

Консультация для родителей и педагогов.

Музыкотерапия – одна из здоровьесберегающих технологий.

Муз. руководитель: Коклягина С.А.



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

Музыкальное воспитание включает в себя нравственное развитие личности ребёнка, оно облагораживает, пробуждает высокие внутренние чувства, такие как доброта, любовь, жизнерадостность, позитивное мышление и многое другое. Но 21 век – век скоростей, время великих гениальных открытий и великих достижений в науке, когда уже не остаётся времени уделить внимание своему внутреннему человеку. Люди заиклены на внешних факторах, видимых, временных, что порождает, в свою очередь, агрессию и обособленность. И все эти факторы сказываются на поведении и психике наших детей. Взрослым уже некогда уделять время своим детям и те, в свою очередь, находят «утешение» в компьютерных технологиях, которые приковывают любопытных малышей к экранам телевизоров, пропагандирующих насилие, агрессию и убийства. В результате, дети несут эти эмоции в общество, становясь жестокими и безразличными.

Алкоголизм, наркомания и разводы родителей, также являются сильнейшими факторами стресса для ребёнка, которые несут за собой тяжелейшие последствия в дальнейшем его развитии в течении всей жизни.

Конечно, в детских садах и школах над данной проблемой работают психологи и педагоги, и ищут новые нетрадиционные методы её решения. Я, в свою очередь призываю педагогов не смотреть на эти проблемы со стороны, а пробовать их решать.

Предлагаю обратиться к одному из нетрадиционных методов, который ещё мало изучен, но очень эффективен, в качестве средства коррекции эмоциональных и психологических отклонений. Это метод – **музыкальная терапия.**

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

ребенка, преодолевать неблагоприятные установки и отношения, улучшать эмоциональное состояние. А, также, как ранее было сказано, является средством коррекции эмоциональных отклонений, страхов, двигательных и речевых расстройств, отклонений в поведении, при коммуникативных затруднениях, и при лечении различных соматических и психосоматических заболеваний.

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 будут сочетаться с музыкотерапией.

Активные формы музыкотерапии: ритмотерапия, вокалотерапия, хореотерапия, сказкотерапия, игровая психотерапия.

Пассивные формы музыкотерапии: коммуникативная музыкотерапия (установление контакта с ребенком), реактивная музыкотерапия (помощь в разрешении психологического конфликта), регулирующая музыкотерапия (снятие эмоционального и мышечного напряжения).

Упражнения по музыкотерапии

«Упрямая подушка» (снятие общего напряжения, упрямства)

Терапевтическая игра

Взрослые подготавливают «волшебную, упрямую подушку» (в темной наволочке) и вводят ребенка в игру-сказку: «Волшебница-фея подарила нам подушку. Эта подушка не простая, а волшебная. Внутри ее живут детские упрямки. Это они заставляют капризничать и упрямиться. Давайте прогоним упрямки». Ребенок бьет кулаками в подушку изо всех сил, а взрослый приговаривает: «Сильнее, сильнее, сильнее! » (Чайковский Увертюра «Буря») Когда движения ребенка становятся медленнее, игра постепенно останавливается. Взрослый предлагает послушать «упрямки в подушке: «Все ли упрямки вылезли и что они делают? » Ребенок прикладывает ухо к подушке и слушает. «Упрямки испугались и молчат в подушке», – отвечает взрослый (этот прием успокаивает ребенка после возбуждения). Подушка стала доброй. Давайте полежим на ней и послушаем прекрасную музыку (Шопен «Ноктюрн №20») .

«Клоуны ругаются» (снятие вербальной агрессии).

Терапевтическая игра

Ведущий говорит: «Клоуны показывали детям представление, веселили их, а потом стали учить детей ругаться. Сердито ругаться друг на друга овощами и фруктами». Обращается внимание на адекватное, сердитое интонирование. Дети могут выбирать пары, менять партнеров, «ругаться» вместе или по очереди «ругать» всех детей. Взрослый руководит игрой, сигналом объявляет начало и конец игры, останавливает, если используются другие слова или физическая агрессия (Кабалевский «Клоуны»). Затем игра продолжается, изменяя эмоциональный настрой детей. Ведущий говорит: «Когда клоуны научили детей ругаться, родителям это не понравилось». Клоуны, продолжая игру, учат детей не только ругаться овощами и фруктами, но и ласково называть друг друга цветами. Интонирование должно быть адекватным. Дети вновь разбиваются на пары и ласково называют друг друга цветами.

«Снеговик» (Психогимнастика. (направленные на расслабление, снятие напряжения)

Родитель и ребенок превращаются в снеговиков: встают, разводят руки в стороны, надувают щеки и в течении 10 секунд удерживают заданную позу.

Взрослый говорит: «А теперь выглянуло солнышко, его жаркие лучи коснулись снеговика, и он начал таять». Играющие постепенно расслабляются, опускают руки, приседают на корточки и ложатся на пол. (Шопен Вальс «Зимняя сказка»).