

*Музыкотерапия
как эффективный метод
оздоровления школьников*

*Марутян Ирина Александровна
МОУ СОШ №1, город Волгодонск
Ростовская область*





Мир идет из Гармонии

Гармония дарит Мир и Счастье





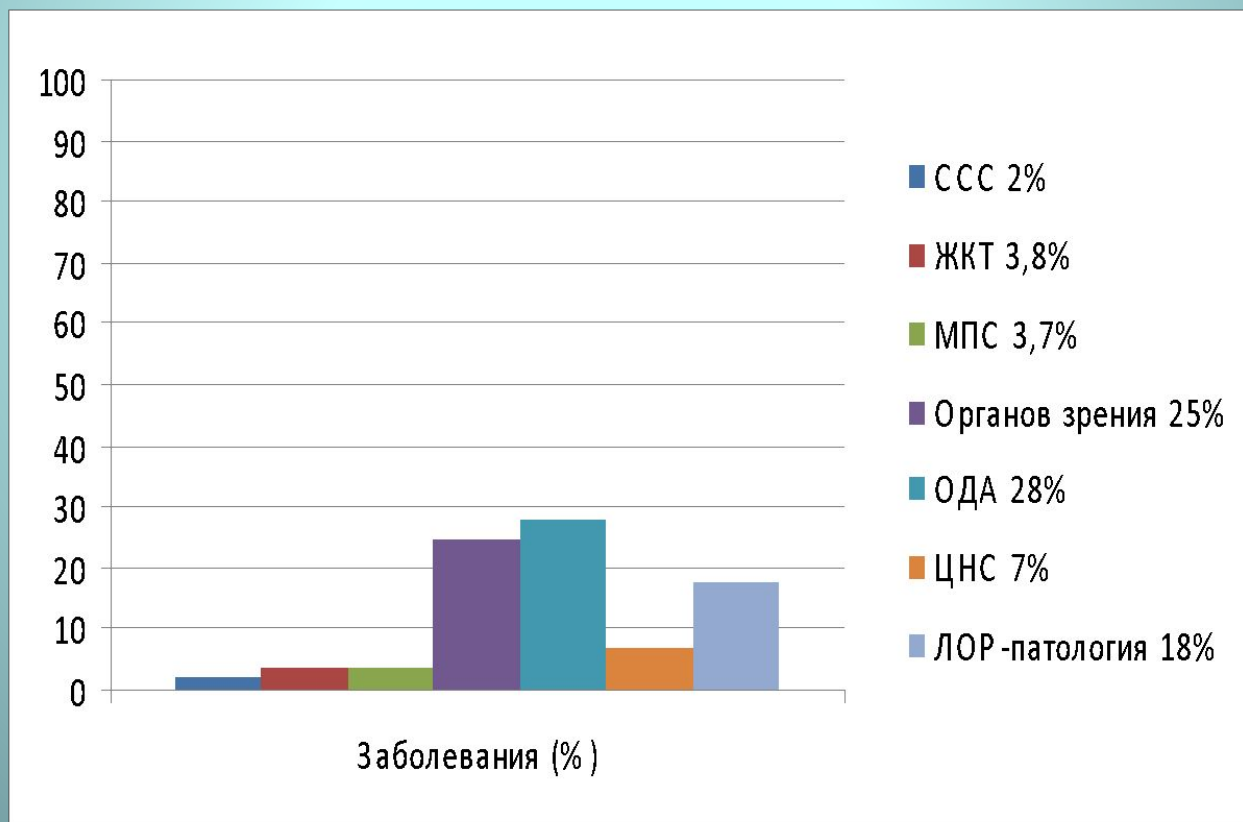
Музыкотерапия

представляет собой
метод, использующий
музыку в качестве
средства
психологической
коррекции.

Укрепление здоровья детей и забота о нем

– одна из главных задач школьного образования и является одним из приоритетных направлений Концепции модернизации российского образования.

По результатам медико-педагогического мониторинга, проведённого в МОУ СОШ №1 в марте 2013 года было выявлено:



Основная цель
использования методов
музыкотерапии на уроках:
оздоравливание обучающихся,
с позиции музыкально-эстетической
направленности, а также
психоэмоциональная коррекция и
регуляция поведения

Феномен музыкотерапии



Феномен Катарсиса

КАТАРСИС (греч. katharsis – «очищение») - это термин древнегреческой философии и этики, который служил для обозначения сущности эстетического переживания как процесса и результатов облагораживающего воздействия на людей, связанного, под влиянием сценической драматургии или музыки, с «очищением души» .



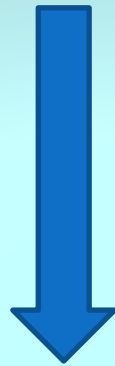
При нарушении принципа индивидуальности, несоответствии психологического содержания музыки и слушателя вызываются тягостные ощущения - *Феномен кессона.*

Музыкотерапия



Активная:

- Вокалотерапия;
- Танцотерапия;
- Инструментальная музыкотерапия



Пассивная

(рецептивная):

- Прослушивание музыки



Интегративная:

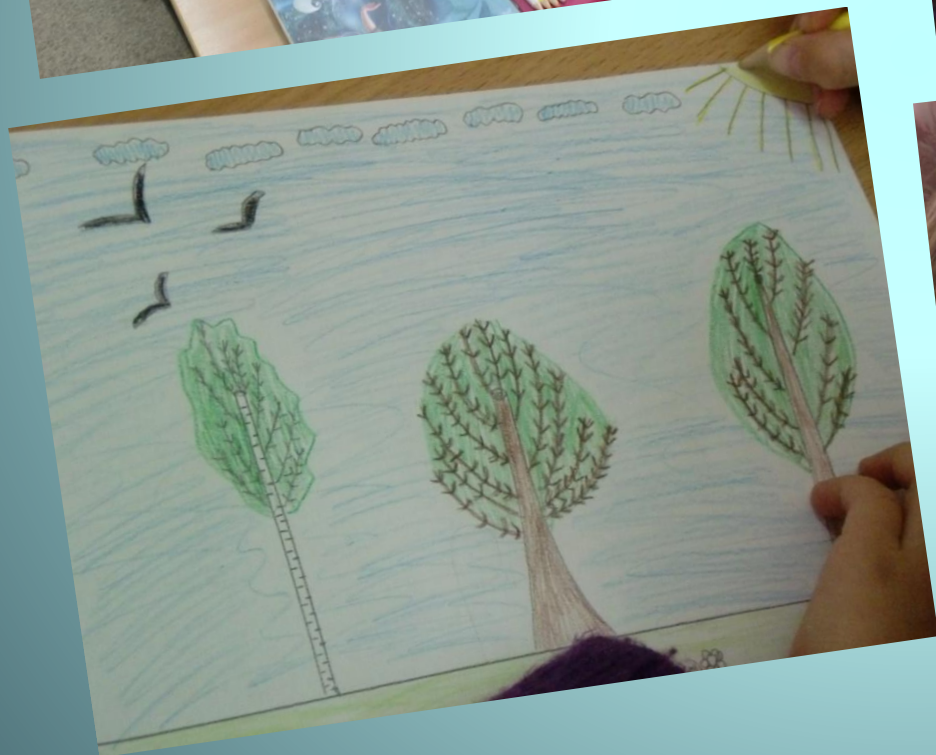
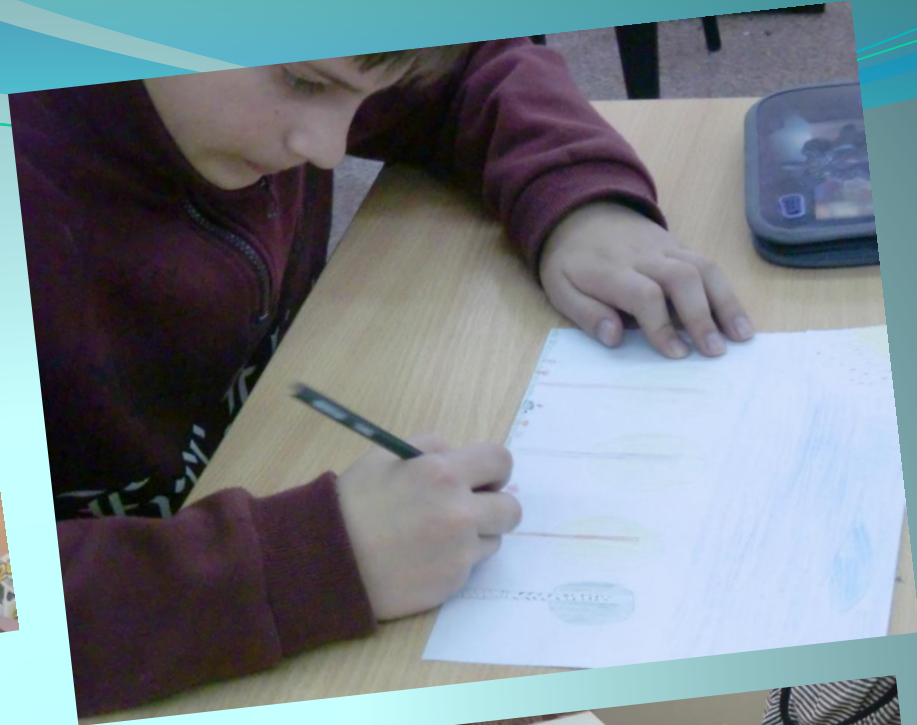
- Музыкацветотерапия

Элементы вокалотерапии



Элементы интегративной музыкотерапии





Примеры музыкальных произведений в музыкотерапии

- Для уменьшения чувства тревоги и неуверенности - "Мазурка" Шопен, "Вальсы" Штрауса, "Мелодии" Рубинштейна.
- Для уменьшения раздражительности, разочарования, повышение чувства принадлежности к прекрасному миру природы - "Кантата № 2" Баха, "Лунная соната" Бетховена.
- Для общего успокоения - "Симфония №6" Бетховена, часть 2, "Колыбельная" Брамса, "Аве Мария" Шуберта.
- Для снятия симптомов гипертонии и напряженности в отношениях с другими людьми - "Концерт ре-минор" для скрипки Баха.
- Для уменьшения головной боли, связанной с эмоциональным напряжением, - "Дон Жуан" Моцарт, "Венгерская рапсодия №1" Листа, "Сюита Маскарад" Хачатуряна.
- Для поднятия общего жизненного тонуса, улучшение самочувствия, активности, настроения - "Шестая симфония", Чайковского, 3 часть, "Увертюра Эдмонд" Бетховена.
- Для уменьшения злобности, зависти к успехам других людей - "Итальянский концерт" Баха, "Симфония" Гайдна.
- Для повышения концентрации внимания, сосредоточенности - "Времена года" Чайковского, "Лунный свет" Дебюсси, "Симфония № 5" Мендельсона.





*Спасибо
за внимание!*