



МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ
ГОРОДСКОЙ ОКРУГ ГОРОД ХАНТЫ-МАНСИЙСК
ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ХАНТЫ-МАНСИЙСКА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД № 11 «РАДУГА»

Консультация для педагогов

Музыкальная терапия как здоровьесберегающая технология в детском саду.

Музыкальное воспитание можно понимать в широком или в более узком смысле.

В широком смысле музыкальное воспитание – это формирование духовных потребностей человека, его нравственных представлений, интеллекта, развития идейно-эмоционального восприятия и эстетической оценки жизненных явлений. В таком понимании – это воспитание Человека.

В более узком смысле музыкальное воспитание – это развитие способности к восприятию музыки. Оно осуществляется в различных формах музыкальной деятельности, которые ставят своей целью развитие музыкальных способностей человека, воспитание эмоциональной отзывчивости к музыке, понимание и глубокое переживание его содержания. В таком понимании музыкальное воспитание – это формирование музыкальной культуры человека.

Музыкальное воспитание рассматривается в музыкальной педагогике как неотъемлемая часть нравственного воспитания подрастающего поколения, итогом которого является формирование общей культуры личности. В нашей стране музыкальное воспитание рассматривается не как сфера, доступная лишь избранным особо одаренным детям, но как составная часть общего развития всего подрастающего поколения.

В нашем ДООУ помимо воспитывающего фактора музыки в воспитательно-образовательном процессе используется целительное воздействие музыки на дошкольников.

Музыка не только фактор облагораживающий, воспитательный. Музыка – целитель здоровья.
(В.М.Бехтерев)

Музыкотерапия – это особая форма работы с детьми с использованием музыки в любом виде (записи на магнитофоне, прослушивание пластинок, игра на музыкальных инструментах, пение и др.) Музыкотерапия дает

возможность активизировать ребенка, преодолевать неблагоприятные установки и отношения, улучшать эмоциональное состояние.

Музыкотерапия может использоваться как в виде основного метода, так и в качестве одного из вспомогательных методов. Выделяют два основных механизма психологического коррекционного воздействия, характерных для метода музыкотерапии.

Первый механизм состоит в том, что музыкальное искусство позволяет в особой символической форме реконструировать конфликтную травмирующую ситуацию и за счет этого найти ее разрешение.

Второй механизм связан с природой эстетической реакции, позволяющей изменить действие “аффекта от мучительного к приносящему наслаждение”.

Обычно различают ретроспективную и проспективную фазы музыкотерапии. Ретроспективная фаза имеет задачей натолкнуть участника на переживание, необходимости активного раскрытия внутреннего конфликта. Слушание музыки должно привести человека к конфронтации с своей внутренней жизнью. Переживания, до того остававшиеся неосознанными или только частично осознанными, преобразуются в конкретные представления. На этой фазе следует использовать музыку глубокого эмоционального содержания, например, симфоническую музыку

19 столетия. В проспективной фазе возможны два подхода. Первый – разрядка психического напряжения, выражением которого может быть мышечное напряжение. Второй – развитие потребности в слушании музыки, расширение круга переживаний, стабилизации самочувствия.

Выделяют индивидуальную и групповую музыкотерапию. Индивидуальная музыкотерапия осуществляется в трех вариантах: с отличительно–коммуникативным, реактивным и регулятивным действием. В первом случае музыкальное произведение прослушивает педагог и ребенок, здесь музыка способствует улучшению данных взаимоотношений. Во втором – достигается очищение. В третьем – снимается нервно–психическое напряжение. Все три формы могут применяться как независимо, так и в сочетании. Они представляют в известном смысле пассивную музыкотерапию. Наряду с этим существует и активная индивидуальная музыкотерапия, целью которой – является преодоление коммуникативных расстройств. Она осуществляется в виде занятия педагога музыкой совместно с ребенком.

Групповая музыкотерапия строится таким образом, чтобы участники активно общались друг с другом, между ними возникали коммуникативно–эмоциональные взаимоотношения, чтобы данный процесс был достаточно динамичным.

Творческая деятельность является самым сильным средством снятия напряжения. Это особенно важно для тех, кто не может “выговориться”;

выразить свои фантазии в творчестве значительно легче, чем рассказать о них. Фантазии, которые изображены на бумаге или в звуках, нередко ускоряют и облегчают вербализацию переживаний. Творчество открывает путь к выражению бессознательных идей и фантазий, которые проявляются в значимой для ребенка и необычной для всех остальных форме.

Музыкотерапия помогает наладить отношения между педагогом и ребенком, развивает чувство внутреннего контроля, открывает новые способности, повышает самооценку.

Гармонизирующее воздействие музыки на психические процессы можно, а порой необходимо использовать в работе с детьми.

Число методов, облегчающих детям выражение их чувств при использовании музыкотерапии бесконечно. Независимо оттого, что ребенок и педагог выбирают для своих занятий, основная цель педагога всегда одна и та же: помочь ребенку начать осознавать себя и существование в своем мире. Нельзя забывать главную заповедь педагога – не навреди.

Музыка – искусство, и как любое искусство познается душой. Воспринимать музыку можно, внимая ей или участвуя в создании.

Основные направления в музыкотерапии – это *слушание музыки* и *исполнительство*.

К слушанию музыки относятся:

- Беседы или занятия, когда музыка звучит фоном;
- Специальное прослушивание музыкальных произведений или их фрагментов с анализом услышанного;
- Упражнения на внутреннее слышание.

На успешность проведения занятий, как справедливо указывается во многих руководствах, положительно влияют позитивная личность музыкального педагога, владение им способами музыкального выражения – игрой на музыкальном инструменте и умение петь, а также включение в лечебный и профилактический процесс фактора групповой динамики, взаимного психоэмоционального положительного заражения, сопереживания и сочувствия между участниками групповых музыкальных занятий.

В период времени от 1,5 лет происходит становление первых отношений между ребенком и заботящимися о нем взрослыми. Начинается оформление темперамента ребенка, появляются новые эмоции.

Одной из самых распространенных проблем в дошкольном учреждении, в решении которой требуется музыкотерапия, является адаптация ребенка к условиям детского сада.

Необходимо не менее 20 минут в спокойной обстановке немного поиграть. Реквизит для игры разнообразный: домик из больших кубиков; теремок, в

котором обитают различные животные; елочки, имитирующие лес; барабан, танк, робот; тряпичные куклы, надеваемые на руку, обычные куклы, изображающие людей, животных и сказочных персонажей. Все это проходит под спокойную музыку (Э.Григ “Утро” из сюиты “Пер Гюнт”, М.Мусоргский “Рассвет на Москве-реке” и др.) Воспитатель находится рядом с играющим, возможно присев на корточки. В разговоре стараются не превышать голос, не делать эмоциональных или смысловых акцентов в произношении. Следует поиграть с ребенком и родителем в подвижные игры типа бросание мяча, пятнашек, игры в кегли, музыка должна нести ярко выраженное положительное начало (“Маленькая ночная серенада” В.Моцарта, “Трепак” из “Щелкунчика” П.И.Чайковского и т.д.) Всем этим создается жизнерадостная атмосфера, противостоящая эмоционально отрицательному состоянию ребенка.

Музыка сочетанием своих выразительных средств создает художественный образ, который вызывает ассоциации с явлениями жизни, с переживаниями человека. Сочетание выразительных средств в музыке с поэтическим словом (например, в песне, опере), с сюжетом (в программной пьесе), с действием (в спектаклях) делает музыкальный образ более конкретным, понятным.

На одном из занятий в ходе практики были собраны гиперактивные дети (4–5 лет), и им было предложено послушать пьесу “Мама” из “Детского альбома” П.Чайковского, сразу же состоялась беседа о характере произведения. В течении нескольких следующих занятий были прослушаны различные произведения в порядке увеличения продолжительности звучания, в том числе упомянутое “Утро” Э.Грига. За это время дети научились глубже чувствовать и понимать музыку, дольше сохранять внимание, подавлять проявления агрессии; после прослушивания ведут себя более спокойно, чем обычно.

Очень важно для занятий, связанных со слушанием музыки:

- Специально подбирать музыкальный репертуар и методы работы с ним;
- Использовать на занятиях других видов музыкальной деятельности детей: музыкального движения, пения, игры в оркестре, дирижирования;
- Использование на занятиях произведений других видов искусства, прежде всего изобразительного и художественной литературы.

Такие приемы поднимают музыкальное восприятие на более высокую степень, являются способом активного анализа музыки.

При подборе произведения для слушания опираемся на то, чтобы музыка отвечала двум ведущим принципам – высокой художественности и доступности. Тогда музыка вызывает у детей интерес и положительные эмоции.

Наряду со слушанием музыки важно использовать и активное музицирование, которое способствует повышению самооценки, – преодолению амбивалентности поведения. 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. Развивается динамическая приспособляемость, способность к взаимному слушанию. Поскольку это групповая музыкотерапия, игра строится таким образом, чтобы участники активно общались друг с другом, между ними – возникали коммуникативно – эмоциональные взаимоотношения, чтобы данный процесс был достаточно динамичным. Самое главное, что ребенок посредством игры на музыкальном инструменте самовыражается.

Вокалотерапия особенно показана депрессивным, заторможенным, эгоцентричным детям. Преимущественно групповой вокалотерапии состоит в том, что каждый участник вовлекается в процесс. В тоже время здесь большое значение имеет и момент “анонимности” чувств, “укрытости” в общей массе, что создает предпосылку к преодолению расстройств контакта, к утверждению собственных чувств и здоровому переживанию своих телесных ощущений.

Пение должно быть ориентировано на народные песни. Занимаясь 5 лет по русскому народному творчеству, мы обратили внимание, что у детей повысился интерес к русскому народному творчеству, дети стали раскрепощенные, эмоциональные, у них стали формироваться нравственно-личностные качества к произведениям русского народного творчества, его песням, танцам и хороводам, игре на детских музыкальных инструментах. Мы используем песни оптимистического характера, а также такие, которые побуждают к размышлению и глубоким переживаниям. Песни подбираются в соответствии с настроением группы. Размещение группы – замкнутый круг. Ведущий поет вместе со всеми. Когда достигается определенное состояние группы, каждому участнику предоставляется возможность предложить песню, выдвинуть запевалу. Запев связан для многих с преодолением застенчивости, так как запевала попадает в центр внимания.

Для руководства этой работой требуется музыкальные знания и навыки, если воспитатель сам не музыкант, он работает совместно с музыкальным руководителем, который дает необходимые консультации.

Хоровое пение является эффективнейшим средством воспитания не только эстетического вкуса, но и инициативы, фантазии, творческих способностей детей, оно наилучшим образом содействует развитию музыкальных

способностей (певческого голоса, чувства ритма, музыкальной памяти), развитию певческих навыков, содействует росту интереса к музыке, повышает эмоциональную и вокально – хоровую культуру. Хоровое пение помогает детям понять роль коллектива в человеческой деятельности, способствуя, таким образом, формированию мировоззрения детей, оказывает на детей организующее и дисциплинирующее воздействие, воспитывает чувство коллективизма, дружбы.

Наряду с песней применяются элементарные мелодические и ритмические импровизации, которые сводятся к упражнениям в напряжении и расслаблении.

Особую ценность имеет сочетание пения с танцевальными движениями, а также импровизация свободного танца под звуки классической музыки. Танец является формой социального контакта, через танец улучшаются способности к взаимоотношению, взаимопониманию. Терапевтическую ценность представляют ритмические, колебательные движения под музыку в три такта.

Танцевально-двигательная терапия может служить мостом между миром сознания и бессознательного. С помощью танцевально-двигательной терапии ребенок может использовать движение для более полного выражения себя и для сохранения своей индивидуальности в контакте с другими детьми. 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.

В музыкальной терапии существует два направления:

Первое – воспринимающая деятельность, когда малышу поют, играют на инструменте, а он слушает;

Второе – строится на методе “освобождения творческих сил”, благодаря этому ребенок творит в музыке, танцует, импровизирует мелодии голосом или на музыкальном инструменте.

Музыкотерапия может стать эффективным методом лечения детских неврозов, которые сегодня все больше поражают все больше детей. Поэтому сегодня дети должны постепенно овладевать не только хорошими навыками в области интеллектуальных операций, но и умениями и навыками жизни в современном обществе, знать, как справляться с его требованиями и преодолевать субъективные трудности, неминуемо возникающие на жизненном пути каждого человека. Одним из таких средств и является *музыкотерапия*.

С помощью музыкотерапии можно создать оптимальные условия для развития детей, воспитания у них эстетических чувств и вкуса, избавления от комплексов, раскрытия новых способностей.

Музыкотерапия 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. Дети должны развиваться через познания культурного наследия, воспитываться так, чтобы быть способными его приумножать.

Уровень развития детей в дошкольных учреждениях будет выше, если традиционные формы, методы и средства обучения и воспитания будет сочетаться с музыкотерапией. Предлагаем схемы использования музыкотерапии в различных видах деятельности и в режимных моментах

Список литературы.

1. *Ветлугина Н.А.* Музыкальные занятия в детском саду. М.: “Просвещение” 1984.
2. *Михайлова М.А.* Развитие музыкальных способностей детей. – Ярославль “Академия развития”, 1997.
3. Музыкальное воспитание в первых общественных д/садах России. – Дошкольное воспитание, 1996 г., №11.
4. *Халабузарь П., Попов В., Добровольская Н.,* Методика музыкального воспитания, М.: – “Музыка”, 1990 г. ст. “Музыкальное искусство – средство воспитания детей”.
5. *Шацкая В.Н.* Воспитание музыкального вкуса.– М., 1947 г.

Использованиемузыкотерапиииврежимныхмоментах.

<i>Режимные моменты.</i>	<i>Для чего используется.</i>	<i>Результат воздействия.</i>	<i>Возрастная группа.</i>	<i>Предлагаемый музыкальный репертуар.</i>
--------------------------	-------------------------------	-------------------------------	---------------------------	--

<p><u>Утро.</u></p> <p>Приём детей.</p>	<p>Используется для создания эмоционального фона.</p>	<p>Доставляет ребенку радость, благотворно влияет на его организм. Положительно воздействует не только на детей, но и на их родителей – вселяет уверенность, легче устанавливается контакт между людьми.</p>	<p>Младшая группа.</p> <p>Средняя группа.</p> <p>Старшая группа.</p> <p>Подготовит. группа.</p> <p>Средняя гр</p> <p>Старшая гр.</p> <p>Подготовит. гр.</p>	<p>П.И.Чайковский «Вальс цветов» из балета «Щелкунчик»,</p> <p>М.Мусоргский «Рассвет на Москвереке».</p> <p>В.Моцарт «Маленькая ночная серенада»,</p> <p>М.И.Глинка «Вальс фантазия».</p> <p>П.И.Чайковский «Апрель»,</p> <p>Г.В.Свиридов «Музыкальный ящик».</p> <p>Н.А.Римский-Корсаков. Вступление «Три чуда»,</p> <p>И.Штраус. «На прекрасном голубом Дунае».</p> <p>Музыкальное сопровождение музыкантов -ым руководителем.</p> <p>Аудио кассеты ритмической музыки.</p>
<p>Утренняя гимнастика.</p>	<p>Используется для поднятия эмоциональной активности, бодрости.</p>	<p>Музыка является активным действенным средством эмоциональной коррекции, помогает войти в нужное эмоциональное состояние.</p>		
<p><u>Прогулка.</u></p> <p>(в теплое время года). Наблюдения,</p>	<p>Задаёт определенный жизненный ритм, оказывает</p>	<p>Положительно влияет на развитие нервной</p>	<p>Все возрастные</p>	<p><u>Наблюдения:</u>С.В.Рахманинов «Итальянская полька», В.Агафонников. «Сани</p>

<p>в процессе трудовой деятельности, после игр большой подвижности</p>	<p>вае мобилизующее воздействие, выраженное в игровой форме. Вызывает эмоциональный отклик при наблюдениях за объектами живой природы. Для снятия повышенной мышечной нагрузки.</p>	<p>системы ребенка.</p>	<p>группы.</p>	<p>с колокольчиками». <i>Труд детей:</i> Р.н.п. «Ах вы, сени...», И.Штраус. Полька «Трик – трак». <i>Расслабление:</i> Н.А.Римский-Корсаков. Опера «Снегурочка», песни, пляски птиц.</p>
<p><u>Сон.</u> (засыпание и пробуждение)</p>	<p>Используется для эмоционального расслабления нервной системы и мышц ребенка. Спокойная, нежная музыка помогает детям заснуть.</p>	<p>Нормализуется артериальное давление, стимулируется дыхание.</p>	<p>Ясельная гр. Младшие группы. Старшие группы.</p>	<p><i>Колыбельные:</i> «Тише. Тише» «Спи- засыпай, маленькая принцесса», «Приход весны», «Засыпающий малыш», «Крепко спи», «Спи, малыш мой, засыпай». Г.В.Свиридов «Грустная песенка», Ф.Шуберт. «Аве Мария», «Серенада», Ц.А.Кюи. «Колыбельная». В.А.Моцарт. «Музыкальная шкатулка», Н.А.Римский – Корсаков. «Три чуда. Белка», П.И.Чайковский. «Танец маленьких лебедей».</p>
<p><u>Индивидуальная музыкотерапия.</u></p>	<p>Для оптимизации эмоционального состояния ребенка; для преодоления гиперактивности</p>	<p>Нормализация эмоционального состояния, снятие физического и</p>	<p>Все возрастные группы. Средняя</p>	<p>А.Т.Гречанинов. «Бабушкин вальс»,</p>

	ребенка; для стимуляции творческих (креативных) способностей при индивидуальной деятельности.	эмоционального напряжения, повышение творческой работоспособности, проявление инициативы. Повышается коммуникативность.	гр. Старшая гр. Подготов . гр.	А.Т.Гречанинов. «Материнские ласки». П.И.Чайковский. Вальс фадиез-минор, Л.В.Бетховен. «Сурок», Н.А.Римский-Корсаков. Опера «Снегурочка», сценатаяния Снегурочки. Н.А.Римский – Корсаков. «Море» (финал 1-го действия оперы «Сказка о царе Салтане»), К.В.Глюк. Опера «Орфей и Эвридика», «Мелодия», Р.Щедрин. Юмореска.
--	---	---	--	---

Использование музыкотерапии в различных видах детской деятельности.

<i>Виды деятельности</i>	<i>Для чего используется.</i>	<i>Результат воздействия.</i>	<i>Возрастная группа.</i>	<i>Используемый музыкальный репертуар.</i>
Музыкальные занятия.	Восприятие музыки способствует	Воспитание интереса к музыке,	Младшая группа.	А.К.Лядов. «Дождик- дождик», Ц.А.Кюи.

	<p>общему интеллектуальному и эмоциональному развитию.</p>	<p>состояние наслаждения, восхищения.</p>	<p>Средняя группа.</p> <p>Старшая группа.</p> <p>Подготовительная группа.</p>	<p>«Колыбельная».</p> <p>М.И.Глинка «Детская полька», рус. нар. песня «Ах вы, сени...»</p> <p>М.И.Глинка «Вальс фантазия», П.И.Чайковский «Мазурка».</p> <p>П.И.Чайковский «Времена года», С.В.Рахманинов «Итальянская полька»</p>
<p>Физкультурные занятия.</p>	<p>Метод релаксации – используется для расслабления детей и восстановления дыхания.</p>	<p>Снятие мышечной нагрузки, нормализация общего физического состояния.</p>	<p>Все возрастные группы.</p>	<p>И.Штраус. «Сказки Венского леса», П.И.Чайковский. «Апрель», А.Вивальди. «Зима», И.Штраус. «На прекрасном голубом Дунае».</p>
<p>ИЗО.</p>	<p>Развивает творческое воображение и фантазию, для создания определенного психологического и эмоционального настроения, ассоциативных связей.</p>	<p>Формирует эстетические чувства детей, вызывает эмоциональный отклик, повышение продуктивности и творчества.</p>	<p>Все возрастные группы.</p>	<p>Русские народные мелодии,</p> <p>Э.Григ. «Утро», М.Мусоргский. «Рассвет на Москве-реке», К.Дебюсси. «Лунный свет», П.И.Чайковский. Вальс цветов из балета «Щелкунчик».</p>
<p>Художественная литература (ознакомление)</p>	<p>Для создания определенного эмоционального</p>	<p>Повышение интереса к литературным</p>	<p>Средняя группа.</p>	<p>Шопен. Ноктюрн №1,2., П.И.Чайковский «Времена года»,</p>

<p>с поэтическими текстами, описательными рассказами.)</p>	<p>настрою, для более полного восприятия литературного образа.</p>	<p>произведениям , формирование эстетических чувств.</p>	<p>Старший дошкольный возраст.</p>	<p>К.Дебюсси «Лунный свет», Р.Шуман «Грезы», Д.Ласт «Одинокий пастух», К.Синдинг «Шелест весны», К.Сен- Санс «Лебедь» из сюиты «Карнавал животных», П.И.Чайковский «Танец маленьких лебедей».</p>
--	--	--	------------------------------------	---