

### Музыкотерапия

**Музыкотерапия** – метод, использующий музыку, как средство нормализации эмоционального состояния, устранения страхов, двигательных и речевых расстройств, отклонений в поведении. Занятия с использованием музыкотерапии проводились совместно с музыкальным руководителем. В ходе таких занятий детям предлагалось

- Прослушать «интересные истории, которые расскажет музыка», и нарисовать настроение
- «Спонтанное рисование под музыку». Детям предлагается рисовать все, что они захотят, пока звучит музыка. Ассоциации, рожденные музыкой, свободно выражаются ими на бумаге. Используются карандаши, краски, мелки
- «Дирижер». Детям предлагается продирижировать звучащую музыку. Это увеличивает заинтересованность и вовлеченность в процесс восприятия музыки, что приносит и нужный психотерапевтический эффект.
- «Свободный танец». Это упражнение на свободное выражение эмоций. Детям предлагается придумать свой танец под названием «Мой самый тяжелый день», «Я радуюсь» и т. д.

#### **Музыкотерапия дает возможность:**

- активировать ребенка;
- преодолевать неблагоприятные установки и отношения;
- улучшать эмоциональное состояние;
- развивать чувство внутреннего контроля;
- открывать новые способности;
- повышать самооценку ребенка.

#### **Достоинствами музыкотерапии являются:**

- абсолютная безвредность;
- легкость и простота применения (формы музыкотерапии просты и доступны в обстановке любого дошкольного учреждения);
- возможность контроля со стороны педагога.

#### **Музыкальные произведения, используемые на занятиях:**

- П. И. Чайковского «Новая кукла» (радость)
- С. Рахманинов «Полька» (радость)
- Л.Бетховен «К Элизе» (печаль)
- М.Глинка «Руслан и Людмила», увертюра (удивление)
- Д. Кабалевский «Петя и волк» отрывок (страх)
- Л.Бетховен «Сюита до-минор» (гнев)
- А. Вивальди «Зима» (зимняя сказка)

## **Конспект занятия «Радость»**

**Цель:** Продолжить знакомство с чувством радости. Учить слушать музыкальное произведение, понимать его настроение.

**Материал:** пиктограмма «Радость», аудио запись пьесы П.И. Чайковского «Новая кукла», фломастеры, карандаши.

**Ход занятия:**

### **Упражнение «Я, рад тебя видеть»**

Доброе утро! Давайте поздороваемся друг с другом. Сейчас я повернусь к тому, кто сидит справа от меня, назову его по имени и скажу, что я рада его видеть. Он повернется к своему соседу справа и сделает то же самое, и так до тех пор, пока каждый из вас не поприветствует своего соседа...

**Игра - упражнение «Дождик»** Дети получают по листу бумаги, и им предлагается в течение трёх минут нарвать бумаги на мелкие листочки. Затем дети по очереди подбрасывают свои капельки, стараясь, намочит как можно больше окружающих. Затем обсуждается. Какие чувства испытывают дети, когда они попадают под дождь.

### **Психогимнастика «Солнечный зайчик»**

Солнечный зайчик заглянул тебе в глаза. Закрой их. Он побежал дальше по лицу, нежно погладь его ладонями на лбу, на носу, на ротике, на щечках, на подбородке, поглаживай аккуратно голову, шею, руки, ноги. Он забрался на живот — погладь животик. Солнечный зайчик не озорник, он любит и ласкает тебя, подружись с ним.

Отлично! Мы подружились с «Солнечным зайчиком», глубоко вздохнем и улыбнемся друг другу. Как здорово, что мы с вами встретились!

А теперь посмотрите на лицо этого человека (пиктограмма "радость").

Да, этот человек радостный. Попробуем изобразить радость на своем лице. Что для этого нужно сделать?..

### **Прослушивание пьесы, П.И. Чайковского «Новая кукла».**

- О чем вы думали, когда слушали музыку?

-Что чувствовали?

-Что хочется делать под такую музыку?

Повторное прослушивание музыкального произведения. Детям предлагается представить, что им подарили новую куклу или машинку и потанцевать под эту музыку. По окончании, обратить внимание детей на то, какое выражение лица у них было, как они двигались. Сделать акцент, на том, что все выражают радость по разному. Это зависит от человека и события.

### **Упражнение «Я радуюсь, когда...»**

Поговорим о том, что же такое радость для вас? Подумайте хорошенько и закончите предложение «Я радуюсь, когда...» (Запишите высказывания детей.)

### **Рисование «Радость».**

А сейчас представьте себе, что мы художники и нам надо нарисовать картину на тему «Радость». Возьмите листочки и карандаши, и пусть каждый нарисует радость так, как ему хочется. (Цель – рефлексия чувств.)

Затем предложите детям сесть в круг и рассказать о том, что они нарисовали.

**Упражнение «Доброе животное».**

Возьмемся за руки и представим, что мы одно животное. Давайте прислушаемся к его дыханию. Все вместе сделаем вдох-выдох, вдох-выдох и еще раз вдох-выдох. Очень хорошо. Послушаем, как бьется его сердце. Тук – делаем шаг вперед, тук – шаг назад. И еще раз тук – шаг вперед, тук – шаг назад.

Спасибо всем. На этом наше занятие завершается. До свидания!



**Фотография 1 - упражнение «Я рад тебя видеть»**



**Фотография 2 – упражнение «Доброе животное»**



**Фотография 3 – рисование «Радость»**