**Музыкотерапия как средство коррекции эмоционального поведения детей.**

**Цель:** профилактика и сохранение эмоционального и физического здоровья детей.

**Задачи:**

- создание положительного эмоционального фона в группе

- снятие фактора агрессивности и поведенческих нарушений

- стимуляция двигательных функций

- развитие сенсорных процессов и основных психических функций

-снятие эмоционального напряжения

- развитие познавательной сферы при помощи музыкальных приемов.

**Оборудование:**

Интерактивная доска, презентация, цифровое пианино, акустические колонки,

музыкальный центр, аудиоматериал

**Реквизит :** ритмические палочки, разноцветный парашют, лёгкие платочки

 *Музыка не только фактор облагораживающий,*

*воспитательный. Музыка — целитель здоровья.
В. М. Бехтерев*

В настоящее время для нас, педагогов современного общества, остро встала проблема роста количества детей дошкольного возраста с нарушениями в поведении, а также в психическом и личностном развитии. Растет количество детей с нарушением зрения. Многие педагоги ищут новые нетрадиционные методы педагогической помощи детям. В свою очередь я, как музыкальный руководитель, обратилась к такому коррекционному методу, как музыкальная терапия.

Музыкотерапия – это метод, использующий музыку в качестве средства коррекции эмоциональных отклонений, страхов, двигательных и речевых расстройств, отклонении в поведении, при коммуникативных затруднениях. Нарушение зрения тормозит развитие двигательных навыков, у детей невысокая моторная активность, оптико-пространственное недоразвитие, общая медлительность, повышенная утомляемость и истощаемость. Ребенок способен успешно развиваться, сохранять здоровье только в условиях психологического комфорта, эмоционального благополучия. Музыкальное воспитание является составной частью учебно-воспитательного процесса и в комплексе с другими видами воспитания решает образовательные, коррекционно-развивающие и лечебно-компенсаторные задачи.

Физиологическое воздействие музыки на человеческий организм основано на том, что нервная система и мускулатура обладают способностью усвоения ритма. Музыка, выступая в качестве ритмического раздражителя, стимулирует физиологические процессы, происходящие ритмично как в двигательной, так и в вегетативной сфере. Поступая через слуховой анализатор в кору головного мозга, она распространяется на подкорковые центры, спинной мозг и дальше – на вегетативную нервную систему и внутренние органы. Различными исследованиями было установлено воздействие музыкальных раздражителей на пульс, дыхание в зависимости от высоты, силы, звука, тембра.

По мнению многих учёных, медиков и педагогов,  в музыке заложен колоссальный потенциал для оздоровления.

Всерьез о лечении различных заболеваний музыкой впервые стали задумываться лишь к концу 60-х годов XX века. Лечение и оздоровление звуками предполагает использовать в этих целях не только музыкальные произведения, но и то, что называется "звуками природы".
При нейроциркуляторной дистонии, астеническом неврозе рекомендуется слушать звуки леса, поля, жужжание пчелы, эхо в горах, тиканье часов, шум дождя.
От бессонницы помогают такие звуки: стрекотание кузнечиков, карканье ворон, крик филина, шелест листвы. Если вы, наоборот, впадаете в сонливость - вам поможет утреннее пение петуха.
Стимулирующее центральную нервную систему действие оказывают следующие звуки: собачий лай, вой волка, цокот копыт лошади по мостовой, любое пение птиц (кроме кудахтанья кур).
Успокаивающее центральную нервную систему действие оказывает: пение соловья, кваканье лягушки, "пение" сверчка.

Музыкотерапия помогает в лечении различных заболеваний, но в первую очередь музыкальные звуки воздействуют на психологическое благополучие ребенка.

В качестве примеров положительного влияния музыкальных произведений  при определённых состояниях можно привести музыку следующих композиторов:

-прослушивание произведений Л.В. Бетховена - прекрасное средство от стрессов, депрессии, апатии, меланхолии. Эта музыка нормализует давление, сердечный ритм, повышает уровень защитных сил организма, облегчает состояния при астме.
-музыка И.С. Баха считается универсальным средством для гармонизации души и тела. Она воздействует абсолютно на все стороны нашей психики и нервной системы, а также на каждый орган в нашем теле.

-П.И.Чайковский. Его музыка способна пробудить чувства даже у самых равнодушных детей, кто чувствует себя подавленным .

Отдельно нужно рассказать о прослушивании музыки Моцарта. «Эффект Моцарта» был открыт в конце ХХ в. Эффект же заключается в том, что прослушивание произведений Моцарта очень положительно сказывается на развитии интеллекта ребенка. Дети, слушающие Моцарта в юном возрасте, становятся умнее.

Сегодня медики вывели определенные закономерности, которые позволяют с точностью сказать какой именно инструмент соответствует определенному органу человеческого тела.

Представляю некоторые из них:

- скрипка – лечит душу, успокаивает психику, помогает выйти на путь самопознания, возбуждает в душе сострадание, готовность к самопожертвованию;

- орган – проводник энергии “космос – земля – космос”; приводит в порядок ум, гармонизирует энергетический поток в позвоночнике;

- Симфонический оркестргармонично сочетает в себе большое количество инструментов и воздействует на весь организм в целом.

Музыка позволяет совершенствовать дыхательную функцию опосредованно. Известно, что эмоции тесно связаны с дыханием. Например, радость сопровождается дыханием в 17 вдохов в минуту, активная грусть – 20 вдохов в минуту, гнев – 40 вдохов в минуту. В соответствии с этим, влияя на ритм дыхания через музыкальную фразу , мы можем моделировать эмоциональное состояние.

Учитывая психологические особенности детей, я создала благоприятные условия для занятий с детьми музыкотерапией:

-продумала методические приемы: специальные музыкальные упражнения, игры, задания.

- подобрала специальные музыкальные произведения.

- задействовала все органы чувств у детей.

-установила интеграцию музыкального воздействия с другими видами деятельности.

В рамках сеанса музыкотерапии я использовала:

-Вокалотерапию (пропевание звуков, мелодизация формул (Петрушин Музыкальная психотерапия)).

Массаж и самомассаж под музыку.

-Кинезитерапию (развивается, как самостоятельная методика и основана на связи музыки и движения, включает в себя: хореографию, коррекционную ритмику, ритмотерапию и танцетерапию).

-Психогимнастические этюды и упражнения по методике Чистяковой.

Список музыкальных произведений, рекомендуемых для проведения музыкотерапии.

Варианты музыки для утреннего приема

Музыка во время дневного сна

Музыка для пробуждения после сна

Вечернее время

Музыка для релаксации

Музыка для свободной деятельности детей.

Музыка способствует снятию накопившейся усталости, стрессовых ситуаций за день. Она успокаивает, расслабляет, нормализует кровяное давление и работу нервной системы. Стабильная работа обеспечила психологический комфорт воспитанников: они доброжелательны, активны, открыты, проявляют хорошие интеллектуальные способности. Результаты анкетирования, проведенные среди родителей и воспитанников, подтверждают, что большинство родителей удовлетворены результатами работы. Все опрошенные родители убеждены в наличии положительной тенденции в развитии воспитания детей, они отмечают устоявшееся психоэмоциональное состояние, комфортность пребывания в детском саду, мотивацию здорового образа жизни. Я считаю, что музыкотерапия – это действенный метод регуляции эмоционального благополучия, он дает богатый опыт общения, наполняет жизнь радостными и яркими впечатлениями.

ВНИМАНИЕ!

Ни в коем случае нельзя давать маленьким детям слушать музыку через наушники! Наши уши природой приспособлены слышать рассеянный звук. От направленного звука головной мозг ребенка может получить акустическую травму.

ВНИМАНИЕ!

Музыкотерапия противопоказана следующим категориям детей:

-Младенцам с предрасположенностью к судорогам

-Детям в тяжелом состоянии, сопровождающимся интоксикацией организма.

-Детям, больным отитом.

-Детям, у которых резко нарастает внутричерепное давление.

Использованные материалы и интернет ресурсы

1.Георгиев Ю.А. Музыка здоровья. – М.: Клуб, 2001 – № 6.

2.Готсдинер А.Л. Музыкальная психология. – М.: Магистр, 1997.

3.Кэмпбелл Д. Эффект Моцарта. – М.: ВЛАДОС, 2004.

4.Кожохина С.К. Путешествие в мир искусства. – М., 2002г.

5.Петрушин В.И. Музыкальная психотерапия.– М.: ВЛАДОС, 2000.

6.Тарасова К.В., Рубан Т.Г. Дети слушают музыку. – М.: Мозаика-Синтез, 2001.

 Психотерапевтическая энциклопедия [http://dic.academic.ru/](https://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fdic.academic.ru%2F)

 Большая библиотека психологии [http://biblios.newgoo.net/](https://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fbiblios.newgoo.net%2F)