

Музыкотерапия

Музыкотерапия – это метод, использующий музыку в качестве лечебного средства, основанный на целительном воздействии музыки на физическое и психическое состояние человека, а так же при коммуникативных затруднениях.

Музыкотерапия применяется в индивидуальной и в групповой форме.

Каждая из этих форм может быть представлена в трёх видах музыкотерапии:

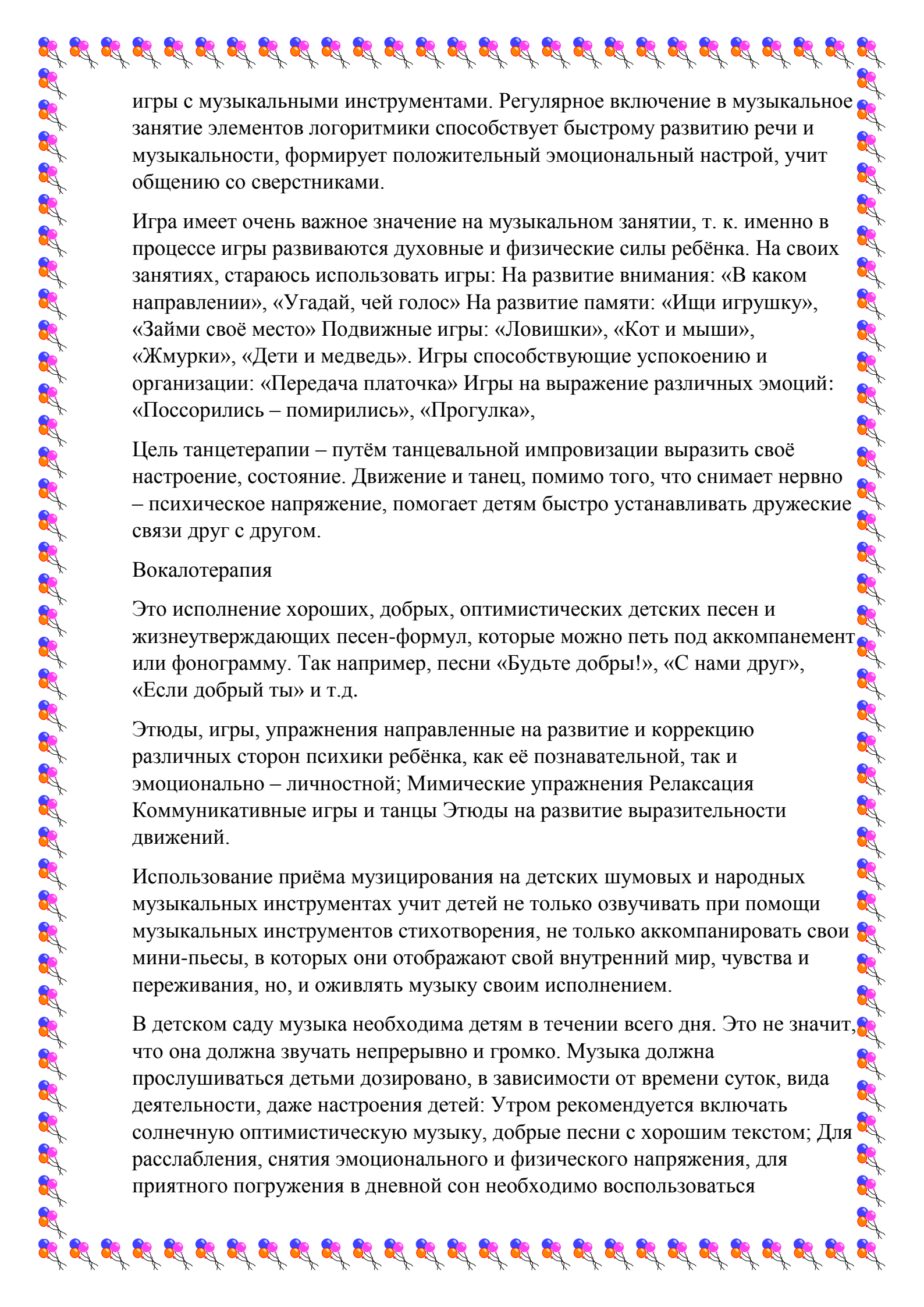
1. Рецептивной 2. Активной 3. Интегративной.

О лечебных свойствах музыки китайские мудрецы писали ещё до н. э. Они полагали, что с помощью звуков можно излечить многие болезни. Для древних греков – Аристотеля, Платона, пифагорийцев – музыка была средством, которое уравнивает внешнюю сторону протекания жизни с психологическим состоянием самого человека. Уже в XIII веке музыка считалась тем важнейшим медицинским средством, благодаря которому можно было замедлить процесс старения человека. В 1807 г. в Вене вышла книга доктора Лихтенталя под названием «Врач — музыкант или сочинение о влиянии музыки на тело и ее использовании при определенных заболеваниях», в которой точно описывается, как музыка может влиять на психику и, тем самым, косвенно на само тело. В 50-х годах в Великобритании, в школе для детей, больных олигофренией, встретились американский пианист и композитор Пол Нордоф и британский психолог-преподаватель Клайв Роббинс. Занимаясь с детьми, оба пришли к одному и тому же выводу: оказывается, музыка существенно влияет на самовыражение таких ребят. Первые эксперименты дали потрясающие результаты, и это подтолкнуло ученых к разработке специальной методики — творческой музыкотерапии, которую очень скоро стали использовать как обязательную часть реабилитации.

Переутомление, нервное истощение. Угнетённое, меланхолическое настроение. Выраженная раздражительность, гневность. Снижение сосредоточенности, внимания. перевозбуждение.

Помимо обычного прослушивания музыки (пассивная форма музыкотерапии) на музыкальных занятиях в детском саду можно использовать активные методы и приёмы музыкотерапии: Логоритмика Игротерапия Танцотерапия Вокалотерапия Психогимнастические этюды и упражнения. Приём музицирования на детских шумовых и народных музыкальных инструментах.

Пальчиковые игры речевые игры, музыкально – двигательные и коммуникативные игры, упражнения для развития крупной и мелкой моторики. Танцы под ритмодекламацию или пение взрослого. 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.

Игра имеет очень важное значение на музыкальном занятии, т. к. именно в процессе игры развиваются духовные и физические силы ребёнка. На своих занятиях, стараюсь использовать игры: На развитие внимания: «В каком направлении», «Угадай, чей голос» На развитие памяти: «Ищи игрушку», «Займи своё место» Подвижные игры: «Ловишки», «Кот и мыши», «Жмурки», «Дети и медведь». Игры способствующие успокоению и организации: «Передача платочка» Игры на выражение различных эмоций: «Поссорились – помирились», «Прогулка»,

Цель танцетерапии – путём танцевальной импровизации выразить своё настроение, состояние. Движение и танец, помимо того, что снимает нервно – психическое напряжение, помогает детям быстро устанавливать дружеские связи друг с другом.

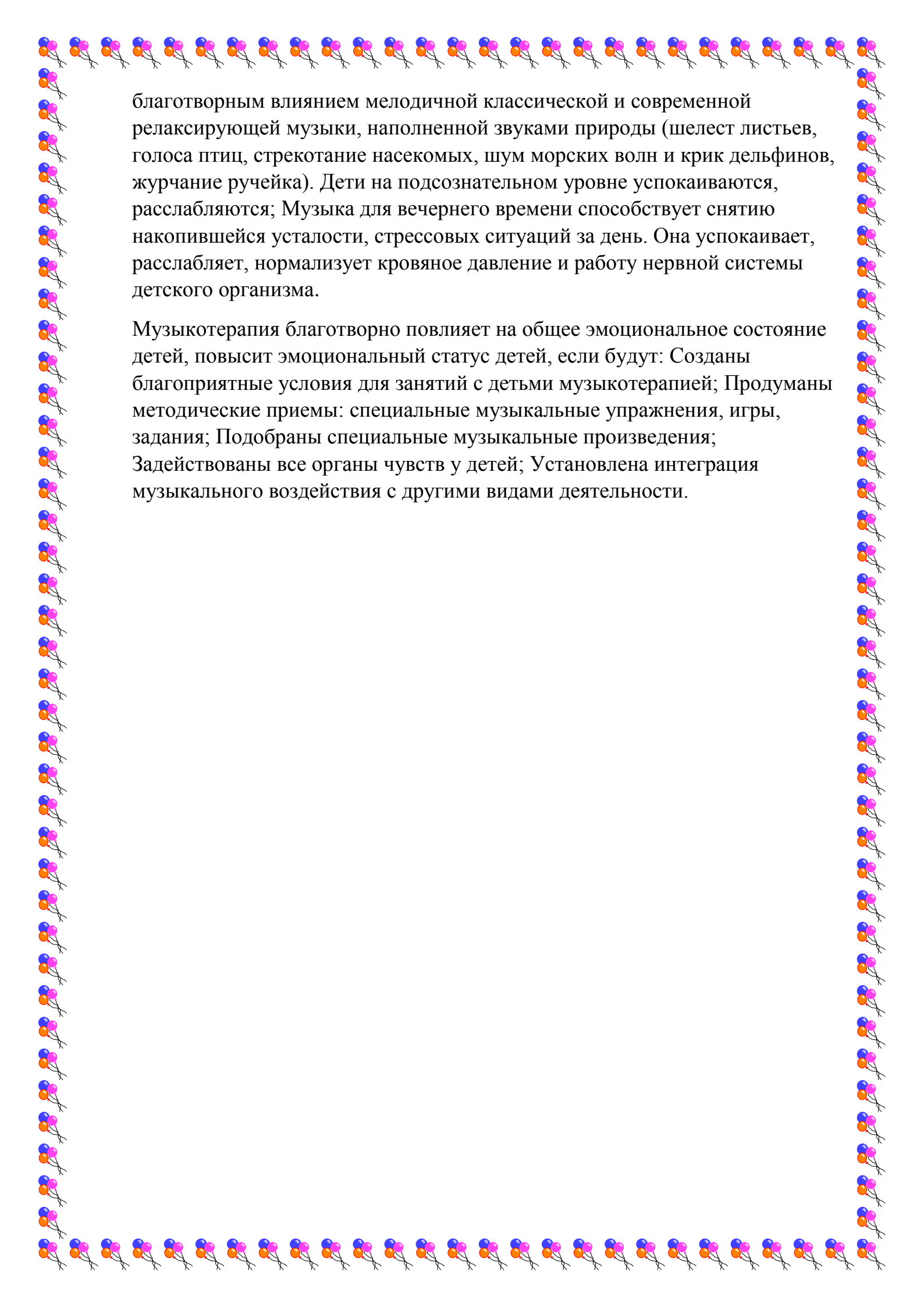
Вокалотерапия

Это исполнение хороших, добрых, оптимистических детских песен и жизнеутверждающих песен-формул, которые можно петь под аккомпанемент или фонограмму. Так например, песни «Будьте добры!», «С нами друг», «Если добрый ты» и т.д.

Этюды, игры, упражнения направленные на развитие и коррекцию различных сторон психики ребёнка, как её познавательной, так и эмоционально – личностной; Мимические упражнения Релаксация Коммуникативные игры и танцы Этюды на развитие выразительности движений.

Использование приёма музицирования на детских шумовых и народных музыкальных инструментах учит детей не только озвучивать при помощи музыкальных инструментов стихотворения, не только аккомпанировать свои мини-пьесы, в которых они отображают свой внутренний мир, чувства и переживания, но, и оживлять музыку своим исполнением.

В детском саду музыка необходима детям в течении всего дня. Это не значит, что она должна звучать непрерывно и громко. Музыка должна прослушиваться детьми дозированно, в зависимости от времени суток, вида деятельности, даже настроения детей: Утром рекомендуется включать солнечную оптимистическую музыку, добрые песни с хорошим текстом; Для расслабления, снятия эмоционального и физического напряжения, для приятного погружения в дневной сон необходимо воспользоваться

A decorative border of colorful balloons (blue, pink, orange) with black strings, arranged in a repeating pattern around the perimeter of the page.

благоприятным 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; Музыка для вечернего времени способствует снятию накопившейся усталости, стрессовых ситуаций за день. Она успокаивает, расслабляет, нормализует кровяное давление и работу нервной системы детского организма.

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.