ЗАВТРАК, ОБЕД, ПОЛДНИК, УЖИН).**

**Цель:** создание оптимальных условий для укрепления здоровья и обеспечения сбалансированного питания воспитанников.

#### **Задачи:**

- формирование у педагогов знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья  
формировании культурно-гигиенических навыков во время приема пищи детьми;
- формирования трудовых навыков воспитанников и воспитания самостоятельности во время дежурства по столовой.

#### **Особенности организации питания В ДОУ**

- Организуется трех - четырехразовое питание, в соответствии с зимне-весенним и летнее осенним 10-дневным меню.
- Подсчет белков, жиров, углеводов, а также калорийности блюд получаемых детьми, проводится ежемесячно.

- Для детей с аллергодерматозами составляется отдельное меню с учетом их индивидуальных особенностей.
- Контроль за соблюдением натуральных норм продуктов и проведение С-витаминизации готовой пищи осуществляется старшей медсестрой.
- Контроль за правильной организацией питания в ДООУ осуществляется заведующей с привлечением членов родительского комитета.

#### **Принципы рационального и здорового питания:**

- регулярность;
- полноценность;
- соблюдение режима питания;
- строгий контроль за нормами и качеством продуктов питания;
- гигиена питания;
- индивидуальный подход к детям во время приема пищи.

#### **Правила организации питания**

1. Последовательность блюд должна быть постоянной.
2. Перед ребенком можно ставить только одно блюдо.
3. Блюдо не должно быть ни слишком горячим, ни холодным.

#### **Пять правил «не»**

- Не принуждать;
- Не навязывать;
- Не убажывать;
- Не торопить;
- Не отвлекать.

#### **В процессе организации питания решаются задачи гигиены и правил питания:**

- мыть руки перед едой;
- класть пищу в рот небольшими кусочками и хорошо ее пережевывать.
- рот и руки вытирать бумажной салфеткой;
- после окончания еды полоскать рот.

Для того чтобы дети осваивали нормы этикета, стол сервируют всеми необходимыми приборами: тарелкой, ножом, вилкой, столовой и чайной ложками. Чайные чашки всегда подаются на блюде. На середину стола ставят бумажные салфетки, хлеб в хлебнице.

Столовые приборы для каждого ребенка ставятся на красиво оформленные индивидуальные салфетки. В организации питания принимают участие дежурные воспитанники группы. Так какой же должна быть музыка для пищеварения?

Вот несколько рекомендаций по выбору и применению музыки для пищеварения: в ней должны быть звуки природы (шум прибоя, пение птиц, ветер и т. д.) Все это помогает гармонизировать психику человека.

Можно слушать классику, но, тут тоже нужно помнить, что классика бывает разной. Надо выбирать спокойные произведения (без резких увертюры и переходов). Расслабляют человека спокойный характер музыки, умеренно быстрый, медленный темп и соответствующий ритм музыкальных композиций.

Громкость нужно делать правильной. Все должно звучать достаточно тихо, но так, чтобы музыку было слышно. Громкие звуки выводят психику из равновесия!

#### **Рекомендуемый музыкальный репертуар:**

- Альбиони Т. «Адажио»
- Бетховен Л. «Лунная соната»
- Глюк К. «Мелодия»
- Григ Э. «Песня Сольвейг»
- Дебюсси К. «Лунный свет»
- Римский-Корсаков Н. «Море»
- Сен-Санс К. «Лебедь»
- Чайковский П.И. «Осенняя песнь», «Сентиментальный вальс»
- Шопен Ф. «Ноктюрн соль минор»
- Шуберт Ф. «Аве Мария», «Серенада»

### **РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ПРОГУЛКИ**

**Цель:** стимулировать их активность, самостоятельность, создавая хорошее настроение, оживляя накопленные впечатления.

#### **Задачи:**

1. задать определенный жизненный ритм оказать мобилизующее воздействие
2. выраженное в игровой форме
3. снимать повышенную мышечную нагрузку

Прежде чем отправиться на прогулку необходимо навести порядок в группе: собрать игрушки и расставить их по местам, убрать пособия и материалы, которые использовались в непрерывной образовательной деятельности.

Перед одеванием воспитатель напоминает детям правила поведения в раздевальной комнате. В данном режимном моменте воспитатель формирует у детей навыки одевания и культуры поведения при одевании, решает широкий круг образовательных задач: название одежды и ее назначение, название деталей одежды и активизация словаря на тему «Одежда». Воспитатель обращает внимание детей на последовательность одевания, а перед выходом на прогулку на внешний вид детей. Если в процессе одевания у кого-либо проявляются очевидные ошибки, воспитатель устраняет их вместе с другими детьми группы, вызывая при этом у детей желание помочь друг другу и пресекая насмешки со стороны сверстников. Можно использовать так называемый фронтальный метод одевания детей, когда они одновременно надевают сначала рейтузы, затем обувь, кофты, шапки и в последнюю очередь пальто (куртки). Не следует при этом забывать о соблюдении

последовательности и постепенности, а также – индивидуальном подходе к детям.

Формы, методы, приемы. Напоминание, ситуативный разговор, поддержка, положительная оценка, поощрение, помощь, обращение к ребенку с просьбой об оказании помощи сверстнику, образец этически ценного поведения по отношению друг к другу, похвала — одобрение, выражение педагогом своих чувств, связанных с проявлением детьми опрятности, аккуратности, а также доброжелательности, стремления помочь, озвучивание чувств детей, рассказ, проговаривание потешек, стихов, загадок.

Ежедневная продолжительность прогулки детей в ДООУ составляет около 4-4,5 часов.

Прогулку организуют 2 раза в день: в первую половину дня – до обеда и во вторую половину дня - после дневного сна и (или) перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулка не проводится при температуре воздуха ниже - 15°C и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5–7 лет - при температуре воздуха ниже - 20°C и скорости ветра более 15 м/с.

Наиболее подходящим для музыкальных проявлений детей на прогулках является летний период. В это время на участке организуются интересные игры. Дети могут самостоятельно или вместе с воспитателем петь любимые песни, водить хороводы («Мы на луг ходили» А. Филиппенко, «Земелюшка-чернозем», русская народна; песня в обработке Е. Тиличеевой и др.). Многие песни можно интересно инсценировать, например «Пошла млада за водой» — русская народная песня в обработке В. Агафонникова, «На мосточке» А. Филиппенкой др.

На прогулке воспитатель помогает организовать подвижные игры с пением («У медведя во бору», «Теремок» и др.). Играя в такие игры, как «прятки», «салочки», перед началом дети обязательно выбирают водящего. Поэтому с ними хорошо заранее выучить несколько несложных считалочек, например «Конь ретивый», «Цынцы-брынцы, балалайка», «Зайка белый, куда бегал» и др. Дети с удовольствием будут использовать их в своих играх.

Летом на прогулку можно захватить детские музыкальные инструменты, предоставив детям возможность импровизировать, исполняя несложные мелодии. При наличии определенных навыков игры на инструментах объединяться в ансамбль.

Музыкально-дидактические игры во время прогулок также имеют место, но здесь большее предпочтение следует отдавать подвижным играм, таким, как «Узнай по голосу», «Тише-громче в бубен бей» Е. Тиличеевой и др. Интересно можно провести игру на различение тембра музыкальных инструментов («На чем играем?») Е. Тиличеевой).

Воспитатель должен заранее продумать проведение прогулки так, чтобы было интересно всем детям, помнить о том, что активное музицирование детей

на прогулке зависит от того, насколько прочно овладели дети музыкальным репертуаром и могут самостоятельно его исполнить. Успех этой работы во многом зависит от активности воспитателя, от установления тесного контакта в работе воспитателя и музыкального руководителя.

**Прогулка состоит из следующих частей:**

- наблюдение,
- подвижные игры,
- труд на участке,
- самостоятельная игровая деятельность детей,
- индивидуальная работа с детьми по развитию физических качеств,
- самостоятельная двигательная активность.

В процессе прогулки воспитатель способствует организации детьми интересной и разнообразной деятельности. Для этого в наличии должны быть игрушки и вспомогательный инвентарь, правилам обращения с которым воспитатель обучает детей на прогулке или предварительно в группе. Во время прогулки у воспитателя есть возможность понаблюдать за содержанием игр и взаимоотношениями детей и скорректировать их при необходимости. Перед уходом с прогулки дети приводят участок в порядок, собирают выносной материал. Перед входом в детский сад ребята вытирают ноги и приучаются заходить спокойно, не толкаясь, не споря, не мешая друг другу, мальчики пропускают девочек вперед. В раздевалке воспитатель следит за процессом переодевания и прививает детям бережное отношение к вещам и навыки аккуратности

### **Рекомендуемый музыкальный репертуар**

- «Моя лошадка»-А.Гречанинова «Ах вы, сени»-р.н.м.
- «Мальчик гуляет, мальчик зевает»-В. Гаврилин
- «Итальянская полька»-С.Рахманинов «Оранжевый скоморох»-В.Кикта
- «Пойду ль я, выйду ль я...»-р.н.п. «Во саду ли, в огороде...»-р.н.п.
- «Сани с колокольчиками»-В. Агафонникова
- «Песни», «Пляски птиц» из оп. «Снегурочка-Н.Римский-Корсаков
- «Полька трик-трак»-И.Штрауса «Весенний марш» из «Метели»-Г.Свирид.
- «Я шагаю по Москве»-А. Петров

### **РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ СНА**

**Цель:** Снижение уровня тревожности, повышенной возбудимости, психоэмоционального и мышечного напряжения и создания спокойного эмоционального фона.

**Задачи:**

1. Содействовать снятию общего напряжения и мышечных зажимов, накопившихся у ребенка за определенный отрезок времени.
2. Создать условия для изменения отношений ко сну с негативного на позитивный, снизить уровень тревожности, ускорить процесс засыпания за счет создания спокойной, комфортной и расслабляющей обстановки в группе.
3. Воспитывать потребность систематически выполнять расслабляющую гимнастику и упражнения на общую релаксацию.

Спальню перед сном проветривают со снижением температуры воздуха в помещении на 3—5 градусов, при этом дверь из спальни в группу должна быть закрыта. Перед тем, как детям зайти в спальню окна в спальне необходимо закрыть. Лучше, чтобы период подготовки ко сну был спокойным, уравновешенным. Детям не рекомендуется отвлекаться шумными играми, эмоциональными разговорами. При раздевании воспитатель формирует бережное отношение к вещам, аккуратность. Обстановка в спальне должна быть спокойной и расслабляющей.

Нужной настрой, положительное отношение к дневному сну помогут создать нежная спокойная музыка, народные потешки и приговорки. Необходимо проверить: удобно ли дети расположились в своих кроватях, а еще лучше подойти к каждому, поправить одеяло, погладить по голове и пожелать спокойного сна. Так вы покажете ребенку свою любовь и заботу, создадите умиротворенное настроение, способствующее хорошему сну. Во время сна детей педагог должен находиться в спальне и наблюдать за детьми. Для расслабления, снятия эмоционального и физического напряжения, для приятного погружения в дневной сон необходимо воспользоваться благотворным влиянием мелодичной классической и современной релаксирующей музыки, наполненной звуками природы (шелест листьев, голоса птиц, стрекотание насекомых, шум морских волн, журчание ручейка). Дети на подсознательном уровне успокаиваются и расслабляются. Можно включить грамзапись колыбельной, а лучше исполнить (дети любят живое исполнение). Имея стихотворный текст, мелодию можно придумать на ходу), или на фоне неторопливой лирической музыки прочитать выразительно. Для расслабления, снятия эмоционального и физического напряжения, для приятного погружения в дневной сон необходимо воспользоваться благотворным влиянием мелодичной классической и современной релаксирующей музыки, наполненной звуками природы (шелест листьев, голоса птиц, стрекотание насекомых, шум морских волн и крик дельфинов, журчание ручейка). Дети на подсознательном уровне успокаиваются, расслабляются. Необходимо воспользоваться благотворным влиянием мелодичной классической и современной релаксирующей музыки.

### **Рекомендуемый музыкальный репертуар**

- К. Дебюсси. "Облака".
- А.П. Бородин. "Ноктюрн" из струнного квартета.

- К.-В. Глюк. "Мелодия".
- К. Сен-Санс – Карнавал животных - Лебедь
- Ф. Шуберт. "Вечерняя серенада".
- И. Брамс. "Вальс № 3".
- Р. Шуман. "Детские сцены", "Грезы".
- Г.-Ф. Гендель. " Воздух (Сюита "Музыка на воде".

## **РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОДЪЕМУ ПОСЛЕ СНА**

**Цель:** способствовать быстрому и комфортному пробуждению детей после дневного сна, вызвать у детей положительные эмоции; поднять мышечный тонус.

**Задача:** обеспечивать переход из состояния полного покоя к активной деятельности, от сна к бодрствованию.

Подъем проводится постепенно, по мере пробуждения детей, еще в кроватках проводится бодрящая гимнастика, после подъема организуются закаливающие процедуры, проведение которых педагог согласовывает с медсестрой. После сна дети закрепляют навыки самостоятельного одевания, а воспитатель помогает им при необходимости. Продолжается работа по воспитанию аккуратности, самостоятельности. Дети приводят в порядок прически. Девочкам с длинными волосами помогает воспитатель. Особое внимание педагогам следует уделить музыкально – рефлексорному пробуждению детей после дневного сна. Для этого используется тихая, нежная, легкая, радостная музыка. Небольшая композиция должна быть постоянной в течение примерно месяца, чтобы у ребенка выработался рефлекс просыпания. Услышав звучание привычной музыки, малышам будет легче и спокойнее переходить из состояния полного покоя к активной деятельности.

### **Рекомендуемый музыкальный репертуар**

- «Бабушкин вальс»-А.Гречанинов «Материнские ласки»-А.Гречанинов
- «Три чуда. Белка»-Н.Рим.-Корсаков «Полька пиццикато»-И.Штрауса
- «Полёт шмеля»-Н.Рим.-Корсакова «Юмореска»-Р.Щедрина
- «Танец маленьких лебедей»-П.Чайков. «Вальс» из «Маскарада»-А.Хачатуряна

## **РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ВЕЧЕРНЕЙ ПРОГУЛКИ, УХОД ДЕТЕЙ ДОМОЙ**

**Цель:** стимулировать их активность, самостоятельность, создавая хорошее настроение, оживляя накопленные впечатления.

**Задачи:**

1. задать определенный жизненный ритм оказать мобилизующее воздействие
2. выраженное в игровой форме
3. снимать повышенную мышечную нагрузку

Организуется аналогично пунктам «Подготовка к прогулке» и «Прием детей».

На вечерней прогулке, в присутствии ребенка воспитатель может проинформировать родителей о его достижениях в развитии, успехах в группе. Для наглядности было бы неплохо продемонстрировать работы детей. Кроме того воспитатель информирует родителей о проблемах, возникших у ребенка, и способах их решения, дает консультации по интересующим родителей вопросам.

**ВАЖНО!** Порядок именно такой: сначала положительное, потом - проблема. Каким бы ни был ребенок, сколько бы неудобств он вам не доставлял, но положительное найти нужно обязательно и похвалить в присутствии родителей. И только потом о проблемах. Тактично, ненавязчиво, грамотно, но настойчиво. И обязательно индивидуальный подход к каждой семье: кому, как и что можно сказать, а что нельзя. Отдельно стоит обратить внимание на уход ребенка из детского сада. Ребенок должен не забыть о правилах хорошего тона, а именно попрощаться с воспитателем и детьми группы. Воспитателю и родителям необходимо формировать положительное отношение ребенка к детскому саду и настраивать детей на следующие посещения.

Годовое проектирование режимных моментов освобождает воспитателя от необходимости ежедневного планирования тех задач, которые решаются в условиях организации режима дня независимо от сезона или события (воспитание культурно гигиенических навыков, культуры поведения за столом, развития умения одеваться в определенной последовательности, выполнять правила поведения в умывальной комнате и т.п.). Приступая к такому виду проектирования воспитательно-образовательного процесса, воспитателю необходимо проанализировать примерную основную общеобразовательную программу дошкольного образования и выявить задачи, которые можно решать в процессе организации режимных моментов. Они и будут основой проектирования режимных моментов. Формы, методы, приемы их решения и планируемые результаты определяются воспитателем в зависимости от возраста и индивидуальных особенностей детей. Музыка оказывает свое воспитание во время прогулки стимулируя их активность, самостоятельность, вызывая различные эмоциональные переживания, создавая хорошее настроение, накопленные впечатления. Развивать наблюдательность за окружающим миром.

### **Рекомендуемый музыкальный репертуар**

1. «Будьте добры» (А. Санин, А. Флярковский).

2. «Веселые путешественники» (С. Михалков, М. Старокадомский).
3. «Все мы делим пополам» (М. Пляцковский, В. Шаинский).
4. «Где водятся волшебники» (из к/ф «Незнайка с нашего двора», Ю. Энтин, М. Минков).
5. «Если добрый ты» (из м/ф «Приключения кота Леопольда», М. Пляцковский).
6. «Крылатые качели» (из к/ф «Приключения Электроника» Ю. Энтин, Г. Гладков).
7. «Лучики надежды и добра» (ел.и муз. Е. Войтенко).
8. «Настоящий друг» (из м/ф «Тимка и Димка», М. Пляцковский, Б. Савельев).
9. «Песенка Бременских музыкантов» (Ю. Энтин, Г. Гладков).
10. «Песенка о волшебниках» (В. Луговой, Г. Гладков).
11. «Песня смелого моряка» (из м/ф «Голубой щенок», Ю. Энтин, Г. Гладков).

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Влияние музыки на организм очень широко. Она стимулирует интеллектуальную деятельность, поддерживать вдохновение, развивает эстетические качества ребенка. Гармоничная музыка - сосредотачивает внимание дошкольников. Регулярное использование музыки при проведении режимных моментов может привести к тому, что дети, самостоятельно реагируя на смену мелодии, сами могут определять момент перехода от одного вида деятельности к другому (сон, пробуждение, гимнастика, и т.д.) Необходимо сделать все, чтобы помочь детям достичь состояния психологического комфорта и способствовать гармоничному развитию.

При проведении режимных моментов следует придерживаться следующих правил:

- Полное и своевременное удовлетворение всех органических потребностей детей (сон, питание).
- Тщательный гигиенический уход, обеспечение чистоты тела, одежды, постели.
- Привлечение детей к посильному участию в режимных процессах; поощрение самостоятельности и активности.
- Формирование культурно-гигиенических навыков.
- Эмоциональное общение в ходе выполнения режимных процессов.
- Учет потребностей детей, индивидуальных особенностей каждого ребенка.
- Спокойный и доброжелательный тон обращения, бережное отношение к ребенку, устранение долгих ожиданий, так как аппетит и сон малышей прямо зависят от состояния их нервной системы.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Аромштам М. Маленькие колокольчики или музыка будущих первоклассников. //Дошкольное образование. - 2018.
2. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. – М., 2017
3. Бочкарев Л.Л. Психологические механизмы музыкального переживания. Докт. дисс. в 2т. – 2019
4. Ветлугина Н.А. Музыкальное воспитание в детском саду. – М.: Просвещение, 2008
5. Ветлугина Н.А.Методика музыкального воспитания в детском саду. – М.: Просвещение, 2018
6. Вилюнас В.К. Психологические механизмы биологической мотивации. – М., 2021
7. «От рождения до школы» под редакцией Вераксы Н.Е., Васильевой М.А., Комаровой Т.С.//2022 г., с.64.