

Кривоножкина Марина Александровна

Муз. руководитель МБДОУ д/с «Колокольчик» Петровский район с. Кожевино

Музыкальная терапия— детям

Начало 21 века – время гениальных открытий и великих достижений в науке и технике. Но, к сожалению, это и время агрессии, обособленности. В большей степени это сказывается на поведении и психике наших детей.

Современные компьютерные технологии на многие часы приковывают любопытных малышей к экрану. У ребят пропала потребность в общении со сверстниками – компьютерные игры заменили им живое общение. В результате, детям бывает сложно адаптироваться, найти свое место в детском коллективе. Ребенок закрывается в себе.

Особую роль сегодня в формировании сознания дошкольников играет телевидение, порой, к сожалению, в отрицательном направлении. Родители, занятые работой, ничем не противостоят дурному воздействию средств массовой информации. И дети с утра и до вечера, не мешая родителям, смотрят фильмы про насилие и убийства, репортажи «с места происшествий», мультфильмы, излучающие агрессию. В результате, дети несут эти эмоции в общество, становясь жестокими, агрессивными.

В детских садах над данной проблемой работают психологи, воспитатели и другие специалисты. Многие ищут новые нетрадиционные методы педагогической помощи детям. В свою очередь, я, как музыкальный руководитель, решила также не оставаться в стороне, и обратилась к такому мало изученному коррекционному методу, как музыкальная терапия.

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.

Современные исследования показали, что возможности применения музыкотерапии как в психолого-педагогической коррекции, так и в лечебно-профилактической медицине достаточно широки и могут включать в себя разнообразные программы. Изучив данные материалы, я решила направить созидательную энергию музыки на коррекцию эмоционального поведения дошкольников.

В своей работе я использовала следующие формы музыкальной терапии:

Рецептивная музыкотерапия (пассивная) отличается тем, что ребенок в процессе музыкотерапевтического сеанса не принимает в нём активного участия, занимая позицию простого слушателя. Ему предлагают прослушать различные музыкальные композиции либо вслушиваться в различные звучания, отвечающие состоянию его психического здоровья и этапу лечения. Занятия направлены на моделирование положительного эмоционального состояния, релаксацию – выход, посредством музыки из травмирующей ребенка ситуации. **Варианты проведения:**

а) Музыкальные картинки: восприятие музыки осуществляется ребенком совместно с музыкальным руководителем, который в процессе слушания помогает дошкольнику мысленно шагнуть из реальной жизни в мир музыкальных образов, сосредоточиться на музыкальной картинке и в течении 5-10 минут побывать в мире музыкальных звуков, мелодии, общение с которыми оказывает благотворное влияние на ребенка. Используются классические инструментальные произведения, не применяемые в учебном процессе; звуки живой природы.

б) Музыкальное моделирование: используется программа, составленная из фрагментов разных по характеру музыкальных произведений: 1. Отвечающий душевному состоянию ребенка в данный момент (сочувствие его переживаниям). 2. Противостоящий действию предыдущего музыкального фрагмента и нейтрализующий его. 3. Обладающий наибольшей силой эмоционального воздействия, необходимой для выздоровления (динамичная, жизнеутверждающая

музыка). в) Минирелаксация под музыку направлена на активизацию мышечного тонуса ребенка. Важно дать ребенку почувствовать свое тело, мышечный тонус, научить расслабляться при напряжении.

Активные методы музыкальной терапии основаны на активной работе с музыкальным материалом: инструментальная игра, пение. 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».

в) Инструментальная музыкальная терапия направлена на формирование оптимистических настроений с помощью игры на музыкальных инструментах.

Агрессия «Морское путешествие» Музыкальное моделирование

1. Переживание своего эмоционального состояния: «Мы на корабле. Начался шторм: паруса рвет ветер, огромные волны швыряют корабль, как щепку» (Вивальди «Шторм»)

2. Формирования состояния покоя, защищенности: «Ветер стих, море гладкое и прозрачное, как стекло. Корабль легко скользит по воде. » (Чайковский «Баркаролла»)

3. Становление конечного эмоционального состояния: «Впереди земля! Наконец-то мы дома. Как радостно встречают нас друзья и родные! ». (Шостакович «Праздничная увертюра»)

«Уходи, злость, уходи» Терапевтическая игра

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»).

«Воробьиные драки» (снятие физической агрессии). *Терапевтическая игра*

Дети выбирают пару и превращаются в драчливых «воробьев» (приседают, обхватив колени руками). «Воробьи» боком подпрыгивают друг к другу, толкаются. Кто из детей упадет или уберет руки со своих колен, тот выбывает из игры (лечат «крылышки» и лапки у доктора Айболита). «Драки» начинаются и заканчиваются по сигналу взрослого.

«Зимняя сказка» *Музыкальное моделирование* Друг к другу (Дебюсси «Свет луны»)

1. Переживание своего эмоционального состояния: «Наступила зима. На улице колкий трескучий мороз. Злющий при злющий!» (Шуман «Дед Мороз»)

2. Формирования состояния покоя, защищенности: «С ночного неба летят легкие снежинки. Они искрятся в свете фонаря.» (Дебюсси «Танец снежинок»)

3. Становление конечного эмоционального состояния: «Закружила метель в нежном вальсе». (Свиридов Вальс «Метель»)

«В гостях у морского царя» *Сюжетно-игровая импровизация*

На бал к Нептуну прибывают жители подводного царства. Детям предлагается двигаться как: грозная акула, расслабленная медуза, резвый морской конек, колючий морской еж и и. д. (К. Сен-Санс Аквариум)

«Весна пришла» *Музыкальное моделирование*

1. Переживание своего эмоционального состояния: «Наступила долгожданная весна. Пригрело теплое солнышко. На реке начался ледоход. Огромные льдины движутся по воде, с шумом и треском налетают друг на друга, ломаются, кружатся в водовороте». (Шуман «Порыв»)

2. Формирования состояния покоя, защищенности: «Формирования состояния покоя, защищенности: «Солнечный теплый луч заглянул на заснеженную лесную поляну, растопил сугроб и обогрел первый весенний цветок – подснежник». (Чайковский «Подснежник»)

3. Становление конечного эмоционального состояния: «Из дальних стран вернулись в родные края перелетные птицы и запели свои самые веселые песни». (Вивальди «Весна»)

Страх «Ночные страхи» Музыкальное моделирование.

1. Переживание своего эмоционального состояния: «Над деревней взошла луна. С гор на дома и огороды полз скользкий липкий туман. И в этом тумане неясными тенями замелькали древние зловещие духи. У них сегодня праздник – вальпургиева ночь. До самого утра ведьмы, привидения, гоблины и тролли будут кружиться в дикой пляске на лысой горе». (Мусоргский «Ночь на лысой горе»)

2. Формирования состояния покоя, защищенности: «Неужели никто не может справиться с этой зловещей силой? Никто не спасет напуганных деревенских жителей? Но вот среди далеких звезд зазвучала волшебная песня, наполненная нежностью и добротой. Песня звучит все громче, все сильнее. Мягкий свет заструился среди тумана, рассеивая, разгоняя его. Это ангелы спустились на землю и запели хвалебную песнь святой деве Марии, защитнице человечества. И отступили темные силы». (Шуберт «Аве Мария»)

3. Становление конечного эмоционального состояния: «Закончилась вальпургиева ночь. Край неба окрасился розовыми, золотыми, багряными красками. Медленно, спокойно взошло доброе солнце». (Шостакович «Праздничная увертюра»)

«Закроем страх в шкатулку» Изотерапевтическая игра.

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 рисунок, 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.

«Доктор Айболит» Сюжетно-игровая импровизация.

(Звучит «Венский вальс» Свиридова - «Айболит» раскладывает на пенке свои лекарства) «Добрый доктор Айболит. Он под деревом сидит. Приходи к нему лечится и корова, и волчица, и жучок, и червячок, и медведица. Всех излечит, исцелит добрый доктор Айболит». (Звучит пьеса Левкодимова «Медведь» - идет «больной медведь») Вот идет к Айболиту медведь. Его укусили пчелы. Ох, как больно бедняге! Помоги, доктор! (Звучит «Венский вальс» Свиридова - доктор лечит медведя) Ох, спасибо! (Звучит «Шутка» Баха - медведь танцует). Вот лисичка бежит. (Звучит пьеса Левкодимова «Лиса» - бежит «больная лиса») У нее зуб болит. Ой, как плохо лисоньке! Помоги, доктор! (Звучит «Венский вальс» Свиридова - доктор лечит лису) Спасибо, доктор! (Звучит «Шутка» Баха - лиса танцует). А почему кустик трясется? Это зайчик дрожит! Загнал он в лапку большую занозу. Болит лапка, а к доктору идти страшно. Давайте уговорим зайчика (дети уговаривают зайку пойти к доктору). Вылечил доктор зайчика. «Слава, слава Айболиту, слава добрым докторам! » (Звучит «Камаринская Чайковского, дети-актеры танцуют).

«Снеговик» Психогимнастика. (Направленные на расслабление, снятие напряжения)

Родитель и ребенок превращаются в снеговиков: встают, разводят руки в стороны, надувают щеки и в течение 10 секунд удерживают заданную позу.

Взрослый говорит: «А теперь выглянуло солнышко, его жаркие лучи коснулись снеговика, и он начал таять». Играющие постепенно расслабляются, опускают руки, приседают на корточки и ложатся на пол. (Шопен Вальс «Зимняя сказка»).

«В лесу» *Музыкальное моделирование.*

1 Переживание своего эмоционального состояния: «Мы в дремучем лесу, темно, воют волки, мы продираемся через колючие кустарники, бежим (звучит музыка Петра Ильича Чайковского - оркестровая фантазии «Франческа да Римини» на тему «Ада», ребенок двигается в соответствии с сюжетом) ».

2 Формирования состояния покоя, защищенности: «Мы выбежали на поляну. Она со всех сторон защищена добрым волшебством. Никто кроме нас не сможет пробраться сюда. Здесь очень красиво: маленький водопад стекает в прозрачное озеро, на земле нежная зеленая трава и удивительные прекрасные цветы (звучит ноктюрн Ф. Шопена, ребенок лежит или сидит на коврике) ».

3 Становление конечного эмоционального состояния: «Водопад так радостно звенит своими капельками! Нам становится так легко, так весело! Мы тоже хотим петь вместе с водопадом! (звучит «Маленькая ночная серенада» В. А. Моцарта, ребенок подыгрывает на металлофоне или танцует) ».

«Облака» *Ритмопластика*

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?

«Храбрый колобок» *Сказкотерапия*

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 встреч 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 «достають сотовые телефоны» и звонят 020, лиса бежит). Хорошо погулял колобок, никого он не испугался!

«Заяц-герой» Музыкальная театрализация

Жил был зайчик-трусишка. Сидел он под кустиком и всего боялся. Листик с дерева упадет – заяка трясется от страха, сова пролетит – заяц в обморок падает. (Звучит муз. : Шуман «Дед Мороз». Дети показывают, как зайчик боится). День боялся заяка, неделю, год. Но вот, надоело ему бояться. Устал, и все тут. Залез он на пенек, лапками замахал и закричал: «Никого я не боюсь! » (Звучит муз. : Бетховен «Ода к радости» Дети показывают себя храбрецами) Вдруг вышел на полянку волк! (кукла би-ба-бо) Вся храбрость зайчонка сразу куда-то исчезла. Затрясся он, прыгнул, да с перепугу прямо волк на спину угодил. Бросился заяка наутек (Звучит: Сен-Санс «Заяц», дети бегут, а когда сил бежать больше не стало, упал он под кустик. Но волк тоже перепугался этого странного зайца, что сам на него набросился, и ушел из этого леса. Нашли зверята нашего зайца и стали хвалить: «Какой ты храбрый, волка прогнал! » А заяц и сам поверил, что он храбрец и перестал бояться. (Звучит: Бетховен «Ода к радости»)

«Маленький скульптор» *Лепка*

Упражнение выполняется в парах. Дается задание начать лепить из пластилина какую-нибудь фигуру, лучше что-то фантастическое. Через определенное время дети меняются фигурами, и теперь каждый должен долепить фигуру партнера. После выполнения задания дети обмениваются замечаниями, правильно ли понят их замысел, что они сами хотели бы слепить.

Упражнение позволяет осознать возможность преодоления замкнутости, дать ребенку перспективу на будущее и уверенность в своих силах.

«Теремок» *Музыкальная подвижная игра*

Для игры между детьми распределяются роли: мышка, заяц, лягушка и т. д. Дети одевают соответствующие маски. Кладется обруч – теремок. Дети идут вокруг обруча и поют:

«Стоит в поле теремок, теремок,

Он не низок, не высок, не высок.

Вот по полю, полю мышка (лягушка, заяц и т. д.) бежит,

Дверей остановилась и стучит.

Названный персонаж выходит к «теремочку» и поет:

«Кто, кто в теремочке живет?

Кто, кто в невысоком живет? »

Когда к терему подходит медведь и говорит: «Я – мишка, всех ловишка», - все звери разбегаются, а медведь их ловит.