

Музыкотерапия

Музыкотерапия – это метод, использующий музыку как средство нормализации эмоционального состояния, устранения страхов, двигательных и речевых расстройств, психосоматических заболеваний, отклонений в поведении, при коммуникативных затруднениях.

О положительном эффекте воздействия музыкотерапии пишут многие специалисты: О.А.Ворожцова, Г.В. Иванченко, В.И. Петрушин, Е.В. Свистунова, Е.В.Шипилова.

Музыкотерапия позволяет снять напряжение, утомление, повысить эмоциональный тонус, способствует коррекции отклонений в личностном развитии ребенка и его психоэмоциональном состоянии.

Особо применяется на занятиях логоритмики. В конце занятия дети с закрытыми глазами слушают спокойную музыку. Педагог в это время рассказывает какую – то историю, пробуждая фантазию у детей и способствуя созданию образов, «спрятанных» в музыке.

Музыка при этом может быть любой. Произведения из классической музыки, звуки природы, музыка, написанная современными авторами.

Чаще всего форма музыкотерапии, применяемая на занятиях – пассивная, дети выступают просто слушателями. Но к такой форме могут добавиться упражнения или массаж, например:

Дыхательное упражнение «Ветер и листья»

После вдоха ребята задерживают дыхание и на выдохе, раскачивая поднятыми руками, продолжительно произносят звук «ф». Затем на одном выдохе произносят несколько раз звук «п», делая ступенчатый выдох, и постепенно опускают руки вниз («листья опадают»).

Массаж тела «Лягушата»

Родители помогают детям в выполнении движений, соответствующих тексту:

Лягушата встали, потянулись И друг другу улыбнулись.

Выгибают спинки, Спинки-тростинки.

Ножками затопали, Ручками захлопали.

Постучим ладошкой По ручкам мы немножко.

А потом, потом, потом Грудку мы чуть-чуть побьем.

Хлоп-хлоп тут и там, И немного по бокам.

Хлопают ладошки Нас уже по ножкам.

Погладили ладошки. И ручки, и ножки.

Лягушата скажут: «Ква!

Прыгать весело, друзья!»

Дыхательное упражнение «Аромат цветов»

Дети через нос делают спокойный вдох, задерживают дыхание и продолжительно выдыхают, произнося «А-ах!».

Массаж спины «Дождь»

Дети садятся спиной к родителям, которые выполняют движения:

Дождь! Дождь! Надо нам

Расходиться по домам.

Хлопки ладонями по спине.

Гром! Гром, как из пушек.

Нынче праздник у лягушек.

Поколачивание кулачками.

Град! Град! Сыплет град!

Все под крышами сидят.

Постукивание пальчиками.

Только мой братишка в луже

Поглаживание спины ладошками.

Ловит рыбу нам на ужин.