

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА «МУЗЫКАЛЬНЫЕ ЗАНЯТИЯ КАК СРЕДСТВО КОРРЕКЦИИ И РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ»

Введение: теоретико-методологическое обоснование

Музыка сопровождает человечество на протяжении всей его истории. Ещё в древности философы и врачи отмечали её уникальное воздействие на душу и тело человека. Пифагор, Аристотель, Платон писали о целительной силе музыки, её способности восстанавливать гармонию, влиять на нравственность и эмоциональное состояние. В современной науке накоплен огромный эмпирический материал, подтверждающий, что музыка оказывает глубокое влияние на психические процессы, вегетативную нервную систему, эмоциональную сферу и даже физиологические параметры организма (пульс, дыхание, кровяное давление).

Особую значимость эти знания приобретают в педагогической и коррекционной практике. Для детей с ограниченными возможностями здоровья, с задержками развития, с эмоционально-волевыми нарушениями, а также для всех детей в периоды возрастных кризисов музыка может стать мощнейшим ресурсом гармонизации, развития и коррекции. Однако, как показывает анализ практики работы дошкольных и школьных учреждений, потенциал музыкальных занятий часто используется не в полной мере. Музыкальное воспитание нередко сводится к разучиванию песен и танцев к праздникам, в то время как коррекционно-развивающие возможности музыки остаются невостребованными.

Актуальность данной методической разработки обусловлена необходимостью систематизировать знания о коррекционно-развивающем потенциале музыкальных занятий и представить практические инструменты для педагогов (музыкальных руководителей, воспитателей, психологов, дефектологов), работающих с детьми разного возраста и с разными образовательными потребностями.

Цель разработки – раскрыть теоретические основы коррекционно-развивающего воздействия музыки на личность, систематизировать методы и приемы музыкальных занятий, направленных на коррекцию и развитие, и предложить практические рекомендации по их применению.

Основная часть

1. Теоретические основы коррекционно-развивающего воздействия музыки на личность

1.1. Музыка как психологический феномен

С точки зрения психологии, музыка является особым способом моделирования эмоций и переживаний. Она способна вызывать сложные эмоциональные состояния, не имея при этом предметного содержания. Как отмечал Л.С. Выготский в своей работе «Психология искусства», искусство, в том числе музыка, есть «общественная техника чувств», инструмент, с помощью которого общество вовлекает человека в круг социально значимых переживаний.

Музыкальное воздействие носит комплексный характер:

- **Воздействие на физиологическом уровне.** Ритмические структуры музыки способны синхронизироваться с биоритмами организма, влиять на частоту сердечных сокращений, дыхание, мышечный тонус. Это свойство лежит в основе ритмотерапии.
- **Воздействие на эмоциональном уровне.** Музыка является языком эмоций. Она позволяет ребенку пережить и выразить те чувства, которые он не может вербализовать. Мажорная музыка повышает настроение, активизирует, минорная – успокаивает, настраивает на рефлексию.
- **Воздействие на когнитивном уровне.** Восприятие музыки требует работы слухового внимания, памяти, аналитических способностей (различение высоты, тембра, ритма). Исполнение музыки (пение, игра на инструментах) развивает координацию, мелкую моторику, произвольность.
- **Воздействие на коммуникативном уровне.** Совместное музицирование, игра в оркестре, хоровое пение – это модели коллективного взаимодействия, требующие согласованности, умения слушать друг друга, подстраиваться.

1.2. Понятие коррекции и развития в контексте музыкальных занятий

В педагогике и психологии коррекция понимается как исправление недостатков психического или физического развития, отклонений в поведении, эмоциональном состоянии. Развитие – это процесс количественных и качественных изменений, совершенствование психических функций и свойств личности.

Музыкальные занятия обладают уникальной способностью одновременно решать и коррекционные, и развивающие задачи. Они могут быть направлены на:

- коррекцию эмоционально-волевой сферы (снижение тревожности, агрессии, страхов);
- коррекцию поведенческих нарушений (гиперактивность, замкнутость);
- коррекцию речевых нарушений (через логоритмику, пение);
- развитие познавательных процессов (внимания, памяти, мышления);
- развитие сенсорных способностей (слуховое восприятие, чувство ритма);
- развитие коммуникативных навыков;
- развитие творческого потенциала личности.

1.3. Механизмы коррекционного воздействия музыки

Выделяются несколько основных механизмов, через которые музыка влияет на личность:

- **Катарсис (эмоциональное очищение).** Под влиянием музыки ребенок переживает сильные эмоции, которые, находя выход, освобождают его от негативных переживаний, страхов, напряжения. Это происходит, например, при прослушивании драматической музыки или при активной игре на ударных инструментах.
- **Эмоциональное переключение.** Музыка способна быстро изменить эмоциональное состояние. Раздраженного, возбужденного ребенка можно успокоить колыбельной, а вялого, апатичного – активизировать маршем.
- **Развитие эмпатии.** Сопереживание музыкальному образу, эмоциям, заложенным композитором, учит ребенка понимать чувства других людей, развивает эмоциональную отзывчивость.
- **Регуляция активности.** Музыка задает темп и ритм деятельности. Под марш удобно шагать, под колыбельную – расслабляться, под танцевальную музыку – двигаться. Это помогает детям с трудностями саморегуляции организовать свое поведение.

2. Виды музыкальной деятельности и их коррекционно-развивающий потенциал

Музыкальные занятия включают несколько основных видов деятельности, каждый из которых обладает специфическим воздействием.

2.1. Слушание (восприятие) музыки

Восприятие музыки является основой всей музыкальной культуры. Для коррекционной работы слушание подбирается с учетом конкретных целей.

- **Для снятия напряжения и тревоги** используются произведения медленного темпа, минорной окраски, плавного звучания (например, произведения Баха, Моцарта, Чайковского в медленных частях).
- **Для повышения активности, тонуса** – быстрые, мажорные, ритмичные произведения (марши, польки, народные плясовые).
- **Для развития эмпатии и эмоциональной сферы** – программная музыка, имеющая название, которое помогает ребенку понять содержание («Болезнь куклы» Чайковского, «Шутка» Баха).

Важно не просто включать музыку, а организовывать ее обсуждение: «Что ты почувствовал?», «Что представил?», «На что похожа эта музыка?». Это развивает эмоциональный словарь, воображение, рефлексивность.

2.2. Пение

Пение является естественным способом самовыражения и обладает мощным терапевтическим эффектом.

- **Дыхательные упражнения** в пении развивают диафрагмальное дыхание, увеличивают объем легких, что полезно для соматически ослабленных детей.
- **Вокализация** помогает снять мышечные зажимы в области гортани, голосового аппарата, связанные с эмоциональным напряжением.
- **Артикуляционные упражнения** улучшают дикцию, развивают речевой аппарат, что важно для детей с речевыми нарушениями.
- **Хоровое пение** учит ребенка слышать себя и других, подстраиваться под общий строй, что развивает коммуникативные навыки и чувство принадлежности к группе.

Для коррекционной работы важно подбирать песни, доступные по диапазону и тексту, эмоционально близкие детям. Особое значение имеют песни, которые можно инсценировать, сопровождать движениями.

2.3. Музыкально-ритмические движения (ритмика)

Ритмика объединяет музыку и движение. Этот вид деятельности особенно важен для детей с двигательными нарушениями, с проблемами координации, с гиперактивностью.

- **Развитие чувства ритма** является основой для развития речи (стихотворный ритм), координации движений, произвольной регуляции.
- **Танцевальные движения** помогают освоить схемы тела, ориентировку в пространстве, развивают крупную моторику.

- **Этюды-драматизации** (изобразить под музыку кошку, медведя, зайца) развивают воображение, пантомимику, эмоциональную выразительность.

Регулярные ритмические занятия помогают гиперактивным детям научиться контролировать свои импульсы, а заторможенным – активизироваться.

2.4. Игра на детских музыкальных инструментах

Игра на инструментах (шумовых, ударных, звуковысотных) – любимый детьми вид деятельности, обладающий огромным коррекционным потенциалом.

- **Шумовой оркестр** (ложки, трещотки, бубны, маракасы) позволяет выплеснуть агрессию, снять напряжение в социально приемлемой форме. Удары в барабан или бубен могут стать способом разрядки.
- **Игра на металлофоне, ксилофоне** развивает мелкую моторику, координацию «глаз-рука», звуковысотный слух.
- **Элементарное музицирование** (по системе Карла Орфа) предполагает игру на простых инструментах в ансамбле, что развивает коммуникацию, умение слышать партнера, чувство ансамбля.

2.5. Музыкально-дидактические игры

Эти игры направлены на развитие музыкальных способностей (звуковысотный, тембровый, динамический слух, чувство ритма), но попутно решают и общеразвивающие задачи:

- «Угадай, на чем играю» – развитие слухового внимания.
- «Громко – тихо» – развитие слухового восприятия и саморегуляции (умение менять силу голоса или движения).
- «Ритмическое эхо» – развитие памяти и чувства ритма.

2.6. Музыкальная терапия (рецептивная и активная)

В строгом смысле музыкотерапия – это психотерапевтический метод, но его элементы могут и должны использоваться в педагогической практике.

- **Рецептивная музыкотерапия** – прослушивание специально подобранной музыки с последующим обсуждением или рисованием. Применяется для коррекции эмоциональных состояний.
- **Активная музыкотерапия** – непосредственное участие ребенка в музицировании, вокализации, игре на инструментах. Является

наиболее эффективной для коррекции поведенческих и эмоциональных проблем.

3. Методика организации музыкальных занятий коррекционно-развивающей направленности

Эффективность музыкальных занятий как средства коррекции и развития зависит от их правильной организации, учета возрастных и индивидуальных особенностей детей, а также от четкого понимания целей.

3.1. Принципы организации занятий

- **Принцип целостности.** Занятие должно быть не набором разрозненных упражнений, а целостным действием, объединенным темой или сюжетом (игра-путешествие, сказка). Это особенно важно для детей с проблемами внимания.
- **Принцип учета индивидуальных особенностей.** Темп, сложность заданий, форма участия должны подбираться индивидуально. Одни дети готовы к сольному пению, другие – только к игре в шумовом оркестре. Нельзя заставлять, можно только предлагать и поощрять.
- **Принцип постепенного усложнения.** От простого к сложному. Сначала простые ритмы, потом сложные; сначала знакомые песни, потом новые.
- **Принцип эмоциональной комфортности.** На занятии должна царить атмосфера принятия, доброжелательности, радости. Ошибки не критикуются, поощряется любое проявление активности.
- **Принцип интеграции.** Музыкальное занятие должно быть связано с другими видами деятельности (речь, рисование, движение).

3.2. Структура коррекционно-развивающего музыкального занятия

Традиционно занятие может состоять из нескольких частей:

1. **Организационный момент и ритуал приветствия.** Создание положительного эмоционального настроения. Может включать приветственную песенку или игру (например, «Здравствуйте, ладошки!»).
2. **Музыкально-ритмическая разминка.** Включает движения под музыку (марш, бег, подскоки), упражнения на координацию, на развитие чувства ритма. Цель – активизировать внимание, настроить организм на работу, снять мышечные зажимы.
3. **Основная часть.** Может включать несколько видов деятельности, объединенных общей темой:
 - Слушание музыки и беседа о ней.

- Пение (распевание, разучивание или исполнение знакомой песни, вокализация).
- Игра на детских музыкальных инструментах (ритмический аккомпанемент, звукоподражание, шумовой оркестр).
- Музыкально-дидактическая игра.
- Танцевальная импровизация или хоровод.
- 4. **Релаксация.** Прослушивание спокойной музыки в положении лежа или сидя с закрытыми глазами. Может сопровождаться тактильными играми (поглаживание, использование сенсорных мячиков). Цель – снятие напряжения, восстановление.
- 5. **Рефлексия и ритуал прощания.** Краткое обсуждение, что понравилось, что запомнилось. Прощальная песенка или игра.

3.3. Примеры игр и упражнений для различных коррекционных задач

Для снижения тревожности и страхов:

- «Колыбельная для куклы». Детям предлагается укачать куклу под тихую, спокойную музыку, напевая колыбельную.
- «Слушаем тишину». Под спокойную музыку дети учатся прислушиваться к тишине, к своему дыханию.
- Рисование под музыку. Детям предлагается нарисовать то, что они представили, слушая спокойную музыку.

Для коррекции агрессивности, гиперактивности:

- «Барабанщики». Детям предлагается отбивать на барабане или бубне ритм марша, сначала громко и сильно, потом тише и спокойнее (учимся регулировать силу удара).
- «Дирижер и оркестр». Один ребенок дирижирует, показывая, когда играть громко, а когда тихо. Остальные должны подчиняться. Учит саморегуляции.
- «Снежный ком». Под быструю музыку дети «лепят снежный ком» (активные движения), под медленную – он «тает» (медленно опускаются на пол). Учит переключаться.

Для развития коммуникативных навыков, преодоления замкнутости:

- «Эхо». Дети повторяют ритмический рисунок, прохлопанный педагогом или другим ребенком. Учит вниманию друг к другу.
- «Найди пару». Под музыку дети двигаются в рассыпную. С остановкой музыки нужно найти себе пару и, взявшись за руки, замереть.

- «Хоровод-знакомство». Дети встают в круг и по очереди называют свое имя, пропевая его в микрофон или просто так. Остальные повторяют.

Для развития речи и фонематического слуха:

- «Угадай, что звучит». Педагог за ширмой издает звуки с помощью различных предметов или инструментов, дети угадывают.
- «Пропой свое имя». Ребенок пропевает свое имя на одном звуке, на разных звуках, протяжно, отрывисто.
- Логоритмические упражнения. Проговаривание стихов с одновременным прохлопыванием ритма или выполнением движений («Мы капусту рубим-рубим...»).

4. Учет возрастных и индивидуальных особенностей детей

Эффективность музыкальных занятий напрямую зависит от учета возрастных возможностей детей.

Дошкольный возраст (3-7 лет). Ведущая деятельность – игра. Занятия должны проходить в игровой форме, быть эмоциональными, непродолжительными. Основной упор делается на развитие сенсорных способностей (слух, ритм), двигательной сферы, эмоциональной отзывчивости. Для детей с ЗПР или ОНР особенно важны логоритмика и вокализация.

Младший школьный возраст (7-10 лет). Дети способны к более длительному сосредоточению, у них появляется интерес к инструментальному музицированию, к игре в ансамбле. Можно вводить элементы нотной грамоты, более сложные ритмические рисунки. Для тревожных и замкнутых детей важно хоровое пение, для гиперактивных – игра на ударных инструментах (как способ контролируемой разрядки).

Подростковый возраст (11-15 лет). Ведущая деятельность – общение. Музыка играет огромную роль в жизни подростка. Занятия могут строиться вокруг обсуждения музыкальных предпочтений, анализа текстов песен, создания собственных музыкальных композиций (с использованием простых инструментов или цифровых программ), игры в группе (рок-группа, вокальный ансамбль). Для подростков с девиантным поведением музыка может стать способом легализации эмоций и способом самоутверждения.

Дети с ограниченными возможностями здоровья. Работа с этой категорией требует особого подхода и часто проводится индивидуально или в малых группах. Упор делается на доступные виды деятельности (слушание, простейшие ритмические движения,

игру на простейших шумовых инструментах). Музыка здесь выступает как средство установления контакта, эмоциональной стимуляции, развития остаточных функций.

5. Роль педагога в коррекционно-развивающем музыкальном процессе

Педагог (музыкальный руководитель, воспитатель, психолог) является ключевой фигурой. От его личности, профессионализма и эмоционального состояния зависит успех занятия. Важные качества педагога:

- **Эмпатия.** Умение чувствовать состояние ребенка, его настроение, вовремя заметить усталость или перевозбуждение.
- **Творческая активность.** Умение импровизировать, менять план занятия по ситуации, придумывать новые игры и упражнения.
- **Эмоциональная выразительность.** Педагог сам должен быть выразительным – петь с душой, двигаться с удовольствием, заражать детей своим интересом.
- **Наблюдательность.** Важно замечать реакцию каждого ребенка на музыку, на задания, чтобы вовремя скорректировать нагрузку или подход.
- **Психологическая компетентность.** Понимание основ возрастной и специальной психологии, знание особенностей детей, с которыми он работает.

Педагог не должен бояться ошибок детей. Ошибка в пении или ритме – не повод для замечания, а сигнал к тому, что задание слишком сложно или ребенок нуждается в поддержке.

6. Взаимодействие с семьей

Коррекционно-развивающая работа будет более эффективной, если она продолжается дома. Рекомендуется:

- Консультировать родителей о значении музыки для развития ребенка.
- Давать рекомендации по прослушиванию музыки дома (что и когда слушать).
- Предлагать простые музыкальные игры, в которые можно играть с ребенком (пальчиковые игры с пением, ритмические игры с ложками и т.д.).
- Привлекать родителей к участию в праздниках и развлечениях, к совместному музицированию.
- Проводить открытые музыкальные занятия, где родители могут увидеть успехи своих детей.

Заключение

Музыкальные занятия обладают уникальным и многообразным потенциалом для коррекции и развития личности. Они воздействуют на физиологическом, эмоциональном, когнитивном и социальном уровнях, позволяя решать широкий спектр задач: от коррекции речевых нарушений и снятия тревожности до развития творческих способностей и коммуникативных навыков.

Эффективность музыкальных занятий как средства коррекции и развития зависит не от наличия дорогостоящего оборудования или выдающихся музыкальных способностей педагога, а от системности, целенаправленности и, главное, от понимания тех механизмов, через которые музыка влияет на человека. Педагог, владеющий этими знаниями и умеющий применять их на практике, способен превратить обычное музыкальное занятие в мощный инструмент гармонизации личности ребенка, помощи ему в преодолении трудностей и раскрытии своего внутреннего потенциала.

Предложенные в данной разработке теоретические положения и практические рекомендации могут быть использованы педагогами для построения собственной системы работы, направленной на использование целительной и развивающей силы музыки. Важно помнить: музыка – это не просто искусство, это язык души, и наша задача – помочь ребенку заговорить на этом языке, чтобы обрести внутреннюю гармонию и радость.

Список литературы

1. Выготский Л.С. Психология искусства. – М.: Искусство, 1968.
2. Теплов Б.М. Психология музыкальных способностей. – М.: Наука, 2003.
3. Эльконин Д.Б. Психология игры. – М.: Владос, 1999.
4. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. – М.: Политиздат, 1975.
5. Петрушин В.И. Музыкальная психология. – М.: Академический проект, 2008.
6. Брусиловский Л.С. Музыкалотерапия: руководство для врачей. – М.: Медицина, 1979.
7. Ворожцова О.А. Музыка и игра в детской психотерапии. – М.: Изд-во Института психотерапии, 2004.
8. Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика: учебное пособие / под ред. Е.А. Медведевой. – М.: Академия, 2002.
9. Актуальные проблемы музыкальной педагогики и психологии: сборник научных трудов. – 2023.
10. Коррекционная педагогика и специальная психология: журнал. – 2022-2024.

11. Дошкольное воспитание: журнал. – 2022-2025.
12. Методика организации музыкальных занятий в работе с детьми с ОВЗ: методическое пособие. – Издание педагогического университета, 2022.