

# **«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.

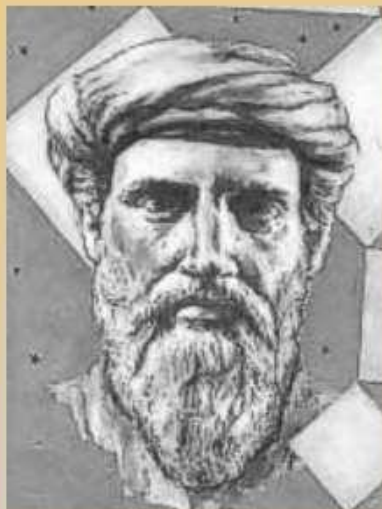
ОКТАБРЬ 2016 Г.

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](http://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.

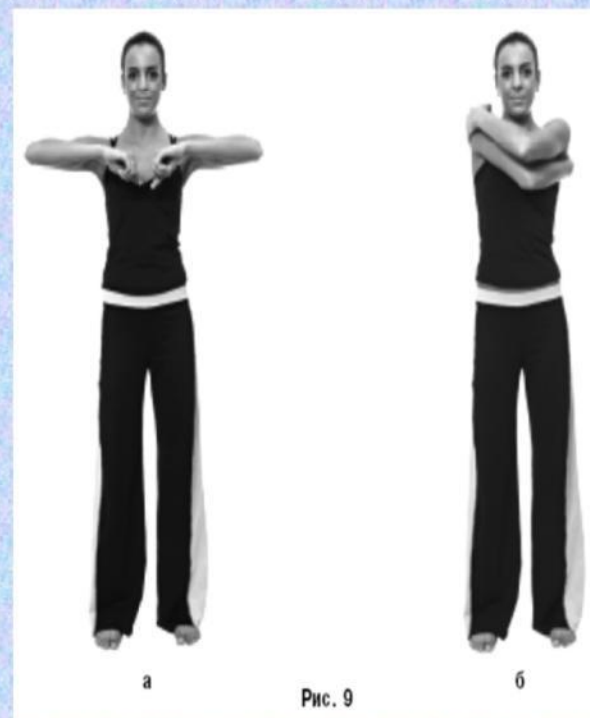


# ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА (ПО СТРЕЛЬНИКОВОЙ)

Упражнение 1. «Ладони»



Упражнение 8. «Обними плечи»



# АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА:

- ▣ «Горячий чай»
- ▣ «Чистим



# РИТМИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

## *Ритмизация имен*



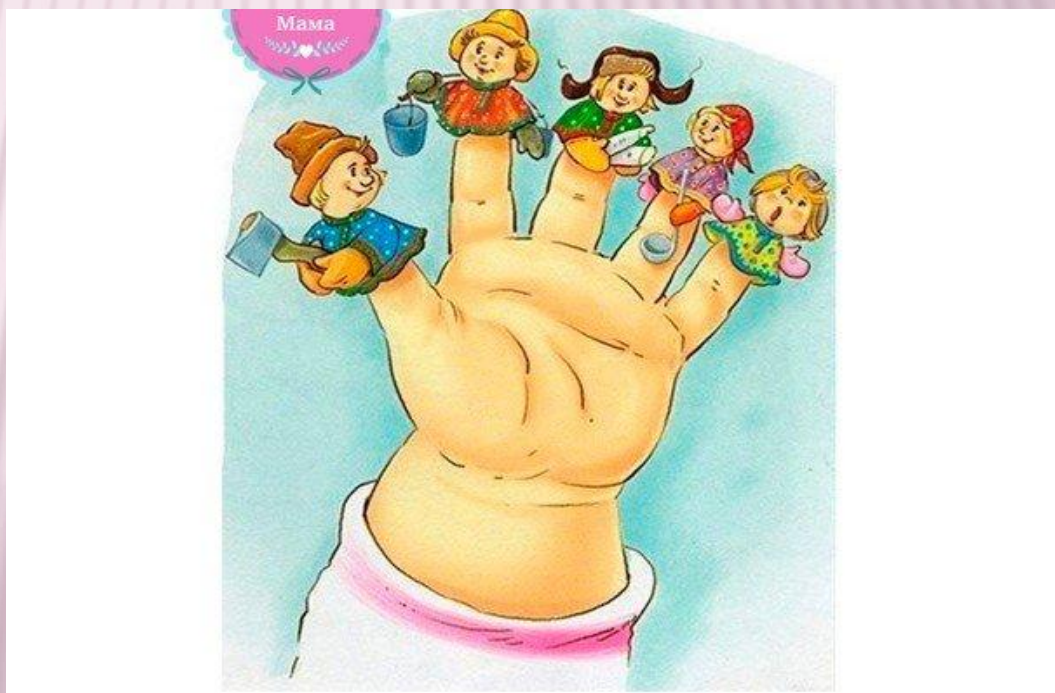
# ЛОГОРИТМИКА

---

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.