И.В.Литвинчук

МБДОУ «Детский сад № 17 «Незнайка»

Г.Ханты-Мансийск

**АРТ - ТЕРАПИЯ НА МУЗЫКАЛЬНЫХ ЗАНЯТИЯХ**

**ИЛИ СКАЗКОТЕРАПИЯ ДЛЯ ВСЕХ**

Арт-терапия – это терапия исскуством, забота о душе человека  с помощью искусства. Этот вид  терапии связывается с разнообразными видами творчества – от изобразительной деятельности до создания театрализованных действий.

     Арт-терапия обращается к внутренним, самоисцеляющим ресурсам человека, тесно связанными с его творческими возможностями. Отличительной особенностью человека является способность и одновременно потребность в отображении своего внутреннего мира. Эта особенность позволяет активно перерабатывать информацию, которая поступает извне. В результате в психике человека вырабатываются различные адаптивные механизмы. Они позволяют человеку лучше приспосабливаться к жизни, быть более успешным в постоянно меняющемся мире.

     Таким образом, арт-терапия достигает следующих целей:

- выражение эмоций и чувств, связанных с переживаниями своих проблем, самого себя;  
- активный поиск новых форм взаимодействия с миром;  
- подтверждение своей индивидуальности, неповторимости и значимости;  
- повышение адаптивности в постоянно меняющемся мире (гибкости).

Музыкальная терапия – наиболее популярное направление в арт-терапии. Прикосновение к прекрасному, подчас ранее неизведанному, помогает снять усталость, напряжение, освободится от негативных переживаний и  вновь познать радость жизни. Ее задача, используя творческий процесс, вызвать расслабление и позволить человеку выразить все свои глубокие эмоции.   
Хоровое и сольное пение, игра на музыкальных инструментах, музыкальные игры, пляски, хороводы, вокальная и ритмическая импровизация— все это   может входить в программу занятий.  Каждый участник таких занятий, двигаясь от малого к более и более сложному, создаёт удивительные образы, меняет  своё состояние, развивает двигательные и познавательные функции. И результатом  этих изменений может стать новое  отношение и к себе, и к жизни - жизнь прекрасна и удивительна, и каждый может найти и занять в ней достойное место.

Дети, взрослые становятся артистами,  учатся представлению себя через песню, танец и через игру корректируют поведение, налаживают отношения с окружающим миром, преодолевают различные болезненные, в том числе и медицинские симптомы. Постепенно каждый артист обретает внутренний покой, равновесие, так как неприятные явления проходят как бы сами собой. Под предлогом работы над песней, танцем прорабатываются и переживаются ситуации, создающие напряжение и страх, отрабатываются как раз те модели поведения, которые оптимальны именно для этого конкретного человека.

Возможности музыкотерапии позволяют решить три важные коррекционные задачи:

- расширение репертуара самовыражения

- достижение эмоциональной устойчивости и саморегуляции

- коррекция отношений

Знания о мире, о философии жизни  испокон веков передавались через сказки из уст в уста, переписывались, читались, впитывались, поэтому сказкотерапия - это  самый древний психологический и педагогический метод, в основе  которого  различные способы передачи знаний о духовном пути души и социальной реализации человека.

   Сказкотерапия используя метафорические ресурсы сказки, позволяет людям развить самосознание, стать самими собой, и построить особые доверительные, близкие отношения с окружающими.

   Многие думают, что сказкотерапия адресована только детям. Однако это не так, возрастной диапазон, охватываемый сказкотерапией, не имеет границ.  Сказкотерапию можно назвать "детским" методом потому, что сказки обращены к чистому и восприимчивому детскому началу каждого человека.

Не секрет, что искусство как специфическая форма познания действительности вызывает сильный эмоциональный отклик. Происходит это благодаря ярким средствам выразительности, используемым мастерами. Произведения искусства вызывают у человека радость от их восприятия, стремление любоваться ими, внимательно вслушиваться, вглядываться. Искусство осваивает и вместе с тем представляет человеку богатство окружающего мира, позволяет ему увидеть новое в этом мире. Искусство оказывает огромное влияние на формирование личности ребенка на всех этапах его развития, позволяет шире и глубже познавать окружающую жизнь, разнообразие ее проявлений, увидеть ее красоту. По отношению к воспринимающему и познающему искусство ребенку оно выполняет разнообразные функции: воспитательную и образовательную, приобщает к социальным явлениям, доставляет наслаждение, радость, формирует чувство прекрасного. Оказывая сильное воздействие на ребенка, искусство позволяет развивать психические процессы, необходимые для успешного освоения разнообразных видов деятельности. Образы искусства должны быть яркими, впечатляющими, вызывающими эмоциональный отклик у детей. Такие образы встречаются в песнях, программных инструментальных произведениях, музыкальных сказках.

Музыка как одно из мощных средств эмоционального воздействия и воспитания подрастающего поколения, помогает глубже проникнуть в замысел сказки. Так, например, в сольных песнях раскрывается характер и внутренний мир героя, его мысли, чувства, переживания. В инструментальных и хоровых эпизодах композитор отражает происходящие события, дополняет образные характеристики героев сказки.

Автор считает целесообразным и необходимым включить в музыкальные занятия с детьми цикл тематических музыкальных занятий «Сказка в музыке» для адаптации вновь прибывших детей, для формирования и развития творческих способностей всех детей, для творческой самореализации детей в процессе музыкально- исполнительской деятельности.

На музыкальных занятиях дети знакомятся с различными музыкальными сказками: детский мюзикл «Снежная королева» А.Покидченко по мотивам сказки Г.Х.Андерсена, детский мюзикл «Золушка» по мотивам сказки Ш.Перро, музыкальная сказка по балету П.И.Чайковского «Щелкунчик» по мотивам сказки Э.Т.Гофмана, балет П.И.Чайковского «Лебединое озеро», балеты И.Стравинского «Петрушка», «Жар- птица», музыкальная сказка «Петя и Волк» С.С.Прокофьева, оперы- сказки Н.А.Римского- Корсакова «Снегурочка», «Садко», «Сказочки- подражалочки» и «Сказочки- щекоталочки» Екатерины и Сергея Железновых и др., а также со сказками народов мира о музыке: белорусская народная сказка «Музыкант- чародей», грузинская народная сказка «Чонгурист», русская народная сказка «Чудесная дудка», узбекская сказка «Певец и шах», японская сказка «Неосторожность», ассирийская сказка «Соловей», тофаларская сказка «Айгуль».

На музыкальных занятиях цикла «Сказка в музыке» автор широко использует:

1. **Музыкально - игровую, музыкально - творческую деятельность:** дети поют в образе героев сказки (мелодическая импровизация), при помощи пластического интонирования и музыкально- ритмических движений передают особенности характера персонажа, отгадывают загадки о сказочных персонажах, на детских музыкальных инструментах изображают характер персонажа;
2. **слушание и анализ музыки:** дети прослушивают заданные фрагменты и самостоятельно или с помощью педагога высказываются о содержании и характере музыки;
3. **словесный метод (**рассказ, беседа, пояснение**) и иллюстративный показ (**рисунки, фотографии)**, а также показ видеозаписей**;
4. **интегрированную деятельность:** под звучащую музыку дети рисуют героя сказки или события сказки; дети сами мастерят музыкальные инструменты из различных материалов (маракасы из пластиковых бутылочек или картонных коробочек с гречневой крупой, барабан из картонной коробки или металлической банки, колокола из стеклянных бутылок, наполненных водой и т.д.).
5. **лучшие образцы русской и зарубежной поэзии и прозы:** педагог читает или включает в записи стихи и рассказы;
6. **лучшие образцы русского фольклора и фольклора народов мира:** потешки, прибаутки, частушки, песни, инструментальные наигрыши, пляски, игры- хороводы.

Интеграция музыкального содержания как путь формирования творческих способностей позволяет предоставить детям возможность ярче проявлять себя в том или ином виде музыкально- творческой деятельности, поэтому автор широко использует интегрированную деятельность на музыкальных занятиях с детьми.

Цикл музыкальных занятий «Сказка в музыке» способствует адаптивному воспитанию детей искусством в детском саду и общеобразовательной школе, формированию и развитию творческих способностей детей, проявлению креативности мышления, творческой самореализации детей в процессе музыкально- исполнительской деятельности.

Исходя из вышеизложенного, для музыкальных занятий с детьми в детском саду и в общеобразовательной школе необходимо разработать сказкотерапевтическую музыкальную программу, которая поможет решить следующие **задачи:**

- помочь ребенку адаптироваться в социуме (коллектив сверстников);

- помочь сформировать положительное восприятие себя в этом мире

(положительная Я - концепция), самопринятие, почувствовать свою значимость, индивидуальность, неповторимость;

- развитие стрессоустойчивости, самоконтроля и самостоятельности;

- снятие усталости, напряжения, депрессивных состояний;

- помочь пережить проблемы, стабилизировать свое внутреннее эмоциональное состояние, освободиться от негативных переживаний, познать радость жизни;

- раскрыть и реализовать свои творческие способности, т.е. самореализоваться.

**Цель** данной программы: способствовать творческой самореализации детей в процессе музыкально - исполнительской деятельности.