

Мастер-класс «Обеспечение эмоционального благополучия дошкольников в музыкальной деятельности»

Галсанова.О.В.

Одной из главных задач ФГОС дошкольного образования является охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.

Показатели эмоционального благополучия :

- физическое здоровье;
- самореализация в деятельности, которая основана на активности и позволяет пережить *«гордость за достижения»*;
- наличие референтного круга общения, в котором ребенок получает признание своей личности и достижений со стороны сверстников и взрослых;
- адекватно высокая самооценка, обеспечивающая ребенку самоуважение.

Для психологического настроения предлагаю короткую притчу:

«Жил мудрец, который знал все. Один человек захотел доказать, что мудрец знает не все. Зажав в ладонях бабочку, он спросил: *«Мертвая она или живая?»*. А сам думает: *«Скажет живая – я ее умерщвлю, скажет мертвая – выпущу»*. Мудрец, подумав, ответил: *«Все в твоих руках»*.

Вот так и в наших руках возможность создать в детском саду такую атмосферу, в которой дети будут чувствовать себя спокойно, тепло и уютно, комфортно.

Роль музыкального руководителя в создании условий для эмоционального благополучия дошкольников очень важна. Поэтому, музыкальному руководителю необходимо создавать благоприятные условия, предоставляя своим воспитанникам простор для дальнейшей творческой самореализации.

Учитывая то, что в ФГОС закреплён игровой характер обучения, нужно использовать в работе больше игровых методических приёмов. Также педагог должен применять разнообразные технологии, методы и приёмы, в том числе и инновационные. Конечно же, речь музыкального руководителя в общении с детьми должна быть вдохновенна и выразительна.

В настоящее время для педагогов остро встала проблема роста количества детей дошкольного возраста с нарушениями в поведении, а также в психическом и физическом развитии. Многие ищут новые нетрадиционные методы педагогической помощи детям. Одним из таких методов является музыкотерапия.

Музыкотерапия – это метод, использующий музыку в качестве средства коррекции эмоциональных отклонений, страхов, двигательных и речевых расстройств, отклонений в поведении, при коммуникативных затруднениях.

Слово “музыка” мы слышим каждый день. А знаете ли вы, как произошло данное слово? Оно происходит от греческого корня (*мюзе*). Специалисты по мифологии говорят, что девять муз, небесных сестер, правящих пением, поэзией, искусствами и наукой, были рождены от Зевса и Мнемозины, богини памяти. Таким образом, музыка – это дитя естественной любви, обладающая грацией, красотой и необычными целебными свойствами, которые неразрывно и изначально связаны с божественным порядком и памятью о нашей сути и судьбе. Именно музыка, с ее удивительными свойствами регулировать эмоциональное и душевное состояние, призвана помочь преодолеть ощущение дискомфорта: неуверенность, растерянность, страх, боязнь чего.

Я предлагаю вам на некоторое время представить себя детьми и на себе почувствовать, как в играх, упражнениях вы отвлечётесь от бремени взрослой суеты, как поднимется ваше настроение, уйдёт усталость. Для начала я предлагаю каждому из Вас оценить свое эмоциональное состояние.

Оказывается, каждое настроение имеет свой цвет. Посмотрите – у меня есть разноцветные лепестки, разложенные по кругу. Получился цветик-восьмицветик – цветок настроений. Каждый лепесток – разное настроение:

красный – бодрое, активное настроение – хочется прыгать, бегать, играть в подвижные игры;

желтый – веселое настроение – хочется радоваться всему;

зеленый – общительное настроение – хочется дружить с другими людьми, разговаривать, общаться с ними;

синий – спокойное настроение – хочется спокойно подумать, послушать, почитать интересную книгу, посмотреть в окно;

малиновый – мне трудно понять свое настроение, и не слишком хорошее, и не слишком плохое;

серый – скучное настроение – не знаю чем заняться;

коричневый – сердитое настроение – я злюсь, я обижен;

черный – грустное настроение – мне грустно, я расстроен

Мы отправим мячик по кругу, и каждый из вас скажет, какого цвета сейчас его настроение. Я начну, а вы продолжите. (*Педагоги обозначают цветом свое настроение*). Спасибо, мне очень приятно, что у многих из Вас сейчас хорошее настроение! А тем, у кого оно не очень хорошее, мы сейчас поможем.

Чтобы повысить эмоциональное состояние, существует такой метод активной музыкотерапии – как улыбокотерапия. Она направлена на снижение эмоционального дискомфорта, страха, агрессивности, замкнутости, адаптацию к окружающей среде. Очень важна улыбка воспитателя и улыбка самого ребенка. Если ребенок поет и улыбается, то за счет этого звук

становится светлым, чистым и свободным. Постепенно эти качества переходят и на личность ребенка в результате постоянной тренировки улыбки. Вскоре улыбка внешняя становится улыбкой внутренней и ребенок уже с ней смотрит на мир и на людей. Предлагаю вам поучаствовать в Улыбкотерапии:

Ход игры: Хочу вам предложить повторить движения со словами: «Светит солнышко в окошко, а глазки наши, как лучики солнца посмотрели друг на друга, улыбнулись. Правую руку положили на сердечко, послушали, как оно стучит, и собрали в кулачок солнечные лучики и отдали другу».

А вот как при помощи мимики и жестов можно развеселить ребят. Дети повторяют вслед педагогом (*куклой, Клоуном*) движения:

1. Указательным пальцем нажимают на кончик носа;
2. Растягивают уголки губ;
3. Ладонью одной руки машут из-за головы, другой чешут кончик носа;
4. Показывают длинный нос, как у Буратино.
5. Изображают смешное лицо обезьян

Вот мы с вами эмоционально настроились, и теперь я предлагаю продолжить наше общение.

Обычно вводная часть музыкального занятия – это различные музыкально-двигательные упражнения. Например, использование пантомимических заданий. Такие ритмические упражнения помогают развивать внутренний слух у детей.

1. Упражнение «Сказочные человечки»

Участники игры двигаются ритмично под музыку изображая :

а) деревянных человечков, как Буратино двигают руками, ногами - на шарнирах;

б) человечков стеклянных - идут осторожно, на носочках, боятся «разбиться»;

в) веревочных человечков - расслабленные мышцы рук, ног, головы, руки двигаются хаотично;

г) человечков чугунных, тяжело переступая, напряженно, медленно, суставы неподвижны.

Часто в начале занятия, или, наоборот, в конце, в зависимости от формы занятия, можно использовать логоритмические упражнения, которые сочетают в себе речь, движение и музыку. Они способствуют формированию моторики, укрепляют у детей костно-мышечный аппарат, улучшают осанку, походку, грацию движений.

2. Упражнение «Сороконожка»

Выстраиваемся в колонну, кладем руки друг другу на плечи, изображая сороконожку. Движения выполняем в ритме стихотворения.

"Шла сороконожка (*дети идут ритмичным шагом, слегка пружиня*)

По сухой дорожке.

Вдруг закапал дождик: кап (*дети останавливаются, слегка приседаем*)

- Ой, промокнут сорок лап! Насморк мне не нужен,

(*идем высоко поднимая колени, будто шагая через лужи*)

Обойду я лужи! Грязи в дом не принесу,

(*останавливаемся, трясем одной ногой*)

Каждой лапкой потрясу! И потопаю потом, (*топаем ногами*)

Ой, какой от лапок гром!

3.«Ритмотерапия»

Метод ритмотерапии включает музыкально-ритмические упражнения, направленные на профилактику, укрепление и сохранение правильной осанки, развитие гибкости. Издавна музыкально-ритмические движения считаются одним из лучших средств профилактики и устранения психоэмоционального напряжения. Танец, мимика и жест, как и музыка – древнейшие способы выразить чувства и переживания. А теперь проведём разминку всех частей тела.

Музыкальная разминка

4. Звучащие жесты

Также используются звучащие жесты (хлопки, щелчки, шлепки, притопы, при этом у детей вырабатывается быстрота реакции, внимание, умение действовать коллективно, развивается координация движений).

Описание: Звучит полька «Добрый жук». На каждую фразу поочередно выполняем ритмические движения, звучащие жесты: а)хлопок; б)шлепок по коленям; в)притоп; г)два пальчика над головой.

Способствует укреплению целостной картины здоровья дошкольников и слушание музыки, ее восприятие.

5. Активный прием слушания музыки “Эффект Моцарта”

Многочисленные исследования ученых, медиков и психологов всего мира доказывают, что музыка Моцарта оказывает на людей самое сильное оздоровительное воздействие. Моцарт – “самый подходящий” композитор для малышей. Существует даже такой термин “Эффект Моцарта”. Он заключается в том, что дети, слушающие Моцарта, становятся умнее, повышается интеллектуальный уровень детей, усиливается мозговая активность, что положительно сказывается на их психике и творческих способностях. Даже после 5-минутного музыкального сеанса заметно

увеличивается концентрация внимания, сосредоточенность. Как отмечают ведущие сурдологи (*специалисты по дефектам слуха*) и логопеды мира, использование музыки также важно и для коррекции речи у детей и развития их способности к коммуникации.

Двойной эффект приносит использование звукового сопровождения – игра на колокольчиках во время прослушивания музыкальных произведений В. А. Моцарта, помогает зонировать окружающее пространство, т. е. очищает пространство от болезнетворных бактерий. Было проведено много исследований колокольного звона, по результатам которых ученые сделали вывод о том, что в пространстве колокола порождается положительная энергия. Колокольный звон помогает детям восстановить эмоциональное равновесие, снять состояние депрессии, восстановить крепкий и спокойный сон.

6. Поэтическое музицирование – «Сказочка-шумелочка»

Шла красавица Весна (*металлофон*)

Торопилась, потому что пришло время будить Солнышко (*металлофон*)

Уж она к Солнышку и так (*колокольчик*) и так (*колокольчик*).

Разозлилась Весна и серьезно стала будить Солнышко (*бубен*)

Подхватило перепуганное Солнышко и давай будить спящего скворца (*треугольник*)

Запел веселый скворец (*свистулька*) и разбудил братьев Зайцев-трусешек. Переглянулись они и побежали гулять по лесу (*ксилофон*)

Бежали они бежали, устали, сели на пенек передохнуть, а Дятел на суку как застучит (*молоточек*).

Испугались Зайцы и бросились наутек (*трещотки*)

На столах имеются фломастеры и безликие маски. Я хочу в заключении нашего общения предложить вам, уважаемые педагоги, дорисовать маски так, чтобы она отражала впечатление от того, что вы узнали на мастер-классе.

Наша память сохраняет: 10% из того, что мы слышим.

50% из того, что мы видим, 90% из того, что мы делаем

А мне остаётся только поблагодарить Вас за внимание и за работу.

Вы прекрасно потрудились, будьте всегда здоровы! Вы и я желаю здоровья вашим воспитанникам и детям! Спасибо за внимание!