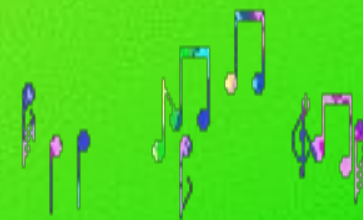


Музыкотерапия в ДОУ

Громова Чулпан Раесовна, кандидат
психологических наук, доцент

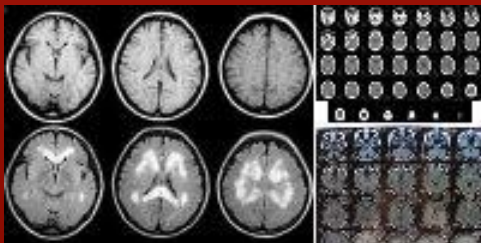
ИСТОЧНИКИ :

1. Георгиев Ю. Музыка здоровья: Доктор мед. наук С. Шушарджан о музыкальной терапии// Клуб. – 2001. - № 6.
2. Готсдинер А.Л. Музыкальная психология.- М.: НВ МАГИСТР, 1993.
3. Кэмпбелл Д. Эффект Моцарта // Древнейшие и самые современные методы использования таинственной силы музыки для исцеления тела и разума. - Минск. - 1999
4. Медведева И.Я. Улыбка судьбы. Роли и характеры / И.Я. Медведева, Т.Л. Шишова; художник Б.Л. Аким. – М.: «ЛИНКА-ПРЕСС», 2002.
5. Петрушин В.И. Музыкальная психология: Учебное пособие для студентов и преподавателей. – М.: Гуманит. издат. центр ВЛАДОС, 1997.
6. Петрушин В. И. Музыкальная психотерапия: Теория и практика: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. – М.: Гуманит. издат. центр ВЛАДОС, 2000.
7. Тарасова К.В., Рубан Т.Г. Дети слушают музыку: Методические рекомендации к занятиям с дошкольниками по слушанию музыки. – М.: Мозаика-Синтез. 2001.
8. Теплов Б.М. Психология музыкальных способностей. – М.: Педагогика, 1985.



данные томографического сканирования мозга детей и подростков от 6 до 18 лет

- Занятия музыкой отражались в первую очередь на моторной коре, отвечающей за координацию движений. ...влияние на те зоны, которые отвечали за поведение, внимание, рабочую память, организацию и планирование действий



Как слушают музыку?

профессионал

- активно работает левое полушарие мозга
- музыканты, в отличие от других людей, могут "обрабатывать" музыку, как речь.

непрофессионал

- активно работает правое полушарие мозга

Каким же образом музыка воздействует на организм человека?

- Организм человека, слушающего музыку, как бы подстраивается под нее. В результате поднимается настроение, работоспособность, снижается болевая чувствительность, нормализуется сон, восстанавливается стабильная частота сердцебиения и дыхания. Мелодии, доставляющие человеку радость, благотворно влияют на организм: замедляют пульс, увеличивают силу сердечных сокращений, способствуют расширению сосудов, нормализуют артериальное давление, стимулируют пищеварение, улучшают аппетит, облегчают установление контакта между людьми, повышают тонус коры головного мозга, улучшает обмен веществ, стимулируют дыхание и кровообращение, усиливают внимание. Меняется эмоциональное состояние человека.

Отдельные элементы музыки имеют прямое влияние на различные системы человеческого организма.

- Ритм. Если звучание ритма музыки реже ритма пульса - то мелодия будет оказывать релаксационный эффект на организм, мягкие ритмы успокаивают, а если они чаще пульса, возникает возбуждающий эффект, при этом быстрые пульсирующие ритмы могут вызывать отрицательные эмоции.
- Тональность. Минорные тональности обнаруживают депрессивный, подавляющий эффект. Мажорные - поднимают настроение, приводят в хорошее расположение духа, повышают артериальное давление и мускульный тонус.
- Также очень важны такие характеристики, как диссонансы - дисгармоничное сочетание звуков - они возбуждают, раздражают, и консонансы - гармоничное сочетание звуков - они, напротив, успокаивают, создают приятное ощущение.

Музыкотерапия противопоказана:

- **детям в тяжелом состоянии, которое сопровождается интоксикацией организма;**
- **больным отитом;**
- **детям, у которых резко нарастает внутричерепное давление;**
- **младенцам с предрасположенностью к судорогам.**

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.

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 (не должны отвлекать внимание новизной) ;
- - продолжительность прослушивания должна составлять не более 10 минут одновременно.

«Вредная музыка»

- Слишком громкая
- Тяжелый рок
- «металл»
- Музыка с прерывающимся ритмом (техно, транс)

Индивидуальный подход в музыкотерапии

- Для детей с различным темпераментом, соответственно, и музыка подбирается разная. Мелодии со спокойным ритмом («анданте», «адажио») должны слушать беспокойные дети. Согласно мнению медиков, таким детям подойдет немецкая или венская музыка из произведений Шуберта, Моцарта, Гайдна, а также рождественские церковные песнопения. С генеративными детьми нужна "твердая рука": используется активная музыкотерапия, четкий ритм.
- А заторможенным детям с плохим аппетитом, испытывающим проблемы с дыханием, необходимо слушать музыку в темпе «аллегро», «аллегро модерато», вальсы из балетов Чайковского, произведения Вивальди, маршевые композиции. Неоднократно отмечалось, что значительно сильнее влияют на ребенка мелодии со словами. Причем язык практически не имеет значения. Наибольшим возбуждающим воздействием обладает музыка Вагнера, оперетты Оффенбаха, «Болеро» Равеля, «Весна священная» Стравинского, «Каприз № 24» Никколо Паганини. Эти мелодии могут использоваться в работе с вялыми детьми.

ЗАИКАНИЕ И МУЗЫКА

Причины заикания: заболевания с осложнениями на НС, болезни речевых органов, подражание, психическая травма. Дети с речевыми нарушениями часто не контролируют своё дыхание, расходуя его в процессе высказывания нерационально, имеют быстрый темп речи, говорят на вдохе. Слабо развито музыкально-ритмическое чувство, слуховое восприятие, интонационная, ритмическая, мелодическая сторона речи, двигательная и эмоционально-волевая сфера.

Музыка, как наиболее доступный детскому восприятию вид искусства, является мощным стимулом коммуникации и интеграции. Для детей актуально снятие психоэмоционального и мышечного напряжения, развитие чувства темпа и ритма, мыслительных способностей, вербальных и невербальных коммуникативных навыков, растормаживание речевой функции.



ЗАЙКАНИЕ И МУЗЫКА

Наряду с музыкотерапией можно использовать логоритмику

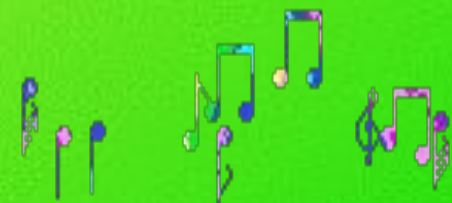
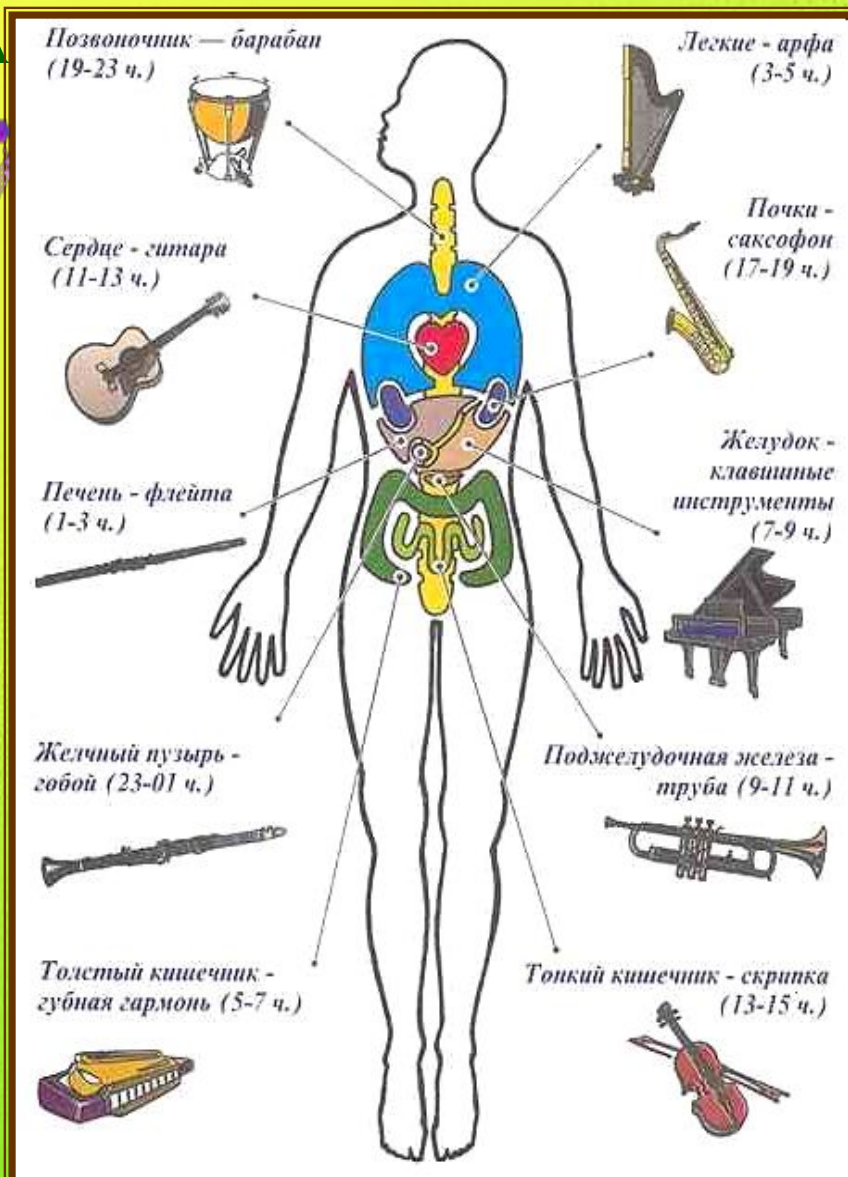
Логоритмика – это комплексная методика, которая включает в себя средства логопедического, музыкально – ритмического, физического воспитания. Она стоит на трех китах: движение, музыка, речь.

Цель – преодоление речевого нарушения путем развития, воспитания, коррекции у детей двигательной сферы в сочетании с музыкой, словом и в конечном итоге адаптация к условиям внешней и внутренней среды. Занимаясь логоритмикой, дети усваивают теоретические знания в области метроритмики, музыкальной культуры, музыкального восприятия впечатлительности. Все это содействует умственному, нравственному, эстетическому, трудовому воспитанию.

Больше внимание на занятиях логоритмикой уделяется работе над дыханием, мимикой, развитию музыкально – ритмических движений, чувства ритма, коррекции общей и мелкой моторики. Танец, мимика и жест, как и музыка, являются одним из древнейших способов выражения чувств и переживаний. Движение и танец снимают нервно-психическое напряжение, обладая психотерапевтическим эффектом.

ВЛИЯНИЕ ЗВУЧАНИЯ МУЗЫКАЛЬНЫХ ИНСТРУМЕНТОВ НА ЛЕЧЕНИЕ И ПРОФИЛАКТИКУ ЗАБОЛЕВА

ЗАБОЛЕВА



Классическая схема воздействия определённых произведений на конкретное заболевание

Какое нарушение устраняет	Что можно прослушать
снимает головную боль, уменьшает эмоциональное напряжение	полонеза Огинского "Прощание с Родиной", "Венгерская рапсодия 1" Листа, "Фиделио" Бетховена, Моцарт - Дон Жуан, Хачатурян - Сюита Маскарад
снимает неврозы и раздражительность, разочарование, поднимает нас над уровнем повседневности в высшие сферы	"Симфония" Гайдна, "Лунная соната" и Симфония ля-минор Бетховена, "Итальянский концерт" Баха, "Кантата №2" Баха, музыка Генделя
успокаивает, уменьшает чувство тревоги и неуверенности	"Аве Мария" Шуберта, вальсы Штрауса, "Колыбельная" Брамса, "Свет луны" Дебюсси, мелодии Рубинштейна, Бетховен - Симфония 6, часть 2, Ноктюрн соль-минор, мазурки и прелюдии Шопена
алкоголизм и курение (наркотическая зависимость) уменьшаются	"Аве Мария" Шуберта, "Лунная соната" Бетховена, "Метель" Свиридова, "Лебедь" Сен-Санса

Классическая схема воздействия определённых произведений на конкретное заболевание

Какое нарушение устраняет	Что можно прослушать
бессонницу устраняют	сюита "Пер Гюнт" Грига, "Грустный вальс" Сибелиуса, "Грезы" Шумана, пьесы Чайковского
гастрит "не любит"	"Сонаты N7" Бетховена
эпилепсия "не любит"	"Сонату K448" Моцарта
улучшает зрение	музыка Вольфганга Амадея Моцарта
уменьшает суставные боли	музыка Вольфганга Амадея Моцарта
росту умственных способностей у детей, улучшает математические и логические способности	музыка Вольфганга Амадея Моцарта
нормализует работу мозга	сюиты "Пер Гюнт" Грига
стимулировать интеллектуальную деятельность, поддерживает вдохновение	музыка Бетховена, Штрауса

Классическая схема воздействия определённых произведений на конкретное заболевание

Какое нарушение устраняет	Что можно прослушать
восстанавливает кровяное давление и сердечную деятельность, снимает напряженность в отношениях с другими людьми	"Ноктюрн ре-минор" Шопена, "Свадебный марш" Мендельсона, Кантата 21 и "Концерт ре-минор" для скрипки Баха, Барток - Соната для фортепиано, Квартет 5, Брукнер - "Месса ля-минор"
для поднятия общего жизненного тонуса, наполнения себя жизненной силой, улучшение самочувствия, активности, настроения, вдохновением, творческой энергией	Чайковский - Шестая симфония - 3 часть, Шопен - Прелюдия 1 - опус 28, Лист - Венгерская рапсодия 2, Бетховен - Увертюра Эдмонд
уменьшает злобность, зависть к успехам других людей	Бах - Итальянский концерт, Гайдн – Симфония
Универсальным лекарством от всех болезней можно считать музыку В.А.Моцарта	

СПОСОБЫ ВОЗДЕЙСТВИЯ МУЗЫКИ НА ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ

Способ воздействия	Название произведения	Автор	Время
Моделирование настроения (при переутомлении и нервном истощении)	«Утро», «Полонез»	Э. Григ, Огинский	2-3 мин. 3-4 мин.
При угнетённом, меланхолическом настроении	«К радости», «Аве Мария»	Л. Ван Бетховен, Ф. Шуберт	4 мин. 4-5 мин.
При выраженной раздражительности, гневности	«Хор пилигримов», «Сентиментальный вальс»	Р. Вагнер, П. Чайковский	2-4 мин. 3-4 мин.
При снижении сосредоточенности, внимания	«Времена года», «Лунный свет», «Грёзы»	П. Чайковский, К. Дебюсси, Р. Дебюсси	2-3 мин. 2-3 мин. 3 мин.
Расслабляющее воздействие	«Баркарола», «Пастораль», «Соната до мажор» (ч 3), «Лебедь», «Сентиментальный вальс» романс из кинофильма «Овод», «История Любви», «Вечер», «Элегия», «Прелюдия №1», «Прелюдия №3», Хор,	П. Чайковский, Бизе, Лекана, Сен-Санс, П. Чайковский, Д. Шостакович, Ф. Лей, Д. Леннон, Форе, И. С. Бах, И. С. Бах, И. С. Бах,	2-3 мин. 3 мин. 3-4 мин. 2-3 мин. 3-4 мин. 3-4 мин. 4 мин. 3-4 мин. 3-4 мин. 2 мин. 4 мин. 3 мин.
Тонизирующее действие	«Чардаш», «Кумпарсита», «Аделита», «Шербургские зонтики»	Монти, Родригес, Пурсело, Леграна	2-3 мин. 3 мин. 2-3 мин. 3-4 мин.

МУЗЫКОТЕРАПИЯ И ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ РЕБЁНКА

Два аспекта воздействия музыкотерапии:

- 1) **психосоматическое** (в процессе которого осуществляется лечебное воздействие на функции организма);
- 2) **психотерапевтическое** (в процессе которого с помощью музыки осуществляется коррекция отклонений в личностном развитии, психоэмоционального состояния).

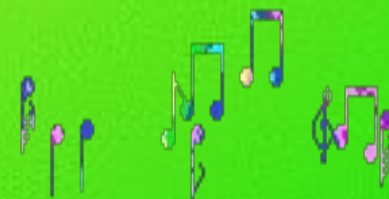
Музыкотерапия применяется и в **индивидуальной**, и в **групповой форме**. Каждая из этих форм может быть представлена в трёх видах музыкотерапии:



□ **Пассивной (рецептивной)**

□ **активной**

□ **интегративной**



Занятия по музыкотерапии строятся по определенной схеме:

- 1. Разминка. Двигательные и ритмические упражнения.
- 2. Основная часть. Восприятие музыки.
- 3. Музыкальная релаксация. Аутотренинг.
- В занятие включаю различные виды музыкальной деятельности детей: пение, слушание, музыкально-ритмические движения, игры на музыкальных инструментах и обязательно элементы театрализации.

■

- Чувство мышц, способность расслабляться и снимать напряжение, имеет прямое воздействие на *эмоциональное состояние* ребенка

ПСИХОГИМНАСТИЧЕСКИЕ ЭТЮДЫ И УПРАЖНЕНИЯ

На занятиях музыкотерапией можно использовать психогимнастические этюды и упражнения, которые способствуют не только расслаблению детей и снятию психоэмоционального напряжения, учат управлять своим настроением и эмоциями, выражать свое эмоциональное состояние, дети учатся нормам и правилам поведения, а также у детей формируются и развиваются различные психические функции (внимание, память, моторика).



Двигательные упражнения

- «Прогулка по сказочному лесу» (Н. Римский-Корсаков, ария Февронии из оперы «Сказание о невидимом граде Питеже»).
- Шаги в медленном темпе, представляя вокруг себя красивый пейзаж и показывая жестами другим детям великолепие природы.
- 2. «Праздничный марш» (Н. Римский-Корсаков, вступление к опере «Сказка о царе Салтане»). Представить себя идущим на праздник. Идти уверенным, решительным шагом.
- 3. «Крадущаяся кошка» (Д. Пучинни, Вальс музетты из оперы «Богема»). Движения по кругу, шагая на «раз», каждого такта. Движения плавные, тяжесть корпуса переносится постепенно с одной ноги на другую.
- 4. «Порхающая бабочка» (А. Дворжак, юмореска). Лёгкие пружинистые шаги, с взмахом рук изображая бабочку.
- 5. «Любование цветком» (Н. Шопен, Вальс №7) Дети передают, по кругу на каждый такт вальса цветок, любясь им.

Дыхательные упражнения

- 1. «Привет солнцу»- тонизирующее дыхание.
- I. Медленно вдох в живот, грудь и бронхи , постепенно поднимаются локти, кисти свободно висят.
- II. Сильный выдох на слог «ха», кисти от уровня лица разворачиваются и выбрасываются вверх, затем руки медленно опускаются.
- 2. «Не доеная корова »- снимает мышечный зажим на уровне горла и шеи.
- Вдох одновременно через нос и рот, затем петь, мычать любую мелодию на выдохе через нос, нижняя челюсть при этом опущена.
- В заключении, можно акцентировать выдох, выталкивая оставшийся воздух мышцами живота.
- 3. «Сытая лошадь»- расслабление мышц лица и головы.
- Упражнение построено на имитации продолжительного фырканья лошади. При выдохе через рот нужно постараться ослабить все мышцы лица, чтобы они свободно вибрировали под воздействием свободно проходящего воздуха.
- 4. «Аромат роз» - расслабляющее дыхание.
- Представить перед собой большой и красивый букет роз и вдыхать воображаемый аромат цветов.
- 5. «Засыпающий цветок»- успокаивающее дыхание в пропорции 1+3. На одну четверть -вдох, на три четверти- выдох. Мысленно представлять себя цветком, закрывающим на ночь свои лепестки в бутон.
- 6. «Парад войск»- инсценировка с целью эмоциональной разрядки и активизации тонуса в крике.
- Дети выстраиваются в шеренгу представляя себя в роли солдат на параде. Учатся отвечать на приветствие сильным троекратным «Ура!»

Для слушания на занятиях музыкотерапии и релаксации, можно следующие темы:

- «Раздумье» С. Майкопова и «Первая потеря» Р. Шумана, «В церкви» П. Чайковского, «Аве Мария» И. Шуберта, «Порыв» Р. Шумана, «Разлука» М. Глинки, «Утренняя молитва» П. Чайковского, «Шутка» С.И. Баха, «Юмореска» П. Чайковского.
- Названия этих произведений отражают настроение, передаваемое в музыке. Дети учатся понимать чувства, различать оттенки настроения, учатся сопереживать, радоваться, заряжаться положительными эмоциями.

Упражнение для активизации жизненных сил

- Пчелка в цветке
- Пчелка летает по полянке. (Римский-Корсаков «Полет шмеля») Садится то на один цветок, то на другой. Ребенок имитирует полет пчелы, машет крылышками, садится на цветы (на диван, кресло, стул) Но вот пчелка налеталась, устала и уснула на красивом цветке. Наступила ночь. (Брамс «Колыбельная») Накидываем на ребенка плотный платок. Наступило утро, вошло солнышко, пчелка проснулась и снова полетела с цветка на цветок. (Платок убираем, музыку меняем)

Упражнение для расслабления, снятия раздражительности (для гиперактивных детей)

- Снеговика.
- Взрослый предлагает ребенку превратиться в Снеговика. Встать прямо, руки в стороны, щеки надуть, замереть и оставаться в таком положении 10 секунд.
- (музыка Шопена «Зимняя сказка») Но вот выглянуло солнышко, солнечные лучики дотянулись до Снеговика и он начал таять. Ребенок опускает руки, приседает, ложится на пол, расслабляется.

□ Аутотренинг

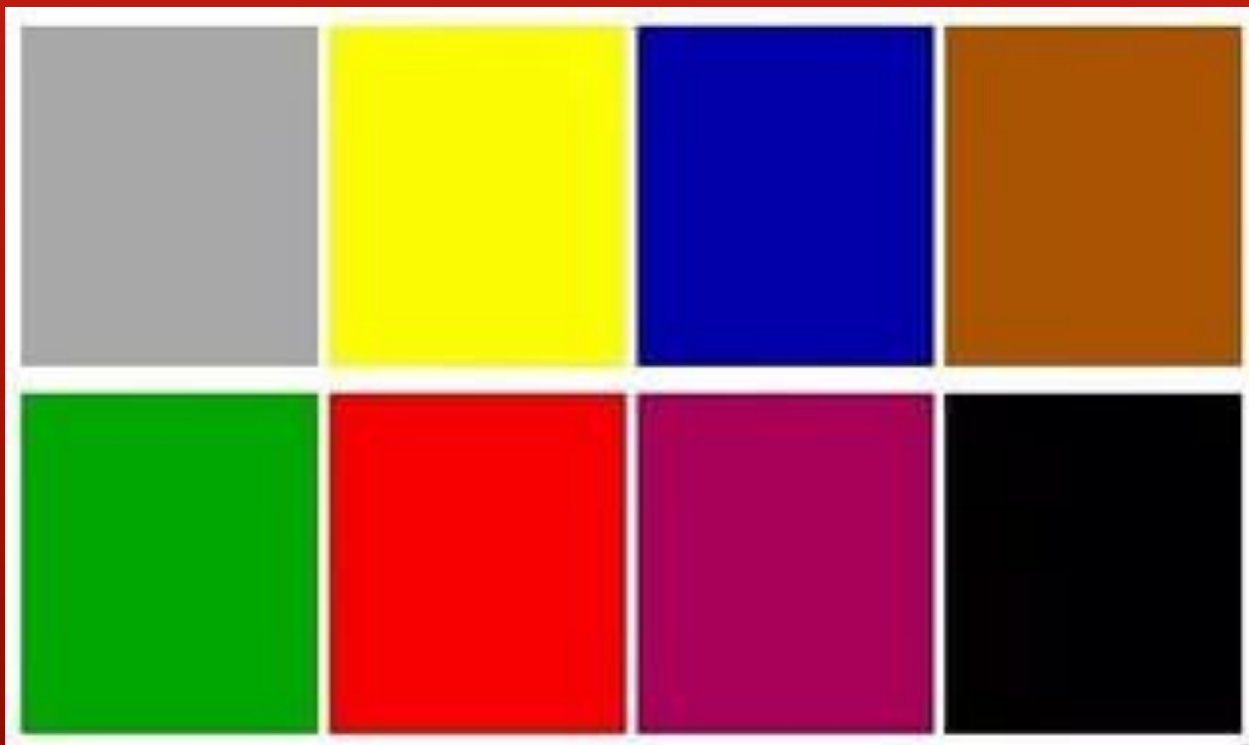
ЦВЕТОТЕРАПИЯ

Данный метод включает в себя использование различных атрибутов определенного лечебного цвета.

Например, в танцевальных композициях, в психомышечных этюдах и, просто, в музыкально-ритмических движениях можно предложить детям использовать шелковые шарфики, ленточки, косынки зеленого, синего, красного и желтого цветов, т.к. данные цветовые решения способствуют созданию хорошего, благодушного настроения, успокаивают, дают заряд положительной энергии и благотворно влияют на организм человека в целом. При рисовании музыки также рекомендуется использовать эти цвета.



Цветовой тест Люшера



СКАЗКОТЕРАПИЯ

Но наибольший отклик у детей вызывают элементы сказкотерапии. Так, под определенный характер музыки дети попадают в сказку, изображают героев любимых сказок и сами сочиняют собственные сказки.



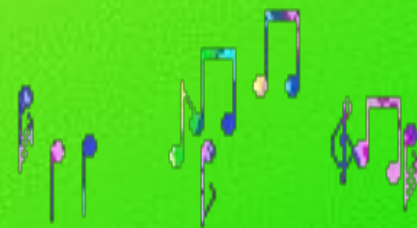
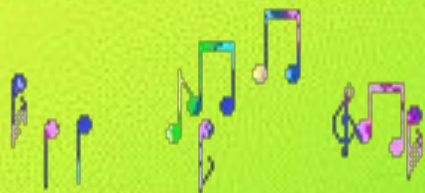
Храбрец-удалец (сказкотерапия).

- Жил-был в лесу зайчик-трусишка. Всего вокруг боялся. Сидит под кустиком и трясется. (Ребенок имитирует поведение зайца.) Подует ветер-зайчик дрожит, захрустит ветка – заяц еще сильнее трясется. (музыка Шумана «Дед Мороз») Но вот надоело зайчишке бояться. Забрался он на пенек и кричит: «Я храбрец-удалец, никого я не боюсь!» (музыка Бетховен «Ода к радости»)
- Вдруг на полянку вышел волк. (Игрушка из кукольного театра) Да так внезапно, что зайчонок всю храбрость растерял. Задрожал, как осиновый лист, спрыгнул с пенька, да так неловко, что угодил прямо волку на спину. И пустился зайчишка наутек. (Сен-Санс «Заяц») Ребенок показывает, как заяц убегает.
- А волк и на самом деле испугался зайца, который так неожиданно на него напал и убежал навсегда из этого леса. (музыка Бетховен «Ода к радости») Стали звери зайца расхваливать: «Молодец, Храбрец-удалец, прогнал волка, не испугался!» С тех пор заяц ничего не боится.

ИГРОТЕРАПИЯ

Также, в большой мере способствует коррекции и регуляции агрессивности и других нарушений поведения у детей метод игротерапии.

Рекомендуется использование как контактных, объединяющих игр, так и познавательных игр, игр на развитие основных психических функций, и, само собой, терапевтических игр. Все эти игры способствуют мышечной релаксации, снятию физической агрессии, психологической разгрузке, снятию упрямства и негативизма, а также развивают эмоциональную и познавательную сферы



Буратино (Игра на снятие стрессовых состояний)

- Взрослый говорит ребенку: «Сейчас ты будешь превращаться в Буратино»
- Встань прямо, тело становится деревянным, как у Буратино.
- Напряги плечи, руки, пальцы, они становятся деревянными.
- Напрягаются ноги, пальцы на ногах, становятся деревянными.
- Напрягается лицо и шея, лоб, сжимаются челюсти.
- А теперь из Буратино ты снова превращаешься в мальчика (девочку).
- Звучит спокойная музыка. Расслабляются все мышцы.

ВОКАЛОТЕРАПИЯ

Также очень популярен метод вокалотерапии.

В работе с детьми, занятия по вокалотерапии направлены на формирование оптимистического настроения: исполнение жизнеутверждающих песен-формул, оптимистических детских песен, которые можно петь под фонограмму или аккомпанемент.

Так, например, песни «Верьте в чудеса», «Будьте добры!», «С нами, друг!», «Если добрый ты...» и.т.п.

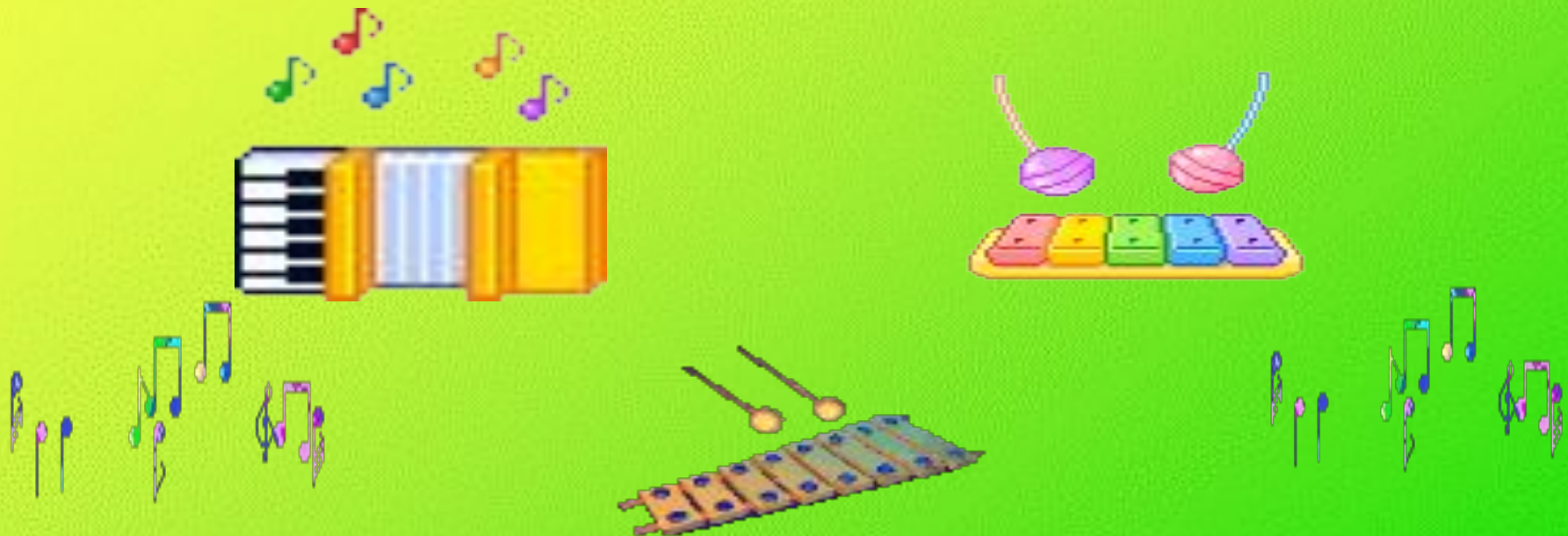


«Тонирование».

- Предложите ребенку пропеть звук «м-м-м», по времени столько, сколько сможет протянуть. Упражнение способствует снятию стресса и расслаблению.
- Протянуть звук «а-а-а» -помогает быстро расслабиться.
- Протянуть звук «и-и-и» -за несколько минут стимулирует работоспособность мозга, активизирует работу всех систем организма. Эти упражнения также способствуют развитию речевого дыхания и будет полезно для развития речи.

МУЗИЦИРОВАНИЕ НА ДЕТСКИХ ШУМОВЫХ И РУССКИХ НАРОДНЫХ МУЗЫКАЛЬНЫХ ИНСТРУМЕНТАХ

Использование приема музицирования на детских шумовых и русских народных музыкальных инструментах учит детей не только озвучивать при помощи музыкальных инструментов стихотворения, не только аккомпанировать тем или иным музыкальным пьесам, но и импровизировать свои мини-пьесы, в которых они отображают свой внутренний мир, чувства и переживания, оживляют музыку своим исполнением.



АРТТЕРАПИЯ

Детям очень нравится метод арттерапии, где они коллективно создают свои творческие продукты, которые выражают детские чувства, эмоции и переживания. На занятиях дети рисуют общие картины, клеят аппликации, лепят скульптуры из глины и пластилина, строят сооружения из кубиков и т.п., что способствует эмоциональному и моторному самовыражению, актуализации положительных эмоций, развитию творческого воображения и сближению детей.



Волшебные ножницы.

- Звучит музыка Шостаковича «Ленинградская симфония»
- Взрослый предлагает ребенку нарисовать себя. Затем вокруг этого портрета наклеивает или рисует черные кляксы. Это страхи ребенка. Взрослый и ребенок обозначают каждый страх: «Это темнота, это Баба-яга, это одиночество» (музыка Моцарта) После этого ребенку предлагают вырезать свой портрет и наклеить на чистый лист бумаги. Взрослый дает ребенку заранее приготовленные цветные кружочки, которые обозначают родителей, близких ребенку людей, друзей. Он должен наклеить их рядом с портретом по своему усмотрению, называя каждого. А отрезанные кляксы ребенок рвет на мелкие кусочки и выбрасывает.

Элементы музыкотерапии в группе в течение дня.

	Варианты музыки
- Утренний прием в детском саду	<ol style="list-style-type: none">1. «Утро» (музыка Грига из сюиты «Пер Гюнт»).2. Музыкальные композиции (оркестр Поля Мориа)3. Обработки для русского народного оркестра («Барыня», «Камаринская», «Калинка»)4. Сен-Санс «Карнавал животных» (симфонический оркестр)5. Музыка Моцарта
Дневной сон	<ol style="list-style-type: none">1. Соло фортепиано (Клейдерман и симфонический оркестр).2. «Времена года» П. И. Чайковского.3. Бетховен, соната № 14 «Лунная».4. Бах – Гуно «Аве Мария».

Элементы музыкотерапии в группе в течение дня.

Утренняя гимнастика	П.И.Чайковский «Вальс цветов» из балета «Щелкунчик», М.Мусоргский «Рассвет на Москве-реке». В.Моцарт «Маленькая ночная серенада», М.И.Глинка «Вальс фантазия». П.И.Чайковский «Апрель», Г.В.Свиридов «Музыкальный ящик». Н.А.Римский- Корсаков. Вступление «Три чуда», И.Штраус. «На прекрасном голубом Дунае».
Изобразительная деятельность	Русские народные мелодии, Э.Григ. «Утро», М.Мусоргский. «Рассвет на Москве-реке», К.Дебюсси. «Лунный свет», П.И.Чайковский. Вальс цветов из балета «Щелкунчик».



Спасибо за
внимание!