

МУЗЫКОТЕРАПИЯ –
как одно из важнейших
средств,
влияющих
на
психическое здоровье ребенка

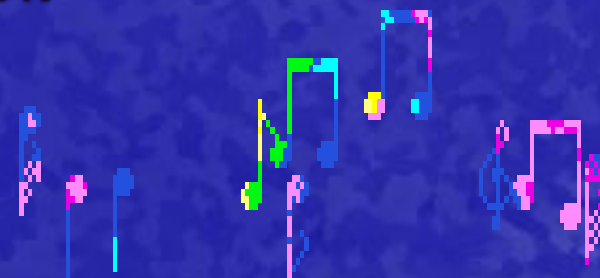


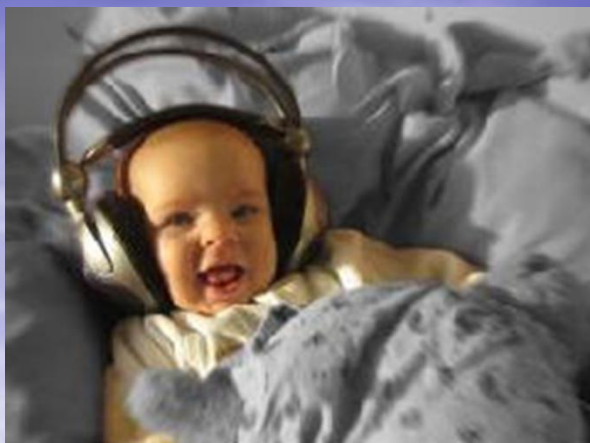


«Музыка не только фактор
облагораживающий,
воспитательный.

Музыка — целитель здоровья.»

(В.М.Бехтерев)





Термин «музыкотерапия» имеет греко-латинское происхождение и в переводе означает «лечение музыкой».

Музыкотерапия – метод, использующий музыку, как средство нормализации эмоционального состояния, устранения страхов, двигательных и речевых расстройств, психосоматических заболеваний, отклонений в поведении, при коммуникативных затруднениях.



ОСНОВНЫЕ ФОРМЫ МУЗЫКОТЕРАПИИ.

Рецептивная музыкотерапия (пассивная) отличается тем, что ребенок в процессе музыкотерапевтического сеанса не принимает в нём активного участия, занимая позицию простого слушателя. Ему предлагают прослушать различные музыкальные композиции либо вслушиваться в различные звучания, отвечающие состоянию его психического здоровья и этапу лечения.

Активная музыкотерапия основаны на активной работе с музыкальным материалом: инструментальная игра, пение.

Интегративная музыкотерапия наряду с музыкой задействует возможности других видов искусства: рисование под музыку, музыкально-подвижные игры, пантомима, пластическая драматизация под музыку, создание стихов, рассказов после прослушивания музыки и др. творческие формы.

АКТИВНЫЕ МЕТОДЫ И ПРИЕМЫ МУЗЫКОТЕРАПИИ

Помимо обычного прослушивания музыки (пассивная форма музыкотерапии) специалисты рекомендуют использовать и множество активных методов, приемов, заданий и упражнений, используемых в коррекционной и лечебной педагогике:

- Логоритмика
- Метод цветотерапии
- Игротерапия
- Психогимнастические этюды и упражнения
- Вокалотерапии
- Прием музицирования на детских шумовых и русских народных музыкальных инструментах



ЛОГОРИТМИКА



- Пальчиковые игры
- Речевые игры
- Музыкально — двигательные и коммуникативные игры, упражнения для развития крупной и мелкой моторики.
- Ритмические игры с музыкальными инструментами.

Регулярное включение в музыкальное занятие элементов логоритмики способствует быстрому развитию речи и музыкальности, формирует положительный эмоциональный настрой, учит общению со сверстниками.

МЕТОД ЦВЕТОТЕРАПИЯ

Данный метод включает в себя использование различных атрибутов определенного лечебного цвета. Например, в танцевальных композициях, в музыкально-ритмических движениях можно предложить детям использовать шелковые шарфики, ленточки, косынки зеленого, синего, красного и желтого цветов, т.к. данные цветовые решения способствуют созданию хорошего, благодушного настроения, успокаивают, дают заряд положительной энергии и благотворно влияют на организм человека в целом. При рисовании музыки также рекомендуется использовать эти цвета.



ПСИХОГИМНАСТИЧЕСКИЕ ЭТЮДЫ И УПРАЖНЕНИЯ

На занятиях музыкотерапией можно использовать психогимнастические этюды и упражнения, которые способствуют не только расслаблению детей и снятию психоэмоционального напряжения, учат управлять своим настроением и эмоциями, выражать свое эмоциональное состояние, дети учатся нормам и правилам поведения, а также у детей формируются и развиваются различные психические функции (внимание, память, моторика).



ИГРОТЕРАПИЯ



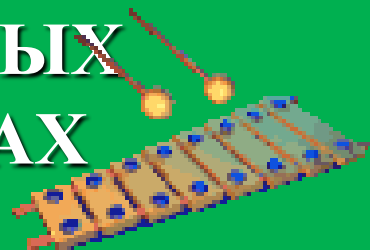
Также, в большой мере способствует коррекции и регуляции агрессивности и других нарушений поведения у детей метод игротерапии. Рекомендуется использование как контактных, объединяющих игр, так и познавательных игр, игр на развитие основных психических функций, и, само собой, терапевтических игр. Все эти игры способствуют мышечной релаксации, снятию физической агрессии, психологической разгрузке, снятию упрямства и негативизма, а также развивают эмоциональную и познавательную сферы

ВОКАЛОТЕРАПИЯ

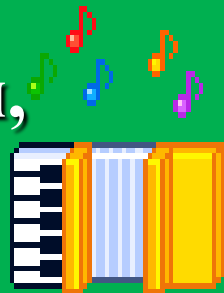
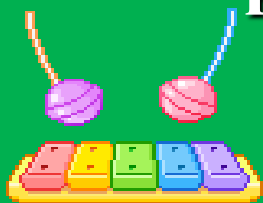
Также очень популярен метод вокалотерапии. В работе с детьми, занятия по вокалотерапии направлены на формирование оптимистического настроения: исполнение жизнеутверждающих песен-формул, оптимистических детских песен, которые можно петь под фонограмму или аккомпанемент. Так, например, песни «Верьте в чудеса», «Будьте добры!», «С нами, друг!», «Если добрый ты...» и.т.п.



МУЗИЦИРОВАНИЕ НА ДЕТСКИХ ШУМОВЫХ И РУССКИХ НАРОДНЫХ МУЗЫКАЛЬНЫХ ИНСТРУМЕНТАХ



Использование приема музицирования на детских шумовых и русских народных музыкальных инструментах учит детей не только озвучивать при помощи музыкальных инструментов стихотворения, не только аккомпанировать тем или иным музыкальным пьесам, но и импровизировать свои мини-пьесы, в которых они отображают свой внутренний мир, чувства и переживания, оживляют музыку своим исполнением.



Музыкотерапия ориентирует педагога на сотрудничество с ребенком, на интеграцию различных видов художественной деятельности.

В детском саду и дома музыка необходима детям в течение всего дня. Это не значит, что она должна звучать непрерывно и громко.

Музыка должна прослушиваться детьми дозировано, в зависимости от времени суток, вида деятельности, даже настроения детей.



ПРИМЕНЕНИЕ МУЗЫКОТЕРАПИИ В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ ДЕТСКОГО САДА



утром рекомендуется
включать солнечную
мажорную классическую
музыку, добрые песни с
хорошим текстом;



Для расслабления, снятия эмоционального и физического напряжения, для приятного погружения в дневной сон необходимо использовать мелодичную классическую и современную релаксирующую музыку, наполненную звуками природы (шелест листьев, голоса птиц, стрекотание насекомых, шум морских волн и крик дельфинов, журчание ручейка)
Например, П.И. Чайковский «Времена года»
Бетховен, соната 14 «Лунная»

Дети на подсознательном уровне успокаиваются, расслабляются;



пробуждению детей после дневного сна поможет
тихая, нежная, легкая, радостная музыка.



Детям легче и спокойнее переходить из
состояния полного покоя к активной
деятельности.



На занятиях с высокой умственной нагрузкой и малой подвижностью следует использовать танцевальные композиции в качестве физкультминуток. Использование композиций на основе быстрой, веселой музыки позволяет поднять настроение детей, активизировать их внимание.



Музыка для вечернего времени способствует снятию накопившейся усталости, стрессовых ситуаций за день. Она успокаивает, расслабляет, нормализует кровяное давление и работу нервной системы детского организма. Для этого можно использовать следующие мелодии: «Классические мелодии для детей и их родителей» Мендельсон «Концерт для скрипки с оркестром» Бах «Органное произведения» А.Вивальди «Времена года» Голоса природы

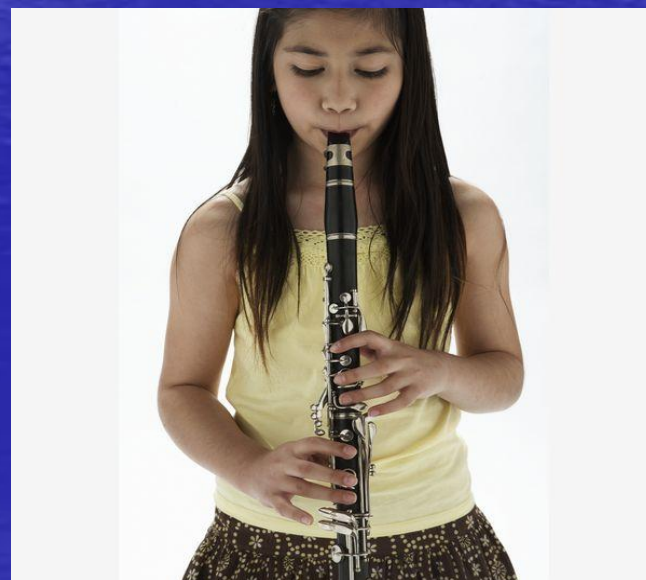


Влияние музыкальных инструментов на организм человека



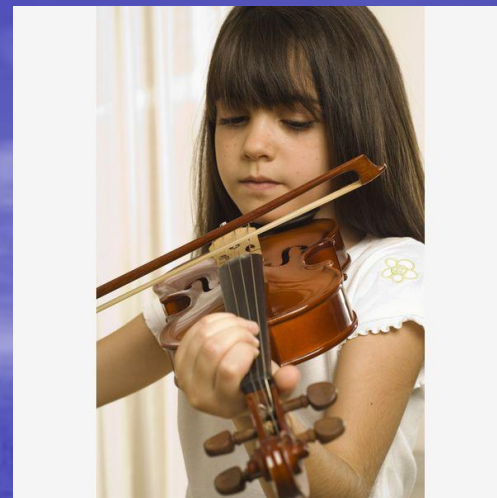
Духовые инструменты

влияют на
формирование
эмоциональной сферы,
причем медные
духовые мгновенно
пробуждают человека
от сна, делают его
бодрым, активным



*Струнные
инструменты*
прямо воздействуют
на сердце.

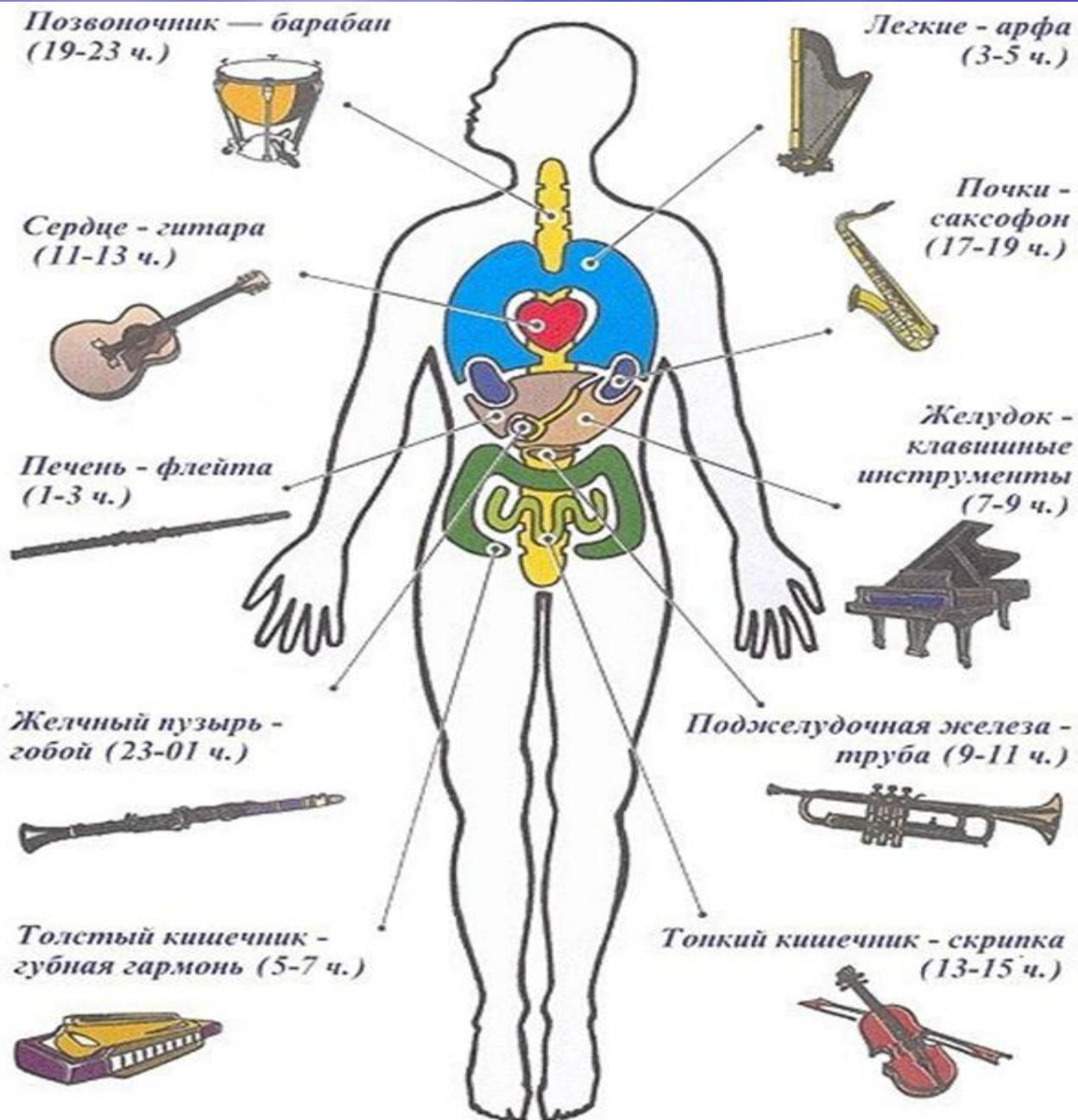
В особенности скрипки,
виолончели и гитары,
развивают в человеке
чувство сострадания.



Музыка, исполняемая
клавишными инструментами,
особенно фортепианная,
соответствует интеллектуальной
сфере человека.

Не случайно звучание рояля
называют самой математической
музыкой, а пианистов относят к
музыкальной элите, которая
обладает четким мышлением и
очень хорошей памятью.





**Влияние
звучания
музыкальных
инструментов
на лечение и
профилактику
заболеваний**

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Музыкотерапия благотворно повлияет на общее эмоциональное состояние детей, повысит эмоциональный статус детей, если будут:

- Созданы благоприятные условия для занятий с детьми музыкотерапией;
- Продуманы методические приемы: специальные музыкальные упражнения, игры, задания;
- Подобраны специальные музыкальные произведения;
- Задействованы все органы чувств у детей;
- Установлена интеграция музыкального воздействия с другими видами деятельности.

Успехов всем! И здоровья!

