

Обмен опытом на методическом объединении музыкальных
руководителей города.

Музикотерапия, как эффективная технология оздоровления дошкольников с ОВЗ

На протяжении многих лет я работала в детском саду в группах компенсирующей направленности с детьми с ОВЗ (задержкой психического развития)

ЗПР – одно из самых распространенных отклонений, характеризующейся нарушением интеллектуальной работоспособности ребенка

К категории У О относят детей со стойкими и необратимыми нарушениями психического развития

Дети с аутистическим спектром характеризуются с нарушением определенных психических функций, которая проявляется различными трудностями в социальном взаимодействии ребенка с окружающим миром, навязчивыми двигательными привычками и другими состояниями.

Всем, кто имел опыт общения с детьми с ограниченными возможностями, очевидно, что не так легко подобрать правильный подход к таким деткам, установить с ними взаимопонимание и вызвать живой интерес к совместной деятельности. Музыкальная терапия с успехом может быть использована в коррекционной работе с детьми, имеющими ограниченные возможности здоровья.

Музикотерапия - это метод, использующий музыку в качестве средства коррекции эмоциональных отклонений, страхов, двигательных и речевых расстройств.

Существуют две формы музикотерапии – **активная** (когда дети сами выражают себя в музыке) и **пассивная** (рецептивная, когда детям предлагается просто прослушать музыку)

Рецептивная музикотерапия (пассивная).

В связи с психоэмоциональными особенностями детей с ЗПР, педагогу необходимо учить детей расслабляться.

Слушание правильно подобранной музыки, снимает напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание.

Я с педагогами групп компенсирующей направленности использовала классические произведения и инструментальную музыку спокойного характера для релаксации ребенка во время занятий, в свободной деятельности в группе и перед дневным сном. Это произведения Моцарта в

аранжировке для детей, произведения Ф Шопена и современная инструментальная музыка И. Крутого, звуки природы. Музыка звучала тихим фоном, даже слишком активные, перевозбужденные дети постепенно успокаивались, прислушивались к звучанию. Часто использовали музыку во время изобразительной деятельности и игр в группе.

1.Практическое задание: участники, слушая музыку Ф. Шопена «Вальс дождя» изображают свое настроение в рисунке, используя разные средства изобразительной деятельности.

На музыкальных занятиях использовала музыкальную релаксацию, которая направлена на коррекцию психо-эмоциональной сферы ребенка, На приобретение навыков расслабления. Мини-релаксации можно проводить как в начале занятия (для сосредоточения и настроя на занятие), так и в конце (для нормализации эмоционального состояния). Все упражнения комментируются педагогом под определенную музыку, вызывая различные эмоции.

2.Практическое задание: «Океан»

Участникам предлагается закрыть глаза и ощутить себя в океане голубого цвета, почувствовать и поверить, что ребёнок - волна в этом океане или какой-нибудь персонаж подводного мира, созерцающий красоты океана. Дети выполняют простые движения (покачивание, плавание, неторопливое передвижение).

Упражнение лучше выполнять лёжа. Для фона используется музыка для релаксации (в аудиозаписи) которая может включать в себя запись природных шумов – морской прибой, голоса дельфинов, чаек и т.д. Так же для расслабления можно использовать упражнения «На лесной лужайке», «На волшебном облаке», и т.д. используя в записи «звуки живой природы», «шум дождя», «звнящий ручей». Таким образом, шум прибоя, крики чаек, пения птиц, шелест листвы создают в воображении ребенка музыкальную картинку, которую с эмоционально-вербальной поддержкой педагога ребенок начинает представлять. Спокойным мягким голосом, направляя слушание музыки, педагог усиливает музыкальное восприятие ребёнка. Такое восприятие музыки с момента выхода за пределы реальной ситуации приводит к разрядке внутреннего напряжения, очищает от наслоившихся переживаний ребёнка.

Активная музыкотерапия в коррекционной работе с детьми с ЗПР включает в себя звукоподражание и подпевание, пальчиковые игры, игру на детских музыкальных инструментах, пляски, игры – танцы. Как правило, дети этих групп, (в своем большинстве), с нарушением речи, следовательно – не поющие. Поэтому в репертуаре на занятиях

репертуара «со словесной подсказкой», а это уже элементы **вокальной терапии**.

3. Практическое задание: песенка - приветствие «Здравствуй, ладошки»

Участники подпевали небольшие повторяющиеся слова, сопровождая пение соответствующими движениями по тексту.

Инструментальная музыкальная терапия направлена на формирование оптимистического настроения с помощью музицирования на музыкальных инструментах. Позволяет выполнять коррекционные задачи средствами музыкальной импровизации.

Трещотки, маракасы, бубны, ложки, свистульки, колокольчики и т.д. — эта подгруппа инструментов, которая в большинстве своём доступна для освоения детьми с ЗПР. Игра на них не требует особой выучки, приёмы просты и представляют собой такие естественные движения как покачивание, встряхивание, удары. Игра на этих инструментах развивает музыкальный слух, чувство ритма, обостряется интерес и внимание к музыкальным произведениям. Так же способствует развитию памяти, внимания, слухового восприятия, развитию мелкой моторики, умственных способностей, двигательной реакции, что очень важно для таких детей. Шумовой оркестр в этом большой помощник.

В начале обучения игры на инструментах используются простейшие музыкальные композиции, дети играют по очереди соло, по 2-3 человека, вместе. Каждый ребёнок пробует себя в музицировании. Затем, с помощью игры «Чей голос звучит» дети узнают звучание разных инструментов. Вначале мы рассматриваем инструменты, слушаем как они звучат, педагог рассказывает о них, а после этого играем: ребята с удовольствием отгадывают, какой инструмент звучит.

4. Практика «Застучали ложки»

Участникам предлагаются на выбор шумовые инструменты (ложки, бубны, колокольчики). Предварительно с каждым инструментом проигрывается его партия, затем соединяется в оркестр. Участники могут поиграть несколькими инструментами, меняясь друг с другом.

Систематическое применение музыкальных инструментов на занятиях вызывает у детей большой интерес к таким занятиям, расширяет их музыкальные впечатления, способствует творческой активности.

Таким образом, можно сделать выводы, что активное участие в музыкально-терапевтическом процессе детей, которые выражают свое эмоциональное состояние игрой на музыкальных инструментах, пением, движением приводит к разрушению внутреннего конфликта, а следовательно происходит стабилизация психоэмоционального состояния; так же

сглаживаются трудности общения со взрослыми и сверстниками.

Музыкотерапия, применяемая на музыкальных занятиях с детьми с задержкой психического развития в игровой, доступной форме, с помощью взрослых помогает им преодолеть имеющиеся проблемы и адаптироваться к окружающей среде.