

*Инновационные и активные методы обучения и воспитания  
в условиях реализации ФГОС*

***Малютина Наталья Николаевна,***

*музыкальный руководитель,*

***Григорьева Алина Владимировна,***

*педагог-психолог,*

***Сорокина Алла Борисовна,***

*музыкальный руководитель,*

***Горзина Татьяна Михайловна,***

*Воспитатель,*

*МБДОУ «Детский сад №130»,*

*г. Чебоксары, Чувашская Республика, Россия*

## **МУЗЫКА КАК ИНСТРУМЕНТ ДЛЯ ТРАНСФОРМАЦИИ ЭМОЦИЙ**

***Аннотация.*** В статье раскрывается способ работы с негативными эмоциями, преобразования их в позитивные с помощью музыкотерапии.

***Ключевые слова:*** музыкотерапия, эмоциональный интеллект, копилка эмоций, эмоциональные «якори».

**К**аждый родитель хочет в будущем видеть своего ребенка счастливым, успешным, уверенным в себе человеком. Первый опыт социализации ребенка проходит в детском саду, где он испытывает эмоциональное напряжение при смене домашней обстановки, ведь его окружают новые люди, предметы, звуки, запахи и т.д.

На этом этапе, исходя из нашего опыта, мы рекомендуем использовать музыкотерапию, как один из способов помощи ребенку. Музыкальные фрагменты классических, рекомендованные по возрасту, произведений прослушиваются в группе в режимные моменты, не заостряя на них внимание. Точно такая же коллекция мелодий отправляется родителям для домашнего прослушивания. Родители получают музыку посредством самых популярных мессенджеров – вайбер, вотсап – напрямую от музыкального руководителя, через

*Инновационные и активные методы обучения и воспитания  
в условиях реализации ФГОС*

воспитателей. Прослушивать данные фрагменты необходимо регулярно, в благоприятной, положительной, радостной, семейной обстановке (рядом с любимыми игрушками, либо во время любимых занятий. Исключение – просмотр тв, видео.) Это все необходимо, для формирования правильных эмоциональных состояний, которые потом, при помощи этой музыки будут вызываться в садике, а позже и в любых сложных для ребенка ситуациях. Такая работа должна проводиться регулярно, систематически. В триаде- родитель-ребенок-воспитатель. Под чутким руководством специалистов- музыкального руководителя и педагога-психолога. Нами разрабатывается программа, план взаимодействия с семьей, подбирается музыкальный материал, определяются сроки прослушивания. Самыми первыми музыкальными композициями могут стать произведения Моцарта (allego C-dur, далее может использоваться «Музыка ангелов»).

Важным моментом в детском саду является сон. Не секрет, что даже адаптированный в первую половину дня ребенок не всегда просто остается на сон или испытывает беспокойство при засыпании в другой обстановке. В этот момент нам очень может помочь музыка, как «якорь». На сон воспитатели и родители включают одинаковые музыкальные фрагменты, у ребенка создается чувство безопасности, «как дома», и ему легче заснуть в саду, если дома он засыпает под те же самые мелодии, чувствуя при этом присутствие мамы. Здесь рекомендуются следующие мелодии Моцарта: adagio C-dur, andante.

В более старшем возрасте дети начинают понимать словестное описание музыкальных фрагментов. И здесь так же используется процесс «якорения» эмоций от музыки, только уже на осознаном уровне, управляемым самим ребенком под руководством взрослого (представь, вспомни, сделай так, как...). Настроение музыки объясняется при первом прослушивании детьми совместно с музыкальным руководителем. На этом этапе учимся передавать эмоцию, вызванную музыкой, при помощи движений (качание, танец, марш, прыжки и

*Инновационные и активные методы обучения и воспитания  
в условиях реализации ФГОС*

т.п). Движения идут от ребенка, а не навязываются взрослым, предлагается зарыть глаза и услышать, какое движение ждет от нас эта музыка. Здесь музыка управляет телом. Это нужно для того, чтобы сработала мышечная память одновременно со слуховой. При последующем прослушивании закрепляем движения и вспоминаем эмоцию (звучит музыка; двигаемся так, как она подсказывает; после обсуждаем, почему именно так, какие эмоции в этот момент мы испытывали). Таким образом, у ребенка формируется «копилка эмоций» и движений, которые их передают (грусть, радость, победа, страх, тревога, волнение, зависть, умиротворение, спокойствие, удивление, и т.д.) . В большей степени для нас важны положительные эмоции, чтобы при сложных для ребенка ситуациях легко можно было бы вывести его на позитив. (Например, если ребенок до дрожи боится прививок, перед походом к медику рекомендуем прослушать героический марш, просим ребёнка вспомнить движения, которые диктует музыка, прочувствовать телом ту положительную эмоцию после того, как он подвигался, сказать о ней. Тем самым, заставить свое тело и себя не бояться, а преодолевать чувство страха. Данный прием будет эффективен лишь тогда, когда с ребенком проведена предварительная работа, все мелодии уже вызывают автоматическую рефлекторную эмоцию). По такому же механизму ведется работа по трансформации негативных эмоций ребёнка в позитивные (грусть – в радость, страх – в смелость). Данный алгоритм действий параллельно проводится с родителями, на неформальных встречах и психолого – музыкальных тренингах родители активно взаимодействуют, слушают музыкальные отрывки, двигаются под них, озвучивают свои эмоции. Таким образом, происходит «полное погружение», и мы можем быть уверены в том, что работа, проводимая на уровне, ДОУ поддерживается родителями и активно используется в жизни ребенка на протяжении его взросления. Так мы «дарим» родителям и детям «волшебный ключик» к переключению

*Инновационные и активные методы обучения и воспитания  
в условиях реализации ФГОС*

чению жизненного негатива на позитив, учим их смотреть на сложности и трудности с легкостью и оптимизмом.

*СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ*

- 1. Тарасова К.В., Рубан Т.Г. Дети слушают музыку. Методические рекомендации к занятиям с дошкольниками по слушанию музыки. – М.: Мозаика-Синтез. 2001.*
- 2. Теплов Б.М. «Психология музыкальных способностей». – М.: Педагогика, 1985*
- 3. Чистякова М.И. Психогимнастика /под ред. М.И. Буянова. – 2-е изд. – М.: Гуманит. издат. центр ВЛАДОС, 1995.*