

*Достоинства* музыкотерапии очевидны: ее легко и просто применить, она абсолютно безвредна, развивает творческие способности у детей, память и слух.

Однако и музыкотерапия имеет свои *противопоказания*. Не подойдёт этот метод развития и лечения детям, у которых часто случаются судороги, детям, страдающим отитом, у которых быстро нарастает внутричерепное давление и малышам в тяжёлом состоянии, сопровождающимся интоксикацией организма. Категорически запрещается давать слушать музыку детям через наушники.

В настоящее время родители имеют широкий выбор средств по музыкотерапии: это могут быть диски и кассеты с традиционной классической музыкой или с аранжировкой, сделанной специально для детей. В такие аранжировки добавляют звуки колокольчиков. Продаются также записи с классическими мелодиями на фоне шума природы. CD-диски называются «Малыш у моря», «Малыш в лесу» и так далее. Очень приятное релакс-лекарство, которое поможет малышу не только расслабиться, снять нервное напряжение, но и будет развивать слух у ребенка.

### КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ МУЗЫКОТЕРАПИЕЙ?

При индивидуальной работе предпочтительно время между 17 и 21 часами и не менее 1,5-2 часового перерыва после приема пищи. Качественная стерео аппаратура и записи, удобная поза и расслабление.

Игры :

#### «БОМБА»

Водящие (от 3 до 10 детей) выходят из музыкального зала, в это время в зале прячется будильник. Когда все готово, водящих приглашают в зал и просят найти будильник. Дети должны соблюдать тишину, чтобы найти бомбу. Хорошо если будильник можно установить на звонок через 1.2 минуты. Водящие должны найти будильник до того как прозвонит звонок.

#### «МИРНЫЕ» И «ВОИНСТВЕННЫЕ»

Каждый из участников выбирает для себя тихо или громко звучащий инструмент, группа делится на два племени: «мирные» и «воинственные». Играющие представляют, что находятся на разных берегах реки и могут общаться по очереди, играя на музыкальных инструментах. «Племена» внимательно должны выслушивать друг друга. Игра может сопровождаться танцами.

#### «РАСТУЩИЕ ЦВЕТЫ»

Один из группы играет на музыкальном инструменте, а остальные слушают. Вместе со звуками инструмента цветок (его держит на длинной палке кто-то из взрослых, невидимый играющим) появляется из-за ширмы цветов. Если музыка быстрая, то и цветок растет быстро, если медленная - медленно. Когда цветок больше не может расти, он начинает увядать.

Источник: <http://putipoznaniya.blogspot.ru/>)

ЧАСТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД № 191 ОТКРЫТОГО  
АКЦИОНЕРНОГО ОБЩЕСТВА  
«РОССИЙСКИЕ ЖЕЛЕЗНЫЕ  
ДОРОГИ»

## МУЗЫКОТЕРАПИЯ



*Материал подготовлен музыкальным  
руководителем Сайгашовой Н.В.*

## ЧТО ТАКОЕ МУЗЫКОТЕРАПИЯ?

Музыкотерапия – это лечение с помощью музыкального воздействия.

Этот психотерапевтический метод основан на целительном воздействии музыки на психологическое состояние человека.

Музыкотерапия, по своей форме, бывает пассивной или активной.

Чем они отличаются?

Используя *пассивную форму музыкотерапии* при лечении, пациентам предлагаются для прослушивания различные музыкальные произведения, соответствующие состоянию их психологического здоровья и ходу лечения. Целью в данном случае является определенное эмоциональное, в том числе эстетическое, переживание, которое должно способствовать отреагированию тех или иных проблем и достижению новых смыслов.

Часто, в качестве средства, способствующего музыкотерапии, используются дополнительные приемы, например такие, как дыхательные упражнения, аутотренинг, гипноз, живопись или танец.

При *активной форме музыкотерапии* пациенты сами участвуют в исполнении музыкальных произведений (в хоре или музыкальном оркестре), применяя при этом как обычные музыкальные инструменты, так и необычные, например, собственное тело (хлопки, постукивания и пр.).

Основной целью в данном случае является интеграция индивида в социальные группы, т.к. в музыкальном сотворчестве хорошо отрабатываются различные коммуникативные навыки, устраняется повышенная застенчивость, кроме того формируется выдержка и самоконтроль.

Эмоциональные нарушения детей являются одной из наиболее острых проблем не только для психологов, педагогов, но и для общества в целом. Происходит увеличение числа детей с эмоциональными нарушениями. Эмоции помогают познавать мир во всем великолепии. Эмоции обуславливают яркость и полноту наших восприятий, они влияют на скорость и прочность запоминания. Они стимулируют деятельность нашей фантазии, придают нашей речи убедительность, яркость и живость.

Поэтому на современном этапе выдвигаются задачи изучения психологических условий, вызывающих эти явления. Особенно важным является изучение эмоциональных нарушений в дошкольном возрасте. Так как нарушения находятся на стадии своего становления, еще можно предпринять своевременные меры.

Недостаточное исследование агрессии и тревожности в дошкольном возрасте затрудняет определение их влияния на дальнейшее развитие ребенка. Например, тревожность, как устойчивая характеристика, диагностируется уже в трехлетнем возрасте, что и определяет необходимость создания эффективного метода ее коррекции. Исследования в данном направлении помогут решить ряд проблем дошкольного возраста, в том числе развитие личности в период кризиса 7 лет, трудности принятия на себя новых социальных ролей в связи с переходом из детского сада в школу, успешность учебы и т.п.

Именно в младшем возрасте, когда детская психика очень гибка и пластична, коррекционная работа наиболее эффективна. Ребенок получает возможность проиграть и прожить разнообразные роли, приобрести новый психологический опыт, научиться выстраивать гармоничные отношения с взрослыми и сверстниками.

Анализируя основы психокоррекционной работы с детьми, многие авторы отмечают, что в дошкольном возрасте одним из наиболее эффективных методов является *музыкотерапия*. Музыкальную терапию широко применяют во многих странах мира для лечения и профилактики широкого спектра нарушений, включая и эмоциональную нестабильность.

О положительном эффекте воздействия музыкотерапии пишут многие специалисты. В России специальные исследования Л.С. Брусиловского, В.И. Петрушина, В.М. Бехтерева, И.М. Гриневой, С.В. Шушарджан, Г.Т. Шипулина и многие другие выявили положительное влияние музыки на различные системы организма: сердечнососудистую, двигательную, дыхательную, центральную нервную систему. Российский врач М.Л. Лазарев, директор московского детского центра восстановительного лечения подтверждает, что под воздействием специально подобранной классической музыки дети (даже которые находятся в утробе матери) развиваются гармонично как в физическом, так и в духовном плане.