

Педагогический оздоровительный проект по музыкотерапии
«В прекрасном мире музыки»

Составитель:
Музыкальный руководитель
Белевич Л.Г.

Калининград 2020 г

Музыка обладает магической силой и
Может усмирить дикаря, смягчить
Камень или согнуть кряжистый дуб.
У. Конгрив, британский драматург, XVII век

Актуальность.

В наше время отмечается рост числа детей с разными формами нарушений психоэмоциональной сферы. В дошкольные учреждения приходит всё больше детей с ярко выраженной гиперактивностью, психосоматическими заболеваниями; дети порой бывают замкнутыми, тревожными, застенчивыми и нервным напряжением.

Раннее общение с музыкой, занятия основными видами музыкальной деятельности способствуют полноценному психическому, физическому и личностному развитию ребенка. Музыка помогает им осваивать мир человеческих чувств, эмоций, переживаний. Музыка – источник особой детской радости. В раннем возрасте ребёнок открывает для себя красоту музыки, её волшебную силу, а в различной музыкальной деятельности раскрывает себя, свой творческий потенциал. Установлено, что музыка - воздействует на многие сферы жизнедеятельности человека через три основных фактора: вибрационный, физиологический и 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 младшем возрасте, когда детская психика очень гибка и пластична, психологическая составляющая работы музыкального руководителя наиболее эффективна. Анализируя основы психо-коррекционной работы с детьми, многие учёные отмечают, что в дошкольном возрасте одним из наиболее эффективных методов является музыкотерапия.

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, утомления, повышение эмоционального тонуса, коррекцию отклонений в личностном развитии ребенка и его психоэмоциональном состоянии, а также может за считанные минуты снять умственную усталость, взбодрить, раскрепостить, повысить настроение, сконцентрировать внимание. В дошкольном возрасте эмоции играют едва ли не самую важную роль в развитии личности. Поэтому необходимым условием организации музыкальных занятий с детьми считаю атмосферу

доброжелательности, создание для каждого ребёнка ситуации успеха. Это важно не только для музыкального развития детей, но и для сохранения и поддержки их здоровья. Особое внимание уделяется воспитанию эмоций, развитию выразительности движений, преодолению барьеров общения, созданию возможностей для эмоционального самовыражения. Занятия проводятся с учетом психологических и индивидуальных особенностей детей.

Цель:

Коррекция эмоциональной сферы ребенка: застенчивости, тревожности, агрессивности, эмоционального напряжения.

Задачи:

- Развитие нравственно – коммуникативных качеств.
- Расширение и развитие эмоциональной сферы ребенка.
- Пробуждать у дошкольников средствами музыки потребность в творческой деятельности выражать своё отношение к миру.
- Развивать фантазию, воображение, творческие способности в продуктивной деятельности под музыку.
- Воспитывать культуру слушания музыкальных произведений, эмоциональную отзывчивость на художественный образ.

Главный принцип в работе – внимание к каждому ребёнку: учёт его возрастных, речевых, индивидуальных музыкальных особенностей и потребностей.

Методы работы

Наглядный метод (позволяет в конкретных, красочных образах показать детям события окружающей деятельности, рассказать о чувствах и действиях людей, отразить красоту природы и т.д.) Наглядный метод включает следующие компоненты:

- слуховую наглядность (слушание музыки, исполнительская деятельность);
- тактильную наглядность (непосредственное ощущение предмета, непосредственное ощущение телом волновых колебаний музыкального звучания);
- зрительную наглядность, которая в процессе музыкального воспитания сочетается со слуховой (показ певческих приёмов, упражнений на тренировку дыхания, дикции, иллюстрации к музыкальным произведениям).

Словесный метод (обращение к сознанию ребёнка, способствует осмысленности, содержательности его деятельности). Помогает понять содержание музыкального произведения, пробуждает воображение, способствует проявлению творческой активности, включая в себя следующие приёмы:

- объяснение (обычно дается на 1 этапе усвоения детьми музыкального материала) используется в виде образного рассказа перед слушанием музыкальных произведений;
- поэтическое слово - чтение небольшого прозаического или поэтического литературного произведения или его фрагмента перед исполнением музыки также помогает детям глубже понять и почувствовать ее образный строй;
- беседа – обычно проводится после слушания музыки, реже перед слушанием. В процессе беседы дети делятся своими впечатлениями от произведения, высказывают своё отношение, дают элементарную оценку.

Практический метод. Конкретная деятельность детей в пении игре на детских инструментах, музыкально-ритмическая деятельность, театральная деятельность. Необходимо так руководить детьми, чтобы они стремились выполнять задания предельно выразительно.

Эвристический метод – метод позволяет ребёнку самореализоваться, проявить свою активность и развивать эмоциональное восприятие (используя приём импровизации).

Принципы реализации проекта:

- принцип гуманности - учет личностных, индивидуальных и возрастных особенности ребенка в процессе обучения;
- принцип адаптивности – предполагает гибкое применение содержания и методов эмоционально-творческого развития детей в зависимости от индивидуальных и психофизиологических особенностей каждого ребёнка;
- принцип учета интересов – учет музыкальных интересов и направленностей ребенка на конкретный вид музыкальной деятельности;
- принцип субъект - субъективного взаимодействия - учет свободы реакций и высказываний ребенка, недопущение насильственных, жестких мер, ограничивающих порывы ребенка;
- принцип педагогической поддержки – действия педагога должны быть направлены на оказание помощи ребенку, испытывающему те или иные затруднения в процессе обучения, снятие эмоциональной напряженности и снижение уровня не комфортности;
- принцип целенаправленности процесса коррекции – педагогу необходимо знать, ради какой цели организуется коррекционная деятельность;

- принцип систематичности и последовательности – необходима планомерная работа по восприятию музыки, постепенное усложнение музыкального содержания;
- принцип продуктивности – результатом работы по музыкотерапии должен явиться некий творческий продукт, например образ, воплощенный в рисунке, танце, музицировании, игре, слове, песне и т. д.;

Содержательный раздел.

Возраст:

Младший дошкольный возраст 3 - 4 года.

Расписание организованной образовательной деятельности:

вторая половина дня, 15- 20 мин.

Срок освоения: 1 год.

Форма деятельности: НОД, совместная деятельность.

Форма контроля: наблюдение, анализ.

Занятия музыкотерапии проводится по следующей схеме:

1. Приветствие.
2. Музыкально-ритмические движения.
4. Развитие чувства ритма, музицирование.
5. Активное слушание музыки.
6. Пение.
7. Танцы, хороводы, игры.
8. Релаксация.
9. Прощание.

Этапы проекта:

Подготовительный этап (май - август) - аналитико-диагностический включает в себя:

1. Анализ информации об особенностях развития (изучение ИПР, выписки из больницы, анкеты родителей).
2. Выявление интересов детей и их уровня музыкального развития (диагностика, беседа с ребенком).
3. Определение реабилитационного потенциала, составление плана реабилитационных мероприятий разработка отдельных форм и методов работы с детьми.
4. Формирование интереса к музыкальной деятельности.

Основной этап (сентябрь-май) - непосредственная реализация проекта, включающая:

1. Восприятие музыки (слушание музыки активное и рецептивное - пассивное).
2. Вокалотерапия (дыхательная гимнастика, звукотерапия, упражнения на развитие голосового аппарата, сольное пение).
3. Игра на детских музыкальных инструментах.
4. Ритмопластика (хороводы, танцы, игры) направлены на решение проблем развития ребенка.

Аналитический этап (январь - промежуточная диагностика, май – итоговая диагностика). На этом этапе:

1. Ведется мониторинг результатов музыкальной деятельности, отслеживается динамика формирования музыкальных и двигательных навыков детей с ограниченными возможностями, проявлений творческой и социальной активности детей.
2. Определяется степень решения проблем ребенка.
3. Вносятся рекомендации и коррективы в индивидуальную карту социальной реабилитации детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями для проведения дальнейшей коррекционно-развивающей работы.

«Пусть музыка звучит»

Я думаю, вы согласитесь со мной, что в наше непростое, противоречивое время, когда теряются нравственные ценности и ориентиры, музыка приобретает особое значение.

Музыка заставляет нашу душу и мысли трудиться, задумываться над смыслом бытия. Но эта душевная работа невозможна без высокой музыкальной культуры, музыкального вкуса, воспитанного с детства. И в этом смысле на нас, педагогов и родителей, лежит ответственная задача: заложить прочный фундамент общечеловеческих ценностей, воспитать человека, способного ценить прекрасное, сохранять и приумножать ценности родной и мировой культуры.

Классическая музыка дает положительный эмоциональный настрой, устойчивая эмоциональная сфера способствуют общему интеллектуальному развитию, позволяют повысить уровень внимания ребенка и увеличить его устойчивость к стрессам.

Многие ученые отмечали особо благотворное влияние произведений Моцарта. А все благодаря симметричной и гармоничной их структуре, хотя сходными свойствами обладают и некоторые другие музыкальные произведения.

Хотелось бы подчеркнуть: когда в доме с самого рождения малыша звучит классическая музыка, она становится для него естественной средой.

Но очень важно, правильно знакомить детей с классической музыкой: Пусть в сначала звучит моно инструмент, то есть одно фортепиано, одна гитара, одна флейта, одна арфа. Ребенок легче привыкает к звукам музыки, выделяет и запоминает мелодию или мотив. Его ничего в таком исполнении не будет отвлекать.

Разделять музыку для бодрствования от музыки перед сном. Существуют целые подборки с подобным разделением. Когда малыш играет, поставьте ему такой диск: танцы, музыкальные портреты животных придутся ему по душе. Ну а перед сном – мягкий Моцарт, кружевной Шопен.

Выбирайте ту музыку, которая понравится вам самим. Если будете себя заставлять, ребенок моментально это почувствует. Делитесь с ним позитивными эмоциями. В качестве компромисса, ставьте ту музыку, к которой у вас ровное отношение.

Как и во всех сферах жизни, здесь нужна мера. Начните постепенно знакомить малыша с миром музыки. Очень хорошо будет, если вы включите 5-минутный фрагмент после завтрака. Наблюдайте за реакцией малыша: не нравится – еще один вариант, не понравился следующий – лучше отложить, вернетесь к музыке позднее. Если всё прошло хорошо, на завтра включите тот

же фрагмент, но уже на 10 минут и т.д. Установите громкость чуть тише, чем нужно вам, у детей отличный слух.

В выборе музыкальных произведений можно начать знакомство с Моцарта, в дальнейшем включать «Времена года» Вивальди, Ноктюрны Шопена, сказочные произведения Грига, Чайковского, веселые вальсы Штрауса, «Карнавал животных» Сен-Санса, Бах, Дебюсси и других композиторов которые вам нравятся.

Предлагаю вам примерные произведения для совместного прослушивания:

В.А. Моцарт, Квартет № 15 для смычков ре минор

А. Вивальди, Концерт для скрипки ля минор

В.А. Моцарт, Квартет для смычков № 11 ми бемоль мажор

В.А. Моцарт, Симфония № 25 соль минор

Г.Ф. Гендель «Музыка на воде»

А. Вивальди, из Концерта № 15, «Времена года»

И.С. Бах, «Бранденбургские концерты»

В.А. Моцарт, Квартет № 20 для смычков ре мажор

Ф. Мендельсон, «Весенняя песня», «Песни без слов»

В.А. Моцарт, Концерт № 21 для фортепиано до мажор

К. Дебюсси, «Лунный свет», «Грезы»

К. Сен – Санс «Карнавал животных»

П.И. Чайковский «Детский альбом», «Времена года»



«Музыкотерапия»

Ни для кого не секрет, что музыкальное воздействие стимулирует развитие ребенка, развивает и повышает его интеллект. Ученые считают, что музыка в прямом смысле слова, оказывает магическое воздействие на мозг человека. Благотворное влияние музыки на душу человека заметили еще в древности. В средние века музыку использовали для лечения психологических расстройств и применяли в качестве обезболивающего средства. В настоящее время ученые доказывают положительное влияние классической музыки и колыбельных песенок на развитие и здоровье детей.

Помочь ребенку можно с помощью музыкотерапии. Музыкотерапия — психотерапевтический метод коррекции эмоциональных состояний. Этот метод позволяет быстро снять психическое напряжение, успокоиться. В детском возрасте музыкотерапия успешно справится с преодолением у ребенка поведенческих проблем, эмоционального беспокойства, а также поможет пережить возрастные кризисы, связанные с развитием ребенка.

Современные сведения, наложенные на древнейшие знания, показывают, что звуки различных музыкальных инструментов по-разному влияют на организм человека: звучание ударных инструментов способно дать ощущение устойчивости, уверенности в будущем, физически взбодрить, придать человеку силы.

Духовые инструменты влияют на формирование эмоциональной сферы. Причем, медные духовые мгновенно пробуждают человека ото сна, делают его бодрым, активным. Интеллектуальной сфере соответствует музыка, исполняемая клавишными инструментами, особенно фортепианная. Не случайно звучание рояля называют самой математической музыкой, а пианистов относят к музыкальной элите, которая обладает четким мышлением и очень хорошей памятью. Струнные инструменты прямо воздействуют на сердце. Они, в особенности скрипки, виолончели и гитары, развивают в человеке чувство сострадания. Вокальная музыка влияет на весь организм, но больше всего на горло. Наше дыхание ритмично. Если мы не выполняем тяжелые физические упражнения и не лежим спокойно, то обычно делаем в среднем 25-35 вдохов в минуту. Прослушивание быстрой, громкой музыки после медленной может привести к эффекту, описанному Ницше: «Мои возражения против музыки Вагнера являются физиологическими. Мне становится трудно дышать, когда на меня воздействует его музыка». Замедлив темп музыкального произведения, можно сделать дыхание более глубоким, спокойным. Обычно такой эффект имеют песнопения, современные оркестровки и народная музыка.

На музыку реагирует и температура тела. Громкая музыка с сильными ритмами может повысить температуру на несколько градусов и согреть в холод, в то время как мягкая музыка способна «охладить» нас. Как заметил Игорь Стравинский: «Ударные и басы действуют как система центрального отопления».

Хорошо, если детей утром в группе будет встречать приветливый воспитатель, который предусмотрительно включит солнечную мажорную классическую музыку, добрые песни с хорошим текстом. Ведь каждый день ребенку наносится, пусть незаметная, травма - ситуация отрыва от дома и родителей. Поэтому одной из оздоровительно-профилактических задач ДОО должно стать создание оптимальных условий ежедневного приема детей в их второй дом - детский сад. И музыка в этом плане оказывает неоценимую услугу.

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.

Особое внимание педагогам следует уделить музыкально-рефлекторному пробуждению малышей после дневного сна. Эта методика разработана Н. Ефименко в противовес стандартному пробуждению детей по громкой команде воспитателя «Подъем!». Для этого используется тихая, нежная, легкая, радостная музыка. Небольшая композиция должна быть постоянной в течение примерно месяца, чтобы у ребенка выработался рефлекс просыпания. Услышав звучание привычной музыки, малышам будет легче и спокойнее переходить из состояния полного покоя к активной деятельности. Кроме того, под музыку можно провести комплексы упражнений, не поднимая с кроватей детей.



Список используемой литературы:

- 1) Бочкарев Л.П. Психология музыкальной деятельности. - М.: Ин-т психологии, 1997.
- 2) Иванченко Г.В. Психология восприятия музыки: подходы, проблемы, перспективы. - М.: Смысл, 2001.
- 3) Мальцев С.М. О психологии музыкальной импровизации.- М.: Музыка, 1991.
- 4) Г.И.Анисимова «100 музыкальных игр для развития дошкольника».
- 5) Анисимова М.В. Музыка здоровья: Программа музыкального здоровьесберегающего развития. М., 2014.
- 6) Емельянов В.В. Развитие голоса. Координация и тренинг. Спб, 2000.
- 7) Емельянов В.В. Фонопедический метод формирования певческого голосообразования. Новосибирск, 1991.
- 8) Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов. М.: «Гном-Пресс», 2000.
- 9) Н.А.Ветлугина. Методика музыкального воспитания в детском саду. М., 1982.
- 10) Михайлова М.А. Игры и упражнения для музыкального развития ребёнка. Ярославль: «Академия развития», 2008.
- 11) Петрушин В.И. Музыкальная психология. М.: «Пассим», 1994.
- 12) Разноцветное детство: игротерапия, сказкотерапия, изотерапия, музыкотерапия / под ред.Е.В.Свистуновой. М.,2014.
- 13) Ильина М.В. Чувствуем-познаем-размышляем. Комплексные занятия для развития восприятия и эмоционально-волевой сферы у детей 3-4 лет.
- 14) Издательство: Аркти Год: 2004
- 15) О.Жавина «Музыкальное воспитание: поиски и находки» («Просвещение», Москва, 1985г.)
- 16) Копытин А.И. Основы арт – терапии. –СПб., 1999.