

Консультация для педагогов «Музикотерапия в ДОУ»

Музыка не только облагораживает и воспитывает,
но и является лекарством, которое надо слушать.

(В.М.Бехтерев)

Музикотерапия - это особая форма взаимодействия с детьми, с применением музыки в любом её проявлении (записи, игра на музыкальных инструментах, пение...) Строится на подборе необходимых мелодий и звуков, дает возможность активизировать ребенка, преодолевать неблагоприятные установки и отношения, улучшать эмоциональное состояние. А также является средством коррекции эмоциональных отклонений, страхов, двигательных и речевых расстройств, отклонений в поведении, при коммуникативных затруднениях, и при лечении различных соматических и психосоматических заболеваний.

Музикотерапия способствует становлению характера, норм поведения, обогащает внутренний мир ребенка яркими переживаниями, попутно воспитывая любовь к музыкальному искусству и, формирует нравственные качества личности и эстетическое отношение к окружающему.

Современные исследования показали, что звуки различных музыкальных инструментов по-разному влияют на организм человека:

Духовые инструменты влияют на формирование эмоциональной сферы;

Звучание ударных инструментов способно дать ощущение устойчивости, физически взбодрить, придать человеку силы;

Струнные инструменты напрямую воздействуют на сердце. Такие музыкальные инструменты как: скрипки, виолончели и гитары, развивают в человеке чувство сопереживания и сострадания;

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

Вокальная музыка влияет на весь организм, но больше всего на горло, развивает выразительность речи.

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. Таким образом музикотерапию можно использовать в детском саду во время всех режимных моментов:

При утреннем приеме детей рекомендуется включать солнечную мажорную классическую музыку, добрые песни с хорошим текстом, для создания ребенку атмосферы радости и эмоционального комфорта.

На утренней гимнастике, чтобы вызвать бодрое настроение, эмоциональный подъем у детей.

Во время прогулок, чтобы вызвать эмоциональный отклик при наблюдениях за объектами живой природы, снять повышенную мышечную нагрузку.

Перед сном, чтобы нормализовать эмоционально расслабление нервной системы и мышц ребенка и стимулировать дыхание, чтобы помочь с трудом засыпающему ребенку успокоиться и расслабиться. 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;

При пробуждении детей после дневного сна поможет тихая, нежная, легкая, радостная музыка. Детям легче и спокойнее переходить из состояния полного покоя к активной деятельности.

Различают **активную** (двигательные импровизации под соответствующий характеру музыки словесный комментарий) и **пассивную** (коммуникативная - установление контакта с ребенком), **реактивная** - помощь в разрешении психологического конфликта, **регулирующая** - снятие эмоционального и мышечного напряжения) **формы музыкотерапии**.

Рецептивная музыкотерапия (пассивная) отличается тем, что ребенок не принимает активного участия, занимая позицию простого слушателя. Ему предлагают прослушать различные музыкальные композиции или вслушиваться в различные звучания.

Активные формы музыкотерапии основаны на активной работе с музыкальным материалом: инструментальная игра, пение. ритмотерапия, вокалотерапия, сказкотерапия, игровая психотерапия.

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

Важно использовать и активное музицирование, которое способствует повышению самооценки.

Чаще всего музыкотерапия, связанная с исполнительской деятельностью, является групповой. Музыкальная терапия в активной форме включает в себя игру на музыкальных инструментах, терапию пением (вокалотерапию, хоровое пение), и танцами (хореотерапию).

Для исполнения несложных пьес можно использовать даже такие простые инструменты, как барабан, треугольник, ксилофон. Занятия – ограничиваются поиском простейших мелодических, ритмических, гармонических форм и представляют собой импровизированную игру.

Самое главное, что ребенок посредством игры на музыкальном инструменте самовыражается.

Особую ценность имеет сочетание пения с танцевальными движениями, а также импровизация свободного танца под звуки классической музыки.

Танцевально-двигательная терапия - это единственный вид терапии, где используется очень много свободного пространства. Двигательное поведение расширяется в танце, помогая осознанию конфликтов, желаний, и может способствовать проживанию негативных чувств и освобождению от них

Рекомендации для педагогов и родителей по использованию музыкотерапии в совместной деятельности с детьми.

1. На успешность проведения занятия влияют позитивная личность педагога, владения им способами музыкального выражения-игрой на музыкальных инструментах и умение петь, а также включение в профилактический и коррекционный процесс фактора групповой динамики, взаимного психоэмоционального положительного заражения, сопереживания и сочувствия между участниками групповых музыкальных занятий.

2. Необходимо определить индивидуальный курс коррекции для детей с теми или другими нарушениями и тактику после его окончания. Имеют значение количество и продолжительность сеансов музыкотерапии (от 15 минут до 45 минут), кратность применения в неделю 1-7 раз.

3. Так же следует помнить, что коррекционные музыкальные сеансы должны проводиться не на голодный желудок и не ранее чем через 2 часа после еды.

4. Перед принятием сеанса музыкотерапии детей нужно обязательно настроить. Они должны расслабиться- это поможет им "открыть двери бессознательного" и принять в полной мере действие музыки. При этом не важно, какое действие оказывает музыка - успокаивающее, стимулирующее или поднимающее настроение.

5. Важно правильно выбрать позу. Лечение музыкой должно быть достаточно коротким, чтобы не вызывать усталости и возможных защитных реакций.

6. Силу и громкость музыки нужно осторожно регулировать. Малую громкость следует выбирать не только для успокаивающей, но и для стимулирующей музыки. Большая громкость утомляет и потрясает нервную систему.

7. После прослушивания лечебной музыки нужно отдохнуть некоторое время.

8. Желательно использовать инструментальную классическую и специально лечебную музыку, но не вокальную и не самую популярную т.к. они несут ненужную смысловую нагрузку. Выбор музыкальных произведений должен быть хорошо продуман. .

Достоинствами использования музыкотерапии являются:

- Абсолютная безвредность;
- Легкость и простота применения;
- Возможность контроля.

Музыкотерапия будет благоприятно влиять на общее эмоциональное состояние детей, повысит их эмоциональный статус, если:

будут созданы благоприятные условия для использования музыкотерапии при взаимодействии с ребенком;

продуманы методические приемы: специальные музыкальные упражнения, игры, задания;

подобраны музыкальные произведения;

задействованы все органы чувств у детей;

установлена интеграция музыкального воздействия с другими видами деятельности.