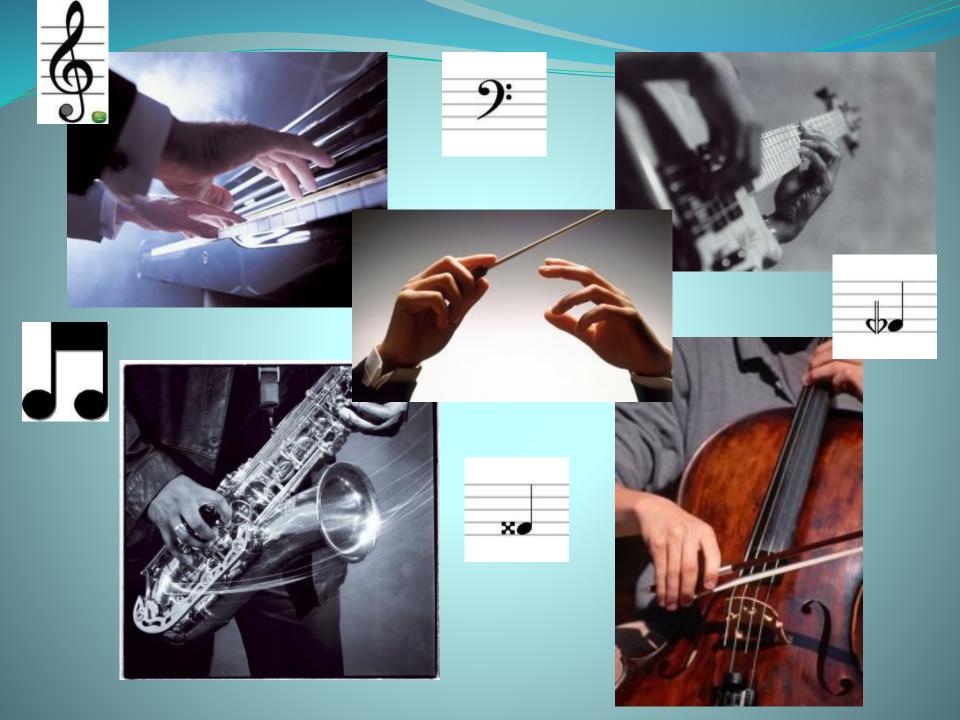
Музыкотерапия как эффективный метод оздоровления школьников

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









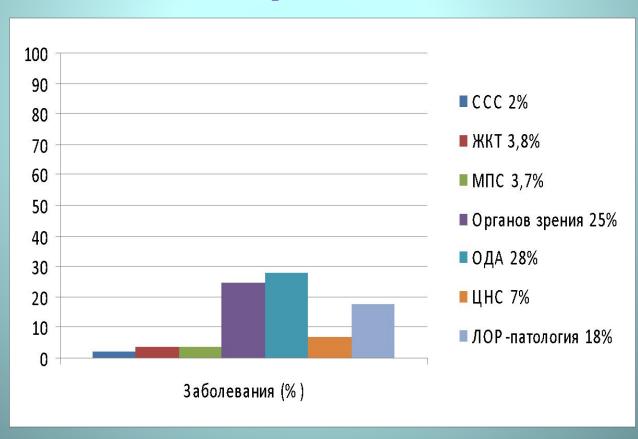
Музыкотерапия представляет собой метод, использующий музыку в качестве средства психологической коррекции.

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;

Танцетерапия;

Инструментальная музыкотерапия

Пассивная

(рецептивная):

Прослушивание музыки

<u>Интегративная:</u>

Музыкоцветотерапия

Элементы вокалотерапии





Элементы итегративной 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!