**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное**

**учреждение «Детский сад «Дюймовочка» г.Вуктыл**

**Конспект исследования:**

**«Эмоциональное развитие детей старшего дошкольного возраста средствами музыкотерапии»**

**Содержание**

[Введение 3](#_Toc431216460)

[1. Теоретический анализ проблемы развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста в психологической науке 5](#_Toc431216461)

[1.1 Психологическая сущность эмоциональной сферы у детей старшего дошкольного возраста 5](#_Toc431216462)

[1.2. Музыкотерапия как средство развития эмоционального благополучия детей старшего дошкольного возраста 10](#_Toc431216463)

[1.3 Содержание, формы, методы музыкотерапии в работе с дошкольниками. 14](#_Toc431216464)

[Глава 2. Исследование развития эмоциональной сферы у детей старшего дошкольного возраста. 22](#_Toc431216465)

[2.1 Организация исследования эмоциональной сферы у детей старшего дошкольного возраста. 22](#_Toc431216466)

[2.2 Методика по коррекции эмоциональной сферы ребенка средствами музыки. 28](#_Toc431216467)

[2.3 Анализ влияния методик на эмоциональное развитие детей старшего дошкольного возраста. 32](#_Toc431216468)

[Заключение 35](#_Toc431216469)

[Список используемой литературы 37](#_Toc431216470)

[Приложения 39](#_Toc431216471)

# Введение

Музыкальное воспитание включает в себя нравственное развитие личности ребёнка, оно облагораживает, пробуждает высокие внутренние чувства, такие как доброта, любовь, жизнерадостность, позитивное мышление и многое другое. Но 21 век – век скоростей, время великих гениальных открытий и великих достижений в науке, когда уже не остаётся времени уделить внимание своему внутреннему человеку. Люди зациклены на внешних факторах, видимых, временных, что порождает, в свою очередь, агрессию и обособленность. И все эти факторы сказываются на поведении и психике наших детей. Взрослым уже некогда уделять время своим детям и те, в свою очередь, находят «утешение» в компьютерных технологиях, которые приковывают любопытных малышей к экранам телевизоров, пропагандирующих насилие, агрессию и убийства. В результате, дети несут эти эмоции в общество, становясь жестокими и безразличными. Алкоголизм, наркомания и разводы родителей, также являются сильнейшими факторами стресса для ребёнка, которые несут за собой тяжелейшие последствия в дальнейшем его развитии в течение всей жизни.

Работая в детском саду, можно наблюдать большое количество детей, которые самостоятельно не могут справиться с нервно-психическими нагрузками и перегрузками, получаемыми как в детском саду, так и дома. Именно это приводит многих детей к различным формам отклоняющегося поведения. И педагоги должны всеми возможными способами решать эти проблемы. Одним из таких средств является музыкотерапия.

**Актуальность:** Одним из средств влияния на эмоциональное развитие ребенка является музыка. Воздействуя, музыка способна волновать, радовать, вызывать к себе интерес. Существуют определенные противоречия между не разработанностью данной проблемы и ее теоретической и практической значимостью для обоснования эффективности применения средств музыкальной терапии в эмоциональном воспитании детей. Данное противоречие обусловило выбор темы исследования: «Эмоциональное развитие детей старшего дошкольного возраста средствами музыкотерапии».

**Цель исследования:** изучить влияние музыкальной терапии на развитие эмоциональной сферы старших дошкольников.

**Объект исследования:** эмоциональная сфера старших дошкольников.

**Предмет исследования:** эмоциональное развитие детей старшего дошкольного возраста в процессе использования музыкотерапии.

**Задачи исследования:**

* Изучить психолого-педагогическую литературу по проблеме исследования
* Разработать этапы исследования для отслеживания работы по развитию эмоционального благополучия старших дошкольников средствами музыкотерапии.
* Выявить психолого-педагогические условия для эмоционального развития детей средствами музыкотерапии.

**Практическая значимость** выделены и обозначены психолого - педагогические условия эмоционального развития детей, одним из самых важных является музыкотерапия. Определены эффективные формы, методы и приемы музыкотерапии в работе с детьми старшего дошкольного возраста.

# 1. Теоретический анализ проблемы развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста в психологической науке

## 1.1 Психологическая сущность эмоциональной сферы у детей старшего дошкольного возраста

Эмоции - особый класс субъективных психологических состояний, отражающихся в форме непосредственных переживаний, ощущений приятного или неприятного, в отношении человека к миру и людям, в процессе и результате его практической деятельности. К классу эмоций относятся настроения, чувства, аффекты, страсти, стрессы. Ещё в 19 веке психиатр И. А. Сикорский писал в своей книге «Воспитание в возрасте первого детства»: «Достоверно только то, что чувства и аффекты появляются у детей значительно раньше, чем другие виды психических функций (например, воля, рассудок), и в известную пору составляют самую выдающуюся сторону душевной жизни» [6, c.6]. В 1924 г. в книге «Психология детства» психолог и педагог, богослов и философ В. В. Зеньковский отводит эмоциональным явлениям одно из первых мест по их значению в развитии ребёнка: «Вопреки обычному порядку в изложении психической жизни ребёнка в течение раннего детства мы выдвинем на первый план изучение эмоциональной жизни его в это время, исходя из указанного уже принципа, что эмоциональная сфера имеет в это время центральное значение в системе психических сил» [6, c.7]. Примерно в то же время, в 1926 г., психолог Л. С. Выготский писал в «Педагогической психологии»: «Почему-то в нашем обществе сложился односторонний взгляд на человеческую личность, и почему-то все понимают одарённость и талантливость применительно к интеллекту. Но можно не только талантливо мыслить, но и талантливо чувствовать. И здесь, и там человеческое поведение принимает исключительные и грандиозные формы» [3; 123]. Можно сказать, что эмоциональные черты индивида в значительной степени обусловлены особенностями его социального опыта, особенно опыта, приобретенного в младенчестве и в раннем детстве. Ребенок, предрасположенный к вспыльчивости, пугливый или улыбчивый ребенок естественным образом встречают разный прием в мире сверстников и взрослых. От эмоций, которые чаще всего испытывает и проявляет ребенок, зависит успешность его взаимодействия с окружающими его людьми, а значит, и успешность его социального развития, социализации.

Эмоциональность влияет не только на формирование личностных черт и социальное развитие ребенка, она сказывается даже на его интеллектуальном развитии. Если ребенок свыкся с состоянием уныния, если он постоянно расстроен или подавлен, он будет не в той мере, как его жизнерадостный сверстник, склонен к активному любопытству, к исследованию окружающей среды, а любопытство является эмоцией, которая играет такую же роль в интеллектуальном развитии человека, как упражнения - в его физическом развитии. Нельзя не отметить, что в последние годы увеличивается число детей с нарушениями психоэмоционального развития. Эмоциональные нарушения детей - это одна из наиболее острых проблем не только для психологов, педагогов, но и для общества в целом. К типичным симптомам этих нарушений у дошкольников относятся эмоциональная неустойчивость, враждебность, агрессивность, тревожность и т. д., что серьезно осложняет взаимоотношения ребенка с окружающим миром. Кроме того, на фоне таких нарушений легко возникают вторичные личностные отклонения, обуславливающие негативный характер способов поведения и общения, деформацию личностного роста детей в целом. Соответственно организованная педагогическая работа в этом направлении может не только обогатить эмоциональный опыт дошкольников, но и значительно смягчить или даже полностью устранить недостатки в их личностном развитии. Эмоции помогают познавать мир во всем великолепии. Эмоции обусловливают яркость и полноту наших восприятий, они влияют на скорость и прочность запоминания. Они стимулируют деятельность нашей фантазии, придают нашей речи убедительность, яркость и живость. Нарушения эмоциональной сферы не позволяют стать полноправной личностью. Поэтому на современном этапе выдвигаются задачи изучения психологических условий, вызывающих эти явления. Особенно важным являются изучение эмоциональных нарушений в дошкольном возрасте. Так как нарушения находятся на стадии своего становления, еще можно предпринять своевременные меры.

Ни для кого не секрет, что лучший друг для современного ребенка - это телевизор или компьютер, а любимое занятие - просмотр мультиков или компьютерные игры. Дети стали меньше общаться не только со взрослыми, но и друг с другом. А ведь живое человеческое общение существенно обогащает жизнь детей, раскрашивает яркими красками сферу их ощущений. Современные дети стали менее отзывчивыми к чувствам других. Они не всегда способны осознавать и контролировать свои эмоции. Эмоции играют важную роль в жизни детей: помогают воспринимать действительность и реагировать на неё. Положительные переживания воодушевляют человека в его творческих поисках и смелых дерзаниях, а отрицательные тормозят процесс развития. Ещё Гиппократ признавал, что решающую роль в понимании внутренних процессов, происходящих в организме, играют эмоции. Если оценивать особенности чувств ребенка шестого года жизни, то надо сказать, что в этом возрасте он не защищен от всего многообразия переживаний, которые у него непосредственно возникают в повседневном общении с взрослыми и сверстниками. Его день насыщен эмоциями. В одном дне вмещаются переживания возвышенной радости, постыдной зависти, страха, отчаяния, тонкого понимания другого и полного отчуждения. Ребенок шестого года жизни - пленник эмоций. По каждому поводу, который подбрасывает жизнь - переживания. Эмоции формируют личность ребенка. Эмоции утомляют его до полного изнеможения. Устав, он перестает понимать, перестает выполнять правила, перестает быть тем хорошим мальчиком (или девочкой), тем хорошим малышом, которым может быть. Он нуждается в отдыхе от своих собственных чувств. При всей подвижности эмоций и чувств ребенка шестого года жизни характеризует увеличение «разумности». Это связано с умственным развитием ребенка. Он уже может регулировать свое поведение. В то же самое время способность к рефлексии может привести не к развитию душевных качеств, а к демонстрации их для получения от этого своеобразных дивидендов - восхищения и похвалы окружающих. Пять - семь лет - это возраст, когда ребенок начинает осознавать себя среди других людей, когда он отбирает позицию, из которой будет исходить при выборе поведения. Эту позицию могут строить добрые чувства, понимание необходимости вести себя так, а не иначе, связанные с этим совесть и чувство долга. Но позицию могут строить и эгоизм, корысть, расчет. Ребенок шестого года жизни не так наивен, неопытен, непосредственен, как это кажется. Да, у него мал опыт, его чувства опережают разум. Но при этом он уже занял определенную позицию по отношению к взрослым, к пониманию того, как надо жить и чему следовать. Внутреннее отношение ребенка к людям, к жизни - это, прежде всего, результат влияния взрослых, его воспитывающих.

Дошкольный возраст - благодатный период для организации работы по эмоциональному развитию детей. Ребенок-дошкольник впечатлителен, открыт для усвоения социальных и культурных ценностей, стремится к признанию себя среди других людей. У него ярко прослеживается неотделимость эмоций от процессов восприятия, мышления, воображения. Эмоциональное развитие детей имеет возрастные особенности. Начиная от младенчества, до взрослого состояния эмоциональная сфера постоянна. Так, если в младшем дошкольном возрасте происходит развитие и осознание таких базовых эмоций как радость, страдание, гнев, удивление, то в старшем дошкольном возрасте происходит закрепление этих эмоций, развитие и осмысление новых не знакомых ранее ребёнку эмоций, происходит формирование общественных мотивов. В этом возрасте эмоции - это уже не просто мгновенная реакция на ситуацию, а её осмысление. Формируется эмоциональное предвосхищение, когда ребёнок может предвидеть возможные результаты деятельности, предвидеть реакцию на его поведение со стороны других людей. Старший дошкольник начинает включать в процесс управления своими эмоциями слова.

Эмоциональная сфера дошкольника - важнейшая система, которая оказывает огромное влияние на психическую жизнь и поведение ребенка. Эмоциональное благополучие способствует нормальному развитию личности ребенка, выработке у него положительных качеств, доброжелательного отношения к другим людям. Важно отметить, что проблема эмоционального развития детей рассматривается в литературе как в педагогическом, так и психологическом аспектах, а вернее, в их сочетании. Дело в том, что эмоциональное неблагополучие может являться следствием психических расстройств, а неправильное эмоциональное воспитание ребёнка может в конечном итоге привести к развитию психических болезней. Педагогам необходимо проводить целенаправленную и последовательную работу по развитию эмоциональной сферы дошкольников. Активировать эмоции детей через разные виды деятельности. Подбирать подходящие методы и приёмы, учитывающие возрастные и индивидуальные особенности эмоционального развития детей. Развитию данной сферы способствуют все виды деятельности ребенка. Не каждый взрослый человек способен разобраться во всей гамме своих переживаний. А для ребенка эта задача становится еще более трудной. Дети не всегда понимают свои даже простые эмоции, тем более им трудно осознать те разнообразные переживания, которые возникают по мере расширения их связи с внешним миром. Активно используется в коррекции эмоционально-личностной сферы ребенка - музыкотерапия.

Можно сделать вывод, что эмоции - это корень всего нашего жизненного состояния, общения, развития и существования в этом мире, так как мы реагируем на мир через свои эмоции. И как уже говорилось - особенно важным является изучение эмоциональных нарушений в дошкольном возрасте. Так как нарушения находятся на стадии своего становления и еще можно предпринять своевременные меры, педагогам необходимо проводить работу по развитию эмоциональной сферы дошкольников. Их иногда надо успокоить или, наоборот, взбодрить. Все это можно сделать с помощью расслабляющей или активизирующей музыки. В данном случае, предлагается применять музыкотерапию для коррекции эмоциональных состояний у детей.

## 1.2. Музыкотерапия как средство развития эмоционального благополучия детей старшего дошкольного возраста

Огромную роль в обогащении эмоционального опыта ребенка играет музыка. Музыка обладает свойством вызывать активные действия малыша уже в первые месяцы жизни. Он выделяет музыку из всех звуков и сосредотачивает на ней свое внимание, способен оживлённо реагировать на звуки весёлой музыки непроизвольными движениями, возгласами. Постепенно двигательные реакции ребёнка становятся более произвольными, согласованными с музыкой, ритмически организованными. Факт воздействия музыки на ребёнка физиологически - успокаивающе или возбуждающе (в зависимости от её содержания) был доказан крупнейшим физиологом В.М. Бехтеревым. На основании опытов он сделал вывод, что ребёнок реагирует на звуки музыки задолго до развития речи (буквально с первых дней жизни). Следовательно, если музыка оказывает такое влияние на ребенка уже в первый год его жизни, то необходимо использовать ее как средство психолого-педагогического воздействия.

Эмоционально-практический опыт общения ребенка с музыкой, сформированный в младшем и среднем дошкольном возрасте, выступает естественной основой музыкального развития ребенка в старшем дошкольном возрасте. "В 6-7 лет проявляется большая активность ребенка в процессе восприятия и воспроизведения музыки голосом. Диапазон голоса расширяется и выравнивается" [18, c. 25]. У ребенка в процессе восприятия музыкальных образов возникает чувство сопереживания, до которого он в своей обыденной жизни не поднимается и не сможет подняться. После завершения контакта с музыкальным произведением ребенок возвращается в зону своих эмоций, но уже в какой-то степени обогащенной. Эта особенность музыки дает возможность ребенку духовно восполнять то, что недостает ему в неизбежно ограниченной пространством и временем жизни, компенсировать посредством воображения удовлетворение множества потребностей. Это было доказано в работах педагогов Н.Б. Берхина, О.П. Радыновой и музыковеда А.Н. Сохор [20]. У детей эмоциональная отзывчивость к музыке проявляется очень рано, выступая основой всех структур музыкального сознания. Она представляет собой формируемое личностное качество, содержанием которого является эмоционально-ценностное отношение к музыке. Учитывая живую реакцию детей на различные по характеру музыкальные произведения (плач и раздражение или радостная эмоция и успокоение), В.М. Бехтерев указывал на целесообразность использования в работе с детьми раннего возраста произведений, которые вызывают у детей положительные эмоции. В младшем возрасте применяются произведения весёлого, шутливого и светлого, спокойного, нежного характера. Постепенно представления детей о чувствах, выраженных в музыке, расширяются (тревожные, взволнованные, таинственные, скорбные, решительные и пр.). К старшему дошкольному возрасту эстетические переживания дошкольников углубляются, усложняются, обогащаются. Дети старшего дошкольного возраста могут различать не только общую эмоциональную окраску музыки, но и выразительность интонации. Часто, выбирая из фонотеки музыкальное произведение, ребёнок может «сообщить» педагогу или сверстникам о своём эмоциональном состоянии. Если настроение у него не весёлое, он предпочитает музыку негромкую, плавную, а когда ему хочется повеселиться, просит «включить» танец или марш. Известно, что ритм марша, рассчитанный на сопровождение отрядов войск в длительных походах, чуть медленнее ритма спокойной работы человеческого сердца. При таком ритме музыки можно идти очень долго, не испытывая сильной усталости. В то же время марши, звучащие во время парадных шествий, более энергичны. Это несколько повышает нормальный ритм человеческого сердца в спокойном состоянии. Поэтому такие марши оказывают бодрящее, мобилизующее воздействие. Показано что ритм вальса в три четверти оказывает успокоительное воздействие. Не меньшей силой воздействия, чем ритм обладает музыкальная интонация. Музыка использует в качестве своей основы как первичные голосовые реакции (плач, смех, крик), механизмом которых служит безусловный рефлекс, так и развившиеся позднее на их основе условные интонации.

Изучение эмоциональной значимости отдельных элементов музыки - ритма, тональности - показало их способность вызывать состояние, адекватное характеру раздражителя: минорные тональности обнаруживают депрессивный эффект, быстрые пульсирующие ритмы действуют возбуждающе и вызывают отрицательные эмоции, мягкие ритмы успокаивают, диссонансы возбуждают, консонансы успокаивают. Детям беспокойным и легковозбудимым подойдут «анданте» и «адажио», композиции в медленном темпе. Это могут быть произведения В.А. Моцарта «Маленькая ночная серенада» 2 часть, Вивальди «Зима» из «Времён года», вторые части сонат, колыбельные. Для детей угнетённых, наоборот подойдут более ритмичные мелодии, в темпе «аллегро модерато» или просто «аллегро». Такими произведениями являются «Весна» Вивальди «Времена года», вальсы Чайковского из его балетов, маршевые мелодии. Музыкально-ритмические движения, как один из видов музыкальной деятельности, в котором содержание музыки, ее характер передаются в движениях, используются как средство более глубокого ее восприятия и понимания. Движения под музыку издревле применялись в воспитании детей (Древняя Индия, Китай, Греция). Но впервые рассмотрел ритмику и обосновал ее в качестве метода музыкального воспитания швейцарский педагог и композитор Эмиль Жак-Далькроз. Перед ритмикой он, прежде всего, ставил задачу развития музыкальных способностей, a также пластичности и выразительности движений [4]. Особая ценность и жизнеспособность его системы музыкально-ритмического воспитания - в ее гуманном характере. Э.Жак-Далькроз был убежден, что обучать ритмике необходимо всех детей. Он развивал в них глубокое «чувствование», проникновение в музыку, творческое воображение, формировал умение выражать себя в движениях, вместе c тем он считал, что музыка является первоосновой. Синтез музыки и движений конкретизирует игровой образ. C одной стороны, музыкальный образ способствует более точному и эмоциональному исполнению движений, c другой - движения поясняют музыку, основные средства выразительности. На сегодняшний день для детей в системе образования предоставлен широкий спектр видов музыкальной деятельности, такие как слушание-восприятие музыки, музыкально-ритмические движения, игра на музыкальных инструментах, музыкально-дидактические игры. Одним из наиболее востребованных видов музыкальной деятельности является пение, т.к. пение - один из самых любимых детьми видов музыкальной деятельности. В сравнении с инструментальной музыкой, пение, в сочетании с движениями, обладает большей силой эмоционального воздействия на детей. Прежде всего - это живое, непосредственное общение. Выразительные интонации человеческого голоса, сопровождаемые соответствующей мимикой и движениями, вызывают интерес у большинства детей. По мере развития ребенка - формирования у него мышления, накопления новых представлений и развития речи - усложняются его эмоциональные переживания, и возрастает интерес к содержанию музыки. Текст песен помогает ребенку осмыслить это содержание, а соответствующие движения - выразить свое отношение. Дети, воспринимая характер музыкального произведения в единстве со словом и движением, глубже и сознательнее подходят к пониманию образа. Чувства и настроения, вызванные музыкой, придают движениям эмоциональную окраску, влияя на пластику и выразительность жестов.

Таким образом, для формирования эмоциональной отзывчивости на музыку в дошкольном возрасте необходим комплекс методов. Проблема развития эмоционального благополучия у детей дошкольного возраста не нова, но она по-прежнему актуальна. Эмоциональная отзывчивость на музыку, развиваемая у детей в процессе музыкальной деятельности, напрямую связана с развитием эмоциональной отзывчивости и в жизни, с воспитанием таких качеств личности как доброта, умение сочувствовать другому человеку

## 1.3 Содержание, формы, методы музыкотерапии в работе с дошкольниками.

Музыкотерапия – это особая форма работы с детьми, с использованием музыки в любом виде (записи на магнитофоне, прослушивание дисков, игра на музыкальных инструментах, пение и др.) Музыкотерапия дает возможность активизировать ребенка, преодолевать неблагоприятные установки и отношения, улучшать эмоциональное состояние. А также является средством коррекции эмоциональных отклонений, страхов, двигательных и речевых расстройств, отклонений в поведении, при коммуникативных затруднениях. С помощью музыкотерапии можно создать оптимальные условия для развития детей, воспитания у них эстетических чувств и вкуса, избавления от комплексов, раскрытия новых способностей. Музыкотерапия способствует становлению характера, норм поведения, обогащает внутренний мир ребенка яркими переживаниями, попутно воспитывая любовь к музыкальному искусству и, формирует нравственные качества личности и эстетическое отношение к окружающему. Дети должны развиваться через познания культурного наследия, воспитываться так, чтобы быть способными его приумножать. Уровень развития детей в дошкольных учреждениях будет выше, если традиционные формы, методы и средства обучения и воспитания будет сочетаться с музыкотерапией. Музыкотерапия может использоваться как в виде основного метода, так и в качестве одного из вспомогательных методов. Выделяют индивидуальную и групповую музыкотерапию. Индивидуальная музыкотерапия осуществляется в трех вариантах: с отличительно – коммуникативным, реактивным и регулятивным действием. В первом случае музыкальное произведение прослушивает педагог и ребенок, здесь музыка способствует улучшению данных взаимоотношений. Во втором – достигается очищение. В третьем – снимается нервно – психическое напряжение. Все три формы могут применяться как независимо, так и в сочетании. Они представляют в известном смысле пассивную музыкотерапию. Наряду с этим существует и активная индивидуальная музыкотерапия, целью которой – является преодоление коммуникативных расстройств. Она осуществляется в виде занятия педагога музыкой совместно с ребенком. Групповая музыкотерапия строится таким образом, чтобы участники активно общались друг с другом, между ними возникали коммуникативно-эмоциональные взаимоотношения, чтобы данный процесс был достаточно динамичным.

Творческая деятельность является самым сильным средством снятия напряжения. Это особенно важно для тех, кто не может “выговориться”; выразить свои фантазии в творчестве значительно легче, чем рассказать о них. Фантазии, которые изображены на бумаге или в звуках, нередко ускоряют и облегчают вербализацию переживаний. Творчество открывает путь к выражению бессознательных идей и фантазий, которые проявляются в значимой для ребенка и необычной для всех остальных форме. Музыкотерапия помогает наладить отношения между педагогом и ребенком, развивает чувство внутреннего контроля, открывает новые способности, повышает самооценку. Гармонизирующее воздействие музыки на психические процессы можно, а порой необходимо использовать в работе с детьми. Число методов, облегчающих детям выражение их чувств, при использовании музыкотерапии бесконечно. Независимо оттого, что ребенок и педагог выбирают для своих занятий, основная цель педагога всегда одна и та же: помочь ребенку начать осознавать себя и существование в своем мире. Нельзя забывать главную заповедь педагога – не навреди.

К. Швабе, один из основателей музыкотерапии, предлагает три направления использования музыки: медицинское, педагогическое и профилактическое. Мы рассмотрим музыкотерапию***,*** как  метод психолого-педагогической коррекции. Различают три основные формы музыкотерапии:

* рецептивную (пассивная),
* активную,
* интегративную.

Активные формы музыкотерапии*:* ритмотерапия, вокалотерапия, хореотерапия, сказкотерапия, музыкальные игры. Пассивные формы музыкотерапии:коммуникативная музыкотерапия (установление контакта с ребенком), реактивная музыкотерапия (помощь в разрешении психологического конфликта), регулирующая музыкотерапия (снятие эмоционального и мышечного напряжения). Рецептивная музыкотерапия (пассивная) отличается тем, что ребенок в процессе не принимает активного участия, занимая позицию простого слушателя. Ему предлагают прослушать различные музыкальные композиции либо вслушиваться в различные звучания. Занятия направлены на моделирование положительного эмоционального состояния. Варианты проведения:

* **Музыкальные картинки:** восприятие музыки осуществляется ребенком совместно с музыкальным руководителем, который в процессе слушания помогает дошкольнику мысленно шагнуть из реальной жизни в мир музыкальных образов, сосредоточиться на музыкальной картинке и в течении 5-10 минут побывать в мире музыкальных звуков, мелодии, общение с которыми оказывает благотворное влияние на ребенка. Используются классические инструментальные произведения, не применяемые в учебном процессе; звуки живой природы.
* **Музыкальное моделирование**: используется программа, составленная из фрагментов разных по характеру музыкальных произведений:

1. Отвечающий душевному состоянию ребенка в данный момент (сочувствие его переживаниям).
2. Противостоящий действию предыдущего музыкального фрагмента и нейтрализующий его.
3. Обладающий наибольшей силой эмоционального воздействия, необходимой для выздоровления (динамичная, жизнеутверждающая музыка).
4. Минирелаксация под музыку направлена на активизацию мышечного тонуса ребенка. Важно дать ребенку почувствовать свое тело, мышечный тонус, научить расслабляться при напряжении.

Активные методы музыкальной терапии основаны на активной работе с музыкальным материалом: инструментальная игра, пение.

* **Вокалотерапия** направлена на формирование оптимистического настроения с помощью вокальной деятельности ребенка. Используются песни и формулы, способствующие гармонизации внутреннего мира ребенка – «Я хороший – ты хороший». Вокалотерапия особенно показана депрессивным, заторможенным, эгоцентричным детям. Преимущественно групповой вокалотерапии состоит в том, что каждый участник вовлекается в процесс. В тоже время здесь большое значение имеет и момент “анонимности” чувств, “укрытости” в общей массе, что создает предпосылку к преодолению расстройств контакта, к утверждению собственных чувств и здоровому переживанию своих телесных ощущений.
* **Инструментальная музыкальная терапия** направлена на формирование оптимистических настроении с помощью игры на музыкальных инструментах.
* **Кинезитерапия** – различные формы и средства движений изменяют общую реактивность организма, разрушают патологические стереотипы, возникающие во время болезни и создают новые, обеспечивающие необходимую адаптацию. Дети обучаются технике выражений эмоций с помощью выразительных движений тела, навыкам релаксации. Большое внимание придается коррекции коммуникативных, психологических функций. Кинезитерапия включает в себя: психогимнастику, коррекционню ритмику, ритмопластику, сюжетно-игровую кинезитерапию.

1. **Психогимнастика** – комплекс упражнений, игр, этюдов, целью которых является сохранение психического здоровья детей.
2. **Сюжетно-игровая кинезитерапия** – вариант двигательной терапии, где все упражнения объединены одним сюжетом и проводятся в игровой форме с подгруппой или группой детей. Основа – игровая импровизация. В занятие включены упражнения, обеспечивающие релаксацию, коррекцию моторики. Живая музыка – движением под музыку ребенок выражает свое эмоциональное состояние.
3. **Интегративная музыкотерапия** наряду с музыкой задействует возможности других видов искусства: рисование под музыку, музыкально-подвижные игры, пантомима, пластическая драматизация под музыку, создание стихов, рисунков, рассказов после прослушивания музыки и др. творческие формы. Важно использовать и активное музицирование, которое способствует повышению самооценки, – преодолению амбивалентности поведения. Чаще всего музыкотерапия, связанная с исполнительской деятельностью, является групповой. Музыкальная терапия в активной форме включает в себя игру на музыкальных инструментах, терапию пением (вокалотерапию, хоровое пение), и танцами (хореотерапию). Для исполнения несложных пьес можно использовать даже такие простые инструменты, как барабан, треугольник, ксилофон. Занятия – ограничиваются поиском простейших мелодических, ритмических, гармонических форм и представляют собой импровизированную игру. Развивается динамическая приспособляемость, способность к взаимному слушанию. Поскольку это групповая музыкотерапия, игра строится таким образом, чтобы участники активно общались друг с другом, между ними – возникали коммуникативно – эмоциональные взаимоотношения, чтобы данный процесс был достаточно динамичным. Самое главное, что ребенок посредством игры на музыкальном инструменте самовыражается. Особую ценность имеет сочетание пения с танцевальными движениями, а также импровизация свободного танца под звуки классической музыки. Танец является формой социального контакта, через танец улучшаются способности к взаимоотношению, взаимопониманию.
4. **Танцевально-двигательная** терапия может служить мостом между миром сознания и бессознательного. С помощью танцевально-двигательной терапии ребенок может использовать движение для более полного выражения себя и для сохранения своей индивидуальности в контакте с другими детьми. Танцевально-двигательная терапия – это единственный вид терапии, где используется очень много свободного пространства. Двигательное поведение расширяется в танце, помогая осознанию конфликтов, желаний, и может способствовать проживанию негативных чувств и освобождению от них. [3, c. 13]

Занятия по музыкотерапии строятся по следующей схеме:

* Разминка: двигательные и ритмические упражнения;
* Основная часть: восприятие музыки, пение, импровизация;
* Музыкальная релаксация;

Использование музыкотерапиив детском саду и дома необходимо детям в течение всего дня. Это не значит, что она должна звучать непрерывно и громко. Музыка должна прослушиваться детьми дозировано, в зависимости от времени суток, вида деятельности, даже настроения детей: утром рекомендуется включать солнечную мажорную классическую музыку, добрые песни с хорошим текстом; для расслабления, снятия эмоционального и физического напряжения, для приятного погружения в дневной сон необходимо воспользоваться благотворным влиянием мелодичной классической и современной релаксирующей музыки, наполненной звуками природы (шелест листьев, голоса птиц, стрекотание насекомых, шум морских волн и крик дельфинов, журчание ручейка). Дети на подсознательном уровне успокаиваются, расслабляются; пробуждению детей после дневного сна поможет тихая, нежная, легкая, радостная музыка. Детям легче и спокойнее переходить из состояния полного покоя к активной деятельности (Приложение 1, 2).

Особенности использования музыкотерапии:

* громкость звучания музыки должна быть строго дозирована (не громко, но и не тихо);
* использовать для прослушивания следует те произведения, которые нравятся всем детям;
* лучше использовать музыкальные пьесы, знакомые детям (не должны отвлекать внимание новизной);
* продолжительность прослушивания должна составлять не более 10 минут одновременно.

Таким образом, важным направлением в работе музыкального руководителя является деятельность по преодолению детьми барьеров в общении, развитии лучшего понимания себя и других, снятию психического напряжения, созданию возможностей для самовыражения. Для этого мы используем музыкотерапию. Музыкотерапия – это контролируемое использование музыки в коррекции эмоциональной сферы ребёнка. В работе музыкального руководителя она позволяет решить ряд проблем: преодолеть психологическую защиту ребёнка – успокоить, или наоборот, настроить, активизировать, заинтересовать, установить контакт между педагогом и ребёнком.

# Глава 2. Исследование развития эмоциональной сферы у детей старшего дошкольного возраста.

## 2.1 Организация исследования эмоциональной сферы у детей старшего дошкольного возраста.

Развитие музыкального вкуса, эмоциональной отзывчивости в детском возрасте создает фундамент музыкальной культуры человека, как части его общей духовной культуры в будущем. В последние годы происходит активное реформирование системы дошкольного воспитания: растет сеть альтернативных учреждений, появляются новые программы дошкольного воспитания, разрабатываются оригинальные методики. На фоне этих прогрессивных изменений развитию эмоциональной сферы ребенка не всегда уделяется достаточное внимание. На основе музыкальных занятий в детском саду покажем возможность влияния музыкотерапии на эмоциональное состояние детей старшего дошкольного возраста, а так же на развитие творческих способностей и навыков ребенка. С согласия родителей было проведено исследование группы дошкольников, в возрасте от 5 до 6лет. Группа включала в себя 20 воспитанников. Средняя продолжительность занятия колебалась от 20 до 25минут. Общее количество занятий - 10. Изначально для выявления состояния эмоциональной сферы старших дошкольников было выполнено исследование по методикам:

1. **Методика «Кактус» (Панфиловой М.А.)**

Цель: выявление состояния эмоциональной сферы ребенка, выявление наличия агрессии, ее направленности и интенсивности.

Материал: бумага (формат А4), карандаш.

На листе бумаги требовалось нарисовать кактус, такой, каким его себе представляет ребенок. Проводится индивидуально, по завершению рисования с ребенком проводится беседа-опрос. Беседа содержит наводящие вопросы, которые позволяют более полно оценить смысл рисунка ребенка и интерпретировать его в психологическом смысле:

1. Кактус домашний или дикий?

2. Его можно потрогать?

3. Кактусу нравится, когда за ним ухаживают?

4. У кактуса есть соседи?

5. Какие растения его соседи?

6. Когда кактус вырастет, что в нем изменится?

Интерпретация:

Агрессия - наличие иголок, иголки длинные, сильно торчат и близко расположены;

Импульсивность - отрывистые линии, сильный нажим;

Эгоцентризм - крупный рисунок, в центре листа. Зависимость, неуверенность - маленькие рисунок внизу листа;

Демонстративность, открытость - наличие выступающих отростков, необычность форм;

Скрытность, осторожность - расположение зигзагов по контуру или внутри кактуса;

Оптимизм - использование ярких цветов;

Тревога - использование темных цветов, внутренней штриховки, прерывистые линии;

Женственность - наличие украшения, цветов, мягких линий, форм;

Экстровертированность - наличие других кактусов, цветов;

Интровертированность - изображен только один кактус;

Стремление к домашней защите - наличие цветочного горшка;

Стремление к одиночеству - изображен дикорастущий кактус;

1. **Цветовой тест М. Люшера.**

Цель: выявить особенности эмоционального развития, наличие тревожности и агрессивности.

Ребёнку предлагается выбрать из предложенного ряда цветовых карточек самый приятный для него в настоящий момент цвет, затем наиболее приятный из оставшихся - и так до последней карточки. Выбранные карточки педагог переворачивает. Педагог фиксирует в протокол все выбранные ребёнком карточки в позициях от 1 до 8.

Данный тест проводится 2 раза с промежутком 2-3 минуты. Характеристика цветов (по М. Люшеру) включает в себя 4 основных и 4 дополнительных цвета. Основные цвета:

1. синий - символизирует спокойствие, удовлетворенность;
2. сине-зеленый - чувство уверенности, настойчивость, иногда упрямство;
3. оранжево-красный - символизирует силу волевого усилия, наступательные тенденции, возбуждение;
4. светло-желтый - активность, стремление к общению, экспансивность, веселость.

При отсутствии конфликта в оптимальном состоянии основные цвета должны занимать преимущественно первые пять позиций. Дополнительные цвета: 5) фиолетовый; 6) коричневый, 7) черный, 8) серый. Символизируют негативные тенденции: тревожность, стресс, переживание страха, огорчения. Значение этих цветов (как и основных) в наибольшей степени определяется их взаимным расположением, распределением по позициям. Первый выбор в тесте Люшера характеризует желаемое состояние, второй - действительное. Выполнение теста было оценено в баллах при соотнесении обоих выборов ребёнка:

1 балл - Основные цвета занимают первые 5 позиций. Отсутствует личностный конфликт и негативные проявления эмоциональных состояний.

0.5 баллов - Основные цвета занимают преимущественно первые позиции (1,2,3) дополнительные цвета подняты на 4, 5 позицию. При этом основные цвета не занимают позицию дальше 7. Наблюдается тревога, стресс невысокой степени.

0 баллов - Основные цвета занимают преимущественно позиции с 5 - 8. Дополнительные цвета подняты на позиции с 1 - 5. Наблюдается сильная тревога и стресс, агрессия высокой степени.

Стимульный материал: набор карточек из 8 цветов. Серого (0), темно-синего (1), сине-зеленого (2), оранжево - красного (3), светло - жёлтого (4), фиолетового (5), коричневого (6) и черного (7).

1. **Методика «Эмоциональная идентификация» (Е.И. Изотова):**

Цель: Выявить особенности эмоций у детей дошкольного возраста, индивидуальные особенности эмоционального развития.

Стимульный материал: пиктограммы (схематическое изображение эмоций различной модальности), фотографии лиц взрослых и детей с различным эмоциональным выражением. Детям показывались изображения лиц людей, задача детей была определить их настроение и назвать эмоцию. Предлагалось определить такие эмоции, как радость, печаль, гнев, страх, презрение, отвращение, удивление, стыд, интерес, спокойствие. Сначала детям предлагались изображения (фотографии), по которым было легко узнать эмоциональные состояния, затем схематические (пиктограммы) изображения эмоциональных состояний. Детям предлагалось соотнести схематическое изображении эмоций с фотографическим. После того, как дети называли и соотносили эмоции, психолог предлагал каждому ребёнку изобразить разные эмоциональные состояния на своем лице. Тест так же направлен на выявление отклонений в эмоциональном состоянии ребенка. Все данные заносились и оценивались в баллах:

1 балл - Высокий уровень развития эмоциональной сферы. Ребёнок правильно назвал все эмоции, смог соотнести пиктограммы с фотографическими изображениями. Изобразил различные эмоциональные состояния. Помощи ребёнку не потребовалось.

0,5 балла - Средний уровень развития эмоциональной сферы. Ребенку потребовалась содержательная помощь. Ребёнок смог определить 4 - 6 эмоций, правильно назвал эти эмоции и смог их выразительно изобразить.

0 баллов - Низкий уровень развития эмоциональной сферы. Потребовалось два вида помощи: содержательная и предметно - действенная. Ребёнок смог правильно обозначить, соотнести и воспроизвести до 4 эмоциональных состояний.

Тест на рисование кактуса дал начальные результаты по эмоциональному фону детей. 75% дошкольников показали результаты устойчивого эмоционального состояния и только 25% испытывали те или иные эмоции в виде страхов, тревожности, уныния и т.д.

Цветовой тест М. Люшера выявил наличие тревожности и стресса у 30% детей, они подняли дополнительные цвета на 4 - 5 позицию и опустили основные цвета на 6 - 7. У 70% детей не было обнаружено негативных эмоциональных проявлений.

Методика «Эмоциональная идентификация» Е. И. Изотовой выявила, что 75% имеют высокий уровень развития эмоциональной сферы - они правильно определили и соотнесли 8 - 10 эмоциональных состояний. И 25% детей имеют средний уровень развития эмоциональной сферы - они правильно смогли определить и соотнести только 6 эмоциональных состояний

Низкий уровень эмоциональной сферы не показал ни один ребёнок.

Соотнеся показатели трех методик экспериментального исследования, нами были выделены три уровня эмоциональной сферы: высокий уровень, средний уровень и низкий уровень.

* Высокий уровень набрано в трех заданиях - 2,5 - 3 балла
* Средний уровень - 2 - 1,5 балла в трех заданиях.
* Низкий - 0 - 1 балла в трех заданиях.

Данные полученные в ходе проведения экспериментального исследования были занесены в таблицу приведенную ниже.

Таблица 1.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Методика** | **Низкий уровень** | **Средний уровень** | **Высокий уровень** |
| **«Кактус»**  **(Панфиловой)** | 0% | 25% | 75% |
| **«Эмоциональная**  **идентификация»**  **(Е.И. Изотова):** | 0% | 25% | 75% |
| **Цветовой тест**  **(М. Люшер)** | 0% | 30% | 70% |

Таким образом, все методики показали наличие в группе определенного количества детей, чье эмоциональное состояние требовало коррекции. Сама ситуация подвела нас к необходимости проведения исследования по влиянию музыкотерапии на эмоциональное состояние старших дошкольников.

## 2.2 Методика по коррекции эмоциональной сферы ребенка средствами музыки.

Музыка, как самый эмоциональный из всех видов искусств, близка впечатлительной натуре ребенка, и в этом заключается сила ее воспитательного воздействия. Под влиянием музыки развивается художественное восприятие ребенка, богаче становятся переживания. Нет детей, абсолютно равнодушных к музыке, следовательно, она поможет любому ребенку разобраться в своих и чужих переживаниях путем сравнения некоторых музыкальных впечатлений с основными эмоциями, характеризующими человека.

Таким образом, для того чтобы выработать у детей положительные черты характера (уверенность, честность, смелость, доброта и т.д.) и изжить невротические проявления (страхи, опасения, неуверенность и т.д.), нужно научить детей осознавать значение данных понятий.

Для осуществления поставленных целей была использована специальная методика Марковой Л.С. по коррекции эмоциональной сферы ребенка средствами музыки, основанная на поэтапности работы и использованием различных форм музыкальной деятельности [8, c.123]. В основу методики положена идея Н.А. Ветлугиной, которая гласит: «…дошкольный период – это период накопления музыкальных впечатлений, интенсивного музыкального восприятия, развития эмоциональной сферы и творческого воображения». Методика состоит из трех этапов.

**Первый этап «Музыка – язык чувств».**

Восприятие музыки не прекращается в период перехода на другие этапы. Это постоянный вид деятельности детей, который включается и во фронтальные занятия, и в любые другие. На этом виде деятельности могут быть построены тематические и доминантные занятия, занятия с использованием музыкотерапии. Метод музыкотерапии предполагает использование музыки в разных режимных моментах жизни детского коллектива. Например, засыпание и пробуждение детей под музыку во время дневного сна или музыкальные паузы между занятиями. На фронтальных занятиях дети прослушивают музыку с неоднократным повторением, разбором ее программного (сюжетного) и эмоционального содержания, сравнивают прослушанный фрагмент с другими музыкальными произведениями контраста менее контрастного характера. Тематическое занятие предполагает проведение одной темы через все виды музыкальной деятельности. В доминантном занятии берется за основу один из видов деятельности, например: слушание музыки, или музыкально-ритмические движения, или детское творчество. Опираясь на выбранный вид деятельности, разбираем разные по эмоциональному содержанию темы, музыкальные произведения и т. д.

Музыкотерапия не несет в себе подробных разборов и обсуждений, а только создает музыкально-эмоциональную среду для развития чувств, а также, в некоторой степени, — и коррекции настроения. Эта фаза («Музыка — язык чувств») очень важна в работе с детьми, т. к. через музыку ребенок учится понимать эмоциональное состояние героев песен, образных героев музыкальных игр, инсценировок. В число рекомендуемых для слушания произведений входят следующие: «Порыв» Р. Шумана. «Слеза» М. Мусоргского, «Шутка» И.-С. Баха, «Юмореска» Р. Щедрина и т. д.

Дети слушают также музыку, посвященную животным, птицам, природе, музыку в сказке. Одним из интересных приемов в данной методике является «цветомузыка». Но вводить ее надо только тогда, когда у детей накоплен некоторый опыт слушателя, подкрепленный показом репродукций картин, близких по содержанию к музыкальным произведениям, а также иллюстраций, игрушек и любых других наглядных средств, которые конкретизируют эмоциональные переживания детей. При этом необходимо исподволь обращать внимание детей на цветовое оформление наглядных средств, как фактора настроения. Впоследствии этот навык детей используется в цветомузыкальных заданиях типа «Нарисуем музыку», «Если б художник был музыкантом», «Цветовой портрет музыки». Здесь дети подбирают цветовые карточки или «мозаику» в зависимости от насыщенности цвета и от настроения прослушиваемого произведения, т. е. педагогу следует учить детей чувствовать сходство в настроении между цветом и музыкой.

Помимо сравнения музыкальных переживаний с цветом, интересные результаты дает методический прием, который мы называем «Музыка-портрет-настроение». В качестве подготовительного этапа рассматриваем знакомые книги с иллюстрациями и обращаем внимание на выражение лиц героев, их позы, жесты.

Затем знакомим детей с портретной живописью, где мало или вовсе не выражена жанровая тематическая подсказка сюжета, а есть только выразительность лица, его настроение, поза, жесты и т. д. К самым вырази­тельным с точки зрения настроения портретам пробуем подобрать схожую музыку из знакомых детям произведений (в некоторых случаях и незнакомых). Иногда дети, затрудняясь словом обозначить настроение «человека на портрете», с легкостью подбирают к звучащему музыкальному произведению близкий по настроению портрет. Затем детям предлагается самим изобразить такое же настроение, «как на портрете», или «как в музыке».

**Второй этап «Образ в движении»**

Приобщаем детей к выразительной передаче настроения заданного образа посредством мимики, жестов, движений, а также с помощью выполнения музыкально-ритмических заданий (этюдов, инсценирования песен, стихов, образных танцев). Необходимо помочь детям прочувствовать те или иные нюансы настроения, характера человека и дать им нравственную оценку. Таким образом, на данном этапе работаем над воссозданием, воспроизведением чувств. (Приложение 3)

**Третий этап «Коррекция эмоциональной сферы»**

Помогаем детям управлять своими эмоциями в повседневной жизни. С помощью использования музыкальных игр способствуем снятию психоэмоционального напряжения, воспитываем навыки адекватного группового поведения, безусловного приятия роли лидера (ситуационного или ведомого), т.е. происходит социализация ребёнка через игру. Здесь используются задания-тесты (этюды) с несколькими вариантами разрешения проблемной ситуации с текстовой поддержкой и выбором для себя наиболее подходящей роли. Приводим примеры тех заданий, которые предлагались детям с целью осознания и изображения эмоционального состояния другого человека или адекватного выражения своего состояния. (Приложение 4)

Главное и самое важное на занятиях - это атмосфера, которая создается особым качеством общения равных партнеров - детей и педагога. Это общение с полным правом можно назвать игровым. Возможность быть принятым окружающими без всяких условий позволяет ребенку проявлять свою индивидуальность. В этой игровой форме не все участники должны делать то же, что остальные, но каждый со своим личным опытом участвует в игре. Своеобразная ритуализация (повторяющаяся структура занятия) помогает детям быстро ориентироваться в новом материале, быть уверенными, создавать образы, творить, помогать другим участникам и радоваться их успехам и удачным находкам. При включении элементов творческого развития в музыкально - коррекционную деятельность, отмечается положительная динамика у всех детей: наблюдается повышение психической активности, креативности, уровня саморегуляции, развитие эмоционально-личностной сферы, расширение коммуникативных навыков.

Ожидаемый эффект появится не сразу. Ребенок должен привыкнуть к данным занятиям, иметь желание посещать их, тогда можно будет говорить о каких-либо изменениях в эмоциональной сфере детей. В то же время, даже если человек никогда не слышал классической музыки, у него есть возможность вслушаться в нее, расслабиться. Он начнет к ней по-другому относиться, а значит, начнется именно то желаемое воздействие музыки на дошкольника, которое мы стремимся достигнуть.

## 2.3 Анализ влияния методик на эмоциональное развитие детей старшего дошкольного возраста.

Помогая детям понять и услышать музыку, мы достигли той цели, которая была поставлена - доказать эффективность воздействия музыкотерапии на развитие эмоционального благополучия детей дошкольного возраста. В процессе проведения музыкального занятия нам удалось научить детей понимать такие сложные произведения как «Раздумье» С. Майкопова, «Первая потеря» Р. Шумана, «В церкви» П. Чайковского, «Аве Мария» И. Шуберта, «Порыв» Р. Шумана, «Разлука» М. Глинки, «Утренняя молитва» П. Чайковского, «Шутка» С.И. Баха, «Юмореска» П. Чайковского. Объясняя образно смысл произведения, мы добились того, что ребенок начал сопереживать героям музыкальной ситуации, а значит, начала изменяться и развиваться его эмоциональность. Обучая детей навыкам коллективного музицирования, делая упор на пение, импровизацию, движение и игру на простейших ударных инструментах - мы прививаем детям чувство коллективизма, ответственности. Разработаны упражнения, песенки и пьесы, которые можно изменять, варьировать, прибавлять или придумывать вместе с детьми. Интересный материал побуждает ребенка сочинять, импровизировать, фантазировать. Основной целью занятия является не столько развитие техники игры на инструментах, сколько развитие творческого начала, которое в свою очередь важно для общего развития личности («для ребенка, с ребенком, исходя из ребенка»). Не является исключением и возможность раннего развития у детей музыкальных способностей. Для настоящей музыки не существует ничего невозможного! Необходимо лишь желать ее слушать и уметь слушать. Мы старались выяснить, какая музыка и какой инструмент нравится ребенку, что вызывает его эмоциональные реакции (положительные или отрицательные) и как это проявляется; виды и степень активности, проявленной ребенком на занятии, изменение его поведения в процессе занятия.

Нами было выявлено, что гиперактивных детей привлекала больше музыка веселого, подвижного характера с четким ритмом и несложной гармонией. Такая музыка незамедлительно проявлялась у них в двигательной реакции и позитивном эмоциональном настроении. На поведение неконтактных детей такая музыка отражалась в усилении заинтересованности и наблюдении за детьми и педагогом, но не вызывало попыток включиться в двигательную деятельность. В большей степени неконтактные дети реагировали на музыку спокойного, плавного и светлого характера, что характерно для классических произведений. Музыка Баха, Бетховена, Шопена и других композиторов-классиков помогала достижению детьми ровного, спокойного психо-эмоционального состоянии детей, возможности их постепенного включения в продуктивную деятельность. Классическая музыка и на гиперактивных детей оказывала благотворное влияние; это проявлялось в том, что у таких детей исчезали хаотичные, резкие, импульсивные движения. Дети, начиная вслушиваться в музыку, старались соизмерять свои движения с ней. Проведение повторного исследования показало изменение эмоционального состояния детей в лучшую сторону.

Таблица 2.

Анализ результатов исследования.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Методика** | **Низкий уровень** | **Средний уровень** | **Высокий уровень** |
| «Кактус»  (Панфиловой) | 0% | 10% | 90% |
| «Эмоциональная  идентификация»  (Е.И. Изотова): | 0% | 15% | 85% |
| Цветовой тест  (М. Люшер) | 0% | 10% | 90% |

Таким образом, музыкотерапия способствуют развитию эмоционального благополучия детей дошкольного возраста, их творческих возможностей, дают им богатый опыт общения, наполняют жизнь радостными и яркими впечатлениями. Своевременное же выявление отклонений в поведении детей и необходимая коррекция дает возможность создать оптимальные условия для гармоничного развития всех сторон личности ребенка.

# Заключение

Эмоциональная сфера дошкольника - важнейшая система, которая оказывает огромное влияние на психическую жизнь и поведение ребенка. Эмоциональное благополучие способствует нормальному развитию личности ребенка, выработке у него положительных качеств, доброжелательного отношения к другим людям. Эмоциональная отзывчивость детей 5-7 лет на музыку проявляется очень рано, т.к. их психологические особенности этого возраста таковы, что одновременно с интеллектуальным постижением окружающего их мира им требуется так называемое "эмоциональное насыщение". Подобный эмоциональный комфорт для детей достигается на музыкальных занятиях в ДОУ. И применение музыкотерапии, как средства улучшения психического состояния ребенка, играет не последнюю роль в развитии эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста.

Музыкотерапия – это контролируемое использование музыки в коррекции эмоциональной сферы ребёнка. В работе музыкального руководителя она позволяет решить ряд проблем: преодолеть психологическую защиту ребёнка – успокоить, или наоборот, настроить, активизировать, заинтересовать, установить контакт между педагогом и ребёнком. Важными достоинствами музыкотерапии являются безвредность, легкость и простота применения.

В данной работе показана возможность влияния музыкотерапии на эмоциональное развитие детей, а так же на развитие творческих способностей и навыков ребенка. Объектом исследования являлась группа дошкольников, в возрасте от 5 до 6 лет. Были подобраны три разнообразных теста, для исследования эмоциональной среды дошкольников и использована методика Марковой Л.С. по коррекции эмоциональной сферы ребенка средствами музыки. Атмосфера на занятиях - это важный момент, который создается особым качеством общения на равных детей и педагога, где ребенку дана возможность проявить свою индивидуальность. Своеобразный ритуал (повторяющаяся структура занятия) помогает детям быстро ориентироваться в новом материале, быть уверенными, создавать образы, творить, помогать другим участникам и радоваться их успехам и удачным находкам, а значит более полно проявлять свои эмоции. Отмечается положительная динамика у всех детей: наблюдается повышение психической активности, креативности, уровня саморегуляции, развитие эмоционально-личностной сферы, расширение коммуникативных навыков. В целом, изучая методику, сравнивая и анализируя выводы и результаты их деятельности, надо сказать, что на сегодняшний день можно и нужно использовать музыкотерапию в ДОУ, как средство развития эмоционального благополучия детей не только старшего дошкольного возраста, но и остальных детей. Таким образом, важным направлением в работе музыкального руководителя является деятельность по преодолению детьми барьеров в общении, развитии лучшего понимания себя и других, снятию психического напряжения, созданию возможностей для самовыражения.

# Список используемой литературы

1. Анисимова М.В. Музыка здоровья: Программа музыкального здоровьесберегающего развития дошкольников. – М.: ТЦ Сфера, 2014. – 128с.
2. Ветлугина Н.А. Музыкальное воспитание в детском саду - М.: Просвещение, 1981;
3. Выготский Л.С. Педагогическая психология, Под ред. В.В.Давыдова. - М.: Педагогика, 1991
4. Жак-Далькрос Э. Ритм. Его воспитательное значение для жизни и для искусства: лекции - М.: 1922.
5. Изотова Е. И., Никифорова Е.В. Эмоциональная сфера ребёнка: Теория и практика: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 2004.
6. Кошелева А.Д. и др. Эмоциональное развитие дошкольников: Учебное пособие для студ. Высш. Пед. Учеб. Заведений - М.: Издательский центр «Академия», 2003.
7. Макс Люшер Институт «Иматон», Санкт-Петербург: Дошкольники Определение уровня психоэмоционального состояния и нервно-психической устойчивости. Текущее эмоциональное состояние.
8. Маркова Л.С. Построение коррекционной среды для дошкольников с задержкой психического развития: Методическое пособие. – М.: Айрис-пресс, 2005.
9. Медушевский В.В. Духовно-нравственное воспитание средствами музыки, Преподаватель (Спецвыпуск «Музыкант-педагог»). - 2001.
10. Михайлова М.А. Развитие музыкальных способностей детей. – Ярославль «Академия развития», 1997
11. Панфилова М.А Графическая методика «Кактус».
12. Петрушин В.И. Слушай, пой, играй. М. Гуманитарный издательский центр "Владос", 2000.
13. Праслова Г.А. Теория и методика музыкального образования детей дошкольного возраста: Учебник для студентов высших педагогических учебных заведений, СПб.: Детство-пресс, 2005.
14. Радынова О.П., Груздова И.В. Практикум по методике музыкального воспитания школьников. М., Издательский центр "Академия", 2002.
15. Теплов Б.М. Психология музыкальных способностей. - М.: Наука, 2003.
16. Тютюнникова Т.Э. Видеть музыку и танцевать стихи...: Творческое музицирование, импровизация и законы бытия. Изд.2, 2010.

# Приложения

Приложение 1

Использование музыкотерапии в режимных моментах

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Режимные моменты*** | ***Для чего используется*** | ***Результат воздействия*** | ***Предлагаемый музыкальный репертуар*** |
| ***Утро.***  Приём детей.  Утренняя гимнастика. | Используется для создания эмоционального фона.  Используется для поднятия эмоциональной активности, бодрости. | Доставляет ребенку радость, благотворно влияет на его организм. Положительно воздействует не только на детей, но и на их родителей – вселяет уверенность, легче устанавливается контакт между людьми.  Музыка является активным действенным средством эмоциональной коррекции, помогает войти в нужное эмоцио-нальное состояние. | П.И.Чайковский «Вальс цветов» из балета «Щелкунчик».  М.Мусоргский «Рассвет на Москве - реке».  В.Моцарт «Маленькая ночная серенада».  М.И.Глинка «Вальс фантазия».  П.И.Чайковский «Апрель».  Г.В.Свиридов «Музыкальный ящик».  Н.А.Римский - Корсаков. Вступление «Три чуда».  И.Штраус. «На прекрасном голубом Дунае».  Музыкальное сопровождение музыкальным руководителем. |
| ***Прогулка.***  (в теплое время года).  Наблюдения, в процессе тру-довой деятель-ности, после игр большой подвижности | Задает определенный жизненный ритм, оказывает мобилизирующее воздействие, выраженное в игровой форме. Вызывает эмоциональный отклик при наблюдениях за объектами живой природы. Для снятия повышенной мышечной нагрузки. | Положительно влияет на развитие нервной системы ребенка. | *Наблюдения:*С.В.Рахманинов «Итальянская полька»; В.Агафонников. «Сани колокольчиками».  *Труд детей*: Р.н.п. «Ах вы, сени…»  И.Штраус. Полька «Трик – трак».  *Расслабление*: Н.А.Римский - Корсаков. Опера «Снегурочка», песни, пляски птиц. |
| ***Сон.***  (засыпание и пробуждение) | Используется для эмоционального расслабления нервной системы и мышц ребенка. Спокойная, нежная музыка помогает детям заснуть. | Нормализуется артериальное давление, стимулируется дыхание. | *Колыбельные:* «Тише. Тише»  «Спи- засыпай, маленькая принцесса», «Приход весны», «Засыпающий малыш», «Крепко спи», «Спи, малыш мой, засыпай».  Г.В.Свиридов «Грустная песенка», Ф.Шуберт. «Аве Мария», «Серенада», Ц.А.Кюи. «Колыбельная».  В.А.Моцарт. «Музыкальная шкатулка», Н.А.Римский – Корсаков. «Три чуда. Белка»,П.И.Чайковский. «Танец маленьких лебедей». |
| ***Индивидуальная музыкотерапия.*** | Для оптимизации эмоционального состояния ребенка; для преодоления гиперактивности ребенка; для стимуляции творческих (креативных) способностей при индивидуальной деятельности. | Нормализация эмоционального состояния, снятие физического и эмоционального напряжения, повышение творческой работоспособности, проявление инициативы. Повышается коммуникативность. | А.Т.Гречанинов. «Бабушкин вальс». А.Т.Гречанинов. «Материнские ласки».  П.И.Чайковский. Вальс фа- диез - минор.  Л.В.Бетховен. «Сурок».  Н.А.Римский- Корсаков. Опера «Снегурочка», сцена таяния Снегурочки.  Н.А.Римский – Корсаков. «Море» (финал 1-го действия оперы «Сказка о царе Салтане»).  К.В.Глюк. Опера «Орфей и Эвридика» Р.Щедрин. Юмореска. |

Приложение 2

1. **Для уменьшения чувства тревоги и неуверенности.**

Шопен «Мазурка», «Прелюдии»,

Штраус «Вальсы»,

Рубинштейн «Мелодии».

1. **Для уменьшения раздражительности, разочарования, повышение чувства принадлежности к прекрасному миру природы.**

Бах «Кантата 2»,

Бетховен «Лунная соната», «Симфония ля-минор».

1. **Для общего успокоения, удовлетворения.**

Бетховен «Симфония 6», часть 2,

Брамс «Колыбельная»,

Шуберт «Аве Мария»,

Шопен «Ноктюрн соль-минор»,

Дебюсси «Свет луны».

1. **Для снятия напряженности в отношениях с другими детьми.**

Бах «Концерт ре-минор» для скрипки, «Кантата 21».

Барток «Соната для фортепиано», «Квартет 5»,

Брукнер «Месса ля-минор».

1. **Для уменьшения эмоционального напряжения.**

Моцарт «Дон Жуан»,

Лист «Венгерская рапсодия» 1,

Хачатурян «Сюита Маскарад».

1. **Для поднятия общего жизненного тонуса, улучшения самочувствия, активности, настроения.**

Чайковский «Шестая симфония», 3 часть.

Бетховен «Увертюра Эдмонд»,

Шопен «Прелюдия 1, опус 28»,

Лист «Венгерская рапсодия» 2.

Бах «Итальянский концерт»,

Гайдн «Симфония».

Приложение 3

**Примеры упражнений второго этапа «Образ в движении»**

***Упражнение «Елочная гирлянда»***

Дети стоят друг за другом в колонне, положив руки на плечи впереди стоящего. На сильную долю первого такта музыкального сопровождения поднимает вверх правую руку первый ребёнок, затем второй и т.д., но при этом все дети должны «зажечь» огонёк в глазах, «осветить» лицо, «засиять».

***Упражнение «Плакучая ива и стойкий тополь»***

В зависимости от музыки дети самостоятельно выбирают один из двух заранее обговоренных образов. Важно, чтобы дети не просто копировали друг друга, а мыслили самостоятельно, используя разнообразные приёмы своего видения образа.

***Упражнение «Тень»***

На прогулке девочка ловит бабочку, жалеет птичку, упала, плачет, заснула и т.д. Ребёнок-тень всё в точности за ней повторяет, стараясь передать даже то настроение, которое свойственно этому образу.

***Задание «Сочини песенку на заданный текст»***

Здесь дети в свою вокальную импровизацию должны вложить определённое настроение, диктуемое текстом.

«Мама спит, она устала.

Ну и я играть не стала,

Я волчка не завожу,

А уселась и сижу».

«Я горжусь своим конём,

Он летит как ветер.

Обгоняю я на нём

Всех коней на свете».

«Чудо – чудо – чудеса:

На пеньке стоит лиса,

Палочкою машет,

Два медведя пляшут».

«Ой, ой, живот болит!

Ой, ой, меня тошнит!

Ой, мы яблок не хотим

Мы хвораем, Том и Тим!»

***Упражнение «Каждый спит»***

В зал входит ведущий и видит…

…На дворе встречает он тьму людей, и каждый спит.

Тот, не двигаясь сидит, тот, как вкопанный идёт…

Ведущий пытается разбудить «спящих», но они остаются в своей позе.

Приложение 4

**Примеры упражнений для третьего этапа «Коррекция эмоциональной сферы»**

***Этюд «Замри»***

Дети с музыкальным руководителем заранее договариваются о роли (образе). Это может быть «смелый наездник», «боксёр-забияка», «хвастун», «жадина», «трус». Дети-зрители должны догадаться, какой образ хочет донести до них автор-исполнитель.

***Игра «Молчок»***

Игра на сопоставление различных черт характера.

В детский сад пришел Молчок –

Очень робкий новичок.

Он сначала был не смел.

С нами песенок не пел.

А потом, глядим, привык.

Словно зайка прыг да прыг,

До чего же осмелел,

Даже песенку запел.

Ребёнок-исполнитель сначала робко сидит на стуле, а затем, согласно тексту, прыгает, резвится, поёт и т.д.

***Игра со словом «Шалтай-болтай»***

Инсценируя стихотворение, дети передают в движениях и мимике напряжение, расслабленность, усталость, беззаботность. Здесь в одном маленьком этюде соединились сразу несколько контрастных эмоциональных состояний человека, что потребует от детей внимания и быстроты реакции.

***Инсценирование песни «Антошка» М.Шаинского.***

Дети определяют и дают оценку таким качествам характера, как «лодырь», «обжора».

***Упражнение «Три поросёнка»***

Дети инсценируют песню и затем оценивают поступки героев и вычленяют в их характерах такие качества: зазнайство, хвастовство, лень, трусость, трудолюбие, доброта, смелость и т.д.