

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад №9 «Малыш» комбинированного вида

Доклад «Музыкотерапия для детей с ОВЗ»

Музыкальный руководитель  
МДОУ №9 «Малыш»  
Павлова Елена Ивановна

2015 г.  
г. Павловский Посад

*«Музыка не только фактор облагораживающий, воспитательный.  
Музыка — целитель здоровья.»*  
**Бехтерев**

**Музыкальная терапия** - это контролируемое использование музыки в лечении, реабилитации, образовании и воспитании детей и взрослых, страдающих от соматических и психических заболеваний.

Психотерапевтический метод, основанный на целительном воздействии музыки на психологическое состояние человека.

**Полезность музыкотерапии** в работе с детьми с ограниченными возможностями в том, что она: помогает укрепить доверие, взаимопонимание между участниками процесса; помогает ускорить прогресс терапии, так как внутренние переживания легче выражаются с помощью музыки, чем при разговоре; музыка усиливает внимание к чувствам, служит материалом, усиливающим осознание;

**Музыкотерапия — это лекарство, которое слушают.**

**Цель занятий с использованием музыкотерапии**

- ☞ основные элементы занятий направлены на решение значимых для развития ребенка проблем- создание положительного эмоционального фона реабилитации ( снятие фактора тревожности), стимуляция двигательных функций, развитие и коррекция двигательных процессов ( ощущений, восприятий, представлений) и сенсорных способностей, растормаживание речевой функции.

☞ **З а д а ч и:**

развивать способности к эмоционально – выразительному, осмысленному исполнению движений под музыку;

- ☞ развивать познавательные музыкальные способности:
- ☞ сенсорные (мелодический слух, динамический слух, тембровый слух, чувство ритма) ;
- ☞ общеинтеллектуальные способности (музыкальное мышление, музыкальную память, воображение) ;
- ☞ знакомить детей с музыкальными жанрами и видами ритмики (упражнения, танец, игра) ;
- ☞ совершенствовать физическое состояние организма детей с ОВЗ;
- ☞ формировать красивую осанку, выразительность и пластику движений в соответствии с формой и характером музыкального произведения;
- ☞ развивать у детей с ОВЗ креативность: формировать творческие проявления в музыкально-ритмических движениях;
- ☞ формировать у детей навыки самооценки и оценки творческих проявлений в музыкально-ритмических движениях других детей;
- ☞ развивать коммуникативные качества.

**Музыкотерапия** – один из видов арт-терапии (терапии искусством), основанный на эмоциональном восприятии музыки и направленный на профилактику, психологическую коррекцию личностных отклонений ребенка с проблемами в развитии. Сущность музыкотерапии заключается в способности вызывать у «особого» ребёнка положительные эмоции, которые оказывают лечебное воздействие на психосоматические и психоэмоциональные процессы, мобилизуют резервные силы ребёнка, обуславливают его творчество во всех областях искусства и в жизни в целом. Работая с детьми с ограниченными возможностями, нужно иметь определенные навыки: умение создавать атмосферу психологического комфорта, что позволит достичь положительной динамики реабилитационного периода для ребенка, умение установить контакт с ребенком. Это возможно с помощью мимики, взгляда, улыбки, жеста, ласковой выразительной речи, а главное – положительного эмоционального настроения. Чтобы достичь глубокого влияния музыки на организм, ребенок должен сам активно действовать (петь, играть на музыкальном инструменте, воплощать музыку в движениях). В музыкотерапии не делается акцент на целенаправленное обучение и, следовательно, овладение навыками и умениями музыкальной деятельности. Цель и содержание коррекционных,

реабилитационных занятий формулируются исходя из физических, психических, умственных возможностей детей. Поэтому на групповых занятиях музыкотерапией не ставится цель – развитие собственно музыкальных способностей, основные элементы занятий направлены на решение не музыкальных задач, а значимых для развития ребенка проблем, связанных со здоровьем.

Музыкотерапия необходима как способ эмоционального воздействия на ребенка с целью коррекции имеющихся физических и умственных отклонений, как способ невербальной коммуникации, а также как один из возможных способов познания мира. Музыкотерапия может быть включена в индивидуальную программу развития детей с ограниченными физическими и умственными возможностями в сочетании с другими видами коррекционной работы. Для достижения оптимальных результатов групповых занятий музыкотерапии, целесообразно строить их, равномерно распределяя психофизическую нагрузку, и проводить по следующей схеме:

1. Приветствие.
2. Ритмическая разминка.
3. Упражнения для развития мелкой моторики пальцев рук, упражнения для развития речевых и мимических движений.
4. Пение.
5. Слушание музыки и игра на детских музыкальных инструментах.
6. Танцы, хороводы.
7. Игры.
8. Прощание.

Использование методик М. Монтессори и К. Орфа оказывают эффективное коррекционно-развивающее воздействие. Суть педагогики М. Монтессори заключается в девизе: **«Помоги мне сделать самому»**, где значение имеет индивидуализация учебно-воспитательной деятельности. А система К. Орфа – система музыкального воспитания полностью построена на развитии творческих способностей, навыков **ребенка «Учимся, делаем и творим»** и включает в себя следующие элементы:

- речевые упражнения;
- поэтическое музицирование;
- музыкально-двигательные упражнения;
- игры с инструментами К. Орфа;
- элементарный музыкальный театр.

Музыкальный материал подбирается согласно возрастному составу детей, а также в зависимости от тяжести дефекта. Также в работе с детьми используется широкий спектр музыкальных инструментов и видов музыки, воздействующих на различные функции организма. Например, при слабой мелкой моторике пальцев используются клавишные инструменты (фортепиано, аккордеон); для координации движений – металлофон, треугольник, маракасы; для снятия стресса, при эмоциональных проблемах или, напротив, активизации эмоциональной сферы личности ребенка – прослушивание музыки для релаксации, а также записей шумов природы (звуков моря, леса, грозы и др.). За время занятий дети постепенно начинают самостоятельно выполнять несложные движения под музыку. У них появляется песенный репертуар, который можно расширять в дальнейшем. Они способны не только пассивно слушать музыку, но и исполнять, создавать ее – петь, танцевать, играть на музыкальных инструментах. Самой главной для них является потребность в общении друг с другом и с окружающими их взрослыми.

Исследования психологов доказывают целесообразность наиболее раннего включения детей с проблемами в музыкальную деятельность, в процессе которой совершенствуются их двигательные, сенсорные и речевые функции, формируются навыки общения.

Мажорная музыка вызывает светлое, радостное настроение у детей, воздействуя на малоподвижного ребенка, лишённого мышечной активности, приводит мышцы в тонус, заставляя его двигаться. Минорная же музыка, наоборот, является прекрасным успокоительным средством для гиперактивных, беспокойных, раздражительных детей, помогает им успокоиться, расслабиться.

Таким образом, групповая музыкотерапия в процессе реабилитации детей с ограниченными возможностями здоровья необходима как способ эмоционального воздействия на ребенка с целью коррекции имеющихся физических и умственных отклонений, как способ невербальной коммуникации, а также как один из возможных способов познания мира. Музыкотерапия применяется также и индивидуально и является средством, способным помочь детям с ограниченными возможностями увидеть, услышать, почувствовать все многообразие окружающей среды, помочь им познать свое «Я», войти в мир взрослых, полноценно существовать и взаимодействовать в нём.

### **Формы музыкальной терапии в работе с детьми с ОВЗ**

**Различные жанры музыки оказывают различное воздействие на людей. Какая-то музыка несет энергию, а какая-то снимает психическое напряжение, помогает расслабиться.**

- а) **Вокалотерапия** направлена на формирование оптимистического настроения с помощью вокальной деятельности ребенка. Используются песни и формулы, способствующие гармонизации внутреннего мира ребенка – «Я хороший – ты хороший».
- ☞ б) **Инструментальная** музыкальная терапия направлена на формирование оптимистических настроений с помощью игры на музыкальных инструментах.
- ☞ в) **Кинезитерапия** – Дети обучаются технике выражений эмоций с помощью выразительных движений тела, навыкам релаксации. Большое внимание уделяется коррекции коммуникативных, психологических функций.

### **Кинезитерапия**

**Кинезитерапия- лечение движением** включает в себя: психогимнастику, коррекционную ритмику, ритмопластику, сюжетно-игровую кинезитерапию.

- ☞ **Психогимнастика** – комплекс упражнений, игр, этюдов, целью которых является сохранение психического здоровья детей.
- ☞ **Сюжетно-игровая кинезитерапия** – вариант двигательной терапии, где все пражнения объединены одним сюжетом и проводятся в игровой форме с подгруппой или группой детей. Основа – игровая импровизация. В занятие включены упражнения, обеспечивающие релаксацию, коррекцию моторики. Живая музыка – движением под музыку ребенок выражает свое эмоциональное состояние.
- ☞ **Интегративная музыкотерапия** наряду с музыкой задействует возможности других видов искусства: рисование под музыку, музыкально-подвижные игры, пантомима, пластическая драматизация под музыку, создание стихов, рисунков, рассказов после прослушивания музыки и др. творческие формы.

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.

### **Сказкотерапия**

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.

### **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, де-

ти учатся нормам и правилам поведения, а также у детей формируются и развиваются различные психические функции (внимание, память, моторика).

### ***Активные методы и приёмы музыкотерапии***

***Ритмотерапия, вокалотерапия, хореотерапия, психодрама, игровая психотерапия. Психогимнастика***

☞ игры на развитие внимания, развитие памяти, преодоление двигательного автоматизма, подвижные игры, способствующие успокоению и организации, игры на выражение различных эмоций

Особенностью этих игр является то, что все они сопровождаются музыкой, с помощью музыкального ритма можно установить равновесие в деятельности нервной системы ребенка, умерить слишком возбужденные темпераменты и растормозить заторможенных детей, урегулировать неправильные и лишние движения.

### **Логоритмические занятия**

Следующий вид музыкально-двигательной терапии в коррекционной работе с детьми с разными отклонениями – логоритмические занятия, каждое из которых является сюжетным. Используются: игровая мотивация, пантомима, музыкальные рассказы и импровизации.

Музыка на этих занятиях является организующим началом движений. Каждый музыкальный сигнал вызывает немедленную двигательную реакцию. Это позволяет развивать внимание, слуховое восприятие, пространственную ориентировку, способствует коррекции речевых нарушений, например, фонематического слуха. Дети легко справляются со всеми заданиями логоритмики, поскольку

### ***Система музыкально – дидактических игр***

#### ***Музыкальный оркестр детей с ОВЗ***

Музыкально-дидактические игры способствуют формированию умений слушать музыку, различать высоту, тембр, динамику и длительность звука, развитию самостоятельной музыкальной деятельности, помогают закреплять знания детей о музыкальных инструментах. Большую помощь оказывают музыкальные игрушки и инструменты, применяемые в музыкально-дидактических играх.

Детское музицирование расширяет сферу музыкальной деятельности дошкольника, повышает интерес к музыкальным занятиям, способствует развитию музыкальной памяти, внимания, помогает преодолению скованности, застенчивости, расширяет музыкальное воспитание.

### **Игротерапия**

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

### **Музыкально – дидактические игры для детей с ОВЗ**

#### **Игра «Определи»**

☞ Музыкальный руководитель исполняет на бубне различные ритмические рисунки, которые передают движения неуклюжего медведя, быстрого зайчика и стремительной птички. Дети отгадывают загадки и ставят соответствующую игрушку на определенную ступеньку музыкальной лесенки (медведя – на нижнюю, зайчика – на среднюю, птичку – на верхнюю). Медленными ударами ладошкой правой руки по бубну передают ритмический рисунок мелодии медведя, образ зайчика – быстрым постукиванием указательным пальцем, птички – легким потряхиванием бубна над головой.

### **Музыкально-дидактическая игра «На чём играю»**

- ☞ Для развития тембрового слуха. Ребята по очереди становятся ведущими и загадывают музыкальные загадки на различных музыкальных инструментах. У всех детей карточки с изображением музыкальных инструментов. Ребенок-ведущий за ширмой проигрывает мелодию или ритмический рисунок на каком-либо инструменте. Дети определяют звучание инструмента и показывают карточку с его изображением.

### **Игра «Определи»**

- ☞ Музыкальный руководитель исполняет на бубне различные ритмические рисунки, которые передают движения неуклюжего медведя, быстрого зайчика и стремительной птички. Дети отгадывают загадки и ставят соответствующую игрушку на определенную ступеньку музыкальной лесенки (медведя – на нижнюю, зайчика – на среднюю, птичку – на верхнюю). Медленными ударами ладонью правой руки по бубну передают ритмический рисунок мелодии медведя, образ зайчика – быстрым постукиванием указательным пальцем, птички – легким потряхиванием бубна над головой.

### **Музыкально-дидактическая игра «На чём играю»**

- ☞ Для развития тембрового слуха. Ребята по очереди становятся ведущими и загадывают музыкальные загадки на различных музыкальных инструментах. У всех детей карточки с изображением музыкальных инструментов. Ребенок-ведущий за ширмой проигрывает мелодию или ритмический рисунок на каком-либо инструменте. Дети определяют звучание инструмента и показывают карточку с его изображением.

## **Музыкальное моделирование**

### **Агрессия. «Морское путешествие»**

- ☞ Переживание своего эмоционального состояния: «Мы на корабле. Начался шторм: паруса рвет ветер, огромные волны швыряют корабль, как щепку» (Вивальди «Шторм»)
- ☞ Формирования состояния покоя, защищенности: «Ветер стих, море гладкое и прозрачное, как стекло. Корабль легко скользит по воде. » (Чайковский «Баркаролла»)
- ☞ Становление конечного эмоционального состояния: «Впереди земля! Наконец-то мы дома. Как радостно встречают нас друзья и родные! ». (Шостакович «Праздничная увертюра»)

### **Терапевтическая игра. Лев охотится, лев отдыхает»**

Звучит фонограмма (К. Сен-Санс, «Карнавал животных» ч. 1 «Королевский марш льва»). Детям предлагается изобразить львов всеми возможными способами: можно передвигаться по полу на четвереньках (львы идут на охоту, лежать на скамеечках или стульях (львы отдыхают в жаркий полдень, громко рычать, когда звучит соответствующая музыка - показываем руками, как лев раскрывает пасть).

Когда отзвучит фрагмент, дается следующее задание: «Уставшие сытые львы, их детеныши ложатся отдыхать (на пол, либо «залезают на дерево» - скамеечку, свесив лапы, хвосты)

Затем звучит спокойная тихая музыка (Моцарт «Колыбельная»). «Львы засыпают».

Цели: Первая часть упражнения дает выход энергии, накопившейся за время занятия, развивает активность, общую моторику. Создавая образ животного, ребенок имеет возможность творчески самовыражаться. Вторая часть: релаксация, переход от активных действий к успокоению. В целом это упражнение повышает интерес детей к занятиям. Его всегда ждут и выполняют с особым энтузиазмом.

### **Изотерапевтическая игра. «Закроем страх в шкатулку»**

Ребенку предлагается нарисовать свой страх. (Дж. Пуччини «Плащ»). А теперь, когда страх «вышел» из малыша на бумагу, можно сделать с ним что угодно: дорисовать ему что-нибудь смешное, посадить «за решетку» и т. д. (Шопен «Прелюдия 1 опус 28») После этого можно сложить рису-

нок, спрятать страх в шкатулочку и подарить ребенку. Теперь малыш может сам управлять своим страхом и в любой момент посмотреть, не забрался ли страх обратно в него.

### «Облака»

Отправимся в путешествие! Мы превратимся в облака, ведь они летят по свету, не зная преград. Посмотрите, как они легки и прекрасны (слайд). Вы когда-нибудь наблюдали за облаками? Каждое облако – неповторимо. Это похоже на белоснежного коня, то – на удивительное морское чудовище. Но вот подул ветер, и облака изменили форму – перед нами возник волшебный сверкающий замок (слайд). Слышите, звучит волшебная музыка. (Чайковский «Сентиментальный вальс») Раз, два, три, облако лети! Теперь вы – облака. Летите мягко, плавно, меняйте форму от дуновения ветра. Чье же облако самое красивое?.

### Сказкотерапия . Храбрый колобок»

(Дети играют роль колобка; звери – куклы би-ба-бо на руке у руководителя). Жил был колобок. Отправился однажды он погулять. (Звучит «Менуэт» Баккерини, дети бегают на носочках) Катится колобок, катится, а навстречу ему заяц. (звучит: Бел Барток «Замок герцога Синяя борода»). «Колобок, колобок, я тебя съем! » Давайте предложим зайчику съесть конфетку и потанцевать с нами (Звучит «Менуэт» Баккерини, дети танцуют с зайцем). Покатился колобок дальше, а навстречу ему волк (звучит музыка Петра Ильича Чайковского - оркестровая фантазии «Франческа да Римини» на тему «Ада») «Колобок, колобок, я тебя съем! » А у колобка черный пояс по карате, и он здорово боксирует. Покажем это волку! (Звучит «Танец с саблями» Хачатуряна, дети «дерутся»). Убежал волк, а колобок покатился дальше. Кто вышел ему на встречу из темной чащи?) Медведь! (Звучит «Гном» Мусоргского) Колобок, я тебя съем! » Давайте напугаем медведя. (Звучит «Шторм» Вивальди, дети пугают медведя, как маленькие привидения. Медведь убегает). А вот и лиса пожаловала. (Звучит «Ноктюрн №20» Шопена) «Какой ты, колобок красивый! Пойдем со мной, я тебя тортиком угощу». Пойдем с лисой?) Конечно нет! Она все врет. Мы, лиса, тебя не боимся, нас не обманешь! Что мы сделаем? (Предложения детей) А давайте позвоним в полицию. Знаете номер телефона? (дети «достаю т сотовые телефоны» и звонят 020, лиса бегае т). Хорошо погулял колобок, никого он не испугался!

**Танцевальная, или двигательная, терапия -эта техника предполагает использование резервов своего тела.**

1) Движения телом сначала с закрытыми, а потом с открытыми глазами в зависимости от характера музыки.  
Игра «Танец». Детям предлагается потанцевать. Причём каждый танцует, что хочет. Ребёнок должен выразить в танце какой-либо образ. Лучше, если образ он придумает сам, при затруднении можно помочь ему подсказкой: «Станцуй (или изобрази) «бабочку», «зайчика», «кошку», «лошадку», «утюг», «конфетку», «молоток» и так далее.

Когда ребенок справился с первой частью задания, можно перейти к следующему этапу, где в качестве предлагаемых тем для танца выступают чувства.

Темы для второй части задания: «Станцуй «радость», «страх», «горе», «веселье», «удивление», «каприз», «счастье», «жалость». Музыка можно использовать любую: танцевальную, вальсовую, плясовую, джазовую. Важно, чтобы это не были песни со смысловым, понятным для детей текстом.

2) Танец с шифоновой тканью (её можно обертывать вокруг себя, закручиваться в нее, кружить вокруг себя).  
3) 10-15 мин движения под музыку из мира Ошо, затем 5-10 мин лежать без движений, а потом встать и дать свободу телу.

## **Ритмопластика «Облака»**

Отправимся в путешествие! Мы превратимся в облака, ведь они летят по свету, не зная преград. Посмотрите, как они легки и прекрасны (слайд). Вы когда-нибудь наблюдали за облаками? Каждое облако – неповторимо. Это похоже на белоснежного коня, то – на удивительное морское чудовище. Но вот подул ветер, и облака изменили форму – перед нами возник волшебный сверкающий замок (слайд). Слышите, звучит волшебная музыка. (Чайковский «Сентиментальный вальс») Раз, два, три, облако лети! Теперь вы – облака. Летите мягко, плавно, меняйте форму от дуновения ветра. Чье же облако самое красивое?.

## **Уходи, злость, уходи»**

Играющие ложатся на ковер по кругу. Между ними подушки. Закрыв глаза, они начинают со всей силой бить ногами по полу, а руками по подушкам с криком: «Уходи, злость, уходи!» (Чайковский «Баба Яга»). Упражнение продолжается 3 минуты, затем участники по команде взрослого ложатся в позу «звезды», широко раскинув руки и ноги, и спокойно лежат, слушая спокойную музыку 3 минуты. (Шопен «Ноктюрн фа-мажор»).

## **Ролевая гимнастика «Лев охотится, лев отдыхает»**

Звучит фонограмма (К. Сен-Санс, «Карнавал животных» ч. 1 «Королевский марш льва»). Детям предлагается изобразить львов всеми возможными способами: можно передвигаться по полу на четвереньках (львы идут на охоту, лежать на скамеечках или стульях (львы отдыхают в жаркий полдень, громко рычать, когда звучит соответствующая музыка - показываем руками, как лев раскрывает пасть. Когда отзвучит фрагмент, дается следующее задание: «Уставшие сытые львы, их детеныши ложатся отдыхать (на пол, либо «залезают на дерево» - скамеечку, свесив лапы, хвосты). Затем звучит спокойная тихая музыка (Моцарт «Колыбельная»). «Львы засыпают».

Цели: Первая часть упражнения дает выход энергии, накопившейся за время занятия, развивает активность, общую моторику. Создавая образ животного, ребенок имеет возможность творчески самовыражаться. Вторая часть: релаксация, переход от активных действий к успокоению. В целом это упражнение повышает интерес детей к занятиям. Его всегда ждут и выполняют с особым энтузиазмом.

## **Пассивные формы музыкотерапии**

**Коммуникативная музыкотерапия** (установление контакта с ребенком), реактивная музыкотерапия (помощь в разрешении психологического конфликта)

**Регулирующая музыкотерапия** (снятие эмоционального и мышечного напряжения).

**Групповая пассивная музыкотерапия** проводится в форме регулярного группового прослушивания произведений инструментальной классической музыки. Цель прослушивания — изменить настроение детей, отвлечь их от переживаний, уменьшить тревогу. Коррекционное воздействие музыкотерапии является симптоматическим, т.е. снижающим в определенной степени психические проявления, но не устраняющим источник их возникновения. Поэтому этот метод является дополнительным по отношению к другим методам коррекционного воздействия.

## **Колоколотерапия - целительная "музыка" КОЛОКОЛОВ**

**Колокольный звон** с успехом лечит целый ряд психических и психосоматических заболеваний. Секрет целебных свойств звона колоколов и колокольчиков в том, что они в изобилии “излучают” звуки очень высокой частоты (в т.ч. и ультразвуки), в умеренных дозах способные творить просто чудеса (при “правильном” воздействии ультразвука, причем исходящего именно от колоколов и колокольчиков, в организме человека погибают любые инфекции и раковые клетки. Если звук отдельного колокола уникален, то голос звонницы из нескольких колоколов представляет собой целую “атмосферу” звуков. Низкие тона колоколов влияют на человека более благоприятно, чем высокие.

**Орнитотерапия** (лечение звуками голосов поющих птиц) – одно из направлений современной экспериментальной музыкотерапии.



## ***Музыка благотворно влияющая на психофизическое состояние ребенка***

***Успокаивающая*** – медленная, спокойная, но мажорная, светлая (для возбужденных детей). Действия при этом выполняются в умеренном ритме.

***Музыка для расслабления*** – красивая, нежная, спокойная, тихая, но не грустная. Эффект расслабления усиливается при сочетании музыки и слова.

***Стимулирующая музыка*** – стимулирует общий жизненный тонус (пьесы подвижного, быстрого темпа, рекомендуется для заторможенных детей, вялых в двигательном и эмоциональном проявлении). Но если подобная музыка звучит постоянно, то она может вызвать у ребенка отторжение.

***Правильно подобранная музыка может оказывать терапевтическое воздействие на ребенка.***

***Когда мы воспринимаем ухом ритм и мелодию, у нас изменяется душевное настроение. »***  
***Аристотель***

***Для прослушивания использовать*** только те произведения, которое нравится детям, музыкальные пьесы, которые знакомы детям. Они не должны привлекать их внимание своей новизной, отвлекать от главного;

Продолжительность прослушивания должна составлять не более 10 минут в течении всего занятия. Как правило, это только одно музыкальное произведение.

***Снимает неврозы и раздражительность*** - «Лунная соната» Бетховена, «Итальянский концерт» Баха, музыка Генделя.

***Успокаивает, уменьшает чувство тревоги***, нерешительности – вальсы Штрауса, «Колыбельная» Брамса.

***Способствует росту умственных способностей*** – музыка Моцарта.

***Нормализует работу мозга*** – прослушивание сюиты «Пер Гюнта»

***Стимулирует интеллектуальную деятельность*** – музыка Бетховена, Штрауса.

***Поднимает жизненный тонус***, наполняет жизненной силой, творческой энергией, вдохновляет – Шестая симфония, часть 3 - Чайковского, Прелюдия 1 – Шопена. Из эстрадной музыки можно отметить музыку Демиса Руссоса, Хулио Иглессиаса, песню Александры Пахмутовой – «Беловежская пушча», оркестр Поля Мориа.

Музыка должна прослушиваться детьми дозированно, в зависимости от времени суток, вида деятельности, даже настроения детей:

***Утром*** рекомендуется включать солнечную мажорную классическую музыку, добрые песни с хорошим текстом;

***Дневной сон проходит*** под тихую, спокойную музыку; для расслабления, снятия эмоционального и физического напряжения, для приятного погружения в дневной сон необходимо воспользоваться благотворным влиянием мелодичной классической и современной релаксирующей музыки, наполненной звуками природы (шелест листьев, голоса птиц, стрекотание насекомых, шум морских волн и крик дельфинов, журчание ручейка). Дети на подсознательном уровне успокаиваются, расслабляются. Известно, что сон рассматривается как проявление сложноорганизованной деятельности ряда мозговых структур. Отсюда его важнейшая роль в обеспечении нервно- психического здоровья детей. Дневной сон может сопровождаться следующими музыкальными произведениями: Соло фортепиано (Клейдерман и симфонический оркестр) П.И. Чайковский «Времена года» Бетховен, соната 14 «Лунная» Бах – Гуно «Аве Мария» Колыбельные мелодии Голоса океана .

***Музыка для вечернего времени*** способствует снятию накопившейся усталости, стрессовых ситуаций за день. Она успокаивает, расслабляет, нормализует кровяное давление и работу нервной системы детского организма. Для этого можно использовать следующие мелодии: «Классические ме-

лодии для детей и их родителей» Мендельсон «Концерт для скрипки с оркестром» Бах «Органное произведение» А. Вивальди «Времена года» Голоса природы

### ***Утренники и развлечения***

Особое место в системе воспитания детей с ОВЗ занимают утренники и развлечения. Высокий эмоциональный подъем, ожидание торжественного события обостряют чувства детей, они лучше воспринимают и усваивают содержание песен, стихов, что делает коррекционно-воспитательную работу более эффективной.

### **Рекомендации для педагогов и родителей по использованию музыкотерапии в совместной деятельности с детьми.**

1. На успешность проведения занятия влияют позитивная личность педагога, владения им способами музыкального выражения-игрой на музыкальных инструментах и умение петь, а так включение в профилактический и коррекционный процесс фактора групповой динамики, взаимного психоэмоционального положительного заражения, сопереживания и сочувствия между участниками групповых музыкальных занятий.
2. Необходимо определить индивидуальный курс коррекции для детей с теми или другими нарушениями и тактику после его окончания. Имеют значение количество и продолжительность сеансов музыкотерапии (от 15 минут до 45 минут), кратность применения в неделю 1-7 раз.
3. В помещении для проведения музыкальной терапии должны быть максимально удобные стулья, кресла или коврики, а освещение - искусственным, чтобы добиться отвлечения от реального течения времени (светового дня) и усилить эмоциональное действие сеанса.
4. Так же следует помнить, что коррекционные музыкальные сеансы должны проводиться не на голодный желудок и не ранее чем через 2 часа после еды.
5. Перед принятием сеанса музыкотерапии детей нужно обязательно настроить. Они должны расслабиться- это поможет им "открыть двери бессознательного" и принять в полной мере действие музыки. При этом не важно, какое действие оказывает музыка - успокаивающее, стимулирующее или поднимающее настроение.
6. Важно правильно выбрать позу. Лечение музыкой должно быть достаточно коротким, чтобы не вызывать усталости и возможных защитных реакций.
7. Силу и громкость музыки нужно осторожно регулировать. Малую громкость следует выбирать не только для успокаивающей, но и для стимулирующей музыки. Большая громкость утомляет и потрясает нервную систему.
8. После прослушивания лечебной музыки нужно отдохнуть некоторое время. Это благоприятствует ее полному, не нарушающему душевное равновесие, действию на бессознательное.
9. Известно, что бессознательное наиболее активно во время сна, при этом оно так же восприимчиво и к внешним импульсам. Поэтому особенно рекомендуется для агрессивных, беспокойных, гиперактивных детей использовать терапевтическую музыку во время сна.
10. Желательно использовать инструментальную классическую и специально лечебную музыку, но не вокальную и не самую популярную т.к. они несут ненужную смысловую нагрузку. Выбор музыкальных произведений должен быть хорошо продуман. Он гораздо сложнее, чем может действовать на нервы человеку, отягощенному горем. На человека в состоянии возбуждения и смятения вряд ли окажет глубокое впечатление торжественное адажио, от него он станет еще более беспокойным. С другой стороны, когда человек прибывающий в унынии слышит грустную музыку, это может поднять ему настроение.
11. В рамках сеанса музыкальной терапии можно и нужно использовать различные активные приемы, упражнения и методы, описанные выше, такие как двигательные упражнения и танцы, ритмические и дыхательные упражнения, драматизация лечебных спектаклей - игр, активизация зрительных образов и представлений, музицирование, игротерапия, вокалотерапия, арттерапия, цветотерапия, сказкотерапия и другие методы.

## **Литература:**

Котышева Е.Н. Музыкальная психокоррекция детей с ограниченными возможностями здоровья. - СПб. 2010

Доктор мед. наук С. Шушарджан о музыкальной терапии// Клуб. – 2001. - 6. 2. Готсдинер А.Л. Музыкальная психология.- М.: НВ МАГИСТР, 1993.

Кэмпбелл Д. Эффект Моцарта // Древнейшие и самые современные методы использования таинственной силы музыки для исцеления тела и разума. - Минск. - 1999

Медведева И.Я. Улыбка судьбы. Роли и характеры / И.Я. Медведева, Т.Л. Шишова; художник Б.Л. Аким. – М.: «ЛИНКА-ПРЕСС», 2002.

Петрушин В.И. Музыкальная психология: Учебное пособие для студентов и преподавателей. – М.: Гуманит. издат. центр ВЛАДОС, 1997.

Петрушин В. И. Музыкальная психотерапия: Теория и практика: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. – М.: Гуманит. издат. центр ВЛАДОС, 2000.

Тарасова К.В., Рубан Т.Г. Дети слушают музыку: Методические рекомендации к занятиям с дошкольниками по слушанию музыки. – М.: Мозаика-Синтез. 2001.

Теплов Б.М. Психология музыкальных способностей. – М.: Педагогика, 1985.

## **СПИСОК МУЗЫКАЛЬНЫХ ПРОИЗВЕДЕНИЙ, РЕКОМЕНДУЕМЫХ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ**

### **МУЗЫКОТЕРАПИИ**

#### **Музыка для встречи детей и их свободной деятельности**

##### ***Классические произведения:***

Бах И. «Прелюдия до мажор»  
Бах И. «Шутка»  
Брамс И. «Вальс»  
Вивальди А. «Времена года»  
Гайдн Й. «Серенада»  
Кабалевский Д. «Клоуны»  
Кабалевский Д. «Петя и Волк».  
Лядов А. «Музыкальная табакерка»  
Моцарт В. «Маленькая ночная серенада»  
Моцарт В. «Турецкое рондо»  
Мусоргский М. «Картинки с выставки»  
Рубинштейн А. «Мелодия»  
Свиридов Г. «Военный марш»  
Чайковский П. «Детский альбом»  
Чайковский П. «Времена года»  
Чайковский П. «Щелкунчик» (отрывки из балета)  
Шопен Ф. «Вальсы»  
Штраус И. «Вальсы»  
Штраус И. «Полька «Трик-трак»

##### ***Детские песни:***

«Антошка»  
«Бу-ра-ти-но»  
«Будьте добры»  
«Веселые путешественники»  
«Все мы дели пополам»  
«Где водятся волшебники»  
«Да здравствует сюрприз»  
«Если добрый ты»  
«Колокола»  
«Крылатые качели»  
«Лучики надежды и добра»  
«Настоящий друг»  
«Песенка Бременских музыкантов»  
«Песенка о волшебниках»  
«Песня смелого моряка»  
«Прекрасное далеко»  
«Танец утят»

#### **Музыка для пробуждения после дневного сна**

##### ***Классические произведения***

Боккерини Л. «Менуэт»  
Григ Э. «Утро»  
Дворжак А. «Славянский танец»  
Лютневая музыка XVII века.  
Лист Ф. «Утешения»  
Мендельсон Ф. «Песни без слов»  
Моцарт В. «Сонаты»  
Мусоргский М. «Балет невылупившихся птенцов»  
Мусоргский М. «Рассвет на Москва-реке»  
Сен-Санс К. «Аквариум»  
Чайковский П. «Вальс цветов»  
Чайковский П. «Зимнее утро»

Чайковский П. «Песня жаворонка»  
Шостакович Д. «Романс»  
Шуман Р. «Май, милый май!»  
**Классические произведения**  
Альбиниони Т. «Адажио»  
Бах И. «Ария из сюиты №3»  
Бетховен Л. «Лунная соната»  
Глюк К. «Мелодия»  
Григ Э. «Песня Сольвейг»  
Дебюсси К. «Лунный свет»  
Колыбельные  
Римский-Корсаков Н. «Море»  
Свиридов Г. «Романс»  
Сен-Санс К. «Лебедь»  
Чайковский П. «Осенняя песнь»  
Чайковский П. «Сентиментальный вальс»  
Шопен Ф. «Ноктюрн соль минор»  
Шуберт А «Аве Мария»  
Шубери Ф. «Серенада»