

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида № 6 «Здоровье» города Ставрополя

СЕМИНАР_ПРАКТИКУМ
«МУЗЫКОТЕРАПИЯ В ЖИЗНИ РЕБЕНКА»

Подготовил: музыкальный руководитель

Аргашиков З.А.

Уважаемые родители, давайте с вами разберемся в том, что же такое музыкотерапия? Как с помощью нее можно повлиять на эмоциональное самочувствие ребенка?

Термин «музыкотерапия» имеет греко-латинские корни и в переводе означает «лечение музыкой».

С точки зрения науки, музыкальная терапия (музыкотерапия) – это определенная система психосоматической регуляции функций организма человека, которая базируется на одновременном влиянии акустических волн, организованных в музыкальную структуру, на психоэмоциональную, духовную сферу человека, а так же на поверхность тела и его внутренние органы.

Музыкотерапия дает возможность разрешить ряд проблем: преодолеть психологическую защиту детей – активизировать или наоборот успокоить, установить связь между взрослым и ребенком, может совершенствовать коммуникативные и креативные способности ребенка, заинтересовать, занять его интересным делом – пением, музыкальными играми, плясками, движением под музыку, импровизацией на музыкальных инструментах. Звучание различных музыкальных инструментов по – разному оказывают влияние на организм человека:

Звучание ударных инструментов дает уверенности в будущем, ощущение устойчивости, может физически взбодрить и придать человеку силы.

Духовые инструменты действуют на формирование эмоциональной сферы. При этом медные духовые очень быстро пробуждают человека ото сна, делают его активным и бодрым.

Интеллектуальной области соответствует музыка, которая исполняется клавишными инструментами, в особенности фортепианная.

Струнные инструменты непосредственно влияют на сердце. Они, в особенности скрипки, виолончели и гитары, формируют в человеке чувство сострадания.

Музыкотерапия – это перспективное направление в детском саду,

способствует коррекции психофизического здоровья детей. Слушание грамотно подобранной музыки убирает напряженность и раздражительность, повышает иммунитет детей, снимает головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание.

В детском саду музыка прослушивается детьми дозировано, это зависит от времени суток, вида деятельности, и даже настроения детей. Утром предпочтительно включить мажорную, солнечную, классическую музыку, добрые песни с понятным текстом. Для снятия эмоционального и физического напряжения, расслабления, для спокойного погружения в дневной сон следует воспользоваться благотворным воздействием релаксирующей и мелодичной классической музыки, заполненной звуками природы (журчание ручейка, шум морских волн и крик дельфинов, шелест листьев, голоса птиц). Ребенок подсознательно расслабляется и успокаивается. Для пробуждения нужно использовать тихую, нежную, легкую и радостную музыку. Услышав звуки привычной музыки, детям будет легче и спокойнее переключаться из состояния абсолютного покоя к активной деятельности.

Музыкотерапия включает: слушание музыкальных произведений, пение песен, музыкально-ритмические движения под музыку, музыкальные паузы на занятиях, взаимодействие музыки и изобразительной деятельности, игру на детских музыкальных инструментах, музыкальные упражнения и др. Рекомендация по применению музыкотерапии в коррекционной работе с детьми:

- 1) использовать для слушания можно только то произведение, которое нравится абсолютно всем детям;
- 2) желательно слушать музыкальные пьесы, которые знакомы детям;
- 3) продолжительность слушания должна составлять не более 10 минут в течение всего занятия.

Дома с детьми вы тоже можете использовать музыкотерапию, при соблюдении определенных правил, основанных на психофизиологических принципах более, чем на эстетико-художественных. Самые важные из них:

1. В начале нужно изучить информацию об исполняемом произведении. Следует понимать его суть и текстуру. Заранее можно посмотреть текст исполняемого произведения.
2. Расслабление - это поможет вам "открыть двери бессознательного" и в полной мере ощутить действие музыки. И не важно, что вы хотите испытать успокаивающее действие музыки или поднимающее настроение.
3. Нужно правильно выбрать дозу. Так как лечение музыкой не должно быть утомительным, чтобы не вызвать усталости и возможных защитных реакций.
4. Громкость и сила музыки обязательно должна регулироваться. Небольшую громкость следует выбирать не только для успокаивающей, но также и для бодрящей. Очень большая громкость музыки утомляет и возбуждает нервную систему.
- 5 После слушания лечебной музыки немного отдохните.

Рекомендуемые произведения для проведения музыкотерапии.

Музыка для пробуждения:

1 «Вальс цветов», «Зимнее утро» П. Чайковский

2 «Романс» Д. Шостакович

3 «Утро». Э. Григ

Музыка для релаксации:

1 Колыбельные песни

2 «Лебедь» К. Сен – Санс

3 «Лунная соната» Л. Бетховен

4 «Песня Сольвейг» Э. Григ

Организующая музыка: (способствующая концентрации внимания)

1 «Марш» С. Прокофьев

2 «Музыкальный момент» Ф. Шуберт

3 Альбом «Времена года»: «Весна», «Лето» Вивальди

Подводя итог можно сказать, что музыкотерапия является интересным и перспективным направлением, которое используют во многих странах в лечебных и оздоровительных целях, она снимает напряжение и отрицательные эмоции, успокаивает и расслабляет, активизирует скрытые возможности подсознания и мобилизует резервы организма.