



*Использование средств
музыкотерапии на занятиях с
детьми с ОВЗ*

*Консультация для воспитателей
детских садов*

*Составитель: музыкальный работник
МБДОУ «Детский сад № 44»
Свищёва Анастасия Юрьевна*

Музыкотерапия



- *Контролируемое использование музыки в коррекции психоэмоциональной сферы ребенка.*
- *Музыка- это лекарство, которое слушают.*
- Осуществляется в форме подгрупповых занятий с ритмическими играми, дыхательной гимнастикой, воспроизведением заданного ритма с постепенным замедлением темпа
- Звук не должен быть громким и в то же время чрезмерно тихим.
- Положительное воздействие оказывает классическая музыка.

Успокаивающие произведения Баха, Моцарта, Бетховена.

Возбуждающий эффект произведения Вагнера, Оффенбаха, Равеля.

Тяжелый рок вызывает стрессовые реакции



Использование средств музыкотерапии на занятиях с детьми с ОВЗ

Дети с ОВЗ – это дети, у которых часто основная проблема сопровождается разными формами нарушений психо-эмоциональной сферы. В дошкольные учреждения приходит всё больше детей с ярко выраженной гиперактивностью, психосоматическими заболеваниями. Дети порой бывают замкнутыми, тревожными, застенчивыми.

Бесценную помощь в этом случае оказывает **музыка**. Сила ее заключается в том, что она передаёт смену настроений, переживаний – динамику эмоционально-психических состояний человека. Детям не нужно долго объяснять, что чувствует человек, когда ему грустно, достаточно только сыграть грустную мелодию, и малыши начинают понимать состояние печали с первых тактов. Музыка помогает детям осваивать мир человеческих чувств, эмоций, переживаний.

Установлено, что музыка воздействует на многие сферы жизнедеятельности человека через три основных фактора:

- ✓ вибрационный,
- ✓ физиологический,

- ✓ психический.

Звуковые вибрации являются стимулятором обменных процессов в организме на уровне клетки. Эти вибрации способны изменять различные функции организма (дыхательную, двигательную, сердечнососудистую). Благодаря ассоциативным связям, возникающим в процессе восприятия и исполнения музыки, меняется и психическое состояние ребенка. Именно в дошкольном возрасте, когда детская психика очень гибка и пластична, **музыкотерапия** наиболее эффективна.

Музыкотерапия строится на подборе необходимых мелодий и звуков, с помощью которых можно оказывать положительное воздействие на человеческий организм. Это способствует общему оздоровлению, улучшению самочувствия, поднятию настроения, повышению работоспособности. Такой метод дает возможность применения музыки в качестве средства, обеспечивающего гармонизацию состояния ребенка:

- ✓ снятие напряжения и утомления,
- ✓ повышение эмоционального тонуса,
- ✓ коррекцию отклонений в личностном развитии ребенка и его психо-эмоциональном состоянии,
- ✓ за считанные минуты снять умственную усталость, взбодрить, раскрепостить, повысить настроение, сконцентрировать внимание.

Музыкотерапия ориентирует педагога на сотрудничество с ребёнком, на интеграцию различных видов художественной деятельности. Чтобы обогатить чувственно-эмоциональный опыт детей и закрепить его в памяти, важно использовать интегративный подход к музыке, изобразительному искусству, художественному слову, ритмике. Для более эффективной работы в этом направлении в группах можно **создать интегративную музыкально-игровую среду**, наполнить её оборудованием:

- ✓ музыкальный центр,
- ✓ диски с качественной записью музыкальных произведений,

- ✓ иллюстрированные и образные картинки,
- ✓ куклы, элементы игровых костюмов,
- ✓ игровые атрибуты, соответствующие содержанию музыки, помогающие детям понять музыкальный образ, поиграть в него.

Для детей с ОВЗ характерна повышенная рассеянность, утомляемость, они с трудом сосредотачиваются, быстро становятся вялыми и раздражительными, и воспитателю требуется немало выдумки и фантазии, чтобы вовремя использовать и применить тот или иной наглядный материал, который бы увлек ребёнка. Вот почему в процессе занятий важно чередовать музыкальный материал с речевыми, двигательными упражнениями.

С самых ранних лет ребёнок стремится к творчеству. Поэтому важно создать в детском коллективе атмосферу свободного выражения чувств и мыслей, поощрять желание дошкольника с ОВЗ быть похожим на других, разбудить фантазию ребенка, попытаться максимально реализовать его способности. Для того чтобы такой ребёнок проявлял творчество, необходимо обогатить его жизненный опыт яркими художественными впечатлениями, сформировать необходимые представления, умения, навыки. Ведь чем богаче опыт малыша, тем ярче будут его творческие проявления. Стремление к творчеству возрастает, если у ребёнка что-то хорошо получается.

Но очень часто бывает, что дети с ОВЗ волнуются, испытывают чувство страха, неуверенности в себе. Мир фантазий у застенчивого малыша очень богат, и именно с помощью творчества можно помочь ребёнку стать уверенным в себе и общительнее. Если ребенок замкнут, то ему нужно быть одним из многих, выполнять указания ведущего. Это помогает раскрепоститься, снимает страх общения. Музыка способствует раскрепощению слишком замкнутых детей, а у расторможенных, напротив, формирует способность к концентрации. Помимо обычного прослушивания музыки (пассивная форма музыкотерапии) на занятиях с детьми с ОВЗ

можно использовать множество активных приемов, заданий и упражнений, используемых в коррекционной и лечебной педагогике. С помощью игровых технологий развиваются творческие способности ребёнка. Так, например, детям очень нравится *метод арт-терапии*, где они коллективно создают свои творческие композиции, которые выражают детские чувства, эмоции и переживания. На занятиях дети рисуют общие картины, клеят аппликации, лепят скульптуры из глины и пластилина, строят сооружения из кубиков, что способствует эмоциональному и моторному самовыражению, развитию творческого воображения и сближению детей. Большой отклик у детей вызывают элементы сказкотерапии. Так, под определенный характер музыки дети попадают в сказку, изображают героев любимых сказок и сами сочиняют собственные сказки. На занятиях с детьми с ОВЗ используются такие средства музыкотерапии, как психогимнастические этюды и упражнения, которые способствуют не только расслаблению детей и снятию психо-эмоционального напряжения, но и учат управлять своим настроением и эмоциями, выражать свое эмоциональное состояние. Так, например, дети превращаются в рыбок, бабочек, в сломанные игрушки, пробираются сквозь лесную чащу. При этом даже самые обычно малоактивные дети с удовольствием импровизируют и передают волшебные образы.

Музыка является средством обогащения сюжетов детских игр, так как она эмоциональна, образна, подвижна и тем самым привлекательна для детей; она содержит в себе множество идей, мыслей, образов, побуждает к фантазированию и игре, развивает воображение, творческое мышление, а это необходимо для развития сюжетов игр. И музыка, и игра – образное представление действительности, поэтому музыкальный образ легко перевоплощается в игровой. И в этом немаловажная роль принадлежит музыкальным играм. Они развлекают и воспитывают детей, развивают их фантазию, учат сопереживать происходящему, создают соответствующий эмоциональный настрой, раскрепощают ребёнка, повышают его уверенность в себе. На занятиях с детьми с ОВЗ можно использовать *социо-игры, социо-*

игровые задания и упражнения: дети исследуют проблемные ситуации, раскрепощаются в движениях под музыку, пение, делают “открытия”, преодолевают трудности. В ходе этих игр осуществляется личностно-ориентированное взаимодействие взрослого с ребёнком и детей между собой, их общение в парах, в группах. Поэтому социо-игровой стиль общения предполагает работу – игру детей в малых группах от 2-х до 6-ти человек, т. е. в микрогруппах.

Дыхательная музыкотерапия оказывает огромное влияние на эмоциональную сферу, позволяя проводить развивающий эмоциональный тренинг, приводящий к улучшению психофизиологического состояния ребенка. Кроме того, дыхательная музыкотерапия прекрасно снимает стрессы, развивает у детей внешний слух (способность слышать звуки) и внутренний слух (умение «слушать» свой организм, понимать себя, тренирует совершенно конкретные дыхательные качества – силу дыхательных мышц, объемную скорость дыхания. Она дает возможность через звук очень точно контролировать малейшие изменения в дыхании, как самому ребенку, так и педагогу. Ребенок занимается гимнастикой через приятный, эмоционально окрашенный вид деятельности – пение, чтение стихов, игру на духовых инструментах. Любое переживание, а у детей особенно, будь то радость или порыв гнева, в конце концов, заканчиваются напряжением какой либо группы мышц и при помощи дыхательных упражнений можно ослабить эту мышечную напряженность. Можно применять отдельные упражнения из дыхательной гимнастики А. Н. Стрельниковой («Кошка», «Ушки», «Насос»). Дыхательные упражнения помогают снять психо-эмоциональное напряжение, оздоровить голос.

Вот список музыкальных произведений, который можно рекомендовать к прослушиванию детям с ОВЗ при организованной деятельности.

1. И. – С. Бах «Ария».
2. А. Вивальди «Времена года».
3. С. Прокофьев «Марш».

4. Ф. Шуберт «Музыкальный момент».
5. В. А. Моцарт «Гроза».
6. В. А. Моцарт Симфония № 40.
7. Д. Шостакович Прелюдия и фуга фа минор.
8. П. Чайковский «Времена года».

Ниже приведена таблица, по которой можно легко определить, какое музыкальное произведение поможет при корректировке эмоционального состояния детей с ОВЗ.

<i>Состояние</i>	<i>Музыкальное произведение</i>	<i>Время слушания музыки</i>
<i>При переутомлении и нервном истощении</i>	<i>Э. Григ «Утро», Огинский «Полонез»</i>	<i>2-3 минуты</i>
<i>При угнетённом, меланхолическом настроении</i>	<i>Л. Ван Бетховен «К радости», Ф. Шуберт «Аве Мария»</i>	<i>4-5 минут</i>
<i>При выраженной раздражительности, гневности</i>	<i>Р. Вагнер «Хор пилигримов», П. Чайковский «Сентиментальный вальс»</i>	<i>3-4 минуты</i>
<i>При снижении сосредоточенности внимания</i>	<i>П. Чайковский «Времена года», К. Дебюсси «Лунный свет», «Грёзы»</i>	<i>2-3 минуты</i>
<i>Расслабляющее воздействие</i>	<i>П. Чайковский «Баркарола», Бизе «Пастораль», Лекан «Соната до мажор» (ч 3), Сен-Санс «Лебедь», Ф. Лей «История Любви», Д. Леннон «Вечер», И. С. Бах «Элегия», «Прелюдия №1», «Прелюдия №3»</i>	<i>3-4 минуты</i>
<i>Тонизирующее действие</i>	<i>Монти «Чардаш», Родригес «Кумпарсита», Пурсело «Аделита», Леграна «Шербургские зонтики»</i>	<i>4-3 минуты</i>