(cc) BY

Вазанова Анастасия Владимировна
музыкальный руководитель
Федотова Ольга Сергеевна
воспитатель

МБДОУ «Д/С №52 «Телей»
г. Новочебоксарск, Чувашская Республика

МУЗЫКОТЕРАПИЯ КАК СПОСОБ СТИМУЛЯЦИИ РАЗВИТИЯ

Аннотация*: в статье раскрыта тема музыкотерапии как способ стимуляции развития. С давних времен люди поклоняются музыке. Еще до того, как появилась музыка в современном ее понимании, человек был окружен всевозможными звуками природы. С их помощью он познавал мир и мог оценить окружающую его обстановку.*

Ключевые слова*: музыкотерапия, стимуляция развития.*

Все мы рождаемся с разными возможностями. Иногда ограничения накладываются самой природой. Но это не значит, что шансов быть счастливыми у людей, а точнее, детей с ограниченными возможностями, меньше. И этому найдется свое решение – музыкотерапия.

Помните поговорку: «Терпение и труд все перетрут»? Вам нужно именно это, если у вас ребенок с ограниченными возможности (нарушение опорно-двигательного аппарата, нервные заболевания, олигофрения, проблемы со слухом или зрением). Еще древние знали, что искусство обладает лечебным эффектом, но сильное воздействие на здоровье, конечно, оказывает музыка. Уже в Древней Греции Пифагор в своем университете в Кротоне начинал и заканчивал день пением: утром – чтобы очистить ум ото сна и возбудить активность, вечером – успокоиться и настроиться на отдых.

Современные нейрохирурги и психологи считают, что музыка оказывает магическое воздействие на развитие мозга человека. Удивительно, что конкретные типы нервных клеток реагируют на конкретные частоты звуковых ко-

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

лебаний, соответствующие определенным музыкальным нотам. Поэтому и возникла музыкотерапия как психотерапевтический метод, основанный на целительном воздействии музыки на психологическое состояние человека.

Лечение музыкой.

Музыкотерапия – наиболее древняя и естественная форма коррекции эмоциональных состояний, которыми многие люди пользуются, чтобы снять накопленное психическое напряжение, успокоиться, сосредоточиться.

Специалисты различают пассивную и активную формы музыкотерапии. В первом случае пациентам предлагают прослушивать различные музыкальные произведения, соответствующие состоянию их психологического здоровья и ходу лечения. Те, кто хоть раз общался с ребенком с ограниченными возможностями, знают, как трудно найти тропинку к его сердцу. Поэтому естественность и доступность, которая есть в музыке, – одна из причин бурного развития музыкальной терапии в последние 2–3 десятилетия. Полезность музыкотерапии в работе с детьми с ограниченными возможностями в том, что она:

− помогает укрепить доверие, взаимопонимание между участниками процесса;

− помогает ускорить прогресс терапии, так как внутренние переживания легче выражаются с помощью музыки, чем при разговоре;

− музыка усиливает внимание к чувствам, служит материалом, усиливающим осознание;

− косвенно повышается музыкальная компетенция, возникает чувство внутреннего контроля и порядка.

Чем раньше начинается лечение, тем больше шансов на успех. Поэтому уже с двух лет детей с ограниченными возможностями можно лечить и развивать с помощью музыкотерапии. У детей второго года жизни круг представлений о внешнем мире очень узкий, слабо развита речь, а также слуховые и зрительные восприятия, слабая нервная система, плохая координация движений, неустойчивое внимание. Как правило, у этих детей отсутствуют навыки и умения в звукоподражании, в слоговом подпевании и интонировании простейших мелодий. Дети не умеют согласовывать движения с музыкой, подчинять свои

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

действия различным внешним сигналам – зрительным, слуховым. Но у них есть одно свойство – подражательность, – которое проявляется как в музыкально-ритмических движениях, так и в подпевании и пении.

Музыкальные занятия могут проводиться в любой форме: прослушивание музыки, подпевание. Помните лишь принципы работы в музыкотерапии: с целью успокоения необходимо прослушать тихую и спокойную музыку, а для активизации – веселую и громкую. Возможности музыкальных произведений, особенно классических, широко используется для передачи чувств, переживаний, настроений ребенка с целью изменения структуры его мироощущения. При активной музыкотерапии дети сами участвуют в исполнении музыкальных произведений (пение), при этом применяются как обычные музыкальные инструменты, так и необычные, например, собственное тело (хлопки, постукивания). Основная цель музыкальных занятий – интеграция ребенка в социальную группу, так как в музыкальном сотворчестве хорошо отрабатываются различные коммуникативные навыки, устраняется повышенная застенчивость, формируется выдержка и самоконтроль.

Музыкально-двигательный показ хорошо влияет на развитие ребенка, что, во-первых, вызывает интерес и сосредоточивает внимание детей на том или ином предмете, во-вторых, обучает игровым приемам, выполнению движений в соответствии с текстом песни.

На заметку.

Список произведений классической музыки для регуляции психоэмоционального состояния детей с ограниченными возможностями:

− для уменьшения чувства тревоги и неуверенности – Мазурка Шопен, Вальсы Штрауса, Мелодии Рубинштейна;

− для уменьшения раздражительности, разочарования, повышение чувства принадлежности к прекрасному миру природы – «Кантата №2» Баха, «Лунная соната» Бетховена;

− для общего успокоения – «Симфония №6» Бетховена, часть 2, «Колыбельная» Брамса, «Аве Мария» Шуберта;

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

− для снятия симптомов гипертонии и напряженности в отношениях с другими людьми – «Концерт ре-минор» для скрипки Баха;

− для уменьшения головной боли, связанной с эмоциональным напряжением, – «Дон Жуан» Моцарт, «Венгерская рапсодия №1» Листа, «Сюита Маскарад» Хачатуряна;

− для поднятия общего жизненного тонуса, улучшение самочувствия, активности, настроения – «Шестая симфония», Чайковского, 3 часть, «Увертюра Эдмонд» Бетховена;

− для уменьшения злобности, зависти к успехам других людей – «Итальянский концерт» Баха, «Симфония» Гайдна;

− для повышения концентрации внимания, сосредоточенности – «Времена года» Чайковского, «Лунный свет» Дебюсси, «Симфония №5» Мендельсона.

Список литературы

1. Солдатова Т.Л. Музыкотерапия как стимул для развития / Т.Л. Солдатова [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2017/02/24/muzykoterapiya-kak-stimul-dlya-razvitiya (дата обращения: 17.04.2023)

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)