

# Музыкотерапия



# МУЗЫКОТЕРАПИЯ



Музыкотерапия – это метод, использующий музыку в качестве средства коррекции эмоциональных отклонений, страхов, двигательных и речевых расстройств, отклонений в поведении, при коммуникативных затруднениях, а также для лечения различных соматических и психосоматических заболеваний.

# Музыкотерапия

Музыкотерапия существует в двух основных формах: активной и рецептивной.

Активная музыкотерапия представляет собой терапевтически направленную, активную музыкальную деятельность:

воспроизведение,  
фантазирование,  
импровизацию с помощью человеческого голоса и выбранных музыкальных инструментов.



# ЛЕЧЕБНЫЕ ЗВУКИ

**А** Положительно влияет на работу сердца, толстого кишечника, стимулирует энергетику

**О** Стимулирует работу печени

**У** Помогает стабилизировать эмоции

**Е** Стимулирует регенерацию клеток

**Э** Помогает преодолеть комплекс неполноценности

**И** Улучшает работу головного мозга

**Я** Активизирует иммунную систему

**Ю** Звук молодости, обновления.  
Благотворно влияет на почки, кожу

# Лечебная музыка – классические произведения в исполнении Симфонического оркестра

«Аве Мария» Шуберт	→	снимают напряжение
«Лунная соната» Бетховен		
«Лебедь» Сен-Санс		
«Вальс цветов» Чайковский	→	излечивает язву желудка
«Марш» Дунаевский	→	стимулируют творческий импульс
«Болеро» Равель		
«Танец с саблями» Хачатурян	→	профилактика утомляемости
«Утро» Григ		
«Времена года» Чайковский	→	полное расслабление
«Вальс» Шостакович		
«Свадебный марш» Мендельсон	→	нормализует давление
«Полонез» Огивьский	→	снимает головную боль и невроз
«Пер Гюнт» Григ	→	нормализует сон и работу мозга
Музыка Моцарта	→	развивает умственные способности

**Музыкотерапия** – это воздействие музыки на ребёнка с коррекционно – терапевтическими целями.

**Рецептивная музыкотерапия (пассивная):**

- *Музыкопсихотерапия*

решает задачи нормализации психоэмоционального состояния: 1) «музыкальный сон»,

2) музыкально – образная медитация

**Активная музыкотерапия:**

- *Вокалотерапия*

пение, обучение основам диафрагмального дыхания

- *Кинезитерапия*

танцетерапия, коррекционная ритмика, психогимнастика

- *Инструментальная музыкотерапия*

**Интегративная музыкотерапия** (синтез музыкального и зрительного восприятия)

- *Музыкацветотерапия*

- *Музыкаизотерапия* –

восприятие произведений искусства под музыку

*Музыкотерапия* - метод психотерапии, основанный на эмоциональном восприятии музыки. В зависимости от мелодии, ее ритмической основы и исполнения музыка может оказывать самые разнообразные эффекты - от индивидуального ощущения внутренней гармонии и духовного очищения до неуправляемого агрессивного поведения больших человеческих масс. Ее можно использовать для влияния на самочувствие человека.



Музыкотерапия противопоказана:

- \* Младенцам с предрасположенностью к судорогам, при резкой возбудимости .
- \* Детям в тяжелом состоянии, которое сопровождается интоксикацией организма.
- \* Больным отитом.
- \* Детям, у которых резко нарастает внутричерепное давление.



## Формы музыкотерапии:

Активная (двигательные импровизации под соответствующий характеру музыки словесный комментарий);

Пассивная (прослушивание стимулирующей, успокаивающей или стабилизирующей музыки специально или как фон).



Достоинствами музыкотерапии являются:

1. Абсолютная безвредность;
2. Легкость и простота применения;
3. Возможность контроля;
4. Уменьшение необходимости применения других лечебных методик, более нагрузочных и отнимающих больше времени;

# Музыкотерапия –

это особая форма работы с детьми, которая

## Даёт

### возможность

становления характера и норм поведения, развития чувства внутреннего контроля, активизации ребенка на преодоление неблагоприятных установок и отношений.

## Помогает

улучшать эмоциональное состояние, наладить отношения между педагогом и ребенком, избавиться от комплексов, раскрыть новые способности, повысить самооценку, обогатить внутренний мир ребенка яркими переживаниями.

## Способствует

воспитанию эстетических чувств, вкуса, отношения к окружающему, воспитывая любовь к музыкальному искусству и формированию нравственных качеств личности.

## **РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРИМЕНЕНИЮ МУЗЫКОТЕРАПИИ В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ ДЕТСКОГО САДА**

1. Утренний приём в детском саду рекомендуют под классическую мажорную музыку или детские песни с хорошим позитивным текстом. Эта музыка располагает к тесному контакту между взрослым и ребенком, создает атмосферу уюта, тепла, любви и обеспечивает психологическое благополучие.

Вариантами музыки для утреннего приема могут быть и следующие произведения:

- «Утро» (музыка Грига из сюиты «Пер Гюнт»)
- Музыкальные композиции (оркестр Поля Мориа)
- Обработки для русского народного оркестра «Барыня».

2. Дневной сон проходит под тихую, спокойную музыку. Известно, что сон рассматривается как проявление сложноорганизованной деятельности ряда мозговых структур. Отсюда его важнейшая роль в обеспечении нервно-психического здоровья детей.

Дневной сон может сопровождаться следующими музыкальными произведениями:

- Соло фортепиано (Клейдерман и симфонический оркестр)
  - П.И. Чайковский «Времена года»
  - Бетховен, соната № 14 «Лунная»
    - Бах – Гуно «Аве Мария»
    - Колыбельные мелодии
      - Голоса океана

## **РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРИМЕНЕНИЮ МУЗЫКОТЕРАПИИ В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ ДЕТСКОГО САДА**

**3. Особое внимание педагогам следует обратить на пробуждение детей после дневного сна. Для этого используется следующая музыка: Чайковский «Песня жаворонка», «Утро» Григ, «Времена года» Вивальди. Под эту музыку можно сделать комплекс упражнений не поднимая детей с кроватей.**

**Любая НОД может включать в себя музыкальную пятиминутку.**

**Ее цель:**

- Установление контакта (формирование определенной атмосферы, налаживание контакта между взрослым и детьми, подготовка к дальнейшему прослушиванию).**
- Снятие напряжения (музыкальное произведение по характеру напряженное, динамичное, которое проявляет общее настроение детей, несет основную нагрузку, стимулирует интенсивные эмоции, дает эмоциональную разгрузку).**
- Расслабление и заряд положительными эмоциями (музыкальное произведение снимает напряжение, создает атмосферу покоя. Оно обычно спокойное, релаксирующее, либо энергичное, жизнеутверждающее, дающее заряд бодрости, энергии и оптимизма**

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Музыкотерапия будет благотворно влиять на общее эмоциональное состояние детей, повысит их эмоциональный статус, 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.

Наш детский сад успешно внедряет здоровьесберегающие технологии в педагогический процесс всего коллектива. О высоком уровне музыкальности, эмоциональности и трудолюбия детей свидетельствуют дипломы, грамоты, отзывы педагогов творческих объединений города, а также результаты диагностики, проведённой в конце учебного года.