

Карта здоровьесберегающей технологии

№ п.п.	Раздел описания технологии	Описание
1.	Название технологии	Музыкотерапия
2.	Вид здоровьесберегающей технологии	Здоровьесберегающая (профилактическая и коррекционная)
3.	Получатели технологии	Обучающиеся 1-4 классов школы // Обучающиеся начальной школы // Дети в возрасте 7-11 лет
4.	Научные основы технологии	Здоровьесберегающая технология, использующая музыку как средство нормализации эмоционального и физического состояния, гармоничного развития личности, устранения страхов, двигательно-речевых расстройств. Основатель технологии К.Шваббе.
5	Формально-описательная часть технологии	
5.1	Цель	Повышение эффективности занятий спортом и физической культурой, гармоничного развития личности обучающихся.
5.2	Задачи	● Содействие всестороннему гармоничному развитию личности обучающихся; ● оптимизация организационного процесса; ● повышение эмоционального фона на занятиях; ● создание стилистической, образной основы для выполняемых образных действий; ● снятие психоэмоционального напряжения; ● формирование культуры здорового образа жизни.
5.3	Результаты реализации технологии	● Повышение и сохранение психоэмоционального здоровья обучающихся ● Формирование ценностного отношения к музыкальной культуре и культуре движения. ● Содействие более четкой организации проведения занятий. ● Обучение детей образцам здорового образа жизни, направленным на вовлечение в занятия спортом и физкультурой.
6.	Процессуально-действенная часть технологии	
6.1	Описание процесса реализации технологии	Подготовительный этап: Подготовка урока (разработка структуры, техническое оснащение), подбор музыкального сопровождения (подбирая музыку для физических упражнений, следует учитывать физиологическую

	нагрузку, возрастные особенности детей, соответствие характеру движений. От правильного подбора музыки во многом зависит успех занятий. При выборе темпа и ритма музыки, обязательно учитывают характер упражнений, их специфику, положительные эмоции музыка вызывает лишь тогда, когда понятна). Организационно-деятельностный этап: Выполняя комплекс упражнений для урока физической культуры, независимо от его назначения и продолжительности, необходимо придерживаться следующих основных принципов: каждый комплекс должен начинаться с небольшой разминки; упражнения в комплексе должны охватывать все части тела, все мышечные группы; нагрузка в комплексе должна повышаться и понижаться постепенно. Процесс обучения упражнениям под музыку условно разделяю на три этапа: 1-й этап – начальное обучение новым движениям под музыку; 2-й этап – углубленное разучивание; 3-й этап – закрепление и совершенствование музыкально-ритмических упражнений. Обучение на 1-м этапе направлено на создание у учащихся общего представления о новом движении во взаимосвязи с музыкой, объяснение и показ соответствующего содержанию темпа и ритма движения под музыку. На 2-м этапе обучения учащиеся овладевают умением правильно понимать музыку и выполнять движения в соответствие со средствами музыкальной выразительности, моя задача постоянно наблюдать за выполнением, учащимися движениями в соответствии с темпом, ритмом; регулировать ритм, амплитуду движений, исправлять их ошибки. 3-й этап обучения направлен на стабилизацию и совершенствование движений во взаимосвязи с музыкой. Особенностью проведения занятий является преимущественный показ упражнений учителем. Если учитывать психологические особенности детей, особенно младшего возраста, показанное упражнение воспринимается и запоминается детьми быстрее и легче, чем его длительное объяснение. Результативно-оценочный этап: Достижения в обучении физической культуре во многом зависят от заинтересованности учеников, физических способностей и их активности. Оцениваются: - физическая подготовленность, - практические умения и навыки, - теоретические знания, - навыки организации физкультурно-оздоровительной деятельности,
--	---

		- динамика (прирост) оцениваемых параметров по сравнению с исходными или предшествующими промежуточными значениями.
6.2	Методы и формы, применяемые при реализации технологии	Методы гуманистической теории воспитания: вовлечение в деятельность, развитие сознания и самосознания, стимулирование и развитие интеллектуальной, эмоциональной и волевой сфер. Методы сотрудничества: открытый диалог, свободный выбор, самоанализ и самооценка, импровизация, игра. Движения под музыку для раскрытия творческих способностей и обретения веры в себя. Дыхательная гимнастика (для успокоения и улучшения работы легких и сердца). Формы реализации технологии: по количеству участников (индивидуальные, групповые, коллективные), по характеру доминирующей деятельности (игровые, познавательные, спортивные, коммуникативные, ценностно-ориентирующие), по частоте использования: традиционные, эпизодические, нестандартные (постановки, сюжеты, танцы).
6.3	Диагностика результатов	Карта здоровья, 1 раз в полугодие.
7.	Воспроизводимость технологии	Полное наименование учреждений, где реализовывалась технология: Академическая гимназия №56 им. М.Б.(2020-2023 гг.); Пильдес, Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение гимназия №70 Петроградского района Санкт-Петербурга (2023-2025гг).
8.	Сроки реализации	Начало:2020 г. Окончание:2025 г
9.	Контактная информация	Владыкина Екатерина Веналиевна Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение гимназия №70 Петроградского района Санкт-Петербурга Учитель физической культуры 89119978101 vev8484@mail.ru