

ПРЕЗЕНТАЦИЯ

МУЗЫКОТЕРАПИИ



**ПОДГОТОВИЛА
МУЗЫКАЛЬНЫЙ РУКОВОДИТЕЛЬ ПОДЩЕКОЛДИНА Н.А.
ЩЕКИНО, 2018Г.**

*Музыкотерапия – это исцеление
музыкой.*



В первую очередь прослушивание музыки влияет на наше эмоциональное и чувственное восприятие, что дает мощный импульс всем остальным Действующим системам человека. В Более спокойном состоянии человек уже трезво размышляет, тоньше понимает события вокруг, неосознанно включает интуицию. Все это существенно влияет на качественные характеристики физического тела. Каким-то невероятным образом человеку становится лучше, он становится бодрее, умнее и веселее, что сейчас необходимо каждому из нас.

АКТУАЛЬНОСТЬ

Человек всегда хотел быть здоровым, физически сильным, психически устойчивым, творчески активным. Неоспоримо и многосторонне влияние на жизнь и здоровье человека искусство. Одним из видов искусств, обладающая энергетикой, способной исцелять человека и возвращать к жизни, стимулировать его интеллект и оказывать психологическую помощь, вселять надежду и укреплять уверенность в себе является музыка. В настоящее время музыкальная терапия рассматривается как часть арт – терапии (терапия искусством).

Музыкальная терапия – это контролируемое использование музыки в лечении, реабилитации, образовании и воспитании детей и взрослых.

ЦЕЛЬ – позволяет преодолеть психологическую защиту ребёнка – успокоить или, наоборот, активизировать, настроить, заинтересовать.

ИСТОРИЯ СТАНОВЛЕНИЯ МУЗЫКАЛЬНОЙ ТЕРАПИИ

Термин «музыкотерапия» имеет греко – латинское происхождение и означает «исцеление музыкой». Использование музыки в лечебных целях (музыкотерапия) имеет тысячелетнюю историю. Ещё в глубокой древности люди знали, что музыка может влиять на психологическое состояние человека.



Пифагор ввёл понятие «ЭВРИТМИЯ» - способность человека находить верный ритм во всех проявлениях жизнедеятельности – пении, танце, речи, жестах, мыслях, поступках, в рождении и смерти.



При помощи музыки Пифагор
усмирал взволнованное
умственное состояние.

В современной музыкотерапии традиционно выделяют 3 "отрасли" (OCRM) (или вида):

- клиническая МТ;
- оздоровительная МТ;
- экспериментальная МТ.



Направления музыкальной терапии

- Американское
- Немецкое
- Шведское
- Российское



ФОРМЫ МУЗЫКАЛЬНОЙ ТЕРАПИИ

РЕЦЕПТИВНАЯ (пассивная) - слушание музыки

АКТИВНАЯ - пение, игра на музыкальных инструментах.

ИНТЕГРАТИВНАЯ – сочетание различных видов искусства: рисование под музыку, пантомима, драматизация, создание стихотворений, рассказов после прослушанного произведения.

СОВРЕМЕННЫЕ ПРИЁМЫ И СПОСОБЫ МУЗЫКАЛЬНОЙ ТЕРАПИИ

- **двигательные и ритмические упражнения**, нацеленные на взаимодействие правого и левого полушарий мозга, развитие координированных движений и умение соотносить свои действия с действиями членов малой группы.
- **контактный и бесконтактный массаж**, который участники делают друг другу для активизации биоэнергетических ресурсов организма.
- **различные виды дыхательных упражнений**, среди которых особое внимание уделяется освоению навыкам брюшного (диафрагменного) и межрёберного типа дыханий как наиболее эффективного для снятия отрицательных эмоциональных состояний.

- пение вокализов, наподобие индийских мантр, направленных на формирование и развитие навыков концентрации внимания и сосредоточения на своём внутреннем мире.

- разучивание и исполнение формул музыкального самовнушения, нацеленных на формирование уверенности в своих силах, высокой самооценки, внутреннего спокойствия, невозмутимости в трудной ситуации, гуманистического отношения к окружающим и позитивного отношения как черты личности.

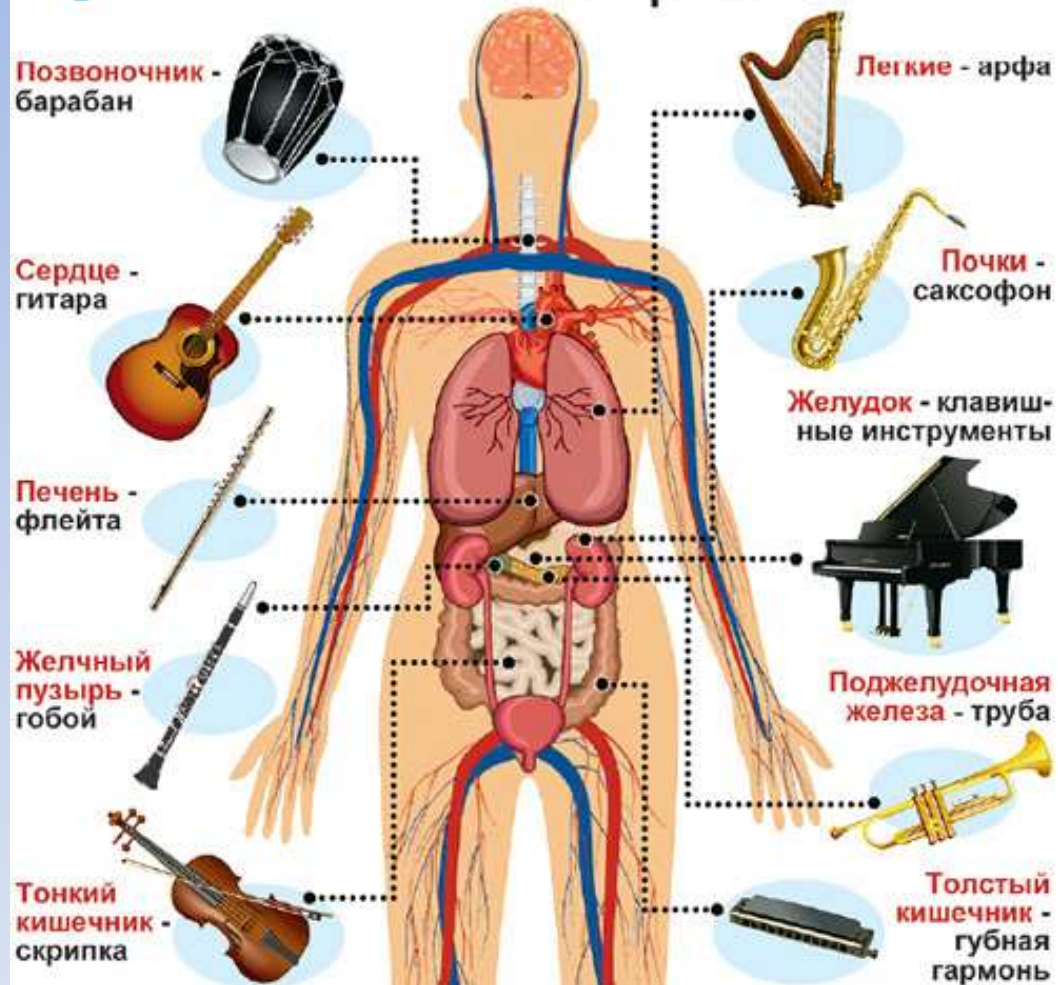
- пение песен различного содержания, как успокаивающего, так и воодушевлённого характера.

- просмотр под музыку различных по тематике слайдов, нацеленных на обогащение зрительных и слуховых представлений, активизации их эстетических переживаний средствами изобразительного искусства и художественной фотографии.

- игра на всевозможных музыкальных инструментах.

Музыка лечит

Воздействие инструментов на органы



Взаимодействие музыки и психики

Любое воздействие извне на человеческий организм играет свою роль. Слух воспринимает определенные звуки и это влияет не только на какие-то фрагменты в мозгу, а на все тело целиком. Психика – неотъемлемая часть нашего сознания, с помощью нее мы воспринимаем наши проблемы и решаем текущие дела. Если психика нарушена, нарушается работа всего организма, поэтому очень важно поддерживать ее в стабильном состоянии. Чтобы не доводить себя и свой организм до крайне неуравновешенного состояния, следует проводить хоть иногда профилактику в виде релаксации и полного расслабления, в чем и помогает музыка.



ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МУЗЫКАЛЬНОЙ ТЕРАПИИ В РАБОТЕ ПЕДАГОГА

Тонизирующая – П. И. Чайковский «Времена года. Апрель», Э. Григ «Утро», И.- С. Бах «Шутка», И. Штраус «Вальс №2»

Активизирующая – М. Равель «Болеро», П. Чайковский «Вальс цветов», В. А. Моцарт «Турецкий марш», « Маленькая ночная серенада», колокольные звоны.

Организующая – А. Вивальди «Времена года. Весна», Ф. Шуберт «Музыкальный момент», И. Бах– Гуно «Ария».

Релаксирующая – Дебюсси «Облака», Бородин «Струнный квартет № 2», Д. Шостакович «Вальс» из к)ф «Овод»

Успокаивающая – звуки природы (шум моря, леса, грозы, шелест листвы и др.), М. Глинка «Жаворонок», Ф. Шуберт»Серенада».

*Достоинства
музыкотерапии являются:*

1. Абсолютная безвредность;
2. Легкость и простота применения;
3. Возможность контроля;
4. Уменьшение необходимости применения других лечебных методик, более нагрузочных и отнимающих больше времени;



«Благодаря музыке в человеке пробуждается представление о возвышенном, величественном, прекрасном не только в окружающем мире, но и в самом себе».

В. А. Сухомлинский.