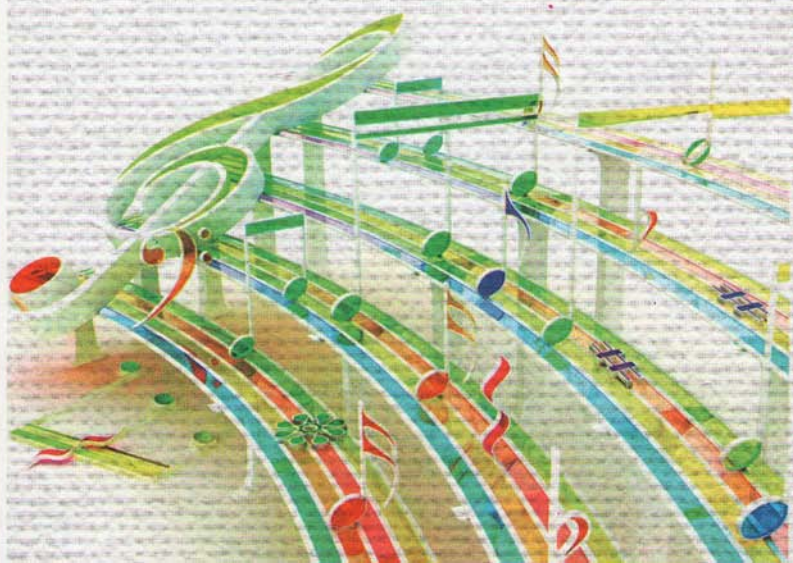


СХВАЛЕНО
ДЛЯ ВИКОРИСТАННЯ В ДОШКІЛЬНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ

ПРОГРАМА

ОЗДОРОВЧО-ОСВІТНЬОЇ РОБОТИ
З ДІТЬМИ
СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

ВЕСЕЛКОВА МУЗИКОТЕРАПІЯ



Ірина Малашевська, Світлана Демидова

Програма
оздоровчо-освітньої роботи
з дітьми старшого дошкільного віку
“ВЕСЕЛКОВА МУЗИКОТЕРАПІЯ”

*Схвалено для використання
в дошкільних навчальних закладах*



Тернопіль
“Мандрівець”
2015

УДК 373.2.016

ББК 74.100.5

М18

Схвалено для використання в дошкільних навчальних закладах комісією з дошкільної педагогіки та психології Науково-методичної ради з питань освіти Міністерства освіти та науки України (лист ПТЗО від 25.02.2015 №14.1/12-Г-54)

Рецензенти:

Г. І. Побережна – професор кафедри теорії та історії музики Інституту мистецтв НПУ імені М. П. Драгоманова, доктор мистецтвознавства;

Н. В. Тарапака – завідувач кафедри дошкільної та початкової освіти комунального закладу “Кіровоградський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти імені Василя Сухомлинського”, кандидат педагогічних наук, доцент.

Автори:

І. А. Малашевська – кандидат педагогічних наук, доцент, докторант Інституту мистецтв НПУ імені М. П. Драгоманова, керівник гуртка “Музикотерапія” у ДНЗ № 9 “Сонечко”, м. Переяслав-Хмельницький;

С. К. Демидова – музичний керівник, вихователь-методист ДНЗ (ясел-садка) № 73 “Червона квіточка” комбінованого типу, м. Кіровоград.

Малашевська І. А.

М18 Програма оздоровчо-освітньої роботи з дітьми старшого дошкільного віку “Веселкова музикотерапія” / І. А. Малашевська, С. К. Демидова. — Тернопіль: Мандрівець, 2015. — 44 с.

ISBN 978-966-634-860-2

Програма та методичні рекомендації “Веселкова музикотерапія: оздоровчо-освітня робота з дітьми старшого дошкільного віку” створена для використання в освітньому процесі сучасних дошкільних і позашкільних навчальних закладів у роботі зі здоровими дітьми (зادля гармонізації емоційно-психофізіологічних станів та підсилення розвитку їх музикальності), а також з дітьми, які мають незначні емоційно-психологічні розлади (з метою усунення неврозів, страхів, комплексів, проблемної поведінки, внутрішніх конфліктів тощо). Зміст програми може бути використаний як базовий для проведення гурткової роботи зі старшими дошкільниками.

УДК 373.2.016

ББК 74.100.5

Всі права застережені
All rights reserved
ISBN 978-966-634-860-2

© І. Малашевська, С. Демидова, 2015
© ТОВ “Мандрівець”, 2015

ЗМІСТ

Вступ	4
-------------	---

РОЗДІЛ 1

Парціальна програма “Веселкова музикотерапія: оздоровчо-освітня робота з дітьми старшого дошкільного віку”	5
1.1. Пояснювальна записка	5
1.2. Зміст програми	11

РОЗДІЛ 2

Методичні рекомендації	20
2.1. Теоретична частина	20
2.2. Зразки конспектів занять	30
2.3. Рекомендована музика до різних видів музикотерапевтичної діяльності	38
Список використаних джерел	41

Вступ

В умовах сучасного розвитку суспільства особливої актуальності набуває одне з головних завдань національної освіти – “збереження та зміцнення фізичного, психічного та духовного здоров’я підрастаючого покоління” /Закон України “Про дошкільну освіту”/ [3, с. 1].

У нинішньому світі, що стрімко розвивається та змінюється, постійно переживаючи соціальні та природні катаклізми, першочергової уваги потребує піклування про здоров’я маленьких дітей. Адже всі негаразди сьогодення можуть негативно відбитися на їхньому житті і призвести до невиправних наслідків у майбутньому.

Сучасні діти перенасичені негативною інформацією, позбавлені теплого спілкування з дорослими та однолітками. Багато з них просто не можуть витримати нервово-психічних навантажень удома та в дитячому садку. Нерідко дитяча нервова система не встигає адаптуватися до шаленого темпу і ритму нашого життя. Звідси – неспокій, нервовість, гіперактивність, погіршення продуктивної діяльності, виникнення психосоматичних хвороб.

Сьогодні, як ніколи, особливої актуальності набувають заходи зі створення нових ефективних методів реабілітації та профілактики, нетрадиційних підходів, що підвищують резервні можливості організму дитини. Тобто, очевидно постає необхідність упровадження в навчально-виховний процес різних **здоров’я-підтримувальних** технологій, серед яких заслуговує на увагу нова галузь психолого-педагогічного напрямку під назвою “музикотерапія”. У перекладі з грецької термін “**музикотерапія**” означає “зцілення музикою”. У контексті дошкільної освіти ми розглядаємо це поняття не в буквальному клінічному значенні, а як ефективний засіб моделювання й корекції внутрішнього стану дитини, розкриття її природного потенціалу. Окрім того, в педагогічному сенсі, музикотерапія може бути дієвою допомогою в оптимізації навчально-виховної роботи, спрямованої на формування та розвиток особливої новітньої психокультури, яка в майбутньому, на думку вчених, дасть людству шанс на виживання й розквіт.

“Музика, як носій сакральної інформації, і музична терапія, як могутній інструмент впливу, спроможні допомогти людині згармонізувати себе і свої стосунки зі світом... Саме поєднання педагогічних, психотерапевтичних методів з керованим музичним впливом може зробити переворот у долі як окремої людини, так і суспільства загалом” /Г. Побережна/ [7, с. 88].

РОЗДІЛ 1

ПАРЦІАЛЬНА ПРОГРАМА “ВЕСЕЛКОВА МУЗИКОТЕРАПІЯ: ОЗДОРОВЧО-ОСВІТНЯ РОБОТА З ДІТЬМИ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ”

1.1. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

В єдиній національній системі безперервної освіти пріоритетного значення набуває процес повноцінного розвитку та становлення життєво компетентної творчої особистості, максимального розкриття її природного потенціалу та задатків. Починається цей процес із першої ланки – освіти для найменших – дошкільної освіти.

Дошкільний період є особливо важливим і визначальним у процесі особистісного зростання, бо створює підґрунтя для динамічних змін у подальшому онтогенезі людини. У Законі України “Про дошкільну освіту” зазначено: “Дошкільний вік – базовий етап фізичного, психологічного та соціального становлення особистості дитини” [3, с. 1]. Саме цей період науковці порівнюють із закладенням фундаменту в зведенні будівлі, від якості та надійності якого залежатиме вся краса і велич майбутньої споруди.

“В умовах глобалізаційних змін на часі модернізація змісту дошкільної освіти, гуманізація її цілей та принципів, переорієнтація на *розвиток особистості дитини* як основний ресурс, що визначає поступальний рух суспільства” – наголошено у Базовому компоненті дошкільної освіти України [1, с. 4].

Але необхідно зазначити, що численні неконтрольовані чинники інформаційно-звукового, соціально-культурного, політично-економічного напрямів сучасності заважають втіленню у життя стратегічної ідеї національної освіти – виховання вільної, гармонійної, самодостатньої і, головне, здорової людини. Неусвідомлено надмірне перебування дитини у потоці інформаційного негативу, що лине з екранів телевізорів та у розмовах дорослих, здійснює, на жаль, свій шкідливий руйнівний вплив. Дисгармонія та внутрішнє напруження, які є причиною багатьох хвороб, все частіше стають характерними переживаннями сучасних дітей і становлять суттєву перешкоду їх повноцінному розвитку.

“Увага педагога має спрямовуватися на головні лінії розвитку фізичного та морально-духовного здоров’я, особистісних цінностей

як своєрідного внутрішнього стрижня, ціннісної етичної орієнтації з формування навичок практичного життя, емоційної сприйнятливості та сприяння розвитку індивідуальності дитини” /*Базовий компонент дошкільної освіти України*/ [1, с. 7].

Тож в умовах соціально-політичних негараздів сучасного українського суспільства постає необхідність пошуку додаткових видів освітньої діяльності оздоровчо-профілактичного спрямування, що допоможуть захистити дитину від шкідливого впливу сьогодення, пробудять захисні механізми, закладуть основу формування її внутрішнього стрижня – психокультури.

Одним із дієвих помічників у становленні та розвитку психокультури особистості є МУЗИКА. Адже саме вона є найкращим вихователем, бо здатна цілеспрямовано та гармонійно формувати психіку людини з раннього віку. А здорова психіка є запорукою здоров'я – стану повного фізичного, духовного та соціального благополуччя.

У системі вітчизняної дошкільної освіти чимало уваги приділяється музично-естетичному вихованню. У Базовому компоненті дошкільної освіти України серед основних освітніх ліній визначена лінія “Дитина у світі культури”. Її зміст спрямовано на формування у дітей емоційно-ціннісного ставлення до мистецтва та світу зокрема. Розділ “Музика” є обов’язковим у всіх чинних навчальних програмах, оскільки музична діяльність емоційно забарвлює, збагачує дитячі знання та життєвий досвід, впливає на формування загальної культури, сприяє розвитку естетичних почуттів, відкриває простір для творчої самореалізації дитини.

Однак, аналізуючи реальний стан музично-естетичного навчання та виховання у системі дошкільної освіти, доводиться констатувати низку суперечностей між теорією та практикою. Не секрет, що й досі, як не прикро, в багатьох дошкільних закладах ще діє концертно-показова модель музичного виховання, де мають місце безкінечні репетиції, де від маленьких дітей вимагають справжньої дорослої акторської майстерності. Тож у повсякденні, зазвичай, педагоги просто підбирають музичний репертуар і розучують його з дітьми до чергового показового виступу. Такий “перегин” у бік підготовки дошкільників до концертно-розважального свята (шоу) для дорослих порушує головне завдання музичної діяльності – гармонізацію емоційної сфери, яка відіграє важливу роль у становленні особистості, розвитку її вищих психічних функцій, регуляції поведінки, формуванні духовної культури.

Вивчаючи розробки науковців і враховуючи практичні надбаня, ми дійшли висновку, що музика і музична діяльність мають потужний вплив на внутрішній світ дитини, перетворюють його, формують якості, необхідні для подальшого успішного повноцінного життя. Оскільки музичне мистецтво є носієм універсальних законів гармонії, воно може бути ефективно використане для **зміцнення** фізичного здоров'я, **гармонізації** емоційних станів і **моделювання** поведінки дитини, а також **активізації** її творчого потенціалу. Крім того, засоби музикотерапії можуть допомогти у розв'язанні проблеми **стимуляції** саморозвитку та самовдосконалення особистості. Адже музика, сама будучи “моделлю людських емоцій” /В. Медушевський/ [20, с. 78], “робить те, що іншим мистецтвам не під силу” /К. Орф/ [18, с. 176].

Отже, одним із шляхів вирішення окреслених питань ми вбачаємо у розробці парціальної програми **“Веселкова музикотерапія: оздоровчо-освітня робота з дітьми старшого дошкільного віку”** та використанні її в освітньому процесі дошкільних і позашкільних навчальних закладів України.

Базовим підґрунтям для створення запропонованої інноваційної програми є синтез досліджень науковців-психологів і багатогранного досвіду вітчизняних і світових прогресивних музичних педагогів. Розробляючи методику музикотерапевтичної роботи з дітьми дошкільного віку, ми спиралися на ідеї “ритмопластичного виховання” Еміля Жак-Далькроза /*Emile Jaques-Dalcroze*/ [14]; елементарного музикування в розвитку творчого начала і самостійності мислення дітей системи Карла Орфа /*Carl Orff*/ [18], органічного взаємозв'язку музики, слова і жесту концепції Йогана Гердера /*Johann Herder*/ [13], важливості значення фольклору, народних ладів і ритмів у дитячому музичному вихованні Бели Бартока /*Bella Bartok*/ [19], пропагування необхідності музики як джерела душевного збагачення й гармонійного виховання Золтана Кодая /*Zoltan Kodaly*/ [24], абсолютної віри в безмежність дитячого потенціалу Шінічі Сузукі /*Shinichi Suzuki*/ [9], музичного навчання *Вальдорфської педагогіки* [23]. А також використовували ідеї чи окремі елементи концепції музично-раціональної психотерапії *В. Петрушина* [21], авторської системи психокоригування *В. Драганчук* [2], методики розвитку та комплексної корекції різних сторін психіки дітей дошкільного та молодшого шкільного віку *М. Чистякової* [27], дослідження *Г. Побережної* про використання музикотерапії у процесі дитячої психокорекції [22].

Структуру програми “**Веселкова музикотерапія: оздоровчо-освітня робота з дітьми старшого дошкільного віку**” складають: пояснювальна записка та безпосередньо зміст програми з окресленням тематичних оздоровчо-освітніх завдань і очікуваних результатів від музикотерапевтичної діяльності.

Зміст програми спрямовано на роботу зі здоровими дітьми задля гармонізації їх емоційно-психофізіологічних станів та підсилення розвитку природних здібностей і задатків, а також рекомендовано для роботи з дітьми, які мають незначні емоційно-психологічні розлади: неврози, страхи, комплекси, проблеми у поведінці, внутрішні конфлікти тощо.

Метою програми є розкриття саногенного потенціалу¹ та розвиток музикальності² дітей старшого дошкільного віку.

Основні завдання програми:

- гармонізація емоційно-почуттєвої та вольової сфер;
- зняття емоційно-психологічного напруження та досягнення катарсису³ у процесі музично-творчої діяльності;
- усунення психофізіологічних блоків, розкріпачення поведінкових утисків;
- розвиток музично-творчих здібностей і задатків;
- формування музичної обізнаності та компетентності;
- розвиток креативності;
- формування мовленнєвої культури та соціальної комунікативності;
- становлення індивідуальної самодостатності.

➤ **Методологічними засадами побудови змісту програми є такі підходи:**

- *саногенний* – оздоровлення через розкриття резервних й адаптивних можливостей дитячого організму;

¹ **Саногенний (оздоровчий) потенціал** – резервні й адаптивні можливості організму, що ототожнюються з ресурсами опірності, стійкості до стресу, позитивними емоціями та мисленням.

² **Музикальність** як комплекс здібностей, що дозволяє дитині активно проявляти себе в усіх видах музичної діяльності: сприйманні, оцінюванні, творчості.

³ **Катарсис** (грецькою *κάθαρσις* – окрилення, очищення, оздоровлення) – вивільнення психічної енергії, емоційна розрядка, що сприяє зменшенню або зняттю тривоги, неспокою, дискомфорту.

- *комплементарний* – взаємодоповнення освітніх та оздоровчих цілей і завдань;
- *гедоністичний* – отримання радості та задоволення від навчально-музичного процесу;
- *аксіологічний* – забезпечення ціннісних орієнтирів стосовно музичного мистецтва;
- *комунікативний* – спрямування на оптимізацію комунікативної сфери дитини, формування особистісної розкритості та самодостатності, забезпечення довірливих стосунків між педагогом (музичним керівником) та дітьми;
- *соціокультурний* – формування почуття власної гідності та самоповаги, усвідомлення індивідуальної значущості себе та інших;
- *інтроспективний* – зумовленість розвитку основ самопізнання, самоусвідомлення, самозаглиблення тощо.

Розробка парціальної програми “Веселкова музикотерапія: оздоровчо-освітня діяльність дітей старшого дошкільного віку” ґрунтується на таких **принципах**:

- *науковості*, що потребує відповідності музичної освіти дошкільників останнім науковим дослідженням і відкриттям у галузі музикотерапії;
- *особистісної спрямованості*, що полягає в організації навчальної діяльності дітей на основі поєднання самостійності та операційно-технічної активності, розвитку особистісного ставлення до себе, діяльності та світу;
- *гуманізації та гуманітаризації* системи музичної освіти, який передбачає створення емоційно-стимулювального навчального середовища, заохочення ініціативи дітей, відмову від авторитарної педагогіки й педагогічного тиску на дітей;
- *інтеграції*, який органічно поєднує музичне навчання з процесом збереження та зміцнення фізичного, психічного та духовного здоров’я дошкільників.

➤ **Організація освітнього процесу**

Для впровадження музикотерапії в педагогічний процес дошкільного та позашкільного навчального закладу доцільно проводити **гурткову роботу** з дітьми старшого дошкільного віку.

Музикотерапевтичні заняття рекомендується проводити у просторому приміщенні (музичній або спортивній залі чи великій кімнаті) з регульованим освітленням. Педагогові необхідно мати достатній арсенал музичних інструментів (фортепіано, народних,

елементарних дитячих, шумових, саморобних) і самому вміти добре грати на них. Наявність сучасної техніки (аудіо- та відеоапаратури) та ретельно підбраної фонотеки є запорукою вдалого музичного супроводу, а різноманітність дидактичних матеріалів та іграшок – дієва допомога в підтримці улюбленої дітьми ігрової атмосфери.

Рекомендована форма організації занять – групова. Кількість дітей у групі – від 7-ми до 12-ти.

Періодичність і тривалість занять – 1 раз на тиждень, 35–40 хв.

Очікувані результати:

- гармонізація емоційно-вольової сфери;
- посилення емоційної стійкості до стресів;
- поліпшення фізичного здоров'я;
- розкриття природних здібностей і задатків;
- сформованість певного рівня музичної обізнаності та компетентності;

Головним завданням педагога-музиканта, який працюватиме за розробленою методикою, є розкриття музичних здібностей дітей не для демонстрації їх перед слухачами чи глядачами, а задля розвитку особистісних якостей. Такий підхід ґрунтується на провідних засадах гуманної педагогіки, якими є:

- віра в можливості кожної дитини;
- розкриття її самобутньої природи;
- повага та ствердження дитячої особистості;
- спрямування її на служіння добру і справедливості /“*Маніфест гуманної педагогіки*”/ [5].

На думку авторів, впровадження парціальної програми **“Веселкова музикотерапія: оздоровчо-освітня робота з дітьми старшого дошкільного віку”** в освітній процес дошкільної освіти сприятиме:

- виправленню існуючих практично-теоретичних суперечностей та підвищенню ефективності реалізації виховних, навчальних і розвивальних завдань музичної змістової лінії Базового компонента дошкільної освіти України;
- доповненню знанневої та особистісно-ціннісної орієнтації організації педагогічного процесу, спрямованого на мобілізацію інтелектуальних, емоційних, рухових, мовленнєвих та інших функціональних можливостей організму дитини;
- створенню в дошкільному навчальному закладі сприятливого розвивального та здоров'япідтримувального середовища.

1.2. ЗМІСТ ПРОГРАМИ

У змісті парціальної програми “Веселкова музикотерапія: оздоровчо-освітня робота з дітьми старшого дошкільного віку” наведено основні оздоровчо-освітні завдання та очікувані результати музикотерапевтичної роботи за темами занять та кількістю годин на вивчення кожної теми.

Тема. ЗВУКОВА МОВА ТІЛА

(4 заняття)

➤ Оздоровчо-освітні завдання

- **Ознайомлення** з ритуалом початку та закінчення заняття (звучанням одного й того самого музичного інструмента). **Встановлення** довірливих і доброзичливих стосунків між дітьми та педагогом.
- **Підняття** настрою та енергетичного тону дітей, **розвиток** почуття ритму та координації рухів тіла під час веселого та запального танцю з використанням ритмічного ляскання, тупотіння, плескання по своєму тілу тощо.
- **Активізація** слухової уваги та **формування** навичок слухового самопізнання у ході слухання та прислухання до звуків власного тіла: тертя та плескання рук, ніг, звуків серцебиття, дихання тощо.
- **Занурення** у вібрації українського музичного фольклору, **розвиток** співацьких навичок і рухової координації у процесі співу-гри українських народних пісень.
- **Здійснення** емоційного сплеску та **розвиток** відповідного реагування на музику в процесі музично-ігрової діяльності.
- **Нормалізація** емоційно-фізіологічного стану та **формування** навичок глибокого й оздоровчого дихання засобами диxальної гімнастики.
- **Гармонізація** роботи обох півкуль головного мозку та **розвиток** дрібної моторики пальців у ході виконання нескладних завдань пальчикової гімнастики.
- **Створення** умов для вивільнення завуальованих емоцій дитини та **розвиток** умінь елементарного музикування на саморобних маракасах (пляшечках або коробочках із рисом, пшонном, гречкою тощо) у процесі інструментально-виконавської діяльності.

- **Нормалізація** емоційно-психологічного стану дітей, **розвиток** у них образної уяви та естетичного смаку під час проведення тілесно-орієнтованих вправ.

➤ **Показники успішності музикотерапевтичної роботи**

Дитина

- **має** відповідне реагування на звук музичного інструмента (наприклад, дзвіночка) як сигналу початку та закінчення заняття; **проявляє** відчуття довіри, власної гідності та поваги до інших;
- **відтворює** нескладні ритмічні танцювальні рухи, радісно **реагує** на жвавий і веселий настрій музичної композиції;
- **демонструє** здатність концентрувати увагу на звуках, утворених власним тілом і **вміє** розпізнавати їх;
- **відчуває** почуття радості та задоволення від процесу співу гри українських народних пісень, **має** певний рівень співацької культури, координації тіла та елементарну обізнаність в українському музичному фольклорі;
- **здійснює** емоційний сплеск, **проявляє** відповідне реагування на музику та вміння дотримувати правил гри у процесі музично-ігрової діяльності;
- **нормалізує** свій емоційно-фізіологічний стан і **демонструє** вміння глибокого й оздоровчого дихання;
- **оптимізує** роботу обох півкуль головного мозку й успішно **виконує** нескладні завдання пальчикової гімнастики;
- **вивільняє** завуальовані емоції та **оволодіває** початковими навичками ритмічного музикування на саморобних маракасах (пляшечках або коробочках із рисом, пшоном, гречкою тощо) а капело та під музичний супровід, індивідуально та в гурті;
- **нормалізує** свій емоційно-почуттєвий стан та **проявляє** образне мислення й естетичний смак у процесі виконання тілесно-орієнтованих вправ.

Тема. ЗВУКИ ПРИРОДИ

(4 заняття)

➤ **Оздоровчо-освітні завдання**

- Психологічне **відокремлення** сумісної музикотерапевтичної діяльності від повсякденного життя звуком музичного інструмента. **Виховання** творчої розкритості засобами вокаль-

них привітань-звертань (прощань-звертань) мовою комах, птахів і тварин (великих і малих, добрих і злих).

- **Формування** емоційно-ціннісного ставлення до педагога, музичних занять та музики зокрема. **Активізація** потреби у музично-естетичній діяльності.
- **Створення** умов для “відігравання” певних емоцій і почуттів. **Розвиток** образної уяви та вміння творчого самовираження через керовані та спонтанні танцювальні рухи з використанням природної тематики та атрибутики (листочки, “дощик” (новорічний), каштани, горіхи, камінчики тощо).
- **Позбавлення** від негативних емоцій і почуттів засобами тонування звуків природи. **Виховання** слухової уваги на звуках природи та вміння відтворювати голосом звукові явища.
- **Надання** відчуття гармонії засобами перебування у вібраціях українського музичного фольклору. **Розвиток** образного співу-гри змісту українських народних пісень.
- **Позбавлення** від негативних емоційних станів, **розвиток** образної уяви засобами музично-ігрової діяльності на природну тематику.
- **Усунення** внутрішнього напруження у ході **закріплення** основ глибокого та оздоровчого черевного дихання.
- **Стимулювання** розумової активності, **розвиток** дрібної моторики та координації рухів пальців у процесі пальчикової гімнастики з використанням теми природи.
- **Гармонізація** емоційно-почуттєвого стану дитини шляхом сприяння появи естетичної насолоди й відчуття причетності до творчого процесу народження музики засобами саморобних музичних інструментів з природного матеріалу. **Ознайомлення** з різними регістрами фортепіано засобами розвитку азів інструментальної тематичної імпровізації.
- **Врівноваження** емоційно-психологічного стану та **поглиблення** розвитку емоційно-образної сфери засобами музичної релаксації з використанням теми природи.

➤ Показники успішності музикотерапевтичної роботи

Дитина

- психологічно **відокремлює** сумісну музикотерапевтичну діяльність від повсякденного життя та **демонструє** вміння образного вітання мовою комах, птахів і тварин (великих і малих, добрих і злих);

- **вивільняє** невикористану енергію, відчуває радість і підняття життєвого тону, демонструючи творчу розкутість і вміння проявляти свій внутрішній світ через активну рухову діяльність; **проявляє** здатність передавати рухами тіла музичні образи (скеровано та спонтанно);
- **здатна** здійснювати сублимацію негативної енергії в творчість у процесі тонування звуків природи; **вміє** концентрувати слухову увагу на звуках природи та відтворювати голосом звукові явища;
- **відчуває** задоволення та радість від процесу співу-гри українських народних пісень; **демонструє** наявність співацьких навичок, образного відтворення змісту пісень та координації рухів тіла;
- **позбавляється** від негативних емоцій і почуттів у процесі створення казкової реальності (претентмодусу); активно **проявляє** образну уяву у процесі музично-ігрової діяльності на тему природи;
- **нормалізує** роботу дихального апарату та **закріплює** основи глибокого й оздоровчого черевного дихання;
- **демонструє** радість і задоволення у процесі успішного **виконання** завдань пальчикової гімнастики на тему природи;
- **відчуває** захоплення та радісне піднесення у процесі імпровізованого музикування на саморобних інструментах, виготовлених із природних матеріалів, та фортепіано; **проявляє** вміння розрізняти регістри фортепіано задля передачі певного образу;
- **здійснює** нормалізацію та врівноваження свого емоційно-почуттєвого стану засобами музично-релаксаційних вправ із використанням природного матеріалу; **володіє** музично-образним мисленням.

Тема. “ДЕРЕВ’ЯНІ”, “СКЛЯНІ” ТА “ЗАЛІЗНІ” ЗВУКИ

(12 занять)

➤ Оздоровчо-освітні завдання

- **Здійснення** психологічного “відкриття” (на початку) та “закриття” (в кінці заняття) музикотерапевтичної діяльності у процесі проведення ритуалу початку та закінчення заняття. **Поглиблення** відчуття власної значущості та важливості

інших дітей у процесі привітання музичними інструментами, виготовленими з дерева, скла та заліза.

- **Виклик** відчуття радості та захоплення, приливу сил та енергії під час **формування** навичок танцювальної діяльності, рухової розкутості, відчуття ритму та вміння рухами самовиражати свої внутрішні переживання.
- **Посилення** активності слухового каналу сприйняття дійсності. **Розвиток** уміння розрізняти звуки, які видають предмети або музичні інструменти, виготовлені з дерева, скла та заліза.
- **Пробудження** генетично-звукової пам'яті дитини у процесі **ознайомлення, співу, інсценізації та проживання** змісту колядок, щедрівок і новорічних пісень із наданням процесу співу ігрового характеру.
- **Створення** умов для появи відчуття радісного емоційного піднесення та задоволення від проведення музично-ігрової діяльності, **гармонізації** образної сфери дитини.
- **Формування** креативності та вміння творчо й нетрадиційно вирішувати поставлені завдання у процесі інструментальної гри. **Розвиток** ритмічного чуття у процесі музикування на предметах та музичних інструментах, виготовлених з дерева, скла та заліза.
- **Виховання** здатності зосереджуватися на внутрішніх відчуттях-переживаннях і **розвиток** образної сфери дитячої особистості засобами музично-релаксаційних вправ із використанням предметів зі скла, заліза та дерева.

➤ Показники успішності музикотерапевтичної роботи

Дитина

- **звикає** до проведення ритуалу початку та закінчення заняття, що в психологічному сенсі символізує відкриття (на початку) та закриття (в кінці заняття) підсвідомих процесів; **здійснює** емоційний відгук на діалог-привітання через гру на дерев'яних, скляних і залізних музичних інструментах;
- **відтворює** складніші керовані танцювальні рухи та **демонструє** вміння самовиражатися через спонтанну танцювальну діяльність;
- **активізує** діяльність слухового каналу сприйняття дійсності; **фіксує, впізнає та імітує** голосом звуки, що утворюють дерев'яні, скляні, залізні предмети та музичні інструменти;

- **проявляє** відчуття гармонійності буття та **має** навички спі-ву, інсценізації та емоційного проживання змісту дитячих українських колядок і щедрівок, новорічних пісень;
- **виявляє** відчуття радісно-емоційного піднесення та радість від проведення музично-ігрової діяльності, **проявляє** розви-неність образної сфери;
- **володіє** основами глибокого та черевного дихання (вдих че-рез ніс, а видих ротом) та **використовує** набуте вміння задля позбавлення від внутрішнього напруження;
- **синхронізує** роботу обох півкуль головного мозку та **демон-струє** розвиненість дрібної моторики у процесі проведення пальчикової гімнастики;
- **відчуває** радість і задоволення собою, **володіє** вмінням еле-ментарного музикування на предметах та елементарних му-зичних інструментах, виготовлених із дерева, скла та заліза;
- **здійснює** емоційну розрядку та **проявляє** розвиненість емоційно-почуттєвої сфери засобами музично-казкових об-разів і персонажів у процесі музичної релаксації із залучен-ням атрибутики зі скла, заліза та дерева.

Тема. ЗВУКИ МУЗИЧНИХ ІНСТРУМЕНТІВ

(4 заняття)

➤ Оздоровчо-освітні завдання

- **Формування** у дитини відчуття постійності, звичності та безпеки (ритуал початку та закінчення заняття). **Надання** емоційно-психологічного задоволення від вокально-інстру-ментального (через гру на музичних інструментах) діалогу-привітання (у кінці заняття – прощання) з кожною дитиною персонально.
- **Зняття** психофізіологічних утисків, вивільнення невикорис-таної енергії. **Набуття** вміння самовиражатися через танцю-вальну діяльність із використанням музичних інструментів.
- **Формування** вміння зосереджуватися, запам'ятовувати й емоційно реагувати на звуки музичних інструментів, насо-лоджуватися ними. **Розвиток** уваги та посилення діяльності слухового каналу дитини.
- **Гармонізація** психофізіологічного стану дитячої особистос-ті та **підсилення** ефекту позитивного впливу на розвиток

емоційно-образної уяви засобами використання музичних інструментів у процесі танцювальної діяльності.

- **Створення** умов для появи відчуття радості та задоволення від процесу співу. **Розвиток** інтонаційної точності та артикуляційної виразності за допомогою співу під супровід аудіозапису пісень у виконанні дитячих хорів і солістів.
- **Збагачення** музично-практичного досвіду, активізація потреби у музично-виконавській діяльності. **Ознайомлення** з музичними інструментами та формування первинних навичок гри на них.
- **Формування** здатності емоційної саморегуляції, позбавлення від негативних емоцій і почуттів, страхів і комплексів. **Вирішення** проблеми дотику до самого себе та інших за допомогою вправ тілесно-орієнтованої терапії.

➤ Показники успішності музикотерапевтичної роботи

Дитина

- **демонструє** емоційно-психологічне задоволення від персональної уваги до себе, **виявляє** здатність до самопрезентації та повагу до інших дітей;
- **відчуває** радість і захоплення у процесі відтворення керованих та спонтанних танцювальних рухів, **вміє** здійснювати танцювально-рухове самовираження з використанням музичних інструментів;
- **фіксує, впізнає та імітує** голосом звуки, що утворюють музичні інструменти; **показує** наявність слухової уваги;
- **проявляє** задоволення та **розвиненість** музикальності у процесі співу та інсценізації змісту українських народних пісень;
- **вміє** досягати катарсичних переживань та **виявляє** певну розвиненість емоційно-почуттєвої сфери у процесі музично-ігрової діяльності;
- **має** первинне вміння знімати внутрішнє напруження та **демонструє** навички глибокого й оздоровчого дихання;
- **здійснює** оптимізацію власного розумового розвитку й **володіє** певною технікою дрібної моторики пальців у процесі виконання складніших завдань пальчикової гімнастики;
- **проявляє** потребу в елементарному музикуванні, **орієнтується** у способах гри на елементарних музичних інструментах;

- **демонструє** гармонійність емоційно-психологічного стану і **проявляє** розвиненість сенсорних здібностей під час музично-релаксаційної діяльності.

Тема. ЗВУКИ ВСЕСВІТУ

(4 заняття)

➤ Оздоровчо-освітні завдання

- **Підготовка** до шкільної традиції сповіщення дзвоником початку та закінчення уроку. **Закріплення** розуміння особистісної цінності як себе, так і інших дітей.
- **Удосконалення** навичок самопрезентації та самореалізації дошкільників у процесі спонтанної вокальної, ритмічної та пластичної музично-творчої діяльності. **Покращення** емоційно-сприятливої атмосфери у дитячому колективі (групі) та **гармонізація** стосунків між педагогом та дітьми.
- **Розширення** свідомості дитини в процесі ознайомлення зі “звуками Космосу”. **Формування** здатності розпізнавати їх.
- **Надання** можливості творчого самовираження та **розвиток** музикальності у процесі співу, інсценізації та проживання змісту українських і тематичних дитячих пісень, проведенні вокальної імпровізації.
- **Подолання** відчуття тривожності, страхів, невпевненості у собі, сором’язливості та гіперактивності.
- **Урізноманітнення** музично-образної уяви в процесі музично-ігрової діяльності на космічну тематику.
- **Зняття** внутрішнього напруження та негативних переживань засобами дихальної гімнастики. **Закріплення** основ глибокого черевного оздоровчого дихання.
- **Гармонізація** роботи півкуль головного мозку та **поглиблення** розвитку дрібної моторики засобами ускладнених завдань пальчикової гімнастики та вправ із музичного малювання.
- **Здійснення** виходу внутрішніх переживань засобами імпровізованого музикування та **формування** вміння колективної та індивідуальної гри на всіх музичних інструментах (за вибором дитини).

⁴ Аудіозаписи звуків космосу, записаних космічним апаратом Nasa.

- **Нормалізація** емоційного стану дитячої особистості та **розвиток** емоційно-почуттєвої сфери за допомогою музично-релаксаційних вправ із використанням космічної тематики.

➤ Показники успішності музикотерапевтичної роботи

Дитина

- має уявлення про шкільну традицію сповіщення дзвоником початку та закінчення уроку; **виявляє** позитивне ставлення до музично-терапевтичної діяльності, емоційно-ціннісне ставлення до педагога, музичних занять та музики зокрема;
- **вміє** творчо самовиражатися через спонтанні та керовані танцювальні рухи, **проявляє** творчу розкутість та впевненість у своїх силах;
- **фіксує, впізнає та імітує** голосом звуки, що утворюють інші планети, зірки; **демонструє** наявність слухового досвіду;
- **демонструє** співацьку культуру та **виявляє** творчу відкритість у процесі співу та вокальної імпровізації;
- **відчуває** задоволення та радість, **уміє** здійснювати сублімацію негативних емоцій та почуттів у спонтанну творчість;
- **сприяє** збагаченню крові киснем і покращенню роботи системи кровообігу в процесі **демонстрації** вміння черевного та оздоровчого дихання;
- **стимулює** роботу обох півкуль головного мозку, успішно **виконуючи** складніші маніпуляції пальцями обох рук і ніг під час пальчикової гімнастики;
- **здійснює** виведення завуальованих емоцій у ході гри-імпровізації на музичних інструментах, **вміє** імпровізовано музикувати на елементарних і саморобних музичних інструментах у певному образі та характері, під інструментальний супровід і без нього (*a capello*), в оркестрі та соло;
- проявляє **вміння** знижувати надмірну психофізіологічну активність і **розвиненість** емоційно-почуттєвої сфери під час проведення музично-релаксаційної діяльності на космічну тематику.

РОЗДІЛ 2

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ

Методичні рекомендації до програми “**Веселкова музикотерапія: оздоровчо-освітня робота з дітьми старшого дошкільного віку**” складаються з трьох підрозділів:

- теоретична частина (обґрунтування та розкриття сутності методів і прийомів музикотерапевтичної роботи зі старшими дошкільниками);
- зразки конспектів занять;
- рекомендована музика до різних видів оздоровчо-освітньої діяльності.

Зміст методичних рекомендацій спрямовано на допомогу музичним керівникам і педагогам-музикантам у процесі започаткування гурткової музикотерапевтичної роботи.

2.1. ТЕОРЕТИЧНА ЧАСТИНА

Музикотерапія як міждисциплінарне явище ґрунтується на інтегрованому поєднанні музичного мистецтва з багатьма науками. Увібравши в себе досягнення медицини, культурології, психології, педагогіки, соціології та інших дисциплін, вона здатна здійснювати прямий коригувальний вплив на психофізіологію людини.

Організуючи діяльність гуртка, музичний педагог має пам’ятати про:

- первинність музичного впливу (важливішою є музика, а не медицина);
- профілактичну спрямованість (попередження та корекція негативних емоційно-стресових станів – ефективний спосіб запобігання хворобам);
- пріоритетність активної творчості (тільки в активній музичній діяльності можливе розкриття інтелектуально-творчого потенціалу та розвиток комунікативної культури).

Метою музикотерапевтичної гурткової роботи з дітьми є, насамперед, гармонізація внутрішнього світу дошкільників засобами активної музичної творчості. Важливою особливістю музикотерапевтичної діяльності, яка відрізняє її від звичних музичних занять, є те, що музикотерапія передбачає: менше шоу – більше користі, спершу зміст – потім форма, до результату – через якісний процес.

Для успішного проведення музикотерапевтичної гурткової роботи ми рекомендуємо використовувати широкий арсенал специфічних *методів та прийомів*:

- метод катарсично-ігрової діяльності;
- метод тілесно-орієнтованої спрямованості музично-ритмічних рухів;
- метод релаксаційно-оздоровчого сприймання музики;
- метод оздоровчого співу та вокалізації позитивно-стверджувальних афірмацій;
- метод внутрішньо-виражального музикування;
- метод гармонійного резонансу (*його дія можлива лише за умови гармонійного та збалансованого внутрішнього стану педагога*) тощо.

А також, на нашу думку, ефективним є застосування таких прийомів, або *технік*: “для розігрівання”, рецептивних, на розвиток когнітивних і перцептивних здібностей, моторних і сенсомоторних навичок, емоційної сфери, соціальної взаємодії та поведінки, комунікації та мовлення.

Універсальність музикотерапевтичних методів та прийомів дозволяє розв’язувати проблеми поліпшення фізичного, психічного й духовного здоров’я, психологічної та соціальної адаптації особистості, розвитку її музичних здібностей і розкриття творчого потенціалу.

Кожне музикотерапевтичне заняття містить такі види роботи: *привітання-звертання, музично-танцювальна діяльність, дихальна та пальчикова гімнастики, слухання та прислухання, спів та інсценізація пісень, музично-ігрова діяльність, музикування, музична релаксація, прощання-звертання*. Їх послідовність будується на дотриманні **принципу контрасту** (*чергування активних (рухливих) і пасивних (спокійних) видів діяльності*) та вимог **побудови динаміки заняття** (*досягнення кульмінаційного сплеску емоційно-почуттєвої сфери дітей і поступове приведення її до нормального, спокійного та рівноваженого стану*).

Чітка структура занять є основою всього музикотерапевтичного процесу. У роботі з дітьми старшого дошкільного віку саме вона є основою для успішної реалізації оздоровчо-освітніх цілей.

У розробленій нами методиці подано усталену схему використання принципу контрасту в побудові динаміки заняття, а саме – необхідність дотримання чіткої послідовності основних

етапів: **розігрівання, кульмінації, врівноваження**. Але в цій схемі можливі зміни, якщо на початку заняття діти надзвичайно активні або, навпаки, дуже мляві. У таких випадках треба сформувати динаміку заняття в інший спосіб. Однак за будь-яких умов незмінною залишається головна вимога: досягнення кульмінації з подальшим приведенням (під кінець заняття) до нормально-емоційно-психічного стану. Загалом, педагог-музикант має бути професійно-рухливим, гнучким, уміти швидко встановлювати зворотний зв'язок з дітьми, відчувати тонкі нюанси і діяти відповідно до ситуації, інтуїтивно, варіативно використовуючи метод експромту і творчої імпровізації.

Дуже важливим моментом у цій методиці є **ритуал початку й закінчення заняття**. Кожне заняття рекомендується починати та завершувати звуком одного й того самого музичного інструмента: дзвіночка, трикутника, бубна, барабана тощо. Такий ритуал треба проводити щоразу, щоб діти звикали й реагували на нього відповідно. Це дає змогу, у психологічному сенсі, здійснити процес відкриття та закриття музикотерапевтичного процесу, чітко відокремити час сумісної музикотерапевтичної діяльності від повсякденного життя, а також підготувати старших дошкільників до практики сповіщення дзвоником про початок і закінчення уроку в школі.

Проведення усталеного ритуалу надає дитині відчуття впевненості й стабільності. Діти за своєю суттю консервативні, а тому будь-яке раптове порушення звичних дій може їх збентежити або навіть злякати. Однак поступові послідовні зміни позитивно впливають на розвиток, адаптаційні функції та соціальну поведінку старших дошкільників. Звідси робимо висновок: будь-які зміни мають супроводжуватися ситуаціями, що додають дитині відчуття постійності, звичності та безпеки. Саме до таких ситуацій і належить ритуал початку й закінчення заняття.

Після проведення ритуалу початку заняття рекомендується вокально-інструментальне **привітання-звертання** з усією групою (імпровізованою пісенькою “Доброго дня, дітки!”) та з кожною дитиною окремо (пісенькою “Доброго дня, Петрику!, Доброго дня, Оленко!..”). Окреме звернення до кожної дитини у психолого-педагогічному плані є доволі впливовим засобом усвідомлення дитиною власної особистісної значущості, підвищення рівня самооцінки та розвитку здорової самовпевненості.

Ще одним варіантом привітання-звертання є “інструментальний діалог” з групою або з кожною дитиною особисто. У першому випадку педагог вітається до дітей грою на своєму інструменті (дзвіночку, трикутнику тощо), а діти всі разом “відповідають” оркестром на обраних ними інструментах. Персональне інструментальне привітання-звертання передбачає діалог двох музичних інструментів (дзвіночків, трикутників, маракасів тощо). Наприклад, дзвіночок педагога каже: “Доброго дня, Оленко!”, а дзвіночок дитини відповідає: “Доброго дня, Ірино Анатоліївно!”

У цій методиці ми ще використовуємо привітання та прощання з дітьми мовою комах, пташок і звірів (добрих і злих, маленьких і великих тощо). Це дозволяє здійснювати сублімацію негативних емоцій та почуттів у творчість, поглиблювати розвиток тембрового слуху й образного мислення у дітей.

Наступний вид роботи – **музично-танцювальна діяльність**. Вона допомагає дітям гармонійно поєднати ритм рухів свого тіла з ритмом музики, зняти психофізіологічні утиски, вивільнити невикористану енергію, компенсуючи цим малорухливий спосіб сучасного життя. Адже, проводячи багато часу біля телевізора та комп’ютера, дошкільники не здійснюють у достатній кількості активних прогулянок, рухів, дій. Вони постійно змушені виконувати вимоги дорослих поводитися пристойно, бути спокійними та слухняними. Але від природи діти мають дуже багато енергії, яку обов’язково треба використовувати, вивільняти. Фізична пасивність і малорухливість сучасних дітей створюють передумови для застою енергії, і як наслідок – у них з’являється втома, млявість, хворобливість, агресивність і некерованість поведінки.

Використання музично-танцювальної діяльності, певною мірою, розв’язує зазначені вище проблеми й допомагає дітям відчувати радість, піднесення, прилив сил та енергії в русі під музику. Адже завданням музикотерапевтичних занять є не вивчення танцювальних рухів, а проживання музики, відтворення її образів у спонтанній імпровізації. Задля підсилення музикотерапевтичного ефекту доречно використовувати різноманітний дидактичний матеріал: різноколірні стрічки, прапорці, хустинки, сніжинки, новорічний дощик, квіти, листочки, дзвіночки тощо. Вдалий підбір атрибутики допомагає дитині глибше відчувати музичні вібрації, яскравіше уявити образи, захопитися світом гри, фантазії, казки, що, своєю чергою, сприяє розвитку такої важливої особистісної риси, як креативність.

Стосовно методу імпровізації (танцювальної, інструментальної чи вокальної) треба сказати, що це – надзвичайно дієвий та ефективний музикотерапевтичний засіб. У психологічному сенсі він дозволяє дістатися до глибинних переживань дітей значно легшим шляхом, ніж при вербальному спілкуванні. А також сприяє “відіграванню” негативних емоцій та почуттів, виведенню негативізму з підсвідомості дітей соціально прийнятним шляхом.

Задля зменшення фізичного напруження та вивільнення завульвованих емоцій та почуттів ефективним є використання різноманітних методів *тілесно-орієнтованої терапії* (вплив на тіло). Психологи запевняють, що механізм фізіологічного та психологічного захисту особистості сприяє формуванню так званої “м’язової броні”, що виражається в напруженні певної групи м’язів, зміні дихання. Відомо, що наші емоції та почуття впливають на тіло: негативні емоції примушують м’язові тканини стискатися, і цей м’язовий панцир нікуди не зникає сам по собі. Саме тому психотерапевти рекомендують: якщо людина перебуває у стані стресу – їй обов’язково треба активно рухатися: виконувати фізичні вправи, танцювати, стрибати, бити подушку тощо. На музикотерапевтичних заняттях це може бути активно-ритмічний танок, музикування на барабані, кидання “чарівної” торбинки з горішками щосили у відро тощо.

Проблему дотику до самого себе або інших вирішують вправи з “іжаковими” м’ячиками: діти катають м’ячики по своїх животиках, ніжках, ручках та по спинках інших дітей.

Наступний вид роботи – **слухання та прислухання** – спрямований на розвиток уваги та посилення діяльності слухового каналу дитини. Застосування прийому “чую те, чого не бачу” сприяє розвитку вміння концентрувати увагу на звукових процесах дійсності та активізації мисленнєвої діяльності під час з’ясування джерела звуку. Спочатку діти вслуховуються у звучання, далі розмірковують, що це звучить: дощ, грім, вітер, шурхіт листя, музичні інструменти тощо і, малюючи це у своїй уяві, відтворюють (імітують) звукове явище голосом.

Варто зазначити, що здатність *слухати* і *чути*, у музикотерапевтичному сенсі, істотно відрізняються за своєю суттю і силою впливу на особистість. Слухання відбувається автоматично, а для того, щоб почути, потрібно вміння зосереджуватися, аналізувати, запам’ятовувати й емоційно реагувати на звук, що, саме по собі, вже є складнішим процесом. До речі, в японській мові слово

“музика” складається з двох ієрогліфів, що у перекладі означають “**насолода**” і “**звук**”! Наше завдання – навчити дитину диференційовано підходити до всього, що звучить, інтуїтивно вирізняти гармонійне благозвуччя і уміти насолоджуватися ним.

Після **слухання** доречно використовувати такі види діяльності, як **спів та інсценізація пісень** (українського музичного фольклору, дитячих пісень, пісень із мультфільмів), **тонування звуків** (відтворення “мови” птахів, тварин, звукових явищ природних стихій тощо).

Особливого значення варто надавати співу та інсценізації українських народних пісень, у яких протягом століть відбиралися найгарніші та найвиразніші музичні інтонації. Адже беззаперечним є той факт, що український музичний фольклор, пробуджуючи генетичну пам’ять дитини, створює сприятливі передумови для виникнення у неї відчуття гармонійної повноти буття.

Ми рекомендуємо співати українські дитячі пісні у супроводі аудіозапису зразкових дитячих колективів (*наприклад, диск “Вийди, вийди, сонечко: українські народні пісні співають діти”*). Це пов’язано з гігієною дитячого голосу. Як відомо, голосові апарати дітей та дорослих істотно відрізняються за фізіологією. Коли діти копіюють вокальну манеру дорослих, вони шкодять своєму голосу. А під час слухання співу дитячих хорів і солістів у дітей мимоволі “підтягується” інтонаційна точність та артикуляційна виразність. Механізм копіювання, діючи на підсвідомому рівні, організовує голосову функцію й завдяки систематичним повторюванням свідомо закріплюється.

На одному занятті ми проспівуємо від 5 до 10 пісень (залежно від реакції та уваги дітей). Наголошуємо, що кожну пісню співаємо лише один раз упродовж заняття. Традиційне вивчення пісні замінюємо на проживання її змісту з руховим відображенням того, про що співаємо. Звідси вимоги до добору репертуару: пісні мають бути емоційними, цікавими, з простою приємною мелодією, у тональності, що відповідає дитячому діапазону. Чергування спокійних (спів сидячи) і рухливих (у танці) пісень дає дітям змогу не стомлюватися, а сам процес співу перетворює у захопливе ігрове дійство. Поєднання руху та співу позитивно впливає на розвиток голосу, почуття ритму, уваги, рухової координації, творчої уяви.

Важливим доказом корисності цього виду діяльності є висновки наукових досліджень про те, що спів – це вібрація, яка,

утворюючись усередині організму, позитивно впливає на внутрішні органи людини. Адже лише 20–25 % цієї вібрації виходить назовні, а 75–80 % залишаються всередині організму і здійснюють своєрідний “масаж” внутрішніх органів і всього організму загалом. Окрім того, спів сприяє стабілізації нервової системи, стимуляції мозкової діяльності та слугує гімнастикою для дихального апарату дитини. В соціальному плані він орієнтує особистість на групу, дає змогу приєднатися до групи, встановити позитивні контакти з іншими дітьми. Водночас відчуття успіху, безпеки та стабільності під час групового співу дає змогу дитині долати психологічні бар’єри, ставати самодостатньою і впевненою у власних силах.

Однією з найулюбленіших складових музикотерапевтичного заняття є **музичні ігри**. І це не випадково, адже у дітей дошкільного віку ігрова діяльність є пріоритетною. Саме у грі найефективніше відбувається стимуляція і концентрація уваги дитини, найшвидше досягається координація аудіовізуальної, моторної і тактильної корекції, створюються найкращі умови для комунікації – встановлення взаємодії індивіда з групою і групи з кожною окремою дитиною. Використання музичних ігор сприяє розвитку емоційно-образної сфери особистості, пробудженню її творчої активності, вивільненню пригнічених емоцій та почуттів (як позитивних, так і негативних).

Великою популярністю у дітей користуються музичні ігри, що спричиняють викид адреналіну. Поясненням корисності таких ігор з погляду фізіології є те, що приплив адреналіну в крові спричиняє збудження і супроводжується сильною акумуляцією енергії. У кров дитини разом з адреналіном надходить велика кількість кисню, що є джерелом енергії і причиною зміни ритму дихання й серцебиття. Але корисним є тільки те, що має міру. Використовувати подібні ігри треба лише один раз упродовж заняття, і вони мають бути нетривалими у часі. До цих ігор належать “Зайчики і вовчики”, “Котики і мишки”⁵ тощо. Як показує практика, подібні ігри корисно застосовувати ще й у функції розігрівальних технік для дітей, які мляві, неухважні, мають поганий настрій.

Цікавим для дітей і дієвим щодо музикотерапевтичного впливу є ще один вид ігор – це сюжетно-рольові музичні ігри (наприклад, “Феї та чаклуни”, “Дельфінчики та синє море” тощо).

⁵ Зразок ігор див. у конспектах орієнтовних занять.

Їх головне завдання – ввести дітей у сюжет, максимально посилити образне відчуття та емоційне переживання музики. У психологічному аспекті вони, певною мірою, виконують роль “відігравання” емоцій, сприяючи досягненню катарсису.

Варто наголосити, що у музичній терапії слів мало, рідко і дуже виважено використовуються віршовані тексти. Пріоритетними є музика і символіка, символічна гра, у якій треба йти лише туди, куди дозволяють діти, і бути там стільки часу, скільки потрібно їм. Кінець гри має бути добрим, казка – закінчуватися щасливо. Потрібно не забувати ще й про те, що, коли дитина перебуває в ігровому образі (собачка, котик, вітерець, зайчик, вовчик), вона може збоку подивитися на свої страхи та комплекси. Тож головне завдання педагога – створити умови і так побудувати музикотерапевтичний процес, щоб дитина змогла сама собі допомогти подолати негативні прояви та негаразди.

Ще одним важливим моментом у створенні символічної реальності (**претентмодусу**) у процесі музичної гри, як і всього заняття загалом, є необхідність того, щоб ніхто не втручався в створену уявну атмосферу. Поява сторонніх людей, звучання мобільного телефону тощо спричиняють руйнування тієї символічної реальності, яка є обов’язковою умовою успішної музикотерапії.

Корисною в нашій методиці є **дихальна гімнастика**. Психокоригувальна дія дихальних вправ полягає у знятті м’язових утисків на рівні шиї та горла, поверхні голови (лоб, тім’я, потилиця), сприяє усуненню наслідків негативних емоцій, масажуванні внутрішніх органів порожнини живота, збагаченню організму киснем. Ці вправи базуються на принципах глибокого черевного (діафрагменного) дихання, що широко використовуються у гімнастиці йогів (активізація енергетичних центрів, чакр, які відповідають за емоційний стан, інтелектуальний та духовний розвиток, інтуїтивне пізнання тощо). Правильне дихання має вирішальне значення для тренування вольових якостей. Унаслідок методичної роботи з врегулювання дихання характер людини стає м’якшим і більш пластичним.

Після дихальної гімнастики доцільно проводити **пальчикову гімнастику**. Досліджуючи вплив діяльності головного мозку на психічний розвиток дитини, нейробіологи та психологи з’ясували: що краще в малюка розвинені дрібні рухи пальців рук, то краще розвинений головний мозок. Застосування прийомів пальчикової

гімнастики на музикотерапевтичних заняттях сприяє розвитку у дітей уваги, швидкості реакцій, пам'яті, мовленнєвих, комунікативних та творчих здібностей. Короткий віршований супровід є ефективним підсилювачем корисної дії пальчикових вправ. А використання технік погладжування, пощипування, плескання допомагає розвинути сенсорні здібності дошкільників.

Одне з чільних місць серед найулюбленіших видів діяльності дітей посідає **музикування**. Воно може бути індивідуальним, груповим, у парі з педагогом, під звучання аудіозапису музичного твору тощо. На початку курсу занять ми поступово ознайомлюємо дошкільників з інструментами (чи предметами побуту, що їх замінюють), роз'яснюючи й показуючи, як на них грати. Згодом діти самі обирають інструмент і грають на ньому в групі (оркестрі) або самотійно, під музичний супровід або без нього.

На музикотерапевтичних заняттях гра дитини на музичних інструментах, на перший погляд, є простим і безцілним бриньканням. Але насправді вона приносить дитині неабияку насолоду й відчуття причетності до творчого процесу народження музики. Окрім того, будучи джерелом звуків, дитина отримує змогу відчувати власну значущість і гідність.

А ще музика, яку виконує дитина, й інструмент, який вона обирає, несуть діагностичну інформацію про саму дитину. Вслухаючись у музику й аналізуючи вибраний інструмент, можна багато чого зрозуміти (продіагностувати). Тут важлива роль належить інтуїції педагога в поєднанні з умінням спостерігати й аналізувати.

Наприклад, якщо дитина обирає *ударні інструменти*: барабан, бубон, ложки, колотушки, то їй не вистачає відчуття впевненості, стійкості, фізичної активності або у неї є бажання позбутися гніву та роздратування. Вибір *духових музичних інструментів* (сопілочок, дудочок тощо) вказує на необхідність бути вислуханою або свідчить про недостатню розвиненість уміння заявляти про себе, бути почутим. Зосередження уваги дитини на *клавішних інструментах* свідчить про потенціал інтелектуальних здібностей дитячої особистості. *Струнні музичні інструменти* (дитяча ліра, скрипочка тощо) сигналізують про потребу співчутливого й ніжнього ставлення до дитини або про бажання виразити ніжні й сердечні почуття.

Необхідно звертати увагу на характер гри на музичному інструменті – він засвідчує наявність певних емоцій та почуттів, що

потребують негайного виходу або, навпаки, сигналізують про недостатність і гостру потребу в них.

Завданням **музично-релаксаційних вправ**, завершального виду роботи на музикотерапевтичному занятті, є гальмування емоційного збудження дітей і приведення дошкільників до спокійного, врівноваженого емоційно-почуттєвого стану, розвиток уміння зосереджуватися на внутрішніх відчуттях і формування навичок емоційної саморегуляції. До складу цього виду роботи входить: малювання на папері та піску, споглядання пейзажів і відеопроєктів, пускання мильних бульбашок, релаксаційні прийоми з різноколірними атрибутами (тканинами, шаликами, хусточками, стрічками, сніжинками), словесні й музичні афірмації тощо. Всі ці вправи, звичайно, супроводжуються музикою відповідного характеру та настрою, яка опосередковано здійснює заспокійливий вплив на дітей.

Задля підсилення ефективності гурткової музикотерапевтичної діяльності зі старшими дошкільниками необхідно проводити роз'яснювальну роботу з їхніми батьками. Виступи на батьківських зборах, індивідуальні бесіди мають на меті донесення інформації про значення та можливості музичного впливу на розвиток особистості. Залучення батьків до музикотерапевтичної роботи можливе шляхом надання рекомендацій щодо читання корисної літератури, порад стосовно придбання аудіозаписів музичних творів, які можна використовувати вдома як фонове звучання та у процесі сімейної музично-творчої діяльності (спів, слухання, музикування, виготовлення музичних інструментів тощо).

Отже, професійне застосування всіх наведених вище видів музикотерапевтичної роботи, запропонованих методів і прийомів сприятиме гуманізації змісту музичного виховання, навчання та розвитку старших дошкільників, створенню розвивального та здоров'язбережувального освітнього середовища і, найголовніше, принесе відчуття задоволення і радості усім учасникам процесу.

2.2. ЗРАЗКИ КОНСПЕКТІВ ЗАНЯТЬ

КОНСПЕКТ ЗАНЯТТЯ 1

Тема. Звукова мова тіла.

Мета: нормалізація психоемоційної сфери та розвиток музичних здібностей дітей старшого дошкільного віку.

Програмовий зміст:

- **ознайомлювати** з ритуалом початку та закінчення заняття;
- **встановлювати** довірливі та доброзичливі стосунки між дітьми й педагогом-музикантом;
- **підіймати** настрій та енергетичний тонус дітей;
- **розвивати** почуття ритму, рухову координацію тіла, відповідне реагування на музику, співацькі навички, дрібну моторику, уміння елементарного музикування, образну сферу та естетичний смак;
- **формувати** навички слухового самопізнання та первинні навички глибокого й оздоровчого дихання;
- **занурювати** у вібрації українського музичного фольклору;
- **викликати** емоційний сплеск;
- гармонізувати роботу обох півкуль головного мозку;
- **створювати** умови для вивільнення завуальованих емоцій дитини;
- **здійснювати** нормалізацію емоційно-психологічного стану дітей.
- *І найголовніше – викликати радість у дітей упродовж усього заняття.*

Методичне забезпечення: саморобні маракаси: пляшечки або коробочки з різним зерновим наповненням (рис, гречка, пшоно тощо).

Технічні засоби: фортепіано, музичний центр, аудіозаписи музичних творів.

Хід заняття

1. Звучить спокійна та ніжна композиція (*Fiesta Mediterranean “Rondo Veneziano”*). Діти заходять до зали й сідають на стільці, розставлені колом. Педагог дзвонить у **“чарівний” дзвіночок**, який сповіщає про початок заняття (процес відкриття музикотерапевтичного процесу). **Знайомство** (вихід на особистісний контакт). Педагог, тримаючи у руках м'яку іграшку у формі сердечка, вітається та називає своє ім'я (з дуже лагідною та ніжною інтонацією).

Далі, передаючи сердечко по колу, просить кожну дитину назвати (або проспівати) своє ім'я. А вся група має повторити його хором (бажано з тією самою інтонацією).

2.1. Музично-танцювальна діяльність. Танок з відбиванням ритму (звучить ритмічно-рухлива композиція *“La Bastringue”, французький танок*). Діти стають у коло й беруться за руки. Починаємо рухатися по колу вправо, поступово набираючи швидкість. Зупиняємося й відбиваємо ритм, спочатку плескаючи в долоні, потім підстрибуючи й на останок плескаючи себе по стегнах. Знову беремося за руки й починаємо рух по колу в зворотному напрямку із проведенням тих самих ритмічних вправ.

2.2. Дихальна гімнастика: “Кулька”. Нормалізуємо дихання, надуваючи уявну кульку (вдихаємо швидко і глибоко через ніс, а видихаємо повільно ротом) і випускаючи її в повітря.

3. Слухання та прислухання. “Чутливі вушка”. Пропонуємо дітям показати, де розташовані вушка. Масажуємо їх. Закриваємо, потім відкриваємо вушка. Концентруємо увагу дітей на звуках, що лунають із вулиці, і тих, що чути в нашому приміщенні. Слухаємо власне дихання. Хвалимо наші вушка, які можуть стільки чути.

4. Спів та інсценізація пісень. Звучить аудіозапис пісень “Вийди, вийди, сонечко”, “Ой на горі жито”, “Іди, іди, дощику”, “Колобок”, “Я коза ярая”, “Равлику-Павлику”, “Печу, печу хлібчик” з диску *“Вийди, вийди, сонечко: українські народні пісні співають діти”*. Співаємо пісні з ритмічно-руховим відображенням (фантазія та уява педагога) їх змісту.

5. Музичні ігри. Малята і ведмедики (музичний супровід виконується на фортепіано). Пояснюємо дітям, що коли звучить “музика малят”, вони весело танцюють і бавляться, а коли звучить “музика ведмедиків”, діти перетворюються на “ведмедиків”, ходять і шукають собі “здобич”.

6. Пальчикова гімнастика. Інсценізація казки: *“Вирішили Вказівні пальчики піти погуляти до лісу. Йдуть собі, йдуть (пальчики “ходять” по ніжках дітей. Коли раптом (ой-ой-ой!) злякалися вони чогось. Тоді Великі пальчики вирішили вдвох піти до лісу... Але і вони злякалися. Далі Вказівні та Середні пальчики йдуть на прогулянку разом, але з ними трапляється та сама історія. Згодом всі пальчики вирішили разом піти у ліс, зловити свій Страх і прогнати його.*

7. Музикування. Почергова гра на саморобному маракасі (пляшечка або коробочка з рисом, обгорнута фольгою) під музичний супровід спокійної та мелодійної композиції “*Le muse Rondo Veneziano*”. На початку самі музикуємо на маракасі, а потім даємо змогу кожній дитині пограти на цьому інструменті. Далі ділимо групу дітей на дві підгрупи і починаємо “оркестрове” музикування на маракасах, поєднуючи гру з ритмічно-танцювальними імпровізованими рухами.

8. Релаксаційні вправи. “Я гарний, наче музика” (звучить спокійна та ніжна композиція *Fiesta Mediterranean “Rondo Veneziano”*). На початку зосереджуємо увагу дітей на красі музичної композиції. Згодом кажемо дітям, які гарні у них вухка, бо вони можуть чути цю музику. Починаємо гладити їх. Згодом гладимо і лобик, і носик, і щічки, і шийку, і волоссячко (голівку), вказуючи, що вони такі ж гарні, як ця музика. І взагалі, дякуючи музиці, діти стали ще кращими, розумнішими та здоровішими!

9. Закінчення заняття. Повіdomляємо, що наше заняття завершується, але, щоб прийти на наступне заняття, треба заспівати пісеньку “До побачення, дітки! До побачення, Ірино Анатоліївно!” (імпровізований музичний супровід з використанням синкопованих ритмів).

На завершення наш чарівний дзвіночок сповіщає: “Заняття закінчується!”

КОНСПЕКТ ЗАНЯТТЯ 2

Тема. Звуки природи. Птахи.

Мета: усунення невротичних переживань та розвиток музичних здібностей дітей дошкільного віку.

Програмовий зміст:

- **створювати** умови для сублімації негативних переживань соціально прийнятним шляхом;
- **підіймати** настрій дітей та **проводити** образне перевтілення;
- **здійснювати** нормалізацію дихання;
- **розвивати** вміння концентрувати слухову увагу та реакцію дітей;
- **поглиблювати** співацькі навички та обізнаність у сфері українського музичного фольклору;
- **ознайомлювати** з умінням музикувати на окарині та фортепіано;

- **формувати** у дітей відчуття власної індивідуальності та неповторності.
- *І найголовніше – викликати задоволення та радість від процесу всього заняття.*

Методичне забезпечення: дзвіночок, скакалка, великий ватман, різнокольорові олівці.

Технічні засоби: фортепіано, музичний центр, аудіозаписи.

Хід заняття

Дзвонить дзвіночок, який сповіщає про початок заняття.

1. Музичне привітання мовою птахів: “Доброго дня, горобчики! Цвірінь! Цвірінь! Цвірінь! Доброго дня, воронята! Кар! Кар! Кар! (голуб’ята, зозулята тощо). Доброго дня, малята! Доброго дня! Доброго дня, Ірино Анатоліївно!”

2. Слухання та прислухання. Спів пташок (*звучить аудіозапис співу пташок*). Концентруємо увагу на “мові” птахів. Намагаємося виокремити спів різних птахів і відтворити його голосом.

3. Музично-танцювальна діяльність. Танок птахів (*звучить “Тарантела” із балету “Анюта” В. Гавриліна*). Діти, уявляючи себе якоюсь пташкою, танцюють імпровізований танок (на початку запитуємо кожну дитину, якою вона буде пташкою).

4. Дихальна гімнастика. Набираємо у животик повітрячко через носик й імітуємо мову каченят у гамоподібному русі вгору, а потім вниз.

5. Тонування (відтворення) звуків мови маленьких і великих, добрих і злих птахів (зозулі, ворони, горобчика, гусочки, качечки тощо).

6. Спів та інсценізація пісень “Вийди, вийди, сонечко”, “Ой на горі жито”, “Іди, іди, дощику”, “Колобок”, “Я коза ярая”, “Равлику-Павлику”, “Печу, печу хлібчик”, “Як діждемося літа”, “Я лисичка, я сестричка”, “Два півники”, “Зайчику, зайчику”.

7. Музичні ігри. Горобчики і котики. Розділяємо залу скакалкою на дві частини. По один бік, “на дереві”, живуть горобчики, на другому боці, “у дворі”, мешкають котики, які причаїлися і вдають, що сплять. Звучить музика горобчиків (веселі, форшлагні мотиви у самому верхньому регістрі фортепіано), які вільно стрибають по всій залі. Але коли з’являється музика котиків (погрозливі інтонації в середньому регістрі фортепіано), горобчикам треба швидко перестрибнути на свою територію. Хто не встиг – може потрапити у лапи котика (дитина виходить з гри). Згодом діти міняються ролями.

8. Пальчикова гімнастика. Кажемо дітям, що наші пальчики перетворилися на пташечок. На початку вказівні пташечки-пальчики захотіли “погуляти-політати” (імітуємо рухи крил), потім мізинчики, великі пальчики. В кінці пальчики-пташечки захотіли політати по двоє: вказівний та середній, мізинчик та безіменний, великий та мізинчик тощо.

9. Музикування. Музикування на “зозульках” (окаринах) у формі діалогу. Викликаємо до себе по 2-3 дитини, які між собою по черзі “розмовляють”. Одна “окарина” запитує, а інші їй відповідають.

10. Релаксаційні вправи. *Звучить медитативна композиція зі співом пташок.* Діти малюють олівцями або фломастерами на одному великому аркуші (ватмані) пташок і котиків.

11. Закінчення заняття. *Співаємо прощальну пісеньку:* “До побачення, зо-зу-ля-та! Ку-ку! Ку-ку! Ку-ку! До побачення, во-ро-ня-та! Кар! Кар! Кар!.. До побачення, малята! До-по-ба-че-ння!”

Дзвонить дзвіночок – сповіщає про закінчення заняття.

КОНСПЕКТ ЗАНЯТТЯ 3

Тема. Звуки природи: дельфіни.

Мета: розвиток емоційно-почуттєвої сфери та музикальності у дітей старшого дошкільного віку.

Програмовий зміст:

- **формуванати** відчуття індивідуальної значущості як себе, так і інших дітей;
- **поглиблювати** слуховий досвід дітей;
- **створювати** умови для позбавлення від негативних переживань;
- **розвивати** глибоке та уповільнене дихання, творчу уяву, навички співу та емоційного проживання пісень;
- **здійснювати** активізацію уваги та адреналінних відчуттів у процесі проведення музичної гри;
- **поглиблювати** розвиток дрібної моторики рухів пальців;
- **ознайомлювати** з різними регістрами фортепіано;
- **викликати** відчуття радості.

Методичне забезпечення: дзвіночок, “звуки вітру” у формі дельфінів, морська мушля, півлітрові пластикові пляшки до половини наповнені водою, трубочки для коктейлю, велика блакитна прозора тканина.

Технічні засоби: фортепіано, музичний центр, аудіозаписи, відеопроєктор.

Хід заняття

Дзвонить дзвіночок, який сповіщає про початок заняття.

1. Музичне привітання з “дельфінчиками”. Показуємо дітям “звуки вітру”, говоримо, що сьогодні до нас “приплили” дельфінчики. Коротко розповідаємо про дельфінів: які вони гарні, розумні і завжди приходять на допомогу людям. Потім дельфінчики вітаються з кожною дитиною, називаючи її ім'я, а у відповідь дитина сама грає на “звуках вітру” (фоном звучить “*Dolphin Love*” Кріс Мічел зі звуками мови дельфінів).

2. Слухання та прислухання. Пропонуємо дітям вслухатися в звуки мови дельфінів та почути, як шумить морська мушля. Потім переглядаємо з дітьми відеопроєкт “Хлопчик та дельфіни”.

3. Музично-танцювальна діяльність. Довільний танок діток і дельфінчиків (звучить “Дорога до сонця”, муз. К. Брейтбурга, сл. К. Кавалеряна).

4. Дихальна гімнастика. Роздаємо дітям півлітрові пляшечки, до половини наповнені водою, зі вставленими у них трубочками для коктейлів. Діти уявляють себе дельфінчиками і починають видувати бульбашки у пляшечку (обов'язковий глибокий вдих через ніс). Проводимо змагання “У кого з дельфінчиків найдовші бульбашки!”

5. Спів та інсценізація пісень: “Я лисичка, я сестричка”, “Два півники”, “Зайчику, зайчику”, “Мак”.

6. Музичні ігри. Акули та дельфінчики. Ділимо групу дітей на дві підгрупи: акули та дельфінчики. Вмикаємо концерт для труби та оркестру Й. Гайдна зі звуками дельфінів – це музика дельфінчиків, вони бавляться у водичці і плавають. Раптом починає звучати музична композиція з фільму “Пірати Карибського моря” – це з'являються акули, які хочуть зловити дельфінчиків. Повторюємо так 2-3 рази. Далі діти міняються ролями.

7. Пальчикова гімнастика. Пальчики-дельфінчики, які по черзі плавають у синьому морі. Спочатку мізинчики-дельфінчики, потім вказівні пальчики-дельфінчики і т. д.

8. Музикування. Гра на фортепіано: дельфінчики та акули. Викликаємо дітей парами – одна дитина грає тему дельфінчиків у середньому або високому регістрі, друга – імітує акулу грою в нижньому регістрі. Потім діти міняються ролями.

9. Релаксаційні вправи. *Дельфінчики та синє море* (звучить релаксаційна музика “Зцілення” зі звуками дельфінів). Дістаємо блакитну або з морською тематикою тканину. Діти беруться за краї тканини і, роблячи хвилячки, починають по черзі “пірнати” у воду (під тканину), спочатку “пірнають” усі дівчатка, потім всі хлопчики, а на завершення – всі разом. Між “пірнаннями” робимо хвилячки маленькі та великі.

10. Закінчення заняття. Дельфінчики (“звуки вітру”), лагідно звертаючись до кожної дитини, прощаються із нею: “До побачення, Петрику! До побачення, Оленко!..”

Дзвонить дзвіночок, який сповіщає про закінчення заняття.

КОНСПЕКТ ЗАНЯТТЯ 4

Тема. “Скляний” і “фарфоровий” звуки.

Мета: гармонізація психофізіологічного стану дітей та розвиток у них музичної креативності.

Програмовий зміст:

- **закріплювати** відчуття самодостатності дітей;
- **розвивати** слухову увагу, образне мислення, співацькі навички, креативність та вміння рухового вираження себе;
- **поглиблювати** занурення у вібрації українського музичного фольклору;
- **посилювати** почуття радості, доброти та дружби.

Методичне забезпечення: фарфорові дзвіночки, набір фужерів різної висоти, які нерухомо прикріплені до певної платформи, стрічки, різноколірні декоративні скляні камінчики.

Технічні засоби: фортепіано, музичний центр, аудіозаписи, відеопроєктор.

Хід заняття

Дзвонить дзвіночок, який сповіщає, що заняття починається.

1. Персональне привітання-діалог з кожною дитиною через гру на фарфорових дзвіночках (дитина, обираючи собі один із 2-3 запропонованих дзвіночків, відповідає на привітання дзвіночка педагога).

2. Спів та інсценізація пісень: “Таля по садочку ходила”, “Чорнобривий корольок”, “Я коза ярая”, “Ой, є в лісі калина”.

3. Музично-танцювальна діяльність. *“Дорогою добра” з різноколірними стрічками.* Діти обирають собі дві стрічки. Чергуємо

рухи по колу та в середину кола із стоянням на місці й маханням стрічками піднятими вгору руками та бігом танцювальним кроком один за одним. У кінці діти переходять на спонтанний танок.

4. Дихальна гімнастика. Дмухаємо на стрічки. Беремо наші стрічки у витягнуту перед собою руку. Починаємо дмухати на неї щосили, але обов'язково стежимо, щоб вдих був через ніс.

5. Слухання та прислухання. Кришталевий дзвін (аудіозапис). Запитуємо в дітей, що це звучить. Просимо згадати предмети, зроблені зі скла. Пояснюємо, що скло також має свій звук, воно по-своєму звучить – “розмовляє”. Але зі склом треба бути обережними, адже воно дуже легко б'ється і може поранити.

6. Музикування. Гра на кришталевих фужерах. Підбираємо кришталеві фужери, які мають різну висоту звучання (3–5 шт.). Обов'язково пояснюємо дітям, що торкатися молоточком до фужерів треба дуже обережно, щоб вони не розбилися. Пропонуємо кожній дитині по черзі підійти до столика, де стоять фужери, і “пограти” на них.

7. Пальчикова гімнастика. Роздаємо дітям по два декоративні камінчики. Просимо взяти камінчики одночасно вказівним та великим пальчиком, потім вказівним і великим, великим і безіменним, безіменним і мізинчиком.

8. Музичні ігри. Фея (звучить “Танок феї драже” П. Чайковського). Діти уявляють себе добрими феями, у руках у них чарівні камінчики, за допомогою яких феї засвічують світлячків у темному лісі (на деревах, квітах), але раптом з'являються злі чаклуни, які хочуть відібрати чарівні камінчики. Феї вчасно ховають чарівні камінчики й чекають, поки чаклуни відлетять. Згодом у лісі стає дуже світло, і феї, нарешті, можуть прогнати злих чаклунів.

9. Релаксаційні вправи. “Які хороші дітки” (звучить “Fiesta Mediterranean “Rondo Veneziano”). Підходимо до кожної дитини, граючи на фарфоровому дзвіночку, промовляємо: “Дзвіночок каже, яка хороша Оксанка, який хороший Тарасик...”.

10. Закінчення заняття. Звертання-прощання через гру на фужерах до всіх дітей одночасно.

Дзвонить дзвіночок, який сповіщає про закінчення заняття.

2.3. РЕКОМЕНДОВАНА МУЗИКА ДО РІЗНИХ ВИДІВ МУЗИКОТЕРАПЕВТИЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Заняття з музикотерапії передбачають використання різноманітного за жанрами та стилями музичного матеріалу: народна музична творчість, шедеври класичного мистецтва, звуки природи, релаксаційна музика тощо.

➤ Привітання-звертання

1. *Fiesta Mediterranean* “Rondo Veneziano”.
2. *П. Чайковський* “Вранішній роздум”, “Солодка мрія” з циклу “Дитячий альбом”.
3. *В. Моцарт* Ларгето з концерту для фортепіано з оркестром *c-moll*.
4. *Й. С. Бах* Adagio з Бранденбурзького концерту № 1.
5. Інструментальні імпровізації.

➤ Спів та інсценізація пісень

1. *Українські народні пісні*: “Вийди, вийди, сонечко”, “Ой на горі жито”, “Іди, іди, дощику”, “Колобок”, “Я коза ярая”, “Равлику-Павлику”, “Печу, печу хлібчик”, “Як діждемося літа”, “Я лисичка, я сестричка”, “Два півники”, “Зайчику, зайчику”, “Мак”, “Галя по садочку ходила”, “Чорнобривий корольок”, “Ой, є в лісі калина”, “Іванчику-білоданчику”, “Чи не той то Омелько” з *диску “Вийди, вийди, сонечко: українські народні пісні співають діти”*.
2. *Муз. А. Мигай, сл. Н. Кулик* “Дощик”.
3. *Муз. В. Мураделі, сл. М. Садовського* “Сонячний зайчик”.
4. *Українські дитячі колядки та щедрівки*: “Біг козелець”, “Коляда, коляда”, “Гиля-гиля”.
5. “У лісі-лісі темному” у сучасній обробці.
6. *Українські дитячі веснянки*: “Прийди, прийди, Весно-красна” “Вийди, вийди, Іванку”.
7. Вокальні імпровізації.

➤ Музично-танцювальна діяльність

1. “La Bastringue”, французький танок.
2. *А. Вівальді* Концерт для флейти з оркестром, ля мажор, I ч.
3. *І. Стравінський* “Танок” з балету “Петрушка”.
4. *Й. Брамс* “Угорський танок № 5”.
5. *Муз. Є. Крилатова, сл. Е. Успенського* “Кабы не было зимы” (пісенька з мультфільму “Простоквашино”).

6. Дж. Россіні “Тарантела”.
7. Муз. М. Мінкова, сл. Ю. Ентіна “Дорогою добра”.
8. Муз. О. Рибнікова, сл. Ю. Михайлова “Пісенька Червоної Шапочки”.
9. Муз. О. Рибнікова, сл. Ю. Ентіна “Пісенька Буратіно”.
10. В. Гаврилін “Тарантела” із балету “Анюта”.
11. Г. Свірідов “Вальс” із музичної ілюстрації “Метелиця”.
12. Інструментальні імпровізації.

➤ Музичні ігри

1. А. Вівальді “Зима: грудень” з циклу “Пори року”.
2. В. Моцарт Симфонія № 40, I ч.
3. М. Римський-Корсаков “Політ джмеля”.
4. П. Чайковський “Трійка” з циклу “Пори року”.
5. “Tred. Pferdchen lauf galopp”.
6. П. Чайковський Китайський танок “Чай”, “Танок феї драже” з балету “Лускунчик”, “Танок маленьких лебедів” з балету “Лебедине озеро”, “Пролісок” з циклу “Пори року”.
7. Е. Гріг “Ранок”, “В печері гірського короля” із сюїти “Пер Гюнт”.
8. Анімаційна композиція “Поїзд”.
9. “Parageno Rondo Veneziano”.
10. М. Мусоргський “Баба Яга”, “Старий замок” з циклу “Картинки з виставки”.
11. М. Равель “Гра води”
12. Г. Свірідов Музична ілюстрація “Метелиця”, “Весна та осінь”.
13. А. Лядов Картинка до російської народної казки “Баба Яга”.
14. Інструментальні імпровізації.

➤ Музикування під супровід

1. Е. Гріг Танок Анітри з сюїти “Пер Гюнт”.
2. Л. Бокеріні “Менует”.
3. Український танок “Гопак”.
4. М. Равель “Болеро”.
5. Інструментальні імпровізації.

➤ **Слухання та прислухання**

1. Аудіозаписи звуків вітру, грому, дощу, морського прибою, співу пташок, комах, тварин, дельфінів, рубання дерева, яке згодом падає, стуку в двері, “фарфорового” та “кришталевого” звуків, дзвону монет та металевих ложок.

2. *Ф. Куперен* “Метелик”.

3. *Ж. Р. Рамо* “Молоточки”, “Перекличка птахів”.

4. *Л. Дакен* “Зозуля”.

5. Інструментальні імпровізації.

➤ **Релаксаційні вправи**

1. *Le muse Rondo Veneziano*.

2. *Floralis Rondo Veneziano*.

3. Ода осені: релаксаційна композиція зі звуками струмка.

4. *Кріс Мічел*. *Dolphin Love*.

5. Релаксаційна композиція “Зцілення” зі звуками мови дельфінів.

6. *К. Сен-Санс* “Карнавал тварин”, “Акваріум”, “Лебідь”.

7. *К. Дебюссі* “Сніг танцює” з циклу “Дитячий куточок” зі звуками вітру (обр. С. Недериці), “Місячне сяйво”.

8. Мультфільм “Українська колискова” співає Н. Матвієнко.

9. *Ф. Ліст* “Мрії кохання”.

10. *П. Чайковський* “Хор”, “Шарманщик співає” з циклу “Дитячий альбом”.

11. *Й. С. Бах* Арія з сюїти № 3.

12. *Вангеліс* “Прелюдія”.

13. *Ж. Масне* “Елегія”.

14. *Е. Гріг* “Коліскова”.

15. *П. Масканьї* “Інтермецо” з опери “Сільська честь”.

16. *Д. Красноухов* “Після всього” з альбому “Краплини веселки”.

17. Інструментальні імпровізації.

Список використаних джерел

1. Базовий компонент дошкільної освіти / авт. кол. : А. М. Богуш, Г. В. Беленька та ін. // Дошкільне виховання. — 2012. — № 7.
2. Драганчук В. М. Музика як фактор психокоригування: історичні, теоретичні і практичні аспекти / В. М. Драганчук. — К., 2003.
3. Закон про дошкільну освіту України [Електронний ресурс]. — Режим доступу : <http://iitzo.gov.ua/doshkilna-osvita/normatyvno-pravova-baza-doshkilnoji-osvity/>.
4. Малашевська І. А. Музична терапія як засіб гармонізації особистості / І. А. Малашевська // Простір арт-терапії: горизонти стосунків: Матеріали VII Міжнародної міждисциплінарної науково-практичної конференції. — К., 2010.
5. Маніфест гуманної педагогіки [Електронний ресурс]. — Режим доступу : http://gumanpedagog.org.ua/index.php?option=com_content&view=article&id=127&Itemid=63&lang=uk.
6. Методичні рекомендації до Програми виховання і навчання дітей від двох до семи років “Дитина”/ наук. кер. проекту: В. О. Огнев’юк. — 3-є вид., доопр. та доп. — К. : Київський університет імені Бориса Грінченка, 2012.
7. Побережна Г. Музикотерапія як інноваційна технологія особистісного розвитку / Г. Побережна // Вища освіта України. — 2010. — № 3.
8. Семизорова В. Використання системи “Елементарного музикування” Карла Орфа в освітньому процесі дошкільного навчального закладу / В. В. Семизорова, І. Я. Шараєвська, Н. В. Степаненко. — Тернопіль : Мандрівець, 2014. — 68 с.
9. Трофімченко І. Є. Розвиток музичних здібностей дітей молодшого шкільного віку за методом “Виховання талантів” Шінічі Сузукі / І. Є. Трофімченко. — Сімферополь : Доля, 2010.
10. Шабутін С. Зцілення музикою / С. Шабутін, С. Хміль, І. Шабутіна. — Тернопіль : Підручники і посібники, 2008.
11. Шевчук А. С. Українські музично-хореографічні традиції як засіб музично-рухового розвитку старших дошкільників : моногр. / А. С. Шевчук. — Фастів : Поліфаст, 2005.
12. Гербер Р. Вибрационная медицина: от механики к сфере разума и духа / Ричард Гербер. — Москва : София, 2001.

13. Гулыга А. В. Гердер / А. В. Гулыга. — 2-е изд., доработ. — Москва : Мысль, 1975.
14. Жак-Далькроз Э. Ритм / Э. Жак-Далькроз. — Москва, 2006.
15. Завьялов В. Ю. Регулятивный музыкальный тренинг и музыкальная терапия для детей и подростков / В. Ю. Завьялов. — К., 1990.
16. Казиник М. Если вы хотите, чтобы ваши дети сделали первый шаг к Нобелевской премии, учите их... музыке / М. Казиник // Факты. — 2007. — 12 октября.
17. Кэмпбелл Дон. Эффект Моцарта / Дон Кэмпбелл / пер. с англ. Л. М. Щукин. — Минск : ООО “Попурри”, 1999. — 320 с. — (Серия “Здоровье в любом возрасте”).
18. Леонтьева О. Т. Карл Орф: монография / О. Т. Леонтьева. — Москва : Музыка, 1984.
19. Мартынов И. Бела Барток / И. Мартынов. — Москва, 1968.
20. Медушевский В.В. О закономерностях и средствах художественного воздействия музыки / В.В. Медушевский. — Москва : Музыка, 1976.
21. Петрушин В. И. Музыкальная психотерапия. Теория и практика / В. И. Петрушин. — Москва, 1999.
22. Побережная Г. И. Музыка в детской душе / Галина Ионовна Побережная. — К. : Українське агентство інформації та друку “Рада”, 2007.
23. Протасова С. Музыка в жизни ребенка и в Вальдорфской школе / С. Протасова, С. Копыл // Музыка в школі. — 2003. — № 5-6.
24. Сени Э. Некоторые стороны метода Кодая / Э. Сени // Музыкальное воспитание в Венгрии. — Москва : Сов. композитор, 1983. — С. 61 -139.
25. Тютюнникова Т. Э. Доноткино. Часть 1: Учебное пособие. — Москва : Педагогическое общество России, 2005.
26. Хазрат Инайят Хан. Мистицизм звука / Хазрат Хан. — Москва : Сфера, 1997. — 336 с.
27. Чистякова М. И. Психогимнастика / под ред. М. И. Буянова. — 2-е изд. — Москва : Просвещение: Владос, 1995.
28. Юсфин А. Г. Музыка — сила жизни / А. Г. Юсфин. — Санкт-Петербург : ООО “Аюрведа Плюс”. — 2006.

ДЛЯ НОТАТОК

Навчальне видання

**МАЛАШЕВСЬКА Ірина Анатоліївна
ДЕМИДОВА Світлана Костянтинівна**

**Програма
оздоровчо-освітньої роботи
з дітьми старшого дошкільного віку
“ВЕСЕЛКОВА МУЗИКОТЕРАПІЯ”**

*Схвалено для використання
в дошкільних навчальних закладах*

**Керівник проекту *Б. Фенюк*
Головний редактор *І. Дворницька*
Редактор *К. Гілінська*
Літературний редактор *А. Семенова*
Технічний редактор *А. Трут*
Обкладинка *О. Курила***

Підписано до друку 14.04.2015. Формат 60x84/16. Ум. друк. арк. 2,6. Наклад 2000 пр.

Видавництво “Мандрівець”,
вул. Текстильна, 18, м. Тернопіль, 46400
Тел. (0352) 43-39-62, 42-39-62, тел./факс (0352) 52-43-38. www.mandrivets.com
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 3650 від 22.12.2009.

ТОВ “Терно-граф”,
вул. Текстильна, 18, м. Тернопіль, 46400
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ТР № 24 від 28.12.2004.