***Музыкотерапия в физическом воспитании дошкольника.***

1. Музыкальные занятия укрепляют здоровье детей и относятся к оздоровительным занятиям.

*Интегрируясь с образовательной областью «Физическое развитие»,  музыкальное воспитание подразумевает задачи развития таких физических качеств, как  координация и гибкость; развитие равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики обеих рук; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере.*

*Музыкально-двигательная активность, игра на детских музыкальных инструментах  , музыкально-пальчиковые игры, организованные на музыкальных занятиях развивают у ребёнка физические качества, моторику и двигательные способности*

*Иногда, присутствуя на музыкальных занятиях , наблюдаю за детьми. Все они разные: иногда грустные, иногда немного агрессивные, с непредсказуемым поведением. Услышав первые аккорды музыки, они преображаются: замирают, вслушиваются, успокаиваются. Контакт с детьми в такой ситуации значительно  улучшается, создавая предпосылки для дальнейших педагогических воздействий.  Такое же мощное положительное влияние оказывает музыка и на здоровье детей – дошкольников.*

*Одним из интереснейших и перспективных направлений применения музыки в   ДОУ является музыкотерапия, под которой подразумевается создание такого музыкального занятия и подбора репертуара, который наиболее  эффективно способствовал бы коррекции психофизического статуса детей, имеющих те или иные проблемы в развитии, в процессе их двигательно-игровой деятельности. Это направление носит так же и профилактическую направленность и может широко применяться в работе со здоровыми детьми. Пока можно обозначить лишь несколько методических аспектов музыкотерапии:****Гармонизация степени возбуждения центральной нервной деятельности у детей****.                                                              а*/ заторможенные*малыши с вялыми двигательными проявлениями нуждаются в соответствующей*стимулирующей музыке,*которая повышала бы генерацию возбуждения в коре головного  мозга ребёнка и стимулировала  таким образом его общий жизненной тонус. Для таких детей можно рекомендовать произведения подвижного, быстрого темпа. Однако, стимулирующий аккомпанемент должен применяться периодически, в соответствующих двигательно-игровых ситуациях;*

*б*/ возбуждённые*дети, наоборот, нуждаются в периодическом прослушивании музыкальных композиций с умеренным, медленным темпом, снижающих общее гипер возбуждённое состояние коры головного мозга;                                                                                                                                                 в/*дистонический тип*представлен детьми, у которых в течении дня может происходить резкая смена состояния нервной системы: от выраженной агрессии – до полнейшей апатии. Таким малышам требуется стабилизирующая музыка* умеренного*характера с акцентами, повторяющимися через равные интервалы, и с одинаковым уровнем громкости звучания.*

*Конечно, следует признать, что такое деление музыки  на  стимулирующую, успокаивающую и стабилизирующую в определённой степени условно. Разнообразие встречающихся типов поведения детей невозможно заранее предусмотреть. Очень многое зависит от конкретного состояния ребёнка в конкретный  момент и от умелых методических действий творчески работающего педагога.*

*Терапевтический эффект музыки может быть в значительной мере усилен, если применять словесный комментарий определённой музыкальной композиции, вызывающий соответствующие ассоциации у детей в конкретной двигательно-игровой ситуации.*

*По результатам исследований учёные выяснили, что на работу мышц существенное влияние оказывает музыка. Мышечная деятельность усиливается, если началу работы предшествует прослушивание разнообразных произведений. В большинстве случаев мажорные аккорды усиливают работу мышц, минорные ослабляют.  Картина меняется, когда музыку слушает утомлённый человек. В.М.Бехтерев активно пропагандировал музыку как средство борьбы с переутомлением. Учёный утверждал, что наиболее сильный и ярко выраженный эффект даёт однородная по характеру музыка П.И.Чайковского «Времена года». Наблюдение за пловцами, хоккеистами, борцами показали, что прослушивание музыки во время тренировки благоприятно действует на организм спортсменов, они меньше устают и выполняют больший объём тренировочной нагрузки, чем без   музыкального сопровождения. Успокаивающие и нежные мелодии, такие как ноктюрн Шопена «Утро» и «Первая соната»  Грига, «Осенняя песня» П.И.Чайковского и др. способствуют быстрому восстановлению работоспособности.*

*Большое значение при оздоровлении детей придаётся развитию правильного  дыхания, что способствует развитию лёгких и достаточному обогащению крови кислородом. Особенно умение правильно дышать важно в пении, в том числе и хоровом. Есть такие данные, когда здоровые дети поют хором и с ними поёт ребёнок на начальной стадии заболевания, у него активизируются защитные силы организма и он легче переносит заболевание и быстрее выздоравливает. Учёные считают, что внутреннее  состояние больного ребёнка настраивается на волну здорового и, тем самым оздоравливается. На музыкальных занятиях можно давать детям, кроме запланированных, и такое упражнение   «Полёт Бабы –Яги».*

*Но, как мы с вами знаем, «В здоровом теле здоровый дух». Так вот, музыка -  важнейшее средство воспитания «здорового духа». Как гимнастика выпрямляет тело человека, так музыка выпрямляет душу человека.*

*В.А.Сухомлинский, в своей работе «О воспитании» писал об этом так,  «Музыка – воображение – фантазия – творчество – такова дорожка по которой ребёнок развивает свои духовные силы».*

***Литература:****Н.Ефименко. «Театр физического развития и оздоровления  детей дошкольного и младшего школьного возраста»;                                                                                        В.А.Сухомлинский  «О воспитании»;                                                                                                                            Материалы из журналов «Физкультура и спорт»;  «Справочник музыкального руководителя»*