

«Музыкотерапия. От теории к практике».

Использование здоровьесберегающих технологий в музыкальной деятельности у детей старшего дошкольного возраста.

(по авторской программе Анисимовой М. В. «Музыка здоровья»)

СОСТАВИЛА ЧУРКИНА ИРИНА ЛЕОНИДОВНА,
МУЗЫКАЛЬНЫЙ РУКОВОДИТЕЛЬ

МБДОУ «ДЕТСКИЙ САД № 5»

С. УСТЬ-ЦИЛЬМА, РЕСПУБЛИКА КОМИ.

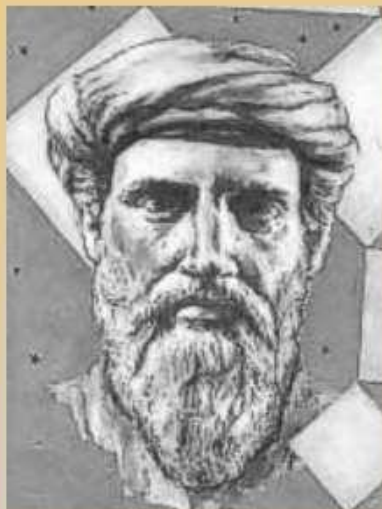
ОКТАБРЬ 2016 Г.

ПОЧЕМУ?





Древняя Греция



Пифагор

- ★ Еще в Древней Греции математика и музыка назывались родными сёстрами, а со времён Пифагора наука о музыке входила в пифагорейскую систему знаний, наряду с арифметикой (наукой о числах), геометрией (наукой о фигурах и их измерениях) и астрономией (наукой о строении Вселенной).



НЕМНОГО ИЗ ИСТОРИИ:

Корифеи античного мира
Пифагор, Аристотель,
Платон утверждали, что
музыка устанавливает
порядок и равновесие во
всей Вселенной и гармонию
в физическом теле
человека.

Выдающийся арабский
философ Авиценна 1000 лет
назад музыкой лечил от
нервных и психических
заболеваний.

Русские знаменитые ученые:

И. Сеченов, С. Боткин, И.
Павлов говорили о
необыкновенной
способности мелодичных
звуков *вызывать приятные
эмоции, повышать
активность коры головного
мозга, улучшать обмен
веществ,*



ВЛИЯНИЕ ГРОМКОСТИ



ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ ВОЗМОЖНОСТИ МУЗЫКИ



ГИТАРА
сердце



АРФА
легкие



БАРАБАН

позвоночник



ПИАНИНО
желудок



САКСОФОН
почки



ТРУБА

поджелудочная
железа



ГАРМОНЬ

толстый кишечник



СКРИПКА

тонкий кишечник



ГОБОЙ

желтый пузырь



ФЛЕЙТА

позвонок



SelfComposing.org

Влияние Музыка на Человека

ЦЕЛЬ:

**Формировать у детей,
родителей и педагогов
знания, навыки ЗОЖ через
музыкальное искусство**

ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ НАПРАВЛЕНА:

- на формирование здоровой, сильной, творческой, жизнеспособной личности, а также особой среды «устойчивой духовности» как одного из важнейших факторов предупреждения девиантного поведения;
- развитие эмоциональной сферы, связанной с освоением деятельности.



ФОРМЫ РАБОТЫ:

- музыкальные занятия;
- познавательные и игровые мероприятия;
- развлекательные досуги;
- интегрированные занятия;
- дни здоровья и др.



МЕТОДОЛОГИЧЕСКАЯ ОСНОВА:

- «Музыкально-рациональная терапия» педагога – музыканта В. И. Петрушина.
- Дыхательная гимнастика А. Н. Стрельниковой.
- Фонопедический метод развития голоса врача – фонопеда В. В. Емельянова.
- Теория Б. М. Теплова о роли музыкальной деятельности в развитии музыкальных способностей.
- Теория Н. А. Ветлугиной о художественно-образной основе музыкальной деятельности дошкольников.

РАЗДЕЛЫ:

- слушание;
- пение;
- движения;
- игра;
- творчество
- релаксация



ВИДЫ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В РАЗДЕЛАХ:

Слушание:

- музыкотерапия;
- «эффект Моцарта»;
- сказкотерапия.

Пение:

- вокалотерапия;
- валеологические песни;
- дыхательная гимнастика;
- артикуляционная гимнастика;
- физвокализ;
- фонопедический метод развития голоса;
- дикционные упражнения (скороговорки, поговорки, ритмодекламация, произношение текста песен шепотом);

Музыкально-ритмические упражнения:

- Ритмотерапия (ритмич. игры, упражнения, импровизации);
- логоритмика;
- терапия творчеством (мелодизация образов, звучащие жесты, мимика; игра на инструментах);

Игровое творчество:

- игровой массаж (рук, пальцев, спины);
- пальчиковая гимнастика;
- музыкальные игры.

Релаксация:

- психогимнастические игры;
- музыкальный аутотренинг;
- улыбкаотерапия.

СИНТЕЗ РАЗЛИЧНЫХ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПОДЧИНЕН ОДНОЙ ЦЕЛИ:

- мотивации к здоровому образу жизни
- профилактике и сохранению эмоционального и физического здоровья.



ПРЕДЛАГАЮ ОКУНУТЬСЯ В МИР ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ!

Эффект Моцарта



Произведения Моцарта универсальны: они рекомендуются для снятия стресса, эффективного усвоения учебного материала, от головной боли, а также во время восстановительного периода, например, после экстремальных ситуаций. Причем лечебным эффектом обладают все произведения Моцарта. Это явление получило название: эффект Моцарта.

В чем секрет музыки Моцарта?

Музыка Моцарта оказывает лечебное воздействие на человека потому что в ней очень много высоких звуков, Её энергия полезна для головного мозга и для всего организма . Музыка Моцарта не заставляет мозг “перенапрягаться” . Она простая, чистая, светлая, солнечная, искренняя. Поэтому Моцарта называют “солнечным” композитором.

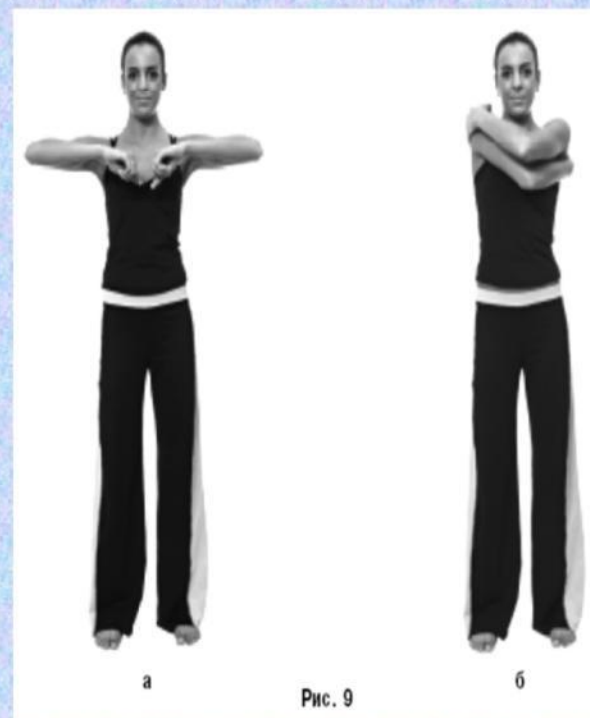


ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА (ПО СТРЕЛЬНИКОВОЙ)

Упражнение 1. «Ладони»



Упражнение 8. «Обними плечи»



АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА:

- ▣ «Горячий чай»
- ▣ «Чистим



РИТМИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Ритмизация имен

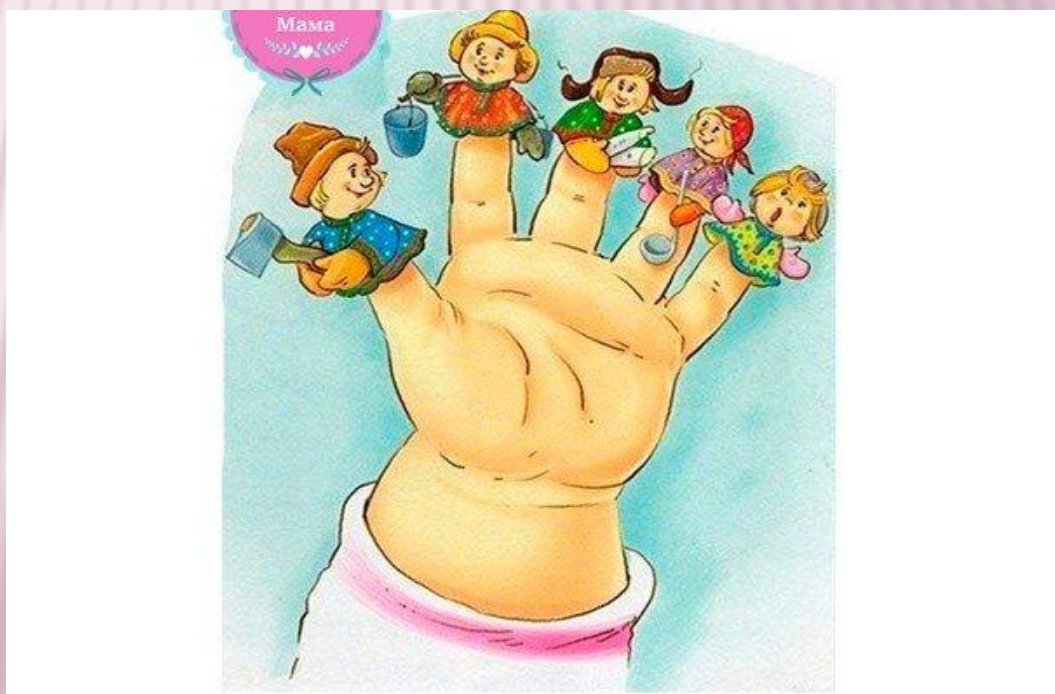


ЛОГОРИТМИКА

Палочки веселые
В руки мы возьмем,
Палочкой о палочку
Мы стучать начнем!
Раз, два, три, раз, два, три,
Мы стучать начнем!
Палочки веселые
Мы подняли вверх,
Зазвучит пусть с музыкой
Наш веселый смех!
Ха-ха-ха, ха-ха-ха,
Наш веселый смех!
Палочки веселые
Опустились вдруг,
Музыка закончилась,
Тишина вокруг...

ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА

- Пальчик - мальчик, где ты был?
- С этим братцем в лес ходил,
С этим братцем щи варил,
С этим братцем кашу ел,
С этим братцем песни пел!



«Желаю Вам цвести, расти,
Крепить свое здоровье.
Оно для дальнего пути -
Главнейшее условие».

С.Я. Маршак



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!



ИСТОЧНИКИ:

- интернет ресурсы (картинки, афоризмы);
- Анисимова М. В. Музыка здоровья: Программа музыкального здоровьесберегающего развития дошкольников. – М.: ТЦ Сфера, 2014. – 128 с.