

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение –
детский сад комбинированного вида № 55**

620050 Свердловская обл. г. Екатеринбург, ул. Минометчиков 32
mdou-kombvid55@eduekb.ru +7 (343) 366-53-75

**«Влияние музыкотерапии на психофизическое и
интеллектуальное развитие детей старшего
дошкольного возраста»**



Автор: Образцова Е.А.,
музыкальный руководитель 1КК

Екатеринбург, 2024г.

В последние годы происходит активное реформирование системы дошкольного образования: создаются новые программы, внедряются оригинальные технологии. На фоне этих изменений дети, порой, испытывают ощущение дискомфорта, что приводит к психоэмоциональным нарушениям.

Какие условия необходимо создать для гармонизации жизни ребенка, снятия тяжести физического и умственного переутомления.

Человечество, много тысячелетий назад, создало безотказное и совершенное средство, положительно воздействующее на физическую, эмоциональную, интеллектуальную сферы организма. Это средство - музыка! Музыка рассматривается не как источник разнообразных удовольствий, но и , ни с чем несравнимый, оздоровительный инструмент детского развития. Опыт многолетней работы показывает, что музыка, сама, независимо от усилий человека, приводит его в комфортное состояние, снимает напряжение, обновляет необходимую полноту чувств

Восприятие музыки, ее исполнение и слушание являются основными формами не только музыкального воспитания и обучения, но и музыкальной психотерапии, изменяющим, при помощи музыкального искусства, психологическое состояние, настроение, мироощущение детей.

Убеждена, о необходимости включить музыкальную деятельность дошкольников синтез двух подходов, музыкально-педагогического и психотерапевтического. Поскольку сферой приложенных сил, в обоих случаях, оказывается душа маленького человека. В своей деятельности, все большее, обращаюсь к понятию «душа», и этот термин стал понятен моим воспитанникам: «споем от души», «душевно сыграем», «станцуем от души», «впустим музыку в сою душу». Элементами музыкальной терапии дополнила систему музыкально-эстетического развития в ДООУ, как необходимую составляющую психолого-педагогической работы. Музыкотерапия предусматривает, как целостное или изолированное использование музыки в качестве основного фактора воздействия, так и дополнения, в качестве музыкального сопровождения в других видах детской деятельности.

В результате музыкотерапия активно способствует:

- снятию стрессовых ситуаций;
- формирование основ устойчивости физического и психического здоровья;

- активизация внутренней потребности в восприятии культуры и искусства, как основы саморазвития и гарантии духовных интересов.

- облегчению и ускорению подготовки к обучению в школе, требующей активности творческого мышления, культуры внимания, быстроты и точности принятия нетривиальных решений.

- зарождению, становлению, развитию коммуникативных способностей, как основы общения в атмосфере доброжелательности, простоты и органичности дружеских контактов.

Работаю в тесном контакте с педагогом-психологом, педагогом-логопедом, инструктором по физическому воспитанию, согласуя поставленные задачи, координируя наши действия, обговаривая музыкальный и речевой материал.

В музыкальных играх детям предоставляется возможность получения опыта для внесения в свой образ эмоционального содержания, и, находясь в нем, передавать переживание тех чувств и мыслей, которые присущи герою.

Пение использую для снятия детских стрессов, зажимов. Обращаю внимание на развитие механизмов саморегуляции между физической и психической сферой. Пение - это еще и уникальный самомассаж внутренних органов, оптимальный выброс лишних гормонов, укрепляется голосовой аппарат, совершенствуется речевая функция. Важно отметить, что в попевах, потешках, не затейлевых песенках, звучат напевно-декламационные интонации клича, зова, которые отражают повышение и понижение разговорной речи., предвестника интонационного пения. Такой материал очень нравится детям. Он легко усваивается, эмоционально окрашивается, действует благотворно на настроение

Следует отметить, что движение и танец, помимо того, что снимает нервно-психическое напряжение, помогает ребенку быстро и легко устанавливать дружеские связи. Для придания большей выразительности выполнению движений, можно придумать, вместе с детьми, образные названия.. Примеры двигательных игр :

«Прогулка в сказочном лесу»

Лес ночной был полон звуков, кто-то выл, а кто- мяукал,

Кто –то – хрюкал, кто-то – топал, кто-то крыльями захлопал,

Кто-то ухал и кричал, и глазищами вращал

Ну, а кто-то, тихо –тихо тонким голосом молчал

Дети по тексту стихотворения выбирают себе роли и изображают невидимых зверей с интонационными возгласами.

« Бабочка и ветерок»

Со, звучащей музыкой начинается импровизированный танец, в котором «ветерок», с помощью рук управляет движениями «бабочки», у которой закрыты глаза

«Зеркало»

«Зеркало» предугадывает движения, смотрящего в него человека, ориентируется в движениях на своего партнера.

Музыкальные ритмы являются специфическим отражением ритмов, которые пронизывают всю жизнедеятельность организма. Их нормализация и приведение к точности функционирования способствуют к гармонизации душевной жизни ребенка.. Дети с удовольствием играют в «Ритмическое лото», отхлопывают собственные имя и имена друзей, фамилии,, движений человека, потешек,»подслушивают темпоритм», возникающий в душе и производят его, речедвигательные упражнения.

Примеры:

« Град» речевое упражнение с элементами самомассажа

Град, а град? ты чему не рад? Прыгаешь, смеешься, да еще дерешься!

«Я, совсем не рад» - отвечает град

Просто солнца луч, просверлил бока у туч и вывалился.

Я лечу, лечу, лечу, с досады всех колочу!

Эффективность музыкотерапии во многом зависит от понимания родителями роли музыки в жизни их детей. С этой целью проводятся консультации-практикумы. Знакомлю с детским песенным материалом, в том числе и с колыбельными как средством для снятия эмоционального напряжения. А также предлагается классический музыкальный материал для совместного прослушивания. Анализ анкетирования показал большой интерес к подобного рода «домашним музыкальным сеансам»

Музыкотерапия ориентирует педагога на сотрудничество с ребенком. Одна из важных психологических характеристик счастливого человека – его уверенность в том, что он, человек хороший, и мир, окружающий его, тоже хороший. Закладывается она и формируется в любящей семье и, уважающими личность ребенка, педагогами. Подобная позиция и является залогом душевной гармонии человека.