

The background of the slide features a collage of musical instruments and sheet music. At the top left, there is a golden trumpet. To its right is a yellow and red tambourine. Further right is a yellow horn. At the top right, there is a golden xylophone. In the bottom left, a red violin is visible. The background is filled with blue musical notes and staves on a light blue background.

# ***Музыкотерапия как средство снятия психоэмоционального напряжения у дошкольников***

Васильева Диана Алексеевна  
Музыкальный руководитель  
ГБДОУ Детский сад № 76  
Калининского р-на, г. СПб.



«Легкая мелодия – самый лучший утешитель для  
возбужденной фантазии и лекарство для мозга».  
В. Шекспир

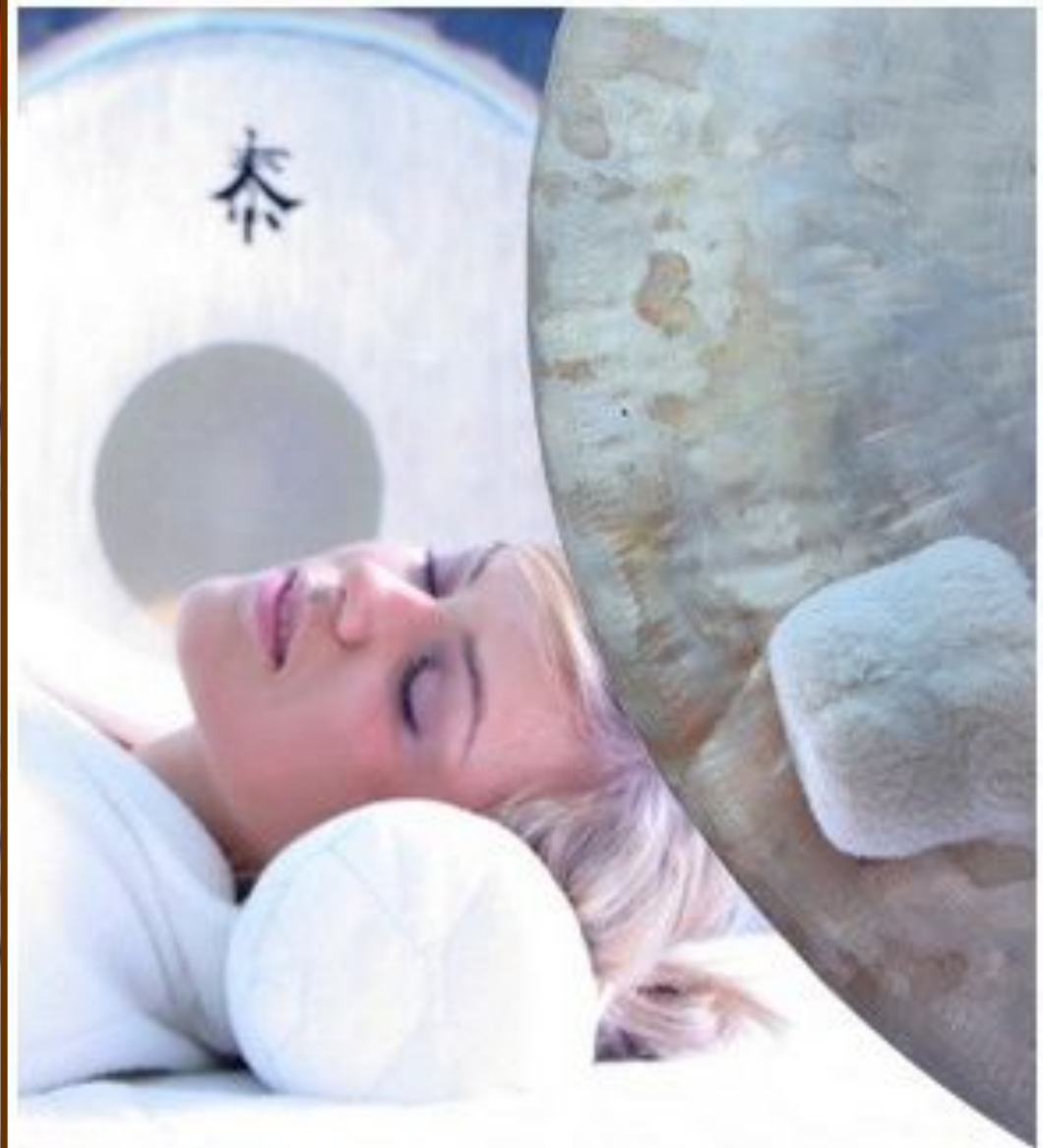


В последнее время  
отмечается резкий рост  
числа детей с разными  
формами нарушений  
психо-эмоциональной  
сферы. В дошкольные  
учреждения приходит всё  
больше детей с ярко  
выраженной  
гиперактивностью,  
психосоматическими  
заболеваниями



## Музыкотерапия

**Анализируя основы психокоррекционной работы с детьми, учёные отмечают, что в дошкольном возрасте одним из наиболее эффективных методов является музыкотерапия. Термин «музыкотерапия» имеет греко-латинское происхождение и в переводе означает «исцеление музыкой».**



## А. Томатис пришел к поразительному открытию:



- «Ухо предназначено не только для того, чтобы слышать, но и чтобы питать энергией разум и тело.
- Клетки мозга работают как маленькие батарейки-аккумуляторы. Они заряжаются не путем метаболизма тела, а с помощью энергии звуков».

# Музыка и физиология

- Опытным путем удалось установить, что человеческий организм в большинстве случаев «откликается» на музыку, подстраиваясь под ее темп, что сказывается на частоте пульса, дыхании, кровообращении, работе внутренних органов и желез секреции. Поэтому спокойное классическое произведение способно погрузить ребенка в состояние, близкое к медитации, во время которого его организм начинает работать в замедленном режиме



# Формы музыкотерапии



- **Различают три основные формы музыкотерапии:** рецептивную, активную, интегративную.
- **Рецептивная музыкотерапия** (пассивная) отличается тем, что человек в процессе музыкотерапевтического сеанса не принимает в нем активного участия, занимая позицию простого слушателя. Ему предлагают прослушать различные музыкальные композиции либо вслушиваться в различные звучания, отвечающие состоянию его психического здоровья.
- **Активные методы** музыкальной терапии основаны на активной работе с музыкальным материалом: инструментальная игра, пение.
- **Интегративная музыкотерапия** наряду с музыкой задействует возможности других видов искусства: рисование под музыку, музыкально-подвижные игры, пантомима, пластическая драматизация под музыку, создание стихов, рисунков, рассказов после прослушивания музыки и др. творческие формы.

# Эффект Моцарта

- После многочисленных экспериментов ученые пришли к выводу, что при нервных расстройствах, повышенной возбудимости, склонности к истерикам и капризам наиболее благоприятное воздействие на ребенка оказывает музыка Моцарта. Если проводить сеансы музыкотерапии ежедневно по 20-30 минут, то уже через 7-10 дней малыш начнет вести себя более взвешенно и адекватно.



## Дыхательная музыкотерапия



Дыхательная музыкотерапия, включающая игру на духовых музыкальных инструментах, дыхательную гимнастику под музыку и различные упражнения для развития певческого дыхания, позволяет детям заниматься оздоровлением, не замечая процесса лечения.

Дыхательная музыкотерапия оказывает огромное влияние на эмоциональную сферу, позволяя проводить развивающий эмоциональный тренинг, приводящий к улучшению психофизиологического состояния ребенка. Кроме того, дыхательная музыкотерапия прекрасно снимает стрессы, развивает у детей внешний и внутренний слух



# Музыкальная аптека




При прослушивании музыкальных упражнений важно отвлечь ребенка от травмирующих переживаний и помочь ему при помощи музыки увидеть всю красоту мира.



1. Для активизации жизненных сил для гипоактивных детей музыка М. Равеля «Болеро».

2. Для расслабления, снятия раздражительности (для гиперактивных детей) музыка Д. Шостаковича из фильма «Овод».

3. Снятие стресса, оптимизация настроения музыка Ж. Бизе «Юношеская симфония», танцевальная музыка из оперетт Р. Штрауса, И Кальмана.

A vibrant collage of musical instruments. In the foreground, a violin is prominently displayed on the left. To its right, a trumpet and a saxophone are visible. In the upper right corner, there are maracas. The background is filled with musical notation, including staves with notes and clefs. The text "Спасибо за внимание!" is written in a bold, red, italicized font across the center of the image.

***Спасибо  
за  
внимание!***