

МУЗЫКАЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ – ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ТЕХНОЛОГИЯ

Кузенкова И.Ю.
музыкальный руководитель

Охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья детей - одна из основных задач дошкольного образования в соответствии с ФГОС

Актуально значимым и востребованным сегодня становится поиск средств и методов повышения эффективности оздоровительной работы в дошкольных образовательных учреждениях.

Технологии, как эффективная система мер профилактической работы с детьми, направленная на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, получили название «здоровьесберегающие технологии».

ВИДЫ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАНИИ:

- медико-профилактические;
- физкультурно-оздоровительные;
- технологии обеспечения социально-психологического благополучия ребенка;
- здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов дошкольного образования;
- здоровьесберегающие образовательные технологии в детском саду;
- технологии валеологического просвещения родителей.

ТЕХНОЛОГИИ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ РЕБЁНКА

технологии, обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребёнка-дошкольника. Основная задача этих технологий обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребёнка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье, обеспечение социально-эмоционального благополучия дошкольника. Реализацией данных технологий занимается психолог посредством специально организованных встреч с детьми, а также воспитатель и специалисты дошкольного образования в текущем педагогическом процессе ДОО. К этому виду технологий можно отнести технологии психологического и психолого-педагогического сопровождения развития ребёнка в педагогическом процессе ДОО.

В ДОО чаще всего используют здоровьесберегающие технологии по следующим направлениям

- Технологии сохранения и стимулирования здоровья.
- Технологии обучения здоровому образу жизни.
- Коррекционные технологии.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ

Технологии сохранения и стимулирования здоровья	Технологии обучения здоровому образу жизни	Коррекционные технологии
<ul style="list-style-type: none"> - Стретчинг - Динамические паузы - Подвижные и спортивные игры - Релаксация - Гимнастика (пальчиковая, для глаз, дыхательная и др) - Гимнастика динамическая, корригирующая, ортопедическая 	<ul style="list-style-type: none"> - Физкультурные занятия - Проблемно-игровые :игротренинги, игротерапия - Коммуникативные игры - Серия занятий«Уроки здоровья» - Точечный самомассаж 	<ul style="list-style-type: none"> - Технологии музыкального воздействия - Арт-терапия - Сказкотерапия - Технологии воздействия цветом - Психогимнастика - Фонетическая ритмика

КОРРЕКЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Технологии музыкального воздействия – Используются в качестве вспомогательного средства как часть других технологий; для снятия напряжения, повышения эмоционального настроения и пр.

МУЗЫКОТЕРАПИЯ

Наукой установлено, что музыка способна не только помогать душе, но и **лечить тело**.

КЛАССИФИКАЦИИ МУЗЫКОТЕРАПИИ

• Активная

пациенты непосредственно **участвуют в музицировании**, используя достаточно простые музыкальные инструменты, для игры на которых не требуется специальной подготовки (колокольчики, барабан, цимбалы, и даже собственное тело — хлопки и т.п.).

Пассивная

При пассивной терапии пациенты прослушивают музыкальные произведения, подобранные специалистом. целью данной терапии является эмоциональное и эстетическое переживание

- СКРИПКА – лечит душу, успокаивает психику, помогает выйти на путь самопознания, пробуждает в душе сострадание, готовность к самопожертвованию;
- ОРГАН – проводник энергии "космос – земля – космос"; приводит в порядок ум, гармонизирует энергетический поток в позвоночнике;
- ФОРТЕПИАНО (ПИАНИНО, РОЯЛЬ) – корректирует работу почек и мочевого пузыря, очищает щитовидную железу, гармонизирует психику;
- ФЛЕЙТА – очищает, лечит легкие и бронхи, благотворно воздействует на кровообращение;
- АРФА – гармонизирует работу сердца;
- ВИОЛОНЧЕЛЬ – лечит сердце, благотворно действует на почки;
- ЦИМБАЛЫ – уравнивают энергетику печени;
- ГАРМОНЬ, БАЯН, АККОРДЕОН – активизируют работу всей брюшной полости;
- ФЛЕЙТА – очищает, лечит легкие и бронхи, благотворно воздействует на кровообращение;
- АРФА – гармонизирует работу сердца;
- ВИОЛОНЧЕЛЬ – лечит сердце, благотворно действует на почки;
- ЦИМБАЛЫ – уравнивают энергетику печени;
- ГАРМОНЬ, БАЯН, АККОРДЕОН – активизируют работу всей брюшной полости;

«МУЗЫКАЛЬНЫЕ РЕЦЕПТЫ»

- **от вредных привычек:** «Аве Мария» Шуберта, «Лунная соната» Бетховена, «Лебедь» Сен-Санса, «Метель» Свиридова;
- **от невроза и раздражительности:** бодрящая музыка Чайковского, Пахмутовой, Таривердиева;
- **от язвы желудка** — «Вальс цветов»;
- **от синдрома хронической усталости:** «Утро» Грига, «Рассвет над Москвой-рекой» (фрагмент из оперы «Хованщина») Мусоргского, романс «Вечерний звон», мотив песни «Русское поле», «Времена года» Чайковского;
- **от депрессии:** «Вальс» Шостаковича, оркестр Пурселя, произведение «Мужчина и женщина» Лея, романс из музыкальных иллюстраций к повести Пушкина «Метелица» Свиридова;
- **от болезней сердца и кровяного давления:** «Свадебный марш» Мендельсона;
- **от бессонницы:** сюита «Пер Гюнт» Грига;
- **от гастрита:** «Соната № 7» Бетховена;
- **от эпилепсии:** произведения Моцарта (они снижают риск наступления припадков от 21 до 62 %).

ЛЕЧЕНИЕ ПЕНИЕМ (ВОКАЛОТЕРАПИЯ)

Пение — работа со звуком, ритмом, дыханием, интервалами

Звуки «В», «Н», «Э» улучшают работу головного мозга.

Звуки «АЙ», «ПА» снимают сердечную боль.

Звук «И» помогает от насморка.

Звук «У–у–у» снимает головную боль и нормализует кровообращение головы.

Звук «Ом–м» нормализует кровеносное давление.

**БЛАГОДАРЮ
ЗА ВНИМАНИЕ!**