***Использование оздоровительных возможностей музыки в дошкольном образовании***

***Г.Н. Ахтямова,***

***преподаватель музыкальных дисциплин***

***ГОУ Педагогический колледж №18 «Митино»***

Анализ состояния здоровья дошкольников в современном мире показывает, что с каждым годом увеличивается число детей с нарушением психоэмоциональной сферы, характеризующейся повышенной возбудимостью, агрессией, тревожностью, страхами, неуравновешенностью в поведении, импульсивностью действий.

Необходимо отметить, что эмоции в жизни человека играют важную роль. Психологический комфорт и эмоциональное благополучие являются основами успешного развития и здоровья ребенка. Известно, что нервная система ребенка необычайно восприимчива к внешним воздействиям окружающей среды. Нарушения в эмоциональной сфере влекут серьезные изменения в поведении, снижают иммунитет, способствуют росту числа психосоматических заболеваний. Высокие интеллектуальные и эмоциональные нагрузки в раннем возрасте, недостаток двигательной активности, экологические, социальные, наследственные факторы негативно влияют на состояние здоровья детей и заставляют не только врачей, но и педагогов, психологов, ученых искать новые пути его сохранения и развития.

Одним из эффективных методов воздействия на эмоциональную сферу детей дошкольного возраста, способствующих оздоровлению всего организма, является музыка. Как эмоциональный вид искусства, музыка может наиболее полно отражать чувства ребенка, быть созвучной его настроению, характеру внутренних переживаний.

В наше время музыкальное воспитание детей дошкольного возраста имеет ярко выраженную эстетическую направленность. Большой вклад в разработку проблемы психологии восприятия музыки внесли теоретики музыкального искусства (Б.В. Асафьев, Е.В. Назайкинский, Ю.Н. Тюлин, Л.А. Мазель, В.В. Медушевский), психологи (С.Н. Беляева-Экземплярская, М.В. Блинова, Б.М. Теплов), педагоги (Ю.Б. Алиев, В.К. Белобородова, Н.А. Ветлугина, О.П. Радынова). Однако рост числа заболеваний детей, имеющих отклонения в развитии, современные научные знания, интересный практический опыт позволяют рассматривать музыкальное искусство не только с эстетических позиций, но и как универсальное средство психологической коррекции и гармонизации эмоционально-волевой сферы личности ребенка. В России положительному влиянию музыки посвящены исследования В.М. Бехтерева, Л.С. Брусиловского, И.М. Гриневой, В.И. Петрушина, С.В. Шушарджана и многих других.

Музыкотерапия, как метод коррекции психоэмоциональных нарушений детей раннего возраста, мало используется в учреждениях дошкольного образования. Несмотря на то, что накоплен тысячелетний опыт положительного воздействия музыки на человеческий организм, эта область психологической науки не достаточно широко исследована в педагогике. До недавнего времени музыкотерапия, как одно из направлений арттерапии, наибольшее применение получила в музыкальной психологии и медицине.

Необходимо отметить, что в данной области не хватает специалистов, имеющих музыкальное, психологическое и медицинское образование, а так же программ по формированию и укреплению здоровья детей дошкольного возраста средствами музыки. Решением проблемы на наш взгляд послужила бы программа дополнительного образования «Особенности воздействия музыки на здоровье и психологию поведения детей дошкольного возраста», разработанная для студентов дошкольного отделения педагогического колледжа, которая помогла бы будущим воспитателям эффективно использовать методы музыкотерапии в работе с детьми. Кроме того, данная программа явилась бы дополнением к курсу методики музыки, сокращенной в связи с принятием новых стандартов образования, позволила бы по-иному освятить вопросы музыкального развития и воспитания детей дошкольного возраста в свете современных тенденций образования. Программа предполагает наличие у студентов знаний в области психологии, возрастной анатомии и физиологии, методики физического воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста. Она включает в себя следующие разделы: история становления и развития музыкотерапии; особенности воздействия музыки на человеческий организм; использование музыкальных технологий в образовательной среде, психофизиологические особенности восприятия музыки у детей дошкольного возраста; музыкотерапия – эффективное средство оздоровления детей с ограниченными возможностями развития; факторы негативного воздействия музыки на здоровье ребенка.

Музыкотерапия, как новый метод оздоровления и развития детей дошкольного возраста, имеет широкие возможности применения. Она охватывает все виды музыкальной деятельности ребенка в детском саду: слушание музыки, пение, игру на музыкальных инструментах, ритмопластику, музыкально-театрализованную деятельность. Так, пение улучшает дыхание, развивает речь, голосовой аппарат ребенка, формирует навыки общения; игра на музыкальных инструментах улучшает мелкую моторику пальцев, развивает целый комплекс музыкальных и общих способностей; занятия ритмопластикой улучшают осанку ребенка, координацию движений, развивают чувство ритма, укрепляют физически; музыкально-театрализованная деятельность помогает раскрепоститься, дает выход эмоциям, формирует творческие навыки. Кроме того, музыкотерапия успешно может применяться в логопедии для развития у ребенка слухового внимания, чувства ритма, коммуникативных навыков, общей и артикуляционной моторики. Важную роль приобретает музыка в физкультурно-оздоровительной работе детского сада, так как правильно подобранное музыкальное сопровождение, учитывающее эмоционально-возрастные особенности восприятия, способствует укреплению не только физического, но и психического здоровья детей. Эффективность метода использования музыкотерапии в детском саду отражается в проведении режимных моментов: динамических пауз, засыпания, пробуждения и т.д. Все вышеперечисленные виды деятельности влияют на интеллектуальное развитие ребенка, улучшают работу мозга, развивают внимание, память, снимают эмоциональное напряжение, поднимают настроение, дают заряд бодрости и энергии. В последнее время музыкотерапия получила признание и как один из наиболее эффективных инновационных методов в коррекционной работе с детьми, имеющими отклонения в развитии. Музыка помогает детям, страдающим аутизмом, заболеванием центральной нервной системы, в реабилитации и обеспечении социальной адаптации детей со сложной структурой дефекта.

Следует отметить, что музыкальное искусство может оказывать и негативное воздействие на здоровье ребенка. К факторам такого воздействия исследователи относят чрезмерную громкость звучания музыки, использование в музыкальных произведениях низкочастотных и диссонирующих звуков, рок-музыку. Нередко молодые педагоги на занятиях с детьми ритмопластикой, современными танцами или молодые родители дома используют записи популярных групп, не учитывающие психологические особенности детского восприятия, действующие разрушительно на нервную систему ребенка.

В связи с этим, актуальным становится вопрос о дополнительной подготовке специалистов детских дошкольных учреждений в области здоровьясбережения с использованием универсальных оздоровительных возможностей музыки. Современные знания в этой области, учитывающие возрастные психологические особенности восприятия музыки детьми дошкольного возраста, позволили бы педагогам дошкольных учреждений успешно решать воспитательные и оздоровительные задачи в учебно-практической деятельности и оказывать консультативную помощь родителям в рамках профессиональной компетенции.

Литература:

1. Бочкарев Л.Л. Психология музыкальной деятельности. – М.: Издательский дом «Классика-XXI», 2008. – 352 с.
2. Вагина Н. Оздоровительная функция музыки как составляющая системы музыкального воспитания дошкольников // Дошкольное воспитание. – М., №3, 2010.
3. Ноженко Т.Г. Музыкотерапия в коррекционной работе с детьми раннего возраста // Музыкальная психология и психотерапия. - №3, 2007.// http://www/health-music-psy.ru
4. Петрушин В.И. Музыкальная психология: Учебное пособие для вузов. – 3-е изд. – М.: Академический Проект; Гаудеамус, 2009. – 400 с.