

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 42»

Консультация для педагогов

**«Музыкотерапия как средство сохранения и укрепления психического и физического здоровья воспитанников».**



вила:

*руководитель*  
*Гусева М.А.*  
**29 ноября 2018 г.**

# Использование здоровьесберегающих технологий в музыкальной деятельности ДОУ

- Воспитание здорового подрастающего поколения граждан России - первоочередная задача государства, от решения которой во многом зависит его будущее процветание.
- В соответствии с новыми нормативными документами, введением ФГОС, особую актуальность приобретает оптимизация сохранения и укрепления психофизического здоровья ребенка.
- Одной из главных задач дошкольного учреждения является – создание условий, гарантирующих формирование и укрепление здоровья воспитанников
- Это требует внедрения здоровьесберегающих технологий во все образовательные области и интеграцию оздоровительной работы с музыкально-образовательной.

# 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** – это метод, использующий музыку в качестве лечебного средства, основанный на целительном воздействии музыки на физическое и психическое состояние человека, а так же при коммуникативных затруднениях



# Влияние музыки на организм ребёнка

**М. Л. Лазарев считает, что музыка воздействует на многие сферы жизнедеятельности через три основных фактора:**

- **Вибрационный фактор музыки - является стимулятором обменного процесса на уровне клетки.**
- **Физиологический фактор музыки - способен изменять различные функции организма – такие как дыхательная, двигательная, сердечнососудистая.**
- **Психологический фактор музыки - через ассоциативные связи, медитацию способен значительно менять психическое состояние ребенка.**

**Музыка учит ребёнка чувствовать ритмы жизни, гармонизирует его собственные биоритмы, влияет биохимические процессы организма.**

**Музыка позволяет точно дозировать психофизическую нагрузку.**

**Музыка, оживляя эмоциональную сферу, снимает стрессы, восстанавливает иммунитет.**

**Музыка развивает экспрессию человека – двигательную, речевую, мимическую**

# Виды музыкотерапия в детском саду

**Музыкотерапия применяется в индивидуальной и групповой форме.**

Каждая из этих форм может быть представлена в трёх видах музыкотерапии:

**Рецептивная (пассивная) музыкотерапия** – слушание музыки

**Активная музыкотерапия** – танцетерапия, вокалотерапия, приём музицирования на детских шумовых и народных инструментах, игротерапия, логоритмика, психогимнастические этюды и упражнения,

**Интегративная музыкотерапия** – рисование под музыку, музыкальные подвижные игры, пантомима, пластическая драматизация под музыку, создание

г

и музыки и др.



ЭВ

## Музыкотерапия в течение дня

Музыка для утреннего приёма - располагает к тесному контакту между взрослым и ребенком, создает атмосферу уюта, тепла, любви и обеспечивает психологическое благополучие.

### Варианты музыки:

- Музыка В.А. Моцарта
  - «Утро» (музыка Грига из сюиты «Пер Гюн
- Музыкальные композиции (оркестр Поля Мориа)
  - Обработки для русского народного оркестра («Барыня», «Камаринская», «Калинка»)
- Сен-Санс «Карнавал животных» (симфонический оркестр)



# Музыкотерапия во время сна.

Музыка во время сна оказывает оздоравливающее терапевтическое воздействие. Сон играет важную роль в обеспечении нервно-психического здоровья детей. Дневной сон может сопровождаться следующими музыкальными произведениями:

- «Времена года» П. И. Чайковского.
- Бетховен, соната № 14 «Лунная».
- Бах – Гуно «Аве Мария».



## *Как музыка влияет на сон.*

**Музыка перед сном способна вызывать у детей положительные эмоции. Они будут засыпать и просыпаться в хорошем настроении, что станет отличной мотивацией для контакта с другими людьми и выполнения каких-то поставленных перед ним задач. Классика действует на детей как успокоительное. Если превратить музыкотерапию перед сном в ежедневный ритуал, вскоре малыш будет ассоциировать выбранные композиции именно с этим. Он начнет быстрее погружаться в глубокий сон, а укладывать малыша станет на много проще.**





# Музыкотерапия для вечернего времени.

Музыка для вечернего времени способствует снятию накопившейся усталости, стрессовых ситуаций за день. Она успокаивает, расслабляет, нормализует кровяное давление и работу нервной системы детского организма.

## Варианты музыки для вечернего времени:

- Мендельсон «Концерт для скрипки с оркестром».
- Бах «Органное произведение».
- Вивальди «Времена года».
- «Голоса природы».



## Особенности использования музыкотерапии:

- громкость звучания музыки должна быть строго дозирована (не громко, но и не тихо);
- использовать для прослушивания следует те произведения, которые нравятся всем детям;
- лучше использовать музыкальные пьесы, знакомые детям (они не должны отвлекать внимание нов...



одновременно

## Музыкотерапия в коррекционной логопедической работе с детьми с ТНР

Музыкотерапия включает следующие виды деятельности:

- -прослушивание музыкальных произведений
- -прослушивание звуков природы, пения птиц и т.д.
- -выполнение ритмических движений под музыку (включающих общую, мелкую и артикуляционную моторику)
- музыку и изодеятельност



Музыкотерапия в коррекционной работе способствует:

- -улучшению общего эмоционального состояния детей
- -улучшению исполнения качества движений (развивается выразительность, ритмичность, координация движений)

## Рецептивная музыкотерапия для детей

### Упражнение «Шум моря»

Дети слушают звуки моря, а затем им предлагают «подышать», как море. Сделать тихий, мягкий вдох животом и плавно поднять вверх руки. А потом, выдохнуть на звук «Ш». Выдыхать долго, втягивая живот, чтоб вышел весь воздух. Мягко опустить руки и снова вдохнуть.





## Рецептивная музыкотерапия для детей.

### Релаксационное упражнение

Мы спокойно отдыхаем,  
Сном волшебным засыпаем.

Дышится легко, ровно, глубоко...

Наши руки отдыхают...

Ноги тоже отдыхают...

Отдыхают, засыпают... (2 раза)

Дышится легко... ровное

Напряженье ушло

И расслаблено

Будто мы лежим

На зелёной, мягкой траве

Греет солнышко

Ножки тёплые

Дышится легко... ровно

Мы спокойно отдыхаем

Сном волшебным засыпаем

Хорошо нам отдыхать



Но пора уже вставать!



## ***Активная музыкотерапия для детей.***

### **Упражнение по ритмотерапии**

#### **«Пузырьки воздуха»**

**Под звуки плеска волн дети очень тихо, легко и мягко ходят на носочках. Они представляют себя пузырьками воздуха, лёгкими и невесомыми.**





**Упражнение по музыкоизотерапии**  
**Картина В.М.Васнецова «Ковёр-самолёт»**

**«Ковёр-самолет»**  
**(1880 г.)**





## Упражнение по музыкоизотерапии

### Картина В.А.Васнецова «Спящая царевна»





**Таким образом, становится ясно, что использование музыкотерапии в дошкольных образовательных учреждениях выступает как необходимое условие полноценного развития детей.**



***Спасибо за внимание.***



